



地域と医療を結ぶ広報誌

# 風によせて

Shirakawa Kosei General Hospital

VOL.  
**76**  
2025.10  
KAZENI  
YOSETE



ドクターカー、始動!

CONTENTS

|                          |   |                          |   |
|--------------------------|---|--------------------------|---|
| ● 病院長挨拶 .....            | 2 | ● 永年勤続表彰 .....           | 6 |
| ● こんにちは！新任です .....       | 3 | ● 県南医療圏地域医療連携協定締結式 ..... | 6 |
| ● 減塩メニュー .....           | 3 | ● 病院運営委員会 .....          | 7 |
| ● 特集 .....               | 4 | ● 看護学院オープンキャンパス .....    | 7 |
| ● 日本内科学会若手奨励賞受賞 .....    | 5 | ● 踊り流し .....             | 7 |
| ● 緩和医療研修会 .....          | 5 | ● 高校生1日看護体験 .....        | 7 |
| ● 救急マニュアル研修会 (BLS) ..... | 6 | ● 無料巡回バスのご案内 .....       | 8 |
| ● ドクターカー .....           | 6 |                          |   |

## 特集 骨密度



JA福島厚生連  
白河厚生総合病院



## ごあいさつ salutation



病院長  
農村健診センター所長  
**大木 進司**



### 今月の表紙 Cover Story

#### 【ドクターカー、始動！】

県南地域で初めて救急専門の診療科「救急治療科」が令和7年1月より新設いたしました。医師が重篤な患者がいる現場に駆けつけて社内治療をするドクターカーの運用も行っています。

## 安心と信頼の医療現場を目指して

酷暑も過ぎ朝晩肌寒さを感じる季節になってきました。最近夏バテだけではなく秋バテという言葉があるのをご存じでしょうか？秋バテは、夏の冷房や冷たい食べ物・飲み物の摂取による内臓の冷えに加え、夏から秋にかけての気温の変化、また1日の寒暖差によって自律神経が乱れて起こることが多いとされています。良質な睡眠と食事、適度な運動をこころがけ、夏の疲れをリセットして、元気な秋を迎えたいものです。

さて医療の現場は、さまざまな人が出会い、支え合う場です。そこには、医師や看護師、技師、事務職員といった職員同士の関わりだけでなく、患者さんやご家族とのやりとりも含まれます。こうした中で時に問題となるのがさまざまな「ハラスメント」です。医療現場のみならず、現代社会は多様性の進展と価値観の衝突によって以前よりハラスメントが起きやすい時代といえるかもしれません。

ハラスメントが起きる背景には、立場の違いから生まれる力の差や、忙しさによる心の余裕のなさがあります。ちょっとした言葉や態度が、相手に強い負担や傷を残してしまうこともあります。また、十分に話し合えなかったり、思い込みが重なったりすることで誤解が大きくなる場合もあります。

では、どうすれば安心できる環境をつくれるのでしょうか。大切なのは「お互いを尊重すること」です。職員同士が声をかけ合い、患者さんやご家族に対しても丁寧に向き合うことが基本です。そこから「この病院なら安心できる」という信頼が生まれます。さらに、相談できる窓口を整えたり、研修を行ったりすることで、悩みを一人で抱え込まずにすむ体制づくりも欠かせません。そして病院全体として「不適切な言動は許さない」という姿勢を明確に示すことも重要です。

医療は人と人との信頼の上に成り立つ共生、共創の世界です。職員も患者さんも地域の方々も、互いに思いやりを持って関わり合える環境があってこそ、安心して医療を受けられ、働ける場になります。当院はこれからも、誰にとってもあたたかく信頼できる病院であり続けたいと考えています。

### 白河厚生総合病院について

#### 基本 理念

地域を守り地域の皆様に  
愛される病院を目指します

#### 基本 方針

- 私たちは
- 一、医療、保健、福祉事業を通して地域住民の健康を守り、豊かな暮らしに貢献します
  - 一、県南の中核病院として関係機関との連携を深め、地域医療の向上に努めます
  - 一、患者さんを全人的に理解し、優しさと思いやりをもって接します
  - 一、十分に説明をし、患者さんの意志を尊重した医療を実践します
  - 一、使命を自覚し、たゆまず研鑽を積んで医療の質の向上と人材の育成に努めます

