

新年のごあいさつ	2
地域医療シンポジウム・ 下館小学校職業フォーラム	3
新興感染症発生想定合同訓練	4
防災訓練、筑西診療所	6
病院フェスタ	7
栄養NEWS	8

にじいろ



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。



**「つながる医療・行政・地域・
第2種感染症指定医療機関」
感染症に対応できる仕組みづくり**

2026年 新年のごあいさつ

謹んで新春のお喜びを申し上げます。
皆様にとって素晴らしい一年となりますよう、
心よりお祈り申し上げます。





新年おめでとうございます。
寛容で平和な世界が実現することを望みます。

茨城県西部医療機構
理事長 **水谷太郎**




本年も皆で地域医療を守り育てる“わ”を大きくしましょう。
よろしく願いいたします。

茨城県西部メディカルセンター
病院長 **梶井英治**




市民の皆様の期待に添えるように、救急アクセスと、高齢者医療の充実を目指して努めていきたいです。

筑西診療所・茨城県西部メディカルセンター
所長・副病院長 **近藤 匡**



あけましておめでとうございます。
健診・人間ドックを通じて皆様の健康をお守りいたします。

ちくせい総合健診センター
センター長 **松村 明**



新年おめでとうございます。
皆さまが、こころ穏やかに過ごせますように。

茨城県西部メディカルセンター
看護部長 **菊地 里子**



ちくせい地域医療シンポジウムに参加しました。

ちくせい地域医療シンポジウム、テーマ「みんなでつくりあぐみんなの地域医療」が9月21日（日）に筑西市役所 スピカ6階コミュニティプラザにて開催されました。
プログラムでは、講演「地域医療の動向」自治医科大学地域医療学部門教授 小谷和彦先生（座長 筑西市長 設楽 詠美子氏）や、シンポジウム「筑西市の地域医療の現状」（座長 筑西市地域医療推進センター長・茨城県西部メディカルセンター病院長 梶井英治）が行われました。
会場には、たくさんの市民が来場され、熱心に耳を傾けておられました。
茨城県西部メディカルセンターが開院して8年目に入りますが、このようなシンポジウムの開催は初めてとなります。茨城県西部メディカルセンターは、今後も筑西市や地域の医療機関と手を取り、市民のために地域医療に取り組んでいきます。



職業フォーラム 筑西市立下館小学校

筑西市立下館小学校で毎年開催される職業フォーラムに、梶井病院長が参加されました。
病院長の仕事ということで、「仕事」についての話をされましたが、医師や病院で働く専門職・事務などについてもお話されました。
参加者は4年生以上の希望する児童でしたが、話を聞きながら一生懸命メモを取っていたのが印象的でした。梶井病院長に対して、たくさん質問されていました。



ソーラーカーポート 1月下旬に完成予定！ — 地球にやさしい電力で未来を守る —

当院では、環境保護と地球温暖化対策の一環として、駐車場にソーラーカーポートを設置する工事を進めています。
完成は2026年1月下旬を予定しています。
このソーラーカーポートは、太陽の光で電気をつくり、院内で利用できる仕組みです。さらにPPA（Power Purchase Agreement）方式を採用することで、初期費用をかけずに、安定してクリーンな電力を使うことが可能となります。
環境にやさしい電力の導入により、CO2排出量の削減や災害時の電力確保、電気代の削減など、地域と未来に役立つ効果が期待されています。



新興感染症発生を想定した合同訓練を実施しました

昨年より継続して取り組んでいる第2種感染症指定医療機関としての「新興感染症発生を想定した訓練」を、2025年10月28日に実施しました。今回は、筑西保健所、筑西広域消防本部、茨城県西部メディカルセンターの3機関が連携し、架空のウイルス感染症を想定したリアルなシナリオのもとで訓練を行いました。

当院からは救急科医師、看護師、事務職員など多職種が参加し、感染症疑い患者の情報共有から、受け入れ搬送、診察、隔離対応に至るまで、各機関との連携体制を確認し、実際の発生時を想定した緊張感のある訓練となりました。



新型コロナは、令和5年5月8日に2類相当から5類に移行したのよね



第二種感染症指定医療機関とは？

結核や新型インフルエンザなどの感染症患者を安全に隔離・治療できる設備を持つ、都道府県が指定した病院です。感染拡大を防ぎながら、専門的な医療を提供する役割を担っています。

分類	性格	主な感染症
1類	危険性が極めて高い	エボラ出血熱、ペスト痘そう（天然痘）等
2類	危険性が高い	結核、SARS、MERS 急性灰白髄炎（ポリオ）等
3類	感染症の集団リスクがある	コレラ、細菌性赤痢 腸管出血性大腸菌感（O-157）等
4類	動物、飲食物等を介して感染する	狂犬病、マラリア、サル痘 デング熱等
5類	既知の感染症（4類を除く）	インフルエンザ、麻疹、風疹、梅毒等 新型コロナ

