

医療法人 光善会 長崎百合野病院

百合野ニュース

- 1 新年のご挨拶／橋本敦郎 理事長
- 2 新年のご挨拶／田島義証 院長
- 3 脊椎圧迫骨折の予防について
- 4 地域医療関係者に向けた研修会を開催しました
- 5 Information
- 6 子供も大人も大好きな味
- 7 長崎平和ハーフマラソンに参加しました
- 8 第3回 こども用品お譲り会を開催しました



長崎百合野病院の理念

人にやさしい、温かい病院
安全で質の高い医療、品格のある病院
地域から信頼され、選ばれる病院



新年のご挨拶

理事長 橋本 敦郎



新年明けましておめでとうございます。

長崎百合野病院は、年末年始の診療体制を無事に維持し、新たな年を迎えることができました。日頃より当院の医療活動にご理解とご協力を賜っておりますことに、心より感謝申し上げます。

昨年より全国的に医療を取り巻く環境は一層厳しさを増し、「医療崩壊」が社会的な課題として広く取り上げられております。本年1月3日の長崎新聞においても、「医療クライシス長崎」と題した特集が生まれ、地域医療の現状と課題が報じられました。その中では、離島や地域において医療を継続されている医師の取り組みが紹介されており、地域医療を支える医師同士の連携や、人材育成の系譜が医療継続の基盤となっていることを改めて認識する機会となりました。

医療を取り巻く環境が大きく変化する中、当院におきましては、短期的な制度改変や環境変化に過度に左右されることなく、息の長い地域医療を継続していくことを基本方針としております。これまで当院の柱として担ってきた二次救急医療および整形外科医療に加え、長崎市および西彼杵地区を中心とした地域全体への医療提供体制の強化に、より一層努めてまいります。

また、本年は長崎百合野病院のみならず、時津中央クリニック・検診部、デイケア・訪問看護ステーション「コスモス」、サービス付き高齢者住宅「百合ヶ丘」、さらには訪問診療など、

医療法人光善会グループ全体としての医療・介護機能を積極的に発信し、地域に貢献していく所存です。

近年、国が推進する医療再編の中で、中小規模一般病院には、その役割の明確化が求められています。医療法人光善会は、医療・介護・福祉が連携し、高齢者が住み慣れた地域で安心して生活を継続できるよう支援するグループとして、今後も活動を展開してまいります。

その一方で、医療・介護・福祉を横断した生活支援を行う上で、多職種にわたる人材確保とマンパワー不足は大きな課題となっています。この課題に対しては、働きがいのある職場づくり、働きやすい職場環境の整備が最優先事項であると考えています。そのため、昨年より取り組んできた職員の処遇改善および働き方改革についても、引き続き継続してまいります。

医療法人光善会グループは、職員一人ひとりの力によって支えられています。職員の意欲と誇りが、患者さんやご家族への医療および接遇の質につながるものと考えております。困難な状況にある今だからこそ、基本に立ち返り、地域に根ざした医療を着実に継続していくことが重要であると認識しています。

本年も、地域の皆様から信頼される医療法人光善会であり続けるよう、職員一同、誠意をもって取り組んでまいります。

引き続き、皆様のご指導とご支援を賜りますよう、何卒よろしくごお願い申し上げます。

新年のご挨拶

院長 田島 義証



お健やかに初春をお迎えのこととお慶び申し上げます。皆様には日頃より格別のご高配を賜り衷心より御礼申し上げます。

さて、「赤チン」という言葉をご存知ですか？今はもう使われなくなりましたが、以前はどここの家庭でも救急箱には必ず消毒液の「赤チン」が入っていて、怪我をしたらすぐ塗っていました。現在、傷の治療には塗り薬、被覆材、外科治療、そして傷を陰圧に保つことで肉芽の増殖を促進する陰圧閉鎖療法などが行われています。

古代エジプトの時代（紀元前2000～3000年頃）は傷を水とミルクで洗った後に蜂蜜と樹脂で覆っていました。また聖書（紀元前1600年頃）には、蜂蜜とぶどう酒を注いで包帯をしていたという記述があります。日本では、古事記にでてくる「因幡の白兔」が有名で、兎が、だました鯨に皮を剥がれ、ある神に「塩水で体を洗い、風に吹かれて乾かしなさい」と、誤った治療法を教えられて苦しんでいたところ、出雲大社の祭り神である大国主命が「真水で体を洗い、蒲の穂で傷を覆いなさい」と諭し、助けたという逸話です。このように古代においては、傷は何かで覆って湿潤させた方がいいと考えられていたようです。

