

JCHO玉造病院広報誌 Tamatsukuri Now

たまつくり Now

73

2026 | 80周年記念号

- | | |
|-----------|------------------------------------|
| 院 長 挨 拶 | 玉造病院創立80周年を迎えて |
| TOPICS 01 | フレイルを知り、転倒を防ぎましょう |
| TOPICS 02 | 第10回JCHO地域医療総合医学会
「JCHO学会」に参加して |



独立行政法人 地域医療機能推進機構

玉造病院
Tamatsukuri Hospital



玉造病院創立80周年を迎えて

院 長 和田山 文一郎

当院は1945年11月、玉造温泉に厚生団玉造整形外科療養所として開設後、厚生年金玉造整形外科病院を経て1981年に玉造厚生年金病院として現在の場所に新築移転されました。その後2014年に独立行政法人地域医療機能推進機構の傘下に編入されました。編入の際には閉院の危機もありましたが、職員やOBはもとより地域の住民の方々の当院存続に向けた熱い思いにより存続されました。地域医療機能推進機構に編入後は比較的円滑に病院運営がなされてきましたが2020年にコロナウィルス感染が世界中で広がりました。

コロナウィルス感染症は、2019年12月頃、中国・武漢市（湖北省）で新型コロナウイルス（SARS-CoV-2）による肺炎が報告されたのが始まりとされています。世界保健機関（WHO）が「パンデミック（世界的流行）」と認定したのが2020年3月11日。WHOはこの感染症による「国際保健上の緊急事態（PHEIC）」が2023年5月5日に終了したと発表しています。ただし「収束」という意味で完全に感染がなくなったということではなく、公衆衛生上の最高警戒段階が終了したという意味合いです。2026年現在も死に至るような重篤な症状を来すことは非常に減ったものの、いまだに燃り続けています。

全世界の累計確認感染者数：約 7.04億人（704,753,890人）。全世界の累計確認死者数：約 7,010,681人。日本の累計確認感染者数（報告ベース）：33,803,572人。日本の累計確認死者数：74,694人。

2020年1月16日：日本国内で初の感染者を確認（中国・武漢からの帰国者）。2020年2月：「ダイヤモンド・プリンセス号」横浜港で検疫実施（国内外で注目）。2020年3月～4月：全国的な感染拡大。2020年4月7日：第1回緊急事態宣言（東京・大阪など7都府県→のち全国へ拡大）。2021年2月：医療従事者からワクチン接種開始（主にファイザー製）。2021年4月～9月：第3・第4波により複数回の緊急事態宣言・まん延防止等重点措置を発令。2022年1月～：オミクロン株による第6波発生。自宅療養者が急増→「全数把握」から「重点把握」方式へ。ワクチン3回目（ブースター）接種を推進。水際対策強化（入国制限・隔離）→徐々に緩和。観光入国の段階的再開（2022年10月、個人旅行も解禁）。2023年5月8日：感染症法上の分類を「2類相当」から「5類」へ変更。マスク着用：2023年3月から「個人の判断」に。

2020年の感染が広がりだした当初、人々は未知の感染症に対して非常に恐れ、神経質になりました。患者の隔離は度を越えて嚴重化し、人工呼吸器をつけた重症患者との面会はICUのガラス越しにしか許されませんでした。最後の看取りに家族が手や顔を触れる事は出来ませんでした。我々は新規のウィルス感染がどのように広まり、収束するかを目の当たりに経験する事が出来ました。対策として何が有効で何が無効であったか検証し、次なる感染症が発生した時にそれを生かさなければなりません。現在マスクをしている人はほとんどいなくなりましたが、まだしている人もある程度います。医療者のマスク使用は終息後も



百日紅(サルズベリ)

連綿と続いています。わたくしはマスクをすると耳にかけている部分が痛くなるのでもうそろそろマスクの着脱は病院内でも個人の裁量に任せてもよいのではと思っています。人々の日常生活が完全にコロナ前に戻ったかという微妙にそうでもないように思います。宴会は規模や頻度が減ったままという気がしますし、対面が増えてきたとはいえリモートでの会議は一定数存在します。通勤客数もコロナ前と比較して8から9割戻りだそうです。やはりコロナ感染は社会に非常に大きな影響を与え、人々の暮らし方を大きく変えたと言えます。

現在、赤字を抱える病院が急増しています。当院も経営状態は厳しく、職員が一丸となって収益改善に向けて努力しなければならない状況です。建物も築44年が経過し、雨漏りや空調の効きが悪いなど老朽化の症状があちこちに見られるようになりました。よりよい形での90周年、またその先の100周年に向けて、勇往邁進していく所存です。



玉造厚生年金病院時代(左:冬 右:秋)