◆ 新型インフルエンザ (H5NX) 疑似症患者発生に伴う初動訓練概要 ◆

※インフルエンザ (H5NX) は、訓練時に想定した架空のウイルスです。

机上訓練 / 関係機関の通話でのやり取り

管内のB医院から新型インフルエンザ (H5NX) 疑いの患者について、筑西保健所へ連絡が入るところから始まりました。



B医院からの連絡を受けた筑西保健所が、筑西広域消防本部および茨城県西部メディカルセンターへ搬送・受け入れの要請を行います。関係機関同士の電話連絡の様子を実際に見ることで、全体の流れを具体的にイメージすることができ、今後の実務においても大いに役立つと感じました。

一連の流れがわかれば、より連携が図れそうですね



タイベックスーツの着衣

感染の拡大を防ぐため、タイベックスーツに着替えます。

タイベックスーツとは？

ウイルスや化学薬品、放射性粉塵、アスベスト、汚染した血液などに対する高い防護力が特徴です。



アイソレータによる搬送

筑西保健所は、B医院で患者の状態を確認し、筑西広域消防本部と合流。保健所が記入した患者情報を救急隊がタブレットで撮影し、病院へ送信。タブレットを活用することで、正確かつ迅速な情報共有が可能となりました。

搬送には、アイソレーターを使用し、安全な環境で病院へ移送します。



アイソレータとは？

病院や救急車などで感染症患者を搬送するための装置で、二次感染を防ぐために、陰圧式の構造をしています。



病院到着 血液検査及びCT検査

患者到着後は、コンテナ室にて診察や検査を実施。院内の移動は、関連部署へ連絡して、ルートを確認したうえで、病棟へつながらるエレベーターの使用を制限し、感染の拡大防止と安全な搬送を行います。



第2類感染症病床入室

当院では、第2類感染症病床を1床保有しています。陰圧換気システムを備え、陰圧環境で管理されています。これにより、院内感染のリスクを最小限に抑え、安全な診察を行うことができます。



訓練終了と汚染状況のチェック

移送訓練時、どの程度汚染の広がりがあるかを可視化するため、患者役の手にブラックライトに反応するジェルを塗布しました。今回は全体的に汚染の広がりは少なく、比較的清潔な状態が保たれていました。



振り返り

今回の訓練を通じて、消防署、保健所、病院など関係機関の連携体制を実際に確認することができました。搬送方法や情報共有の手順を検証しながら、次につながる改善点を明確にすることができました。

今後も協力体制を強化し、迅速かつ確実な感染症対応ができる仕組みづくりを進めていきます。

おつかれさまでした

2025年9月30日
東 高伸 医師(内科)、
矢花 信重 医師(内科)が
退職いたしました。

2025年度 防災訓練を実施しました

当院では、2025年11月16日（日）に防災訓練を実施しました。
 災害拠点病院として、災害時における医療体制のさらなる充実と強化を目指し、関係機関と連携した訓練を行いました。
 今回の訓練は、「筑西市を震源とする震度7の地震が発生する」という災害想定のもとで実施されました。筑西・下妻保健医療圏における相互協力体制の強化を図るとともに、災害発生時の防災活動を円滑に進めるための実践的な取り組みとなりました。
 また、地域の関係機関に防災への理解を深めていただき、災害に備える意識の高揚につながることを目的としています。



トリアージ訓練とは？

多数の傷病者が発生した際に、患者の重症度や緊急度に応じて治療や搬送の優先順位をつける訓練。



トリアージタグとは？

災害や事故などで多数の傷病者が発生した際に、患者の重症度や治療の優先順位を色分けして示すための識別票。

優先順位/識別色	傷病状態
区分Ⅰ/優先順位1位	生命を救うために直ちに処置を要するもの 窒息、多量出血、ショックの危険のあるもの
区分Ⅱ/優先順位2位	バイタルサインが安定している 多少治療の時間が遅れても、生命に危険がないもの
区分Ⅲ/優先順位3位	上記以外の軽易な傷病
区分0/優先順位4位	死亡もしくは救命が不可能

診療所より

謹んで新春のお慶びを申し上げます。
 この冬の発熱外来の受診者数は昨年度に比べ落ち着いており、茨城県西部メディカルセンターへの紹介や入院となる方も少なく、穏やかな年明けを迎えられましたことは喜ばしい限りです。インフルエンザや新型コロナの流行ピークは10月末と例年より早まりましたが、罹患数は抑制傾向にありました。月・金曜午前のワクチン接種も、皆様のご協力により順調に実施できました。当法人では年末年始に9日間の休業日を設けましたが、皆様の健康管理に万全を期すため、12月30日や1月2日に特別訪問診療・看護日を設定し、緊急時には茨城県西部メディカルセンターで受け入れる体制を整えました。
 さて、当診療所は2018年の筑西市民病院閉院後、通院患者さんの不安を解消すべく外来診療を継続してまいりました。8年目の現在では、近隣に多くのクリニックが開院するなど、地域の民間医療体制も整ってまいりました。そこで当診療所は、本来の役割である「住み慣れた地域での療養を支える」機能に特化すべく、訪問診療を主軸とした体制へと移行してまいります。これに伴い、午前中から訪問診療へ伺えるよう外来診療日を順次再編いたします。地域の医療資源を最適に活用するための判断として、何卒ご理解いただきますようお願い申し上げます。