# こんにちは！新任です



白河厚生総合病院では  
新しい先生が、新任されました。

## 脳神経外科

佐藤 吉通 (さとう よしみち) 【出身地】宮城県

- 趣味・娯楽 ● 読書  
略 歴 ● 平成27年 東北大学医学部卒業  
資格・専門 ● 脳神経外科専門医、脳血管内治療専門医、  
脳血管障害

精一杯頑張ります。よろしくお願い致します。

## 眼科

谷澤 孝之 (やざわ たかゆき) 【出身地】福島県

- 趣味・娯楽 ● 自動車  
略 歴 ● 令和5年 福島県立医科大学医学部卒業

地域の眼科医療に貢献できるよう精一杯努めて参ります。  
よろしくお願い致します。

## 麻酔科

三浦 稜平 (みうら りょうへい) 【出身地】千葉県

- 趣味・娯楽 ● ランニング  
略 歴 ● 令和5年 福島県立医科大学医学部卒業

よろしくお願い致します。

## 総合診療科

金井 雄大 (かない たけひろ) 【出身地】栃木県

- 趣味・娯楽 ● 音楽鑑賞  
略 歴 ● 令和4年 福島県立医科大学医学部卒業

短い間ですが、どうぞよろしくお願い致します。

早く白河での職務に慣れるよう精一杯頑張りますので、よろしくお願い致します。

病院長  
おすすめ!

# 健康減塩メニュー



### カラフルマリネ

マリネは甘酢と油で具材を漬け込む料理です。今回はカラフル野菜を無塩で漬け込みました。(28kcal、食塩 0g)

### 青菜のからし和え

だし割り醤油にからしを加えた、ピリッと辛い和え物です。わさびで和えても美味しいです。(15kcal、食塩 0.3g)

### しらすと枝豆ご飯

枝豆は大豆の若ざやです。大豆のようにたんぱく質やイソフラボンがあり、さらにビタミン・ミネラルも併せ持つ「野菜」です。しらす干しの塩味も加えて、食べやすくしました。(320kcal、食塩 0.2g)

### 鶏唐揚げのおろしあんかけ

鶏唐揚げは、旨みのあるもも肉と、たんぱく質豊富な胸肉を揚げています。おろし大根のあん、しっとり食べやすい主菜になりました。このお料理の特徴は、一皿で食塩 1.0g という減塩の味付けです。減塩料理は、食べ終わった時に、身体が軽くなった様に感じて頂けると思っています。どうぞ、お試しください。(278kcal、食塩 1.0g)

### ～料理長からのお願い～

「健康メニュー」は、調味料の計量に注意しながら、減塩で美味しくなるように丁寧に調理しています。卓上調味料は使わずに、お料理の味をお楽しみください。



エネルギー 788kcal、たんぱく質 35.9g、脂質 24.4g、炭水化物 102g、  
食物繊維 6.4g、カルシウム 234mg、鉄 4.7mg、食塩相当量 2.5g  
※メニューは仕入れの状況などで変更になることがあります。

今年度のメニューは、鶏唐揚げのおろしあんかけ献立です。日本人の食事摂取基準 2025 では、食塩目標量は 1 日男性 7.5g、女性 6.5g です。今年度は、1食 2.5g (主菜 1.0g、味噌汁 1.0g、それ以外 0.5g) で、減塩献立の塩味バランスとして理想的なパターンに仕上がっています。野菜は 220g と 1 日の目標量 350g の約 2/3 量を使用し、食物繊維、ビタミン、ミネラルも充実しています。デザートに、かぼちゃの自然の甘みを活かしたプリンを添えました。皆様の健康を目指したお食事、お楽しみ下さい。



献立作成・監修 管理栄養士  
今本 美幸 先生

### 手作りかぼちゃプリン

#### 《作り方 (カップ6個分)》

- かぼちゃ…………… 150g
- 卵…………… 2個
- 砂糖(プリン用)…………… 25g
- 牛乳…………… 180ml
- シナモンパウダー…………… 少々
- 砂糖(カラメル用)…………… 40g

- ① かぼちゃは種をとり電子レンジにかけて柔らかくする。皮を取ってペースト状にしておく。
- ② ボールに卵をとき、①と砂糖、牛乳、シナモンを入れ、泡立て器でなめらかになるまで混ぜる。
- ③ ②をカップに注ぎ、10～15分蒸す。
- ④ 鍋に砂糖と水 (30cc) を煮詰め、色が変わったら水 (15cc) を加えてカラメルを作り、添える。(1個分 105kcal、食塩 0.0g)

### いろいろキノコの味噌汁

だし汁 100ml に味噌 7g を加えた、食塩 1.0g の味噌汁。薄揚げとキノコの旨みが強い汁物です。(43kcal、食塩 1.0g)