旧病院からの継承

総務企画課長 深津 英夫

昭和56年12月に、玉造温泉街にあった旧病院から現在の地へ移転して、はや44年の歳月が流れました。移転は、単なる建物の移動ではなく、玉造病院が担ってきた地域での医療の使命と、そこで診療に従事されてきた先輩方の精神を次代へと引き継ぐ大きな節目でもあったと思います。その思いを受け継ぐため、移転の際に旧病院の象徴ともいえるいくつかの品々が現病院へ運ばれていますので、代表的なものについてご紹介します。

ひとつは、旧病院の正面玄関に静かに根を張っていた蘇轍（ソテツ）の木です。幾度もの季節の移ろいとともに、患者や職員の歩みを見守ってきたこの木は、新病院においても正面玄関前のロータリーに据えられ、宍道湖から吹いてくる強風から来院者を守りながら、病院の歩みを今も見つめてくれています。

ふたつめは、場所は不明ですが旧病院に設置されていた丸型ポストです。当時は携帯電話もメールもない時代であり、診療の依頼や事務連絡にとどまらず、入院患者さんと家族を結ぶさまざまな思いが託された小さな窓口であったかと思われます。新病院でも正面玄関横にあり、赤い円筒形のその姿は、時代の空気を宿した存在として多くの人々の記憶に刻まれているのではないかと思います。手紙や思いを受け止めてきたこのポストは、病院が地域と心を通わせてきた証しでもあります。

もうひとつに、碧瑪瑙（あおめのう）の原石があります。旧病院建設前は玉造温泉旅館暢神亭を買収して当院の歴史がスタートしたわけですが、70年史のOBからのメッセージによれば、暢神亭に新婚客用の離れの間として造られていた「瑪瑙の間」にあったもので、開設当初から受け

継がれてきた数少ないものの一つです。新病院では、待合ロビーの目の前にあり癒しの空間である中庭に置かれ、怪我や痛みで来院された患者さんに一時の安らぎを与えてきてくれました。おそらく、玉造花仙山のめのう脈から採掘されたものと思われますが、80周年を期に正面玄関へ場所を変え玉造の地で歩んできた当院の宝として来院者に楽しんでいただければと考えています。長い時間をかけて形成されたその石は、病院が歩んできた歳月と重なり、その重みを語りかけてくれると思います。

これらの品々は、80年にわたり積み重ねてきた職員の志、地域との絆、そして心温まる医療を実践するための象徴する存在です。今後も、玉造病院の歴史の礎として、次の時代へと継承されることを願います。

（追記）

上記以外にも、旧病院の「瑠璃の間」にあった庭石（地下倉庫に保管）の他、椿の木やしだれ梅（中庭に移植?）などが移されてきたとのことです（※70年史のOBからのメッセージより）。将来の建替時に何らかの形で配慮されることを願い付記しておきます。





玉造整形外科療養所(1945)



昭和天皇行幸(1947)



玉造整形外科病院(1956)



玉造厚生年金病院(1981)



第1回市民公開講座(2011)



第1回関節と骨の健康フェスタ(2012)



人工関節1万例記念植樹(2017)



開設80周年記念 職員懇親会(2025)



フレイルを知り、転倒を防ぎましょう

年齢を重ねるにつれて、「歩く速度が遅くなった」「立ち上がるのがつらい」「最近つまずきやすい」と感じることはありませんか。こうした身体の変化の背景には、フレイルが関係している可能性があります。フレイルとは、筋力や体力の低下を中心に、活動量や栄養状態の低下が重なった心身の虚弱状態を指します。進行すると、転倒や骨折を起こしやすくなり、要介護状態へつながる危険性が高まります。

図1は、日本人高齢者における身体的フレイルの年齢別有病率を示しています。65～69歳では1.9%ですが、75～79歳では10.0%、80～84歳では20.4%、85歳以上では35.1%と、年齢とともに急激に増加します。後期高齢者では約3人に1人がフレイル状態であり、早めの対策が重要です。

また、フレイルはロコモティブシンドローム（ロコモ）とも深く関係しています。ロコモは、骨・関節・筋肉など運動器の衰えによって移動能力が低下した状態で、フレイルと重なることで歩行の安定性が低下し、転倒の危険性が高まります。

フレイル・ロコモ予防の基本は、下肢筋力とバランス能力の維持です。自宅でできる運動として、①椅子からの立ち上がり運動（腕を使わず立ち上がり、ゆっくり座る動作を10回×1～2セット／日）、②片脚立ち（机や壁に手を添えて左右各10～20秒×2～3回／日）、③踵上げ運動（つま

