

にじいろ

1月
発行

新年挨拶	2
健診センター・新任ドクター	3
災害医療	4
病院で働く資格	6
マイナ保険証・連携懇話会	7
栄養NEWS	8



シンボルマークの色について

赤は「人々」、「情熱」、濃青色は「冷静さ」、「清潔感」、「信頼感」、緑色は「自然」、「命」、「繋がり」を意味しています。



二〇二四年度 防災訓練

災害拠点病院として災害における医療体制の充実強化を図る

2025年 新年のごあいさつ

謹んで新春のお慶び申し上げます。
本年も皆様の健康と幸せを心より
お祈り申し上げます。



新年おめでとうございます。
今年こそ、人々の争いが減り、平和な世界が訪れることを願います。



茨城県西部医療機構
理事長 **水谷太郎**

「病院づくりは地域医療づくり、そしてまちづくり」を合言葉に地域の皆様と新たな一歩を踏み出したいと思っております。



茨城県西部メディカルセンター
病院長 **梶井英治**

第8次茨城県保健医療計画とかかりつけ医機能報告制度に備えるため、ご指導・ご鞭撻のほどよろしくお願い申し上げます。



筑西診療所
所長 **佐々木 将人**

新年を迎え、皆さまが笑顔で過ごせる日々が増えますように看護及び介護の力を発揮してまいりたいと思っております。



茨城県西部メディカルセンター
看護部長 **菊地里子**

2025年
3月3日
受付開始



2025年度春オープン予定 健診センターの 予約受付が始まります

予約方法

基本的にはお電話での予約となりますが、当健診センター窓口でもお受けいたします。詳細は当施設のホームページをご確認ください。具体的な予約手順を掲載しております。
※3月3日以前のご案内や予約は対応できません。




健診・予防センター
ホームページ



皆様のご予約をお待ちしております。



予約可能な期間

2025年5月～2026年3月末日まで
休業日：土日祝日・年末年始
お問合せ：0296-24-9135 (11:00～16:00)

予約枠には限りがございますので、お早めにお申込みください。
詳細はホームページをご覧ください。皆様のご利用をお待ちしております。

新任ドクター紹介

ふどの たいぞう
眼科 **不殿 大蔵**

2024年11月1日付で着任いたしました。よろしくお願いいたします。

おつれさまでした

2024年10月31日をもって、吉田祐史医師（眼科）が退職いたしました。

健診センター建設工事レポート vol.2

10月末に外壁足場が組みあがり、外壁パネルが取り付けられました。内部では、配管や機械設備の設置工事、サッシやガラスの取り付けなどの建具工事、壁のボード張りなどの内装工事が進んでいます。



外壁足場が組みあがった外観



建物内部の様子

進捗状況公開中




特集 災害医療

日本は地震や台風、豪雨などの大災害が起こる「災害大国」と言われています。もし住んでいる地域で大規模災害が起きてご自分やご家族が被害に遭ったら、どうなるのか？このような想像をしたことがあるでしょうか。今回は、緊急時に受けられる医療である災害医療について、災害医療と通常時の医療との違い、災害拠点病院の役割について解説します。

災害医療とは？

災害医療とは、地震や台風、豪雨などの自然災害、大規模事故、テロなどの災害発生時に行われる医療のことです。

災害医療の特徴

災害医療における最大の特徴は、**医療の需要が供給よりも上回っている点**です。つまり、病院や医師の数に対して患者数が圧倒的に多い状況となります。時間や人員などの医療資源が通常時よりも限られるなかで多くの患者や傷病者への対応が求められる状況になります。

災害医療の目的

このような状況の中、災害医療の最大の目的は、**1人でも多くの「救える命を救う」こと**です。災害の発生時、家屋や道路が破損し、被災した傷病者が多くなります。医師や看護師など医療資源が限られた中で、**1人でも多くの「救える命を救う」ためには、命の危険に関わる重症・緊急度の高い傷病者を優先（トリアージ）して医療行為を提供します。**

災害医療におけるトリアージ

トリアージとは、多くの傷病者が発生している状況において医師等が傷病の緊急度や重症度を判定し治療の優先順位を決めることです。

判定された結果はトリアージタグと呼ばれるメモ付の札で管理されます。トリアージタグは「黒・赤・黄・緑」の4色です。該当する色のタグが一番下になるように残りの部分は切り取られ、傷病者の手首や足首につけられます。



災害医療と救急医療の違い

救急医療とは、交通事故、突然の心肺停止、アナフィラキシーショックなどの予期せず発生した怪我や病気に対応するための医療です。救急医療はあくまでも平常時の対応となるため、十分な人員や医療資源が用意され、比較的冷静な判断のもとで医療行為を提供することができます。