¥1,000 (税込)

※数に限りがありますので電話予約の上  
ご利用ください。

ご予約お電話番号 …… 内線  
0248-22-2211 …… 2850

白河厚生総合病院 8F  
レストラン そら

私たちの骨は、年齢や生活習慣の影響を受けて少しずつ密度が低下していきます。骨密度測定装置は、骨に含まれるミネラル（カルシウムなど）の量＝**骨密度**を正確に測定することで、骨の強さを評価することができる医療機器です。

当院では、今年2月より骨塩定量測定装置が新しくなり、短時間・非侵襲で骨密度を測定できます。気になる方は、お気軽にご相談ください。

## 骨粗しょう症について知りましょう

### 骨折する前に予防が大切です

**骨粗しょう症**は、骨の密度や質が低下し、**骨がもろくなる病気**です。特に女性は閉経後に急激に骨密度が減少しやすく、高齢になるほど発症率が高くなります。

### 骨粗しょう症のリスク要因

- 加齢（特に女性は50歳以上）
- カルシウム・ビタミンDの不足
- 運動不足・喫煙・過度な飲酒
- 家族歴
- 痩せすぎ
- ステロイド系や抗がん剤などの薬剤を服用している方

### こんな症状はありませんか？

- 背中や腰が曲がってきた
  - 身長が縮んだ気がする
  - 転倒して骨折したことがある
- これらは**骨粗しょう症のサイン**かもしれません。

### 早期発見・早期対策がカギです

骨粗しょう症は自覚症状が出にくい病気です。診断には血液検査・尿検査・脊椎X線検査・骨密度測定などの検査が必要になってきます。中でも骨密度の測定は、**痛みもなく数分で終わる簡単な検査**です。

当院では人間ドックのオプションで骨密度測定ができますので、年に一度の健康チェックの一環として骨密度測定を受けてみませんか？



# 日本内科学会若手奨励賞受賞

研修医 笛木アレン

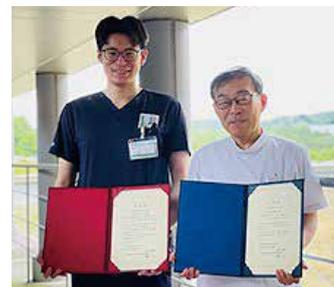
この度は日本内科学会東北地方会プレナリーセッション参加及び若手奨励賞受賞という、非常に貴重な機会をいただき誠にありがとうございました。また、発表に際しまして、お忙しい中時間を割いて私に症例についてご教授くださいました、血液内科の先生方を始め、多くの方々にこの場を借りて感謝申し上げます。特に三田先生には私からの質問に何度も答えていただき、さらには発表内容の見直しをしていただきました。そういった意味で、3年連続となる若手奨励賞受賞は科、そして病院全体でつかんだものと言っても過言ではないと思います。この度は本当にありがとうございました。



## 指導医の ことば

血液内科 三田 正行

笛木先生、日本内科学会東北地方会の発表ではプレナリーセッションに選出され、さらに若手奨励賞を受賞、おめでとうございます。研修で経験した悪性リンパ腫症例の問題点について焦点を絞り、難しい内容を簡潔にわかりやすくまとめて発表したことが受賞につながったと思います。今後もご活躍されることを期待します。



## 第17回 県南地区緩和医療研修会 第13回 FUKUSHIMA塾 開催

緩和ケアサポートチーム 一同

2025年7月18日(金)、白河厚生総合病院大会議室にて「第17回県南地区緩和医療研修会」および「第13回FUKUSHIMA塾」が合同開催されました。

今回のテーマは「がん患者の就労支援」であり、福島県内外の医療従事者を対象に、対面およびZoomを用いたハイブリッド形式で行われました。

開会の挨拶は、総合南東北病院 外科の佐藤直先生より行われました。続く基調講演では、白河厚生総合病院 総合診療科部長の宮下淳先生が座長を務め、講師として社労士法人ONOKURI代表の瀬尾征秀先生をお迎えしました。

講演では「がん治療と就労の環境について～医療従事者と社労士の関わり～」と題し、がん患者が就労を継続・再開するために必要な支援のあり方について、豊富な事例を交えてご講演いただきました。

医療現場において、就労支援に関する知識や制度の理解が求められる中で、今回の研修会は医療従事者にとって非常に有意義な学びの場となりました。今後も、患者さんの療養生活を多方面から支えるための知識と連携を深めてまいります。