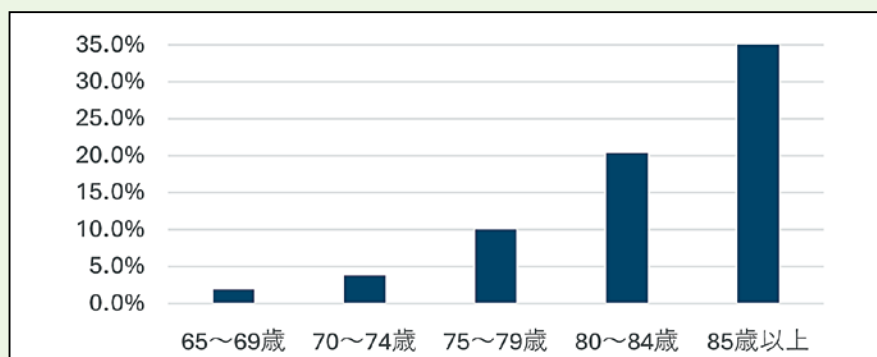
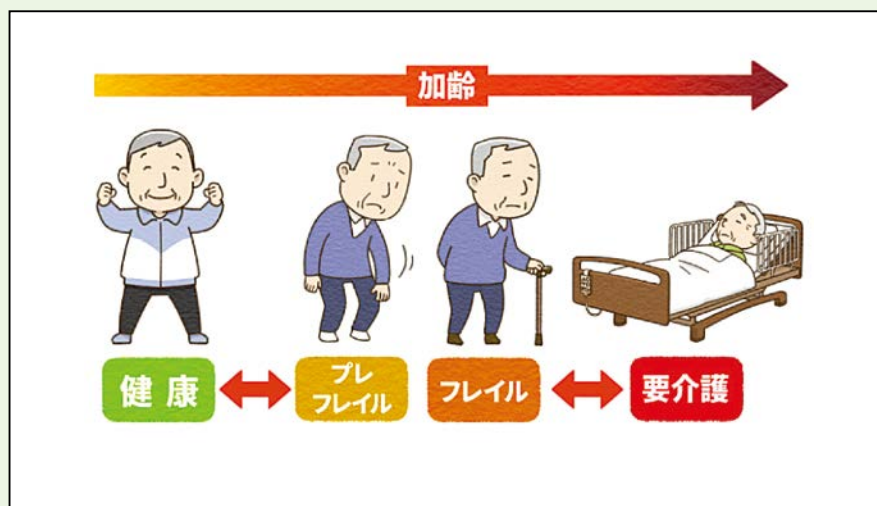


図1 年齢層の身体的フレイルの割合

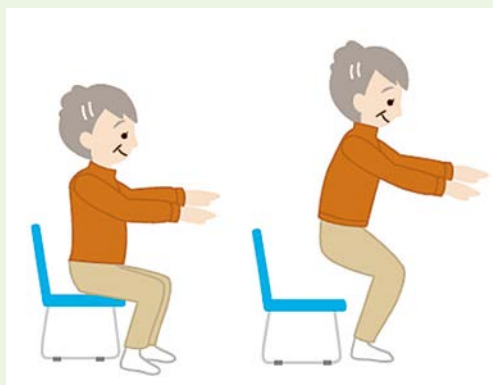


先立ちになり、ゆっくり踵を下ろす動作を10～15回×1～2セット／日）がおすすめです。踵上げ運動は、歩行時の蹴り出しを担う筋肉を鍛え、つまずき予防に効果的です。

運動は必ず安定した場所で行い、ふらつきや痛み、息切れが出た場合は中止してください。無理のない範囲で毎日継続することが、転倒予防への近道です。歩行や動作に不安を感じた際は、早めに医療機関や専門職へ相談しましょう。

