

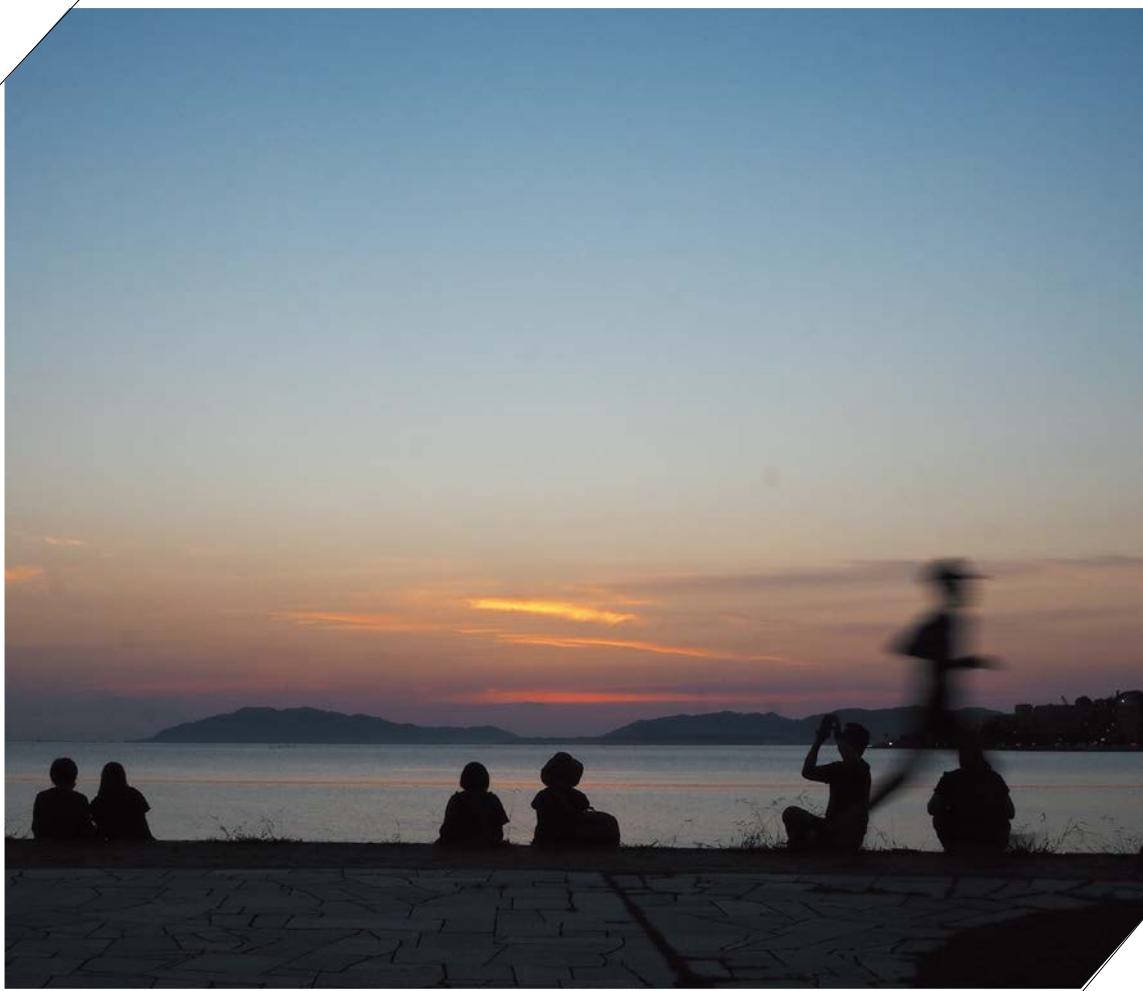
JCHO玉造病院広報誌 Tamatsukuri Now

たまつくり Now

72

2025 | 夏・秋号

- || TOPICS 01 || 健康管理センターのご紹介
- || TOPICS 02 || 玉造病院での研修医体験を通じて
- || TOPICS 03 || 山陰民謡を楽しむ夕べ
- || TOPICS 04 || たまゆアカデミー



夕日の沈む宍道湖



独立行政法人 地域医療機能推進機構
玉造病院
Tamatsukuri Hospital

健康管理センター長
川上 誠



健康管理センターのご紹介

元気で長生き 玉造GO! !