NEWS  
01

救急医療マニュアル研修会

総務課 小野 美保

7月より2か月にわたり、救急医療マニュアル研修会を開催しました。救急医療マニュアル研修会とは救急時の患者対応を学ぶ研修会で、研修医や看護師に限らず、全ての職員と救急隊員の方々を対象に、毎年開催されています。

様々な救急患者に対する研修会の1回目はBLS（1次救命処置）について行い、AEDの使用方法から心臓マッサージの方法などの詳しい説明と、身近な場面を想定した実技を行いました。救急隊の見本的な救命処置をはじめ、職員も模擬演習を行い、知識やスキルを習得することができました。



NEWS  
02

ドクターカー体験

研修医 堀江 宗

今回の救急科研修でドクターカーに同乗する機会があり、普段の救急室とは全く違う現場の空気を味わいました。病院の中では採血やエコー、モニターなど環境が整っていて、手技も落ち着いてできますが、現場に出るとそうはいきません。物品やスペースが限られていて、普段なら簡単にできることでも思うように進まない場面があり、同じ処置でも状況が違えば別物になるのだと強く感じました。

また、出勤前の準備の大切さも実感しました。物品の確認や情報の整理をしっかりとしないと、いざという時に動きが遅れてしまいます。現場で少しでも余裕を持って動けるかどうかは、準備次第なのだ痛感しました。

そして何より印象に残ったのは、ドクターカーと救急室の連携です。現場での情報をどう伝えるか、病院からの指示をどう活かすかで患者さんへの対応が変わってきます。今回の経験を通して、救急医療においては「環境への対応力」と「コミュニケーション」が何より大切だと学ぶことができました。



NEWS  
03

永年勤続表彰式

総務課 鈴木 夏海

令和7年8月7日(休)には福島市のJA福島ビルにて「永年勤続30年功労職員表彰式」を、また13日(休)には当院会議室にて「永年勤続20年功労職員表彰式」を行いました。これまで長きにわたり地域医療を支えてくださった皆さんへ、表彰状が贈られました。式後の懇談会では「自身の健康管理にも努めながら、これからも地域の皆様のために力を尽くしたい」との温かい言葉があり、会場は和やかな雰囲気に包まれました。

長年のご尽力に心より感謝申し上げますとともに、これからもますますのご活躍をお祈りいたします。おめでとうございます。



永年勤続30年



永年勤続20年

NEWS  
04

県南医療圏地域医療連携協定締結式

総務課 佐藤 隆彦

8月21日、白河市のシン鹿島において、県南医療圏の4病院が地域医療体制の強化に向けて連携協定を締結しました。県内で、圏域内の2次救急医療機関同士が協定を結ぶのは初めてです。協定を締結したのは、当院をはじめ、会田病院（矢吹町）、白河病院（白河市）、塙厚生病院（塙町）の4病院です。今回の協定では、地域完結型医療の推進を目的として、患者紹介や救急医療体制の整備、人事交流、診療領域での連携など、8項目が盛り込まれました。締結式では、当院の大木進司院長をはじめ、会田征彦会田病院長、和久昌幸白河病院長、佐川恵一塙厚生病院長が協定書に署名しました。大木院長は「これまでの協力関係をさらに深め、切れ目のない医療を地域に提供していきたい」と述べました。



NEWS  
05

病院運営委員会

総務課 佐藤 隆彦

8月12日、当院会議室にて令和7年度病院運営委員会を開催しました。本委員会には、JA夢みなみ組合長、JA東西しらかわ組合長、白河市・矢吹町・西郷村・泉崎村・中島村・那須町の首長の皆様、白河市議会議長・副議長・議員2名、そして当会の代表者にご出席いただきました。

委員会では、当院の運営に関する重要事項を審議し、円滑な運営のための協力体制を確認するとともに、地域の要望を運営に反映し、地域医療の確保と農村地域の健康増進を図ることを目的としております。当日は、令和6年度事業報告、3か年計画、令和7年度事業計画、福島県県南医療圏地域医療連携協定について、審議のうえ承認をいただきました。



NEWS  
06

オープンキャンパス・学院祭を開催しました。

看護学院 芳賀 洋平

令和7年7月27日(日)にオープンキャンパス・学院祭を開催しました。進学希望者や保護者を含むたくさんの方々にお越しいただきました。

第1部の学校説明会では、学校紹介・令和8年度入試概要や学院生活について、教員及び各学年の代表者が説明しました。また、動画による「看護学生の1日」の紹介や学生による「私の考える看護」の発表など、本校の魅力を発信することができました。