	災害医療	救急医療
タイミング	災害発生時	平常時
状態	災害時に発生した怪我や病気	急性のある怪我や病気
人員や物資	不足していることが多い	充足していることが多い



災害医療と救急医療では、医療行為を提供するタイミング、人員や物資の状況が決定的に異なります。

4つのトリアージタグと特徴

0：黒タグ 優先順位：4位
特徴：息を吐いていない・助けられない

I：赤タグ 優先順位：1位
特徴：バイタルが不安定・重症

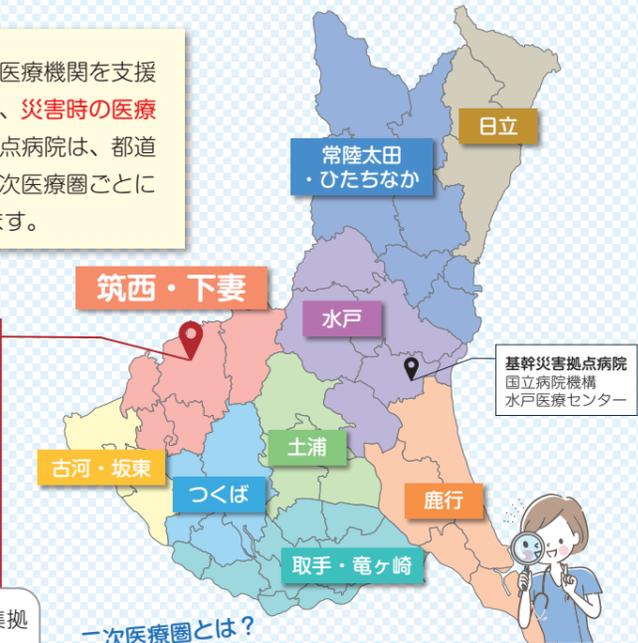
II：黄タグ 優先順位：2位
特徴：バイタルは安定・待機できる

III：緑タグ 優先順位：3位
特徴：自力で動ける軽傷

災害医療に大きな役割をはたす災害拠点病院

災害拠点病院とは？

災害拠点病院とは、災害発生時に災害医療を行う地域の医療機関を支援する機能を有し、重症・重篤な傷病者を受け入れるなど、**災害時の医療救護活動において中心的な役割を担う病院**です。災害拠点病院は、都道府県の中心的な役割を果たす「基幹災害拠点病院」と二次医療圏ごとに原則1か所以上整備される「地域災害拠点病院」があります。



筑西・下妻医療圏唯一の地域災害拠点病院

茨城県西部メディカルセンターは、**筑西・下妻医療圏の災害医療を担う「地域災害拠点病院」**として茨城県より指定されています。



この地域で災害が発生した時に、参集拠点として他の医療機関のDMAT*や医療チームの支援を受け入れる体制を整えています。

*災害派遣医療チーム：災害急性期に活動できる機動性を持ったトレーニングを受けた医療チーム

二次医療圏とは？

二次医療圏は、疾病予防から入院治療にいたるまで、地域住民の幅広いニーズに対応することを目標に複数の市町村をまとめて1単位としており、救急医療を含む一般的医療を提供できるよう設定されています。

参考：茨城県「災害医療について」

様々な要件と基準をクリアして指定を受けています

災害拠点病院としての機能

災害に備えて、運営体制、施設・設備を整備しています

- DMAT**：災害派遣医療チームを保有。派遣体制あり
- 24時間対応**：災害発生時、24時間の緊急対応が可能
- ヘリポート**：敷地内にヘリコプターの離発着場あり
- 簡易ベッド**：患者多数発生時に対応可能な備蓄あり
- 自家発電**：通常時の6割程度の自家発電機あり
- 衛星通信**：衛星電話・衛星回線・インターネット利用可能
- EMIS**：広域災害・救急医療情報システムに参加
- 定期訓練**：定期的な訓練を実施。災害時の支援体制あり
- 耐震耐火構造**：病院機能のある施設が耐震耐火構造である
- 食糧**：災害食・飲料水・医薬品等3日分程度備蓄あり
- 搬送車両**：DMATなどの派遣に必要な緊急車両あり
- 水**：受水槽・停電時使用可能な地下水設備あり

2024年度 防災訓練を実施しました

2024年11月17日、筑西市に震度7の地震発生を想定して、新興感染症を踏まえた被災傷病者受け入れ訓練を実施しました。訓練には、筑西市、真壁医師会、筑西保健所、筑西広域消防本部、筑西警察署、近隣医療機関にもご参加いただきました。ご参加いただいた皆様にはあらためて感謝申し上げます。今後も災害拠点病院としての役割を果たせるよう努めてまいります。