日本人の誰もが健康で長生きできたら、それはいいことなのでしょうか？

ここでは「健康」がキーワードです。兎に角、病気を治して長生きすると医療費がかさむと怪訝な顔をされます。使用する医薬品の査定も厳しくなります。しかしながら、誰しも長生きはしたいものです。一方、健康を維持することは可能です。そして、長生きにもつながり、医療費削減にも寄与できます。

今、健康な人は、その健康を維持しましょう。

今は”ちょっと”という人は、再び元の健康を取り戻してください。

そのための健診です。健診によって早期に異常を発見できます。もし、あなたに、昨日、今日の受診で偶然、膵臓癌が見つかり余命三か月となつたならば、ああ～、それまでの毎年の健診を受ける必要があったかもと悔やまれるかもしれません。疾病の発症率やコストパフォーマンスを考え、事業所は、年一回の健診を行っています。

健康で長生きできたら、それはきっと、とってもいいことです。



内視鏡検査の様子(消化器内科医師 角 昇平)



受診者様からのお声 ～ロコモ健診を受診されて～

【70歳代 男性】

受診させていただき、機器にて全身チェックし、ボディバランスも一目で解りました。歩行軌跡でも左右の足の動きが表示され、右足をかばって歩いていた事に気付かされました。

痛いから病院に行くのではなく、その前の段階でこの健診にて運動ならびにリハビリも受け、健康寿命を伸ばす事が大事だと気付かされました。

病院が率先して全国に向けて健診を広めて、職員全員で活動されることを望みます。

【70歳代 女性】

機器にて自分の機能が隅々までデータ化され、見える化された事には驚きました。データに合わせた説明とアドバイス、生活目標とリハビリ方法を教えていただき、今後の不安も緩和され健康生活への自信とやる気が湧いてきました。

今回は夫婦二人で一緒に受けましたが、一人で受けるよりお互いのチェックも出来、見守り合いの気持ちも生まれ相乗効果を感じられました。

この機会を与えていただき感謝と御礼を申し上げます。

●健診の予約・問い合わせ先●

健康管理センター

TEL 0852-62-1560

受付時間 平日 9:00~17:00

その他 オプション検査あり (こちらは自費検査です)

- 骨粗しょう症検診 (3000円)
- CT内臓脂肪測定検診 (2700円)
- ロコモ健診 (3300円)

オプション検査の予約・問い合わせ先

地域医療連携室 **TEL 0852-62-1591**

受付時間 平日9:00~17:00

玉造病院での研修医体験を通じて チーム医療の重要性と日々の成長の中での

玉造病院歯科口腔外科

歯科臨床研修医

青山 拓未



当院歯科での研修は、外来診療から入院患者さんの口腔管理、周術期ケアまで幅広く関わることで、非常に多くの学びを得ることのできる貴重な時間となりました。

特に日々の診療において、臨床的な技術力、コミュニケーション能力に加えて、身体が不自由な患者さんが多く、そういった患者背景や口腔内だけでなく全身のリスク管理を考慮した治療を施すための幅広い視点や判断力、柔軟な対応力を養うことができました。

今後はこの研修での経験を基に、安全で質の高い医療を提供できるとともに、患者さんとともに歩むことのできる歯科医師を目指して、日々研鑽を重ねていきたいと考えています。



山陰民謡を楽しむ夕べ

病院のロビーにて、整形外科の吉田医師、薬剤師の石原医師、そして安来節保存会の皆さんによる演奏会を開催しました。

この催しは、地域に根差した文化

を大切にする当院の恒例行事として続けてきました。新型コロナウイルス感染症の流行により一時は中止を余儀なくされましたが、昨年から再開し、今年も多くの方々のご協力のもと無事に実施することができます。会場には患者さんや職員が集まり、ロビーが笑顔と活気に包まれるひとときとなりました。

