

TAKE FREE  
ご自由にお持ち帰りください

地域と病院をむすぶネットワーク情報誌

# みやのわ



特集

- 総合病院だからこそできる不妊治療
- ① 生殖補助医療開始！  
気になるあざやしみをピンポイント治療
  - ② レーザー治療開始！
  - ③ 5年ぶりの開催！ 済生会フェア2024

あけまして  
おめでとうございます



皆さまの温かいご支援 誠にありがとうございました  
クラウドファンディング目標金額達成！

生殖医療充実のためのWGメンバー

- 新年のご挨拶 院長 野間 重孝
- みやのわ情報局 各種セミナー・イベント開催報告 他
- Information 電子カルテシステム更新に関するお知らせ 他

# 総合病院だからこそ できる不妊治療

# 生殖補助医療開始！

## はじめに

当院は、地域周産期母子医療センターに指定されており、正常分娩から様々な合併症を抱えたハイリスク症例、宇都宮市内に加え遠方の医療機関からの緊急搬送の受入まで、年間1,000件近い出産に寄り添ってまいりました。また、産後ケアにも注力しており、妊娠から出産、産後までお母さんと赤ちゃんを幅広くトータルサポートできる体制を整えています。

「地域の未来を見据え、こどもを望むすべての方々に希望を届けたい。」その思いから、不妊治療の裾野を広げ、専門的かつ質の高い医療を提供するため、当院では生殖補助医療を開始しました。複数診療科を有し、必要な手術や入院治療も可能な総合病院のメリットを生かし、こどもを望むすべての方々が安心して治療から妊娠、出産、そして産後まで、切れ目のないケアを受けられる環境を提供してまいります。

## 栃木県と少子化

日本全国でも少子化は問題視されていますが、栃木県は減少率が非常に高く、直近は日本全国の出生率よりも低い数値が出ています。栃木県や宇都宮市は、出産・育児支援に本腰を入れていますが、出生率は4年連続で過去最低を更新し、少子化に歯止めがかからない状況が続いています。

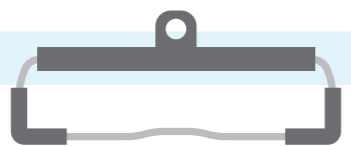
## 不妊治療の現状

まず「不妊」とは、妊娠を望む健康な男女が避妊をしないで性交をしているにも関わらず、一定期間妊娠しないものをいいます。不妊の原因は、男性側、女性側、あるいはその両方にある場合がありますが、何も原因がない場合もあります。少子化が深刻化する中で、不妊に悩むご