



# 都志見新聞

(医) 医誠会 都志見病院  
http://tsushimi.jp

発行部数 298部  
発行月 1・4・7・10月  
発行人 都志見病院  
広報室

よろしくお願いします



## 令和8年4月 新入職員紹介

今年度の新入職員です! 皆さん、よろしくお願いいたします。



後列左から： 林彩優美 金子智美 神原恵 末成由莉香 國吉琉生  
前列左から： 津枝彩 木下雅仁 山谷優明 福間琴乃 (茅原優(欠席))



## 令和8年4月 新入医局員紹介



令和8年4月より 木下雅仁医師(外科)、山谷優明医師(外科)が  
当院常勤医として着任されました。今回はお二人の先生方にインタビューをしてみました♪

①趣味は? ②尊敬する先生とその理由 ③医師になろうと思ったきっかけは? ④もし医師になっていなければ?

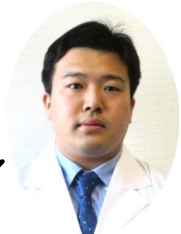


外科：木下 雅仁 医師

- ① 柔道
- ② 和泉唯信(いずみ ゆいしん)先生 柔道も強く、  
医師としても優れており、また、人間力が高い先生です。
- ③ 理不尽さに抗い、理不尽に苦しむ人の力になれば。
- ④ 工学技術者・工学研究者



- ① スポーツ観戦(サッカー、ラグビー)
- ② 多すぎて選べません。  
・各世代で尊敬する方がいらっしゃる。  
・全ての先生に共通して患者さんのことを第一に考えた医療を常に。
- ③ 小学生時代に『過疎地域に迅速かつ高度な医療が必要』と  
感じたエピソードを経験したから。
- ④ 数学の先生



外科：山谷 優明 医師

### 【退任医師のお知らせ】

濱永友花里医師(外科)、兼定弦医師(外科)が令和8年3月31日付で退職致しました。

## 令和7年度 固定チーム発表会]を行いました



3月10日（火）令和7年度固定チーム発表会が開催いたしました。

各部署、1年間チームで取り組んだ成果が発表され、とても有意義な時間となりました。スタッフが減少し、多忙な毎日の中でチームとして課題に取り組んでいくことは大変なことです。今後も看護の質向上を目指していきます。チームリーダー・サブリーダーさんをはじめとする皆さん、お疲れ様でした！

3階病棟・Aチーム（水津）

身体拘束の実際と記録の不一致への取り組み

3階病棟・Bチーム（長岡）

ストーマパOUCH交換《作成したパンフレットを使用して》

5階病棟（西村・竹之内）

オムツ交換の業務改善《オムツ交換業務負担軽減に向けて》

外来・OP室（宮本・長岡・片山）

ACLSを可能な限りシンプルに学ぶ《決まり事を知り、型にはめて行動する》

透析室（仁保・松浦）

透析導入時の「外来通院される方へ」の説明の見直し

6階病棟（岡本・岡）

認知症中等度以上の患者様に対し認知症ケア×コミュニティ音楽療法からADLがどう変化したか



## 看護部 新人研修の報告

新人看護師を対象に実施した1年間の研修を紹介します。  
今年も院外からもご参加され、皆さんよく頑張りましたね。  
成果を実践に活かしてくださいね。  
指導を担当された先輩たちも、お疲れ様でした。



### 2025年度新人研修プログラム

- ①注射の技術 ②記録の書き方 ③経管栄養法・口腔ケア
  - ④吸引法・挿管の介助方法
  - ⑤シリンジポンプ・輸液ポンプの取り扱い
  - ⑥個人情報の取り扱い・入院時の対応
  - ⑦感染予防・滅菌と消毒方法
  - ⑧救急法 ⑨多重業務を解決しよう ⑩医療安全
  - ⑪急変時の対応 ⑫死亡時のケアと退院 ⑬看護倫理
- …を学びました。



## 【令和8年 災害対策訓練】を実施しました



令和8年2月17日、院内で災害対策訓練を実施しました。

今回の訓練は【災害が発生した際の行動の流れを実際に体験し、理解すること】を目的に行いました。各部署では、災害時の対応をまとめた『アクションカード』を確認しながら、それぞれの役割に沿って行動しました。職員は災害初動時の流れに沿って院内の被害状況を確認し、『被害状況報告書』を作成して災害対策本部へ報告しました。災害対策本部では、各部署から集まった情報を整理し、現在の状況や課題をまとめるとともに、医療機関の情報共有システム（EMIS）への入力を行いました。

今回の訓練を通して、今後改善すべき点も多く見つかりました。今後も検討を重ねながら、より実践的な訓練を行い、災害時にも安全で安心な医療を提供できるよう取り組んでいきます。