その後、紀元前400年頃、「医学の祖」と言われたギリシアのヒポクラテスが、「傷は覆わずに、乾燥させることで速く治癒する」と述べたことから、「傷は乾燥させる」という考えが広がり、つい最近の1990年代までの約2400年もの長い間、傷はひたすら消毒し、乾かす「乾燥管理」が行われてきました。

この「乾燥管理」から現在の「湿潤管理」に

変わる大きなきっかけになったのが、1942年にアメリカのボストンのナイトクラブで起きたココナツグローブ火災です。数百人の熱傷患者が一斉にマサチューセッツ総合病院に搬入されました。あまりにも患者が多すぎて、消毒は抜きにして、ワセリンをたっぷり含んだガーゼでぐるぐる巻にするという簡便な治療を行なったところ、今までの処置よりも、かえって成績が良いことがわかったのです。これを機に、熱傷を含めた総ての傷の処置が見直され、「湿潤管理」を推奨されるようになりました。

3年前、私が長崎百合野病院に赴任して最初の外傷症例の治療を行なったときにとっても驚いたことがあります。「傷を洗浄します」と言ったら、「生理食塩水ですか？」「水道水ですか？」と聞かれたのです。私は、「生食水」と即答しました。手術時には滅菌水で手を洗浄し、超音波手洗い器に手をひたし、滅菌タオルで手を拭いた後に消毒をして手袋を装着する時代に育ってきた私にとって、傷の洗浄は当然、清潔な「生食水」という頭しかなかったのです。後で調べてみると、傷の洗浄は「生食水」でも「水道水」でも変わりはないことが2000年頃から報告されていて、私は「浦島太郎」になっていたことを深く反省したのを今でも覚えています。

医療は時代ともに大きく変化していきます。新しい医療に取り残されないよう日々研鑽し、地域住民の皆様にご安心で安全な医療を提供できるよう努めて参ります。

今後とも皆様方のなご一層のご指導ご支援を賜りますよう何卒よろしくお願い申し上げます。

知ってほしい病気の話

— 脊椎圧迫骨折の予防について —



整形外科 鈴木 暢彦

整形外科の鈴木です。

今回は、脊椎圧迫骨折の予防についてお話ししたいと思います。

実は私自身、昨年12月に第11胸椎の圧迫骨折を受傷し、現在もコルセットを装着して生活しています。その経験から、改めて予防の大切さを実感しています。

脊椎圧迫骨折を予防するためには、骨を強く保つこと、転倒を防ぐこと、腰への負担を減らすことが重要です。以下に、日常生活で取り入れやすい基本的なポイントをご紹介します。

【食生活の工夫】

骨を強くするためには、次の栄養素をバランスよく摂取することが大切です。

- ・カルシウム：牛乳、ヨーグルト、チーズ、小松菜、豆腐など
- ・ビタミンD：鮭、さんま、きのこ類（カルシウムの吸収を助けます）
- ・ビタミンK：緑黄色野菜（骨の形成を助けます）
- ・たんぱく質：肉、魚、卵、大豆製品などを偏りなく
- ・水分補給：喉が渇く前に、こまめな水分摂取を心がけましょう



【運動・筋力トレーニング】

- ・骨密度を高める運動：ウォーキング、軽いジョギングなど
- ・筋力・姿勢の維持：下肢筋力トレーニング、背筋を伸ばす運動
- ・バランス訓練：片足立ちなど（必ず手すり

や支えを使って行いましょう)

【日常生活での動作・姿勢】

〈転倒予防〉

- ・杖やシルバーカーの活用
- ・段差をなくし、手すりを設置する
- ・滑りにくい履物を選ぶ

〈腰への負担を減らす工夫〉

- ・物を拾うときは、上半身だけでかがまず、膝や股関節を曲げる
- ・重い物はできるだけ持たず、持つ場合は体に近づける
- ・椅子には深く、ゆっくり腰掛ける
- ・長時間同じ姿勢を避け、こまめに体を動かす

【その他の大切なポイント】

- ・禁煙：喫煙は骨粗しょう症のリスクを高めま
- ・日光浴：ビタミンDの活性化に役立ちます（1日30分～1時間程度、屋外に出ることで十分とされています）
- ・早めの受診：骨密度の低下が気になる場合は、早めに専門医へ相談しましょう