演目は、「安来節」「銭太鼓」「どうよう掬い踊り」など、郷土色豊かな民謡が次々と披露されました。独特のリズムと軽快な所作を交えながら進む舞台は、笑顔と拍手に満ち溢れ、観客の皆様の心を掴んでいました。普段は静かなロビーが、まるでお祭り会場のような温かい雰囲気に変わり、入院中の患者さんからも「病院にいながら元気をもらえた」と喜びの声が寄せられました。

(総務企画課 小原 功己)



開演待ち望む皆さんの様子

さらに、終了の際には自然とアンコールの声があがり、追加の演奏が披露されました。会場は最後まで大きな拍手と笑顔に包まれ、盛会のうちに幕を閉じました。

安来節は、人と人とのつなぎ、地域の伝統が受け継がれた大切な文化です。当院では、今後も医療だけでなく、様々な行事を通じて患者さんや地域の方々に少しでも心豊かな時間を提供できるよう努めてまいります。機会がありましたら、ぜひ一度安来節の魅力に触れていただき、伝統芸能の楽しさを感じただければ幸いです。



吉田先生と石原先生が演奏する様子

たまゆアカデミーに参加しました！

日々酷暑が続く中、6月26日に玉湯町公民館で開催の「たまゆアカデミー」に玉造病院の職員として参加させていただきました！

たまゆアカデミーとは、玉湯公民館が主催する生涯学習講座です。当日お越しただいた玉湯地区の住民の皆様には、当院職員がご用意した「飲み込みテスト」や「体組成測定」、「骨密度測定」など各ブースの検査を体験していただき、その中にご自身の健康状態をお尋ねいたりと、様々な形で皆様の健康づくりや身体状況についてのアドバイスなどのサポートをさせていただきました。開催途中にも「相談して安心できた」などのお声を頂けました！

今回のアカデミーを機に少しでも健康について考えていただけたら、今回会場に足を運んだ職員一同とても嬉しく思います。



今後もこのような活動を通して地域の皆さんに心温まる医療の実践を心掛け、貢献できるよう努めてまいります！

末筆ながら、猛暑の中、当日お越しいただきました玉湯地区の住民の方々、並びにご協力いただきました関係各所の皆様にはこの場を借りて御礼申し上げます。

(総務企画課 清水 祐利)

玉造病院80周年を迎えて



玉造病院は、今年度で創立80周年を迎えることとなりました。当院は、終戦間もない昭和20年11月26日に、玉造温泉の中央部に位置する旅館「暢神亭」を買収し、『玉造整形外科療養所』として開設されました。

開院以来、地域の皆さんに支えられ、歩みを続けてこられましたことに、心より感謝申し上げます。80周年を記念し、当院では「病院80周年記念誌」の発行を予定しております。これまでの歴史や地域とのつながりを振り返りながら、次の世代へとつなげる一冊に

小原 功己
(総務企画課)



また、80周年事業の一つとして当院公式キャラクター「たまつくりん」の80周年記念バージョンを作成しました。この他にも様々な取り組みを行っていきます。

80周年事業の1つとして当院公式キャラクター「たまつくりん」の80周年記念バージョンを作成します。



80周年記念で作成したパネル

秋色茶わん蒸し

朝夕がようやく涼しくなり、スーパーに並ぶ食材が秋色に変わりました。

今回は秋が旬の食材を使用した口当たりの良い洋風茶碗蒸しを紹介します。きのこ類、サーモン（鮭）には骨の健康を支え、カルシウムの吸収を助けるビタミンD、エネルギー代謝を助け疲労軽減の効果が期待できるビタミンB群等が含まれます。ビタミンDは油との相性が良いため、ぜひ香り高いオーレブオイルを使用してチャレンジしてみてください。和風の茶わん蒸しとはまた違った味わいを楽しめます。

材料(2人分) (エネルギー: 220kcal程度)

《餡》	
● マッシュルーム	30g
● スモークサーモン	20g
● ブロッコリー	20g
● 卵	1個
● コンソメスープ	250ml
● オリーブオイル	適量
● 塩	少々