フレイル・ロコモ予防運動

出典：理学療法ハンドブック シリーズ1健康寿命、シリーズ18転倒予防



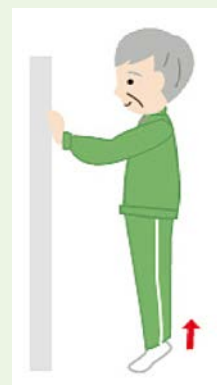
①椅子からの立ち上がり運動

（腕を使わず立ち上がり、ゆっくり座る動作を10回×1～2セット／日）



②片脚立ち

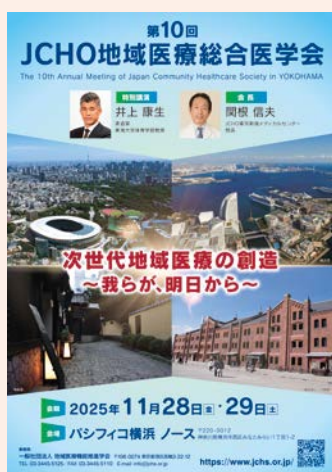
（机や壁に手を添えて左右各10～20秒×2～3回／日）



③踵上げ運動

（つま先立ちになり、ゆっくり踵を下ろす動作を10～15回×1～2セット／日）

TOPICS 02



最後に、このような発表をする機会をいただき、また、ご指導ご鞭撻いただいた共同演者の方々には深く御礼申し上げます。

また、他病院の職員の皆様と意見交換をし、他病院の現況と私と同様のシチュエーションにあたって、どのような考え方で業務にあたっているか、どのような視点をもって取り組んでいるのかを学ぶことができました。今後は、さらに患者さんに寄り添ったチーム医療に近づけるよう今学会での学びを日々の業務に活かし、患者さんや医療現場へ還元したいと思います。

11月28・29日にパシフィコ横浜ノースで開催された第10回地域医療総合医学会（JCHO学会）に参加させていただきました。今回、私は演者として「チーム医療」をテーマにしたセッションに参加し、「回復期リハビリテーション病棟におけるOHAATを活用した歯科口腔外科受診の現状」について報告しました。報告後は、他病院から質問を頂いたほか、座長から示唆に富んだコメントをいただきました。自身の報告前後には、他病院の皆様の報告を聴講させていただきました。私と同様に回復期リハビリテーション病棟におけるチーム医療に焦点を当てたものや医療の質、人材育成など、その報告の演者・内容の多様さから、改めて多職種による連携の実感をえました。



摂食嚥下障害看護認定看護師

伊藤 道代

第10回JCHO地域医療総合医学会
「JCHO学会」に参加して



当院に新しい力が加わりました！

昨年11月から、当院へ梅原薬剤師が入職しました。北海道から移住したという梅原薬剤師に仕事のことは勿論、島根での暮らしについてインタビューしました。

●当院への入職を決めた理由は？

島根へ旅行した際、人も土地も素敵なところで、住んでみたいと思い、去年11月に札幌から越えてまいりました。外科系の病院に勤務していた経験から、同じく外科系の病院でお役に立てたら良いと思っていたところに玉造病院の薬剤師の募集を見つけ、入職を決めました。

●現在担当している業務内容は？

調剤が主で、病棟業務は東2階を担当しています

●薬剤師として大切にしていることは？

患者さんにわかりやすく伝えられるように気をつけています。病院にいらっしゃる患者さんはどこか具合が悪く、気持ちの余裕もあり無いと思いますので、リラックスしていただけるようお話しするようにしています。

●実際に働いてみて感じた、職場の雰囲気や印象は？

薬剤部の皆さんも他部署の皆さんも優しい方ばかりで、あたたかく受け入れていただけてありがたいです。病棟で患者さんとお話していると方言がわからず申し訳ないときがあります。先日、ある患者さんが「リハビリがたいがい」とおっしゃられ、私の頭がハテナでいっぱいになってしまいました。方言リスニングを強化していきたいです。

●今後の目標…

最近、骨粗鬆症の薬剤の処方が多いので、その知識を深めていきたいです。



★住んでみて気づいた島根の良さ

自然豊かで静かで素敵なおとこだと感じています。島根県産の野菜や牛乳、お茶もおいしいです。ただ、冬の寒さに驚いています！こんなにたくさん雪が降るとは思いませんでした。風も強く、冬の日本海、恐るべしと実感しています。

理 念

私たちは心温まる医療を実践します。

基本方針

1. 患者さんの立場に立った安心・安全な医療を行います。
2. 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。
3. 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。
4. 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。
5. 人材育成を進め、働きがいのある病院づくりに努めます。

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には完全に保護いたします。

《編集後記》

おかげさまで、当院は2025年で開設80周年を迎えました。昭和、平成、令和と、激動の時代の中で地域医療の灯を守り続けてこられたのは、ひとえに地域の皆さまの温かいご支援があったからこそと、深く感謝申し上げます。今号の表紙では、開院当時から現在までの歩みを写真で振り返っています。

この10年だけでいうと、一番は未知の感染症との闘いでしょうか。緊急事態宣言や県を越えての移動禁止等に加え、当院でも長期にわたり面会制限をさせていただき、患者さんご家族の不安や不満は計り知れないものだったと思います。

我々としても、正解のない問いに立ち向かう日々でした。防護服に身を包み、刻一刻と変わる状況に神経をすり減らす毎日。家族への感染を恐れ、帰宅をためらい、孤独な夜を過ごした職員も少なくありませんでした。そんな苦境にあっても、地域の方々から寄せられた「頑張って」という励ましや、温かいご支援が私たちの支えになりました。

私たちはこれからも「玉造の地にこの病院があってよかった」と思っていたらいいよう、100周年に向けて心温まる医療を積み重ねてまいります。



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>