これらの対策を無理のない範囲で継続することが、脊椎圧迫骨折の予防につながります。

今回改めて振り返る中で、日常生活の中の予防の積み重ねがいかに重要であるかを再認識しました。

脊椎圧迫骨折を防ぐためには、若いうちから骨密度や筋力、バランス感覚を意識し、それらを高年齢まで維持していくことが大切であると考えています。

地域医療関係者に向けた研修会を開催しました

地域連携室

当院では地域連携室の主催で、定期的に『地域医療関係者に向けた研修会』を年に2回行っています。従来、参加者には対面での受講形式をとっていましたが、リモートならば参加できるとの声を頂き、昨年よりハイブリッド（対面+オンライン）形式で開催しています。昨年よりも対面、リモート共に参加者が増え、終業後の開催にもかかわらず多くの病院・施設の方に参加して頂きました。

講義の内容としては、令和7年10月に【医療・介護現場で活かすスキンケア～洗浄・固定・予防の新しい視点】の表題で当院の皮膚・排泄ケア認定看護師/創傷管理関連特定看護師が講義を担当しました。

今までに経験した症例を上げ、その中で医療・介護の現場で活かせる創傷の洗浄方法、医療用テープ・フィルム剤の固定と剥がし方、保湿ケアを講義しました。保湿は皮膚の健康を維持し、ひいては褥瘡や感染を防ぐことに繋がります。対面での参加者には実際に保湿剤のサンプルを用いて使用感を体験して頂くなど最新のケアやポイント等のレクチャーも行いました。

翌11月には【冬に流行する感染症の感染対策】を感染管理認定看護師が担当し、これからの季節に流行する主要感染症（インフルエンザ・ノロウイルス感染症）の感染経路や特徴、医療・介護施設での防護服着用や嘔吐物の処理などの感染対策方法を講義しました。

それぞれ1時間程度の講義でしたが、活発な質疑・応答の時間もあり、講義後のアンケートでは、「新しい情報が聴けて良かった。」や「再認識する良い機会になった。」、「実用的に教えて頂いたので、職場でも伝達講習をしようと思う。」等、高評価を頂きました。

また、今後行って欲しい研修会のテーマをお尋ねした所、『新型コロナウイルス』を対象にしたもの、『ストーマケア』等がありました。

これらのテーマも踏まえ、来年度もハイブリッドでの開催を予定しております。

少しでも地域医療・介護従事者の方々のお役に立てればと思っております。

ご興味ある方は是非ご参加下さい。



Information



スマートフォンに登録したマイナ保険証を受付端末にかざすことで受付ができます。
マイナンバーカードや資格確認書もこれまで通りにご利用いただけます。

創傷管理関連特定行為研修 を修了しました



今後も、安全で質の高い創傷ケアの提供に務めてまいります。

皮膚・排泄ケア認定看護師 柿田待子

子供も大人も大好きな味

鶏唐揚げのナッツ甘酢がらめ



★材料 1人分★

鶏もも肉皮なし	90g	
おろし生姜	1g	
酒	3g	
片栗粉	5g	
揚げ油	適量	
A	きざみピーナッツ	3g
	砂糖	8g
	濃口醤油	4g
	酢	15g
レタス	35g	



作り方

- ① 鶏肉は一口大にし、生姜・酒を入れ、もみこんでおく。
- ② ①を片栗粉につけてこんがり揚げ。
- ③ フライパンに②とAを入れ、火にかけてからませる。
- ④ 洗ったレタスの上に盛り付けて完成。

鶏肉は揚げ焼きでも

オーブンで焼いてもOK!

長崎平和ハーフマラソンに参加しました

リハビリテーション科 阪本 忠宥

令和7年11月16日、リハビリテーション科の有志4名で「長崎平和ハーフマラソン」に出場しました。

メンバーのうち3名はハーフマラソン経験者でしたが、1名は今回が初挑戦でした。私たちは「全員で完走する」という目標を掲げ、それぞれ練習を重ねてきました。

当日は秋晴れに恵まれ、期待と緊張を胸に、長崎水辺の森公園をスタートしました。

コース前半は、長崎の美しい港を望む緩やかな道のりで、心地よい風を感じながら、余裕を持って走ることができました。しかし後半になると風景は一変し、最大の見どころである「女神大橋」を含む、高低差の激しいコースが続ぎ、体力的にも厳しい状況となりました。