[作り方]

- マッシュルームをお好みの大きさに切り、塩・オリーブオイルをまぜておく。ブロッコリーは火を通してお好みの大きさに切る。
 - 適度に冷ましたコンソメスープに卵を溶きほぐし、茶こしで濾す。
 - マッシュルーム、サーモン、ブロッコリーを耐熱容器に入れて、②のスープを入れ、蒸し器で5~8分程度蒸す。
- 《餡》
- マッシュルームをみじん切りにし、オリーブオイルで炒める。
 - ①にコンソメスープを加え、沸騰したら水溶き片栗粉でお好みのトロミを付け、黒コショウで味を調える。
 - 蒸しあがった茶わん蒸しに適量の餡をかける。



院内保育園があることをご存知ですか？

玉造病院には、職員のお子さん、お孫さんをお預かりする院内保育園があります。園児たちは職員に元気と癒しを与えてくれる存在です。地域の皆様も院内外で園児を見かけましたら、温かく見守っていただけますと幸いです。

【まがたまキッズ保育園 園長さんより】

私たち保育園はお子様と毎日元気に活動中です。お部屋遊びやお散歩を通して“伸び伸び遊ぶこと”、“体を動かす楽しさを味わうこと”を大切にしています。また、春はお花見、ピクニック、夏はダイナミックなプール遊び、秋は運動会やクッキング、冬はクリスマス会と年中行事も充実しています。保護者様にご参加いただく行事もあり、保育園の生活を知っていただく機会や親子で一緒に楽しんでいただける時間を積極的に取り入れています。

(総務企画課 田邊 爽佳)



【写真】
 左 上：お部屋遊び 左 下：プール遊び
 中央上：お花見 中央下：お散歩
 右 上：ピクニック 右 下：クリスマス会

※お預かりしているのは、玉造病院に勤務している職員のお子さん、お孫さん（0歳から小学校入学前）のみです。

理念

私たちは心温まる医療を実践します。

基本方針

- 患者さんの立場に立った安心・安全な医療を行います。
- 医療人として責任を自覚し、高度で良質な医療を行います。
- 整形外科とリハビリテーションの基幹病院として、患者さんの身体機能の回復・維持、生活の質の改善を支援します。
- 地域の医療・介護・福祉機関と連携し、地域に根ざした医療の充実に努めます。
- 人材育成を進め、働きがいのある病院づくりに努めます。

《編集後記》

松江でも記録的な暑さとなった今年の夏、体調管理に苦労された方も多かったのではないかでしょうか。そんな中でも「松江水郷祭」で宍道湖の湖上に打ちあがる計2万1千発の花火は夜空を鮮やかに彩り、湖面に映る光が幻想的な美しさを放っていました。

夏も終わり、宍道湖畔には秋風が心地よい季節となりましたが、いよいよ松江市ゆかりの文豪ラフカディオ・ハーン（小泉 八雲）の妻「小泉 セツ」をモデルにした、NHKの朝の連続ドラマ小説「ばけばけ」の放送が始まりました。松江の街並みや風土、『怪談』という文化的な遺産を背景に、地域の魅力を発信してくれることを期待しています。



独立行政法人 地域医療機能推進機構
玉造病院
 JCHO Tamatsukuri Hospital

〒699-0293 島根県松江市玉湯町湯町1-2
 TEL.0852-62-1560

ホームページからたまつくりNowがダウンロードできます。
<https://tamatsukuri.jcho.go.jp>

患者様の権利

あなたは、人種・国籍・性別・年齢・宗教、その他の個人的な背景に拘らず、差別なしに適切な医療を受ける権利を持ちます。

あなたは、担当の医師や病院を自由に選択できる権利を持ち、またどの治療段階においても、他の医師の意見を求める権利を持ちます。

あなたは、すべての医療上の記録を知る権利を持ちます。また、医師から症状について十分な説明を受ける権利を持ち、自分自身に関わる治療方針を自由に決定できる権利を持ちます。

あなたのプライバシーと個人情報は完全に保護いたします。