### 【都志見病院は地域災害拠点病院です】

地域災害拠点病院とは、大きな災害が発生した際に地域の救急医療の中心となる病院です。都志見病院は、萩地域の災害医療の拠点として平成10年に山口県から「地域災害拠点病院」に指定されています。また当院はDMAT指定医療機関として、災害急性期に被災地に駆けつけ、救急治療を行うための専門的な訓練を受けた医療チーム（DMAT隊）を保有しています。

## 第75回萩市駅伝大会に参加しました！《都志見ランナーズ》

1月18日(日)萩市駅伝大会に当院から都志見ランナーズのメンバーを中心に、3チーム計15名が参加いたしました。

日頃より練習を積み重ね参加する人もいれば、練習無しのぶっつけ本番で怪我だけはしないようにストレッチして参加する人もいました。温かい春のようなお天気に恵まれ快走、完走したメンバーの皆さんお疲れ様でした！…みんな都志見チームの名の下に協力を惜しまないすてきな仲間です。



ゲストランナー青山学院大学駅伝チームの4年生阿戸選手、白石選手と記念撮影しました。とても爽やかな笑顔の素敵なお二人でした。(お二人はマネージャーさんとのことですが、二人で5区間を交代で走ってぶっちぎりの先頭ゴール！恐るべし青学！すごいです！)

## 【栄養だより】 今回のテーマ「シラウオ」 栄養管理室

今回から栄養だよりを掲載することになりました。栄養や食品のいろいろな事を発信していきますのでよろしくお願いします。

さて、今回のテーマは「白魚(シラウオ)」です。2～4月に旬を迎えるシラウオは死ぬと透明な身体が白くなることからその名がついたと言われています。萩市の方々はシラウオと聞くと「シロウオ」を連想しませんか？主に松本川河口で獲れるシロウオは踊り食いでも有名ですよね。シロウオは「素魚」と書き、シラウオとは別の魚です。生態や料理法などが似ていて混同されやすいですが、シラウオはシラウオ科でシロウオはハゼ科と分類上は全く別の魚です。ちなみにシラウオは空気に触れるとすぐ死んでしまうので、踊り食いができることは滅多にありません。

### 《シラウオの栄養素》

シラウオはまるごと天ぷらにしたりするなど骨ごと食べられる魚でカルシウム、マグネシウム、リンなどのミネラルが豊富です。

カルシウム	人体に最も多いミネラルで、骨や歯を丈夫にし、筋肉を動かすのにも重要な働きをします。
マグネシウム	約60%が骨に存在します。カルシウムと関わりが強く、ともに筋肉の動きに関わります。
リン	カルシウムに次いで人体に多く含まれるミネラルで全ての細胞に存在しています。骨や細胞の成分になり、骨格の形成や細胞の成長、エネルギー代謝にも関わります。



## No.32

## お花見と身体の反応について

リハビリテーション部 技士長 佛圓 祐基



新たな年度が始まりましたね。桜も咲いてきてお花見に行かれた方もいらっしゃるのではないのでしょうか？

今回は、お花見にかけて、お花見と身体の反応についてお話しさせていただきます。

桜のような季節の景色を見ることは、気分転換になるだけでなく、心や体にもよい影響をもたらす可能性があると考えられています。自然や緑の多い景色にふれることで、血圧や心拍、ストレスの指標がよい方向に変化するという報告があり、桜や新緑のある公園の景色を眺めたときに、街中の景色を見る場合よりも、気分がよくなり、血圧が低かったという報告もあります。また、桜を見るだけでなく、桜を見ながら少し歩くこともおすすめです。日光を浴び景観を楽しみながら歩くことによりセロトニンといった幸せホルモンが分泌される可能性があります。そして、自然の中で体を動かすことは、屋内での運動に比べて、心地よさや楽しさを感じやすいと言われています。

一方で、歩いて行くのが難しい場合でも、車で桜を見に行くことにも意味があります。「これから桜を見に行く」という楽しみができ、目的を持つことは意欲を高めるきっかけにもなります。現地で少し外の空気を吸ってみたり、短い距離を歩いたり移動するだけでも、春を感じるよい時間になるでしょう。

どれくらい歩けばよいか気になる方もいるかもしれませんが、5分、10分でも十分です。大切なのは、無理をせず、自分のペースで楽しむことです。長く歩くことよりも、「気持ちよく過ごせた」「また行きたい」と思えることのほうが大切です。



春の景色を楽しむことは、特別な健康法ではありません。それでも、外へ出るきっかけになり、心を和らげ、少し体を動かす後押しになるかもしれません。今年の春は、桜を見ながら、無理のない範囲で少し歩いてみてはいかがでしょうか。