心が折れそうになる場面もありましたが、互いに声を掛け合いながら粘り強く走り抜き、見事全員が完走することができました。普段の業務ではなかなか得ることのできない、大きな達成感を味わうことができたレースとなりました。

今回の挑戦を通して、「目標に向かって励まし合うことの大切さ」や、自らの限界に挑戦する経験の意義を改めて実感しました。これらの経験を今後の業務にも生かし、日々の仕事に取り組んでいきたいと思えます。



第3回 こども用品お譲り会を開催しました

リハビリ科小児班 村上・井手・吉梅・坂井・堀口・永瀬

「まだまだ使えるこども用品を次のご家庭へ」との趣旨で、今回3回目となる職員間でのこども用品お譲り会を開催しました。

今回は、過去最多となる250点以上のこども用品をご提供いただきました。

こどもに人気のあるキャラクターのぬいぐるみや、電車・車などの乗り物のおもちゃ、知育玩具やパズルなど、バラエティーに富んだ品々が集まりました。衣類はサイズ60cm～160cmまで、乳幼児から小学校高学年向けのかわいらしい洋服や格好良い洋服、さらに新品同様の靴も多数提供していただきました。

中には、「一昨年この会で譲り受け、十分に遊んだけれど、まだまだきれいなので、また次の方に使ってほしい」とお持ちになり、無事に次のご家庭へつながったおもちゃもありました。

そのほかにも、「欲しいものがあった」「良い活動をされていますね」「こども用品と聞いていたが、大きいサイズの洋服もあり助かった」といった声をいただきました。今後も、第4回開催に向けて準備を進めていきたいと考えています。

今回お譲りできなかった衣類については、各種支援団体へ寄付を行っている法人、または地域の団体への寄付を進めています。次回開催時には、さらに多くの方のご参加をお待ちしております。



外来案内

救急告示病院

診療時間

平日：8時30分～12時00分／13時00分～17時00分
土曜日：8時30分～12時00分

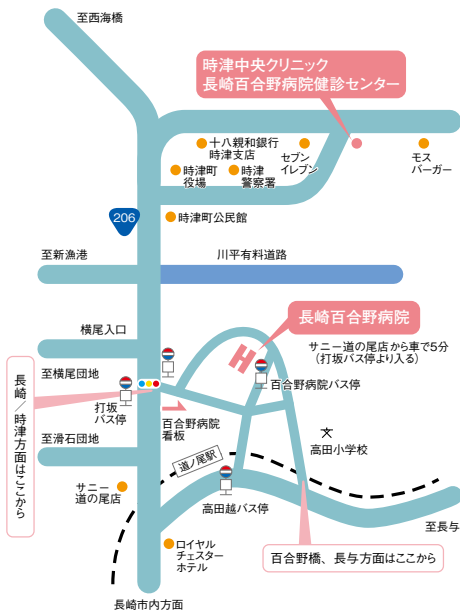
休診日

日曜日・祝祭日・年末年始(12月30日～1月3日)

ただし急患の方は、24時間受け付けます

		月	火	水	木	金	土
午前	整形外科	瀬良	鈴木	森	瀬良	鈴木	常勤医 で対応
		寺本	玉井	梶山 長大整形外科	寺本	玉井	
		横田 長大整形外科	森	10:00～ 寺本	森		
	内科 (新患) (再診) (再診)	橋本	綾香	朝野 長大呼吸器	豆谷	大坪	常勤医 で対応
		朝野 長大呼吸器	大坪 呼吸器	大坪 呼吸器	大曲 消化器	橋本 呼吸器	
		豆谷 消化器	橋本 呼吸器	綾香 総合診療	豆谷 消化器		
外科	田島	布下 長大外科	田島	田島	田島	交替制	
脳外科			日宇 長大脳外科	馬場 長大脳外科			
午後	外科	田島	足立 長大外科	※1	金高 長大外科	※1	
	専門外来	綾香 総合診療	橋本 呼吸器	本川 長大循環器	大坪 呼吸器	竹中 長大循環器	
		睡眠時無呼吸 橋本					
リハビリ科(午前・午後)		立石	谷口	谷口	立石/谷口 (午前) (午後)	立石	常勤医で対応

※1 医師不在の場合がありますので、診察可能か事前にご確認ください。



医療法人 光善会 **長崎百合野病院**

〒851-2103 長崎県西彼杵郡時津町元村郷 1155-2

TEL.095-857-3366 FAX.095-856-6663

HP <http://www.yurinohp.jp> E-mail yurinojm@cello.ocn.ne.jp