筑西診療所 所長 近藤 匡



開院8周年
 日頃の感謝の気持ちを込めて

病院

フェスタ

2026 2月14日 土
 10:00~15:00 9:30~受付・整理券配布開始

会場
 茨城県西部メディカルセンター
 茨城県筑西市大塚555番地

入場無料
 詳細はホームページをご確認ください

先着45名
 9:30~整理券配布
 ヘリポート
 見学ツアー
 11:30~12:30

手芸クラフト体験

軽食コーナー
 お弁当各種販売



地域の皆様のご来場を
 心よりお待ちしております

1F 講堂
 記念講演
 ちいき医療と
 まちづくり
 開演 10:30~
 病院長 梶井 英治

お薬相談
 10:30~14:30
 お薬についてのご相談に
 薬剤師がお答え
 します。

栄養相談
 10:30~14:30
 食事や栄養についてのご
 相談に管理栄養士
 がお答えします。

※ 時間・内容は変更になる場合があります。
 ※ 会場にて撮影した写真は当院広報紙やホームページで使用場合があります。あらかじめご了承ください。



〒308-0813 茨城県筑西市大塚555番地 お問合せ TEL 0296-24-9111(代) 病院フェスタ担当

栄養 NEWS!

減塩のコツ



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。



塩分をとりすぎるとどうなるの？

食塩は、体内のバランスを整えるミネラル（ナトリウム）を含む大切なものですが、摂り過ぎると高血圧や心臓病、脳卒中のリスクを高めます。これらの生活習慣病を予防するために、1日の食塩摂取量の目標値が設けられています。

1日の食塩摂取目安

日本人の食事摂取基準（2020年版）

男性7.5g未満

女性6.5g未満

※高血圧の方は6g未満

1日の食塩摂取量平均値

令和5年国民健康・栄養調査結果の概要

9.8g

(男性10.7g、女性9.1g)

しかし実際には、男女ともに目標量よりも2～3g多く摂取していることが分かっています。そこで、少しでも食塩摂取量を少なくできるよう減塩のコツを紹介します。



おいしく減塩、正しく減塩

濃い味付けに慣れている人にとって、減塩を実行することはなかなか難しいものです。最初からきちんとした減塩対策を行うと、食事の楽しみがなくなり、逆にストレスを感じてしまうこともあります。そこで、おいしさを維持しながら徐々に塩分を減らしていくような心がけることが大切です。

■辛味・酸味を効かせる

わさびやショウガ、コショウや唐辛子、山椒、カレー粉などの薬味や香辛料を用いると、味にメリハリがつけます。また、レモンやゆず、酢などを利用して酸味を効かせると、塩分控えめでもおいしく食べることができます。



■食材本来の味を楽しむ

旬の食材や新鮮な食材を選ぶことで、うす味でも素材本来の味を楽しめます。



■塩分の使い方にメリハリをつける

しっかり味付けしたものは1品にして、そのほかの料理にはできるだけ塩分を使わないようにします。



■減塩しょうゆ・減塩みそを使う

塩分の少ない調味料を用いることで、より手軽に減塩できます。



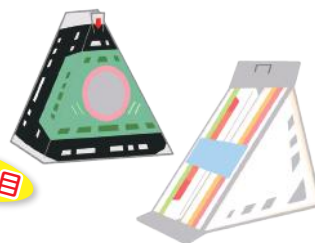
栄養成分表示を活用して、食塩摂取量を減らす

調味料や加工品のパッケージには、エネルギーや食塩相当量など、栄養成分の含有量が表示されています。また、「〇%減塩」「塩分控えめ」のような表示も役立ちます。食品を選ぶ際に参考にしましょう。

栄養成分表示（100gあたり）

エネルギー	000 kcal
たんぱく質	000 g
脂質	000 g
炭水化物	000 g
食塩相当量	000 g

製造者調べ（推定値）



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)

H P : <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



ちくせい総合健診センター

Chikusei Health Checkup Center

〒308-0813 茨城県筑西市大塚 555 番地

TEL : 0296-24-9135 (代表)

(11:00～16:00)

H P : https://www.iwmo.or.jp/prevention_center/

検査内容 定期健康診断
人間ドック・脳ドックなど
特定健診（メタボ健診）
婦人科検診・オプション検査など

休診日 土曜日・日曜日・祝日・年末年始



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

H P : https://www.iwmo.or.jp/chikusei_clinic/

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