第2部の学院祭は、地域の方々を含む多くの皆さまにご来場いただきました。各教室で学習成果物の紹介や看護クイズ、聴診法や注射法などの看護技術を参加者と一緒に実施しました。

参加者からは「技術体験をしながら先輩方の話を聞くことができとても良かった。」などの声が聞かれました。

オープンキャンパス・学院祭は来場者、在校生どちらにも大変有意義な時間となりました。



NEWS  
07

白河関の踊り流し

総務課 鈴木 夏海

夏の恒例イベント「白河関まつり」の「白河関の踊り流し」が8月3日(日)に開催されました。今年は、病院職員のほかに看護学院の学生や研修医から総勢80名が参加しました。看護学院の学生はお手製の団扇を手に賑やかに踊り流し、個人賞を頂くことができました。来年こそは、チーム厚生病院一丸となり団体賞優勝を目指します！



NEWS  
08

高校生一日看護体験

看護部 薄井美智子

令和7年7月31日看護に関心のある高校生を対象に「高校生の一日看護体験」が開催され、県中・県南地域にある6校12名の高校2年生が参加しました。病棟では看護師と一緒に足浴や洗髪の介助などの看護師の仕事を経験しました。附属高等看護学院では校内を見学し、実際の物品を使い模擬講義を経験しました。院内外で活躍する先輩看護師との交流も図り、参加した高校生からは「看護師が働く姿を見てカッコいいと思った」「患者さんに一番接することの多い看護師という職業に、より一層なりたいたいと思った」「いろんな職種と協力して患者さんをサポートできるようになりたい」などの感想がありました。参加していただいた12名が、看護師の仲間として地域の皆さまのために一緒に働ける日を楽しみにしています。



# 白河厚生総合病院 無料巡回バスのご案内

白河厚生総合病院から新白河駅間の往復で無料の巡回バスがご利用頂けます。

## 白河厚生総合病院 バスコース



### 白河厚生総合病院無料巡回バス 時刻表

| 停車場所 |                  | 1便   | 2便   | 3便    | 4便    | 5便    | 6便    | 7便    | 8便    | 9便    |
|------|------------------|------|------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 行    | 新白河駅(東口)         | 7:35 | —    | 9:30  | —     | 11:00 | 12:00 | —     | 14:45 | —     |
|      | 福島銀行白河支店(新白河)    | 7:40 | —    | 9:35  | —     | 11:05 | 12:05 | —     | 14:50 | —     |
|      | 福島交通昭和町バス停       | 7:43 | —    | 9:40  | —     | 11:10 | 12:10 | —     | 14:55 | —     |
|      | 白河駅              | 7:50 | 8:35 | 9:45  | 10:15 | 11:15 | 12:15 | 12:45 | 15:00 | —     |
|      | ヨークベニマル横町店向かい    | 7:53 | 8:38 | 9:48  | 10:18 | 11:18 | 12:18 | 12:48 | 15:03 | —     |
|      | 小峰大橋 田町側         | 7:55 | 8:40 | 9:50  | 10:20 | 11:20 | 12:20 | 12:50 | 15:05 | —     |
|      | 白河厚生総合病院         | 8:15 | 9:00 | 10:00 | 10:30 | 11:30 | 12:30 | 13:00 | 15:15 | —     |
| 帰    | 白河厚生総合病院         | —    | 9:00 | 10:00 | 10:30 | 11:30 | 12:30 | 14:15 | 15:15 | 15:45 |
|      | 小峰大橋 田町側         | —    | 9:10 | 10:10 | 10:40 | 11:40 | 12:40 | 14:25 | 15:25 | 15:55 |
|      | ヨークベニマル横町店前      | —    | 9:13 | 10:13 | 10:43 | 11:43 | 12:43 | 14:28 | 15:28 | 15:58 |
|      | 白河駅              | —    | 9:15 | 10:15 | 10:45 | 11:45 | 12:45 | 14:30 | 15:30 | 16:00 |
|      | 福島交通昭和町バス停       | —    | 9:20 | —     | 10:50 | 11:50 | —     | 14:35 | —     | 16:05 |
|      | 福島銀行白河支店(新白河)向かい | —    | 9:25 | —     | 10:55 | 11:55 | —     | 14:40 | —     | 16:10 |
|      | 新白河駅(東口)         | —    | 9:30 | —     | 11:00 | 12:00 | —     | 14:45 | —     | 16:15 |

【おしらせ】・交通や天候の事情により、出発時間、到着時間が遅れる場合がございます。予めご了承ください。