災害時重要施設であるHCU患者の状態確認や安全確保、機器の復旧について流れや手順を確認



安全確認後、災害対策本部を設置。本部長（病院長）から本部構成員を任命



トリアージポストにて、トリアージ（重症度による傷病者の振り分け）を実施



重症緊急度が高い傷病者（赤タグ）の診療



真壁医師会による軽傷患者（緑タグ）対応



新興感染症対応訓練（手指衛生）

監修 専門監 水越 輝夫

病院で働く資格 有資格者インタビュー

病院ではいろいろな資格を持った職員が働いています。資格を持った職員にインタビューしました。資格取得の流れも掲載します。

診療放射線技師 (国家資格)

飯泉：よろしくお願いたします。まず、資格名を教えてください。
倉持：資格名は、診療放射線技師 です。

飯泉：では、その資格を取ろうと思った理由はなんですか？
倉持：学生時代運動部に所属し活動していた頃、怪我をして検査を受けた際に診療放射線技師という職業があることを知り興味を持ちました。怪我や病気の早期発見に貢献できる部分に魅力を感じました。

飯泉：その資格はどうすれば取ることが出来ますか？
倉持：大学や専門学校などで3年以上診療放射線技師として必要な知識や技能を習得した後、国家試験に合格することで資格を取ることが出来ます。
高校卒業→4年制大学
3年制短期大学
3年制専門学校

飯泉：倉持さんはどのような進路で資格を取得されましたか？



インタビュー
倉持 梨々香さん (1年目)
聞き手
飯泉 あすみさん

倉持：はい、4年制大学を経て資格取得しました。実習は約3ヶ月間行いました。

飯泉：資格を取ってどのような仕事をしていますか？
倉持：医師の指示の下、医師が怪我や病気を診断するために必要な画像を一般撮影やCT、MRIで撮影しています。よりよい画像を提供するためには患者さんの協力が必要不可欠なのでしっかりとコミュニケーションを取りながら検査を行っています。

飯泉：資格を取ってよかったことはありますか？
倉持：患者さんと接する時間は短いですが、その中で患者さんの怪我や病気の早期発見に貢献できる部分にやりがいを感じています。また、検査終了後「ありがとう」と言われると資格を取ってよかったなと思います。

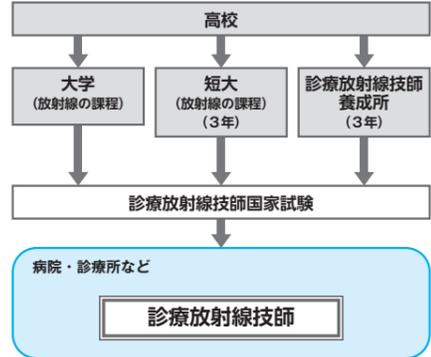
飯泉：病院に貢献したいことはありますか？
倉持：よりよい画像を提供することはもちろん、画像を撮影するだけではなく読影^{※1}の補助としての知識、技術を身に付けチーム医療に貢献したいと思っています。

飯泉：今後の夢はありますか？

倉持：覚えるべきことはまだまだたくさんありますが、業務に慣れてきたら、次のステップとしてマンモグラフィやCT、MRIなどの認定技師を取得し自分自身のスキルアップに努めたいと思っています。

飯泉：夢のお話をされる倉持さん、笑顔がとても素敵でした。また、診療放射線技師さんは、病院にとってなくてはならない大切な役割だということが良く分かりました。今後のご活躍を応援しています。本日はありがとうございました。

※1 医療機関で撮影された画像を医師が読み解き、病気やケガの診断を行うこと



参考：職業情報提供サイトjobtag (厚生労働省)
<https://shigoto.mhlw.go.jp/User/Occupation/Detail/163>

2024年12月2日～

マイナ保険証を利用する仕組みがスタート

2024年12月2日以降、従来の保険証は新たに発行されなくなり、マイナ保険証を利用する仕組みに移行していきます。マイナ保険証を利用することで、いつもの通院やその他の場面でも様々なメリットがあります。

マイナ保険証とは？
「マイナ保険証」とは、健康保険証の登録をしたマイナンバーカードのことです。医療機関の顔認証付きカードリーダーなどで、健康保険証としての利用登録をすれば、これまでの健康保険証の代わりになります。

データにもとづくより良い医療を受けることができます
医療機関を受診した際に、お薬の情報や健診結果の提供に同意すると、他医療機関の診療データを確認しながら診療・治療を受けることができます。

高額療養費制度がスムーズに利用できます
マイナ保険証で受診すると、医療費が高額になった時、窓口での負担額が軽減されたり、限度額適用認定証の書類申請手続きをする必要がなくなります。

マイナポータルで確定申告の医療費控除がカンタンにできます
マイナポータルから保険医療を受けた記録が参照できるため、領収証を保管・提出する必要がなく、簡単に医療費控除申請の手続きができます。

就職・転職・引越後も健康保険証等として利用できます
マイナ保険証は、医療保険者への手続きが済んでいれば医療機関・薬局で利用できます。

茨城県西部メディカルセンターでは、マイナンバーカードの健康保険証利用登録ができます。詳しくは、総合受付窓口までお声掛け下さい。

第3回真壁医師会・茨城県西部医療機構

連携懇話会を開催しました



2024年11月29日に第3回 真壁医師会・茨城県西部医療機構 連携懇話会を開催しました。当会は、真壁医師会と共同で開催することで、地域医療に従事する医師同士が連携を深め、意見交換を行い、二人主治医制の促進を目的としています。今回は、真壁医師会から29名、茨城県西部医療機構から17名の医師が集い、和やかに開催されました。



真壁医師会会長
榎戸 久 先生挨拶



茨城県西部メディカルセンター
診療科紹介



茨城県西部医療機構医師挨拶





栄養 NEWS では、普段の食生活で気を付けてほしいポイントや、その時期にあった栄養情報をお届けします。



非常時に不足しがちな栄養素

地震や水害などによる大規模災害時、避難生活が長期化すると、栄養の偏りなど様々な栄養・食生活上の問題が発生します。避難所での生活は、おにぎりやパンなど炭水化物（糖質）が中心になり、たんぱく質やビタミン、食物繊維が不足しがちになります。栄養不足はあらゆる体調不良の原因となり、長引くと大きな病気につながる危険性があります。

水分不足に注意

被災時は飲料水の不足やトイレ数の不足や制約によりトイレに行く回数を減らそうと水分摂取量を控えがちになります。水分の摂取不足は、脱水症・エコノミークラス症候群・慢性疾患の悪化などのリスクが高くなります。積極的に水分をとるようにしましょう。（ただし、持病により普段から水分摂取量に制限がある方は医師の指示に従いましょう）

栄養コラム 災害時の備蓄食品

一般的なごはんや麺類はもちろんのこと、不足しやすいたんぱく質やビタミン、ミネラル、食物繊維を補える食品も一緒に備えておきましょう。



どんな食品を選べばいいの？

◆たんぱく質の多い食品

缶詰（大豆水煮缶、サバ缶、ツナ缶、アサリ缶など）
常温保管できる魚肉ソーセージ
レトルト食品など

◆ビタミン・ミネラル・食物繊維の多い食品

雑穀ミックス（白米と一緒に炊く）
乾物（海藻ミックス、カットワカメ、ひじき、切り干し大根）
缶詰（果物缶、ミックスビーンズ缶など）
缶ジュース（果実ジュース、野菜ジュースなど）
ドライフルーツ、ミックスナッツなど



はじめよう！ローリングストック

ローリングストックとは、普段の食品を少し多めに買い置きしておき、賞味期限を考えて古いものから消費し、消費した分を買い足すことで、常に一定の食品が家庭で備蓄される状況を保つための方法です。災害時に使用する非常食だけではなく、日常で使用し、災害時にも使えるものをバランスよく備えることが大切です。

監修 栄養管理科 中島 みどり



地方独立行政法人 茨城県西部医療機構

茨城県西部メディカルセンター

Ibaraki Western Medical Center

〒308-0813 茨城県筑西市大塚 555 番地
TEL : 0296-24-9111 (代表) FAX : 0296-24-9171
予約センター : 0296-24-9172 (月曜～金曜 9:00～16:00)
HP : <https://www.iwmo.or.jp/>

- 診療科 内科、小児科、外科、整形外科、形成外科、脳神経外科、小児外科、眼科、耳鼻咽喉科、リハビリテーション科、放射線科、皮膚科、泌尿器科、婦人科、救急科、麻酔科（水谷太郎）
- 受付時間 初診 月曜～金曜 8:30～11:00
再診 月曜～金曜 8:00～16:30
- 診療時間 9:00～17:00
- 休診日 土曜日・日曜日・祝日・年末年始



地方独立行政法人 茨城県西部医療機構

筑西診療所

Chikusei Clinic

〒308-0847 茨城県筑西市玉戸 1658 番地
TEL : 0296-28-2261 (代表)
FAX : 0296-28-4471
HP : <https://www.iwmo.or.jp/page/dir000008.html>

- 診療科 内科
- 外来診療日 月曜日～金曜日 9:00～12:00
(受付は8:30～11:00)
- 訪問診療日 月曜日～金曜日 8:30～17:15
- 休診日 土曜日・日曜日・祝日・年末年始



茨城県西部医療機構の職員(正規・非正規職員)募集中

病院ホームページをご覧ください。お電話にてお問い合わせください。

■問い合わせ 事務部人事課 TEL : 0296-24-9111 HP : <https://www.iwmo.or.jp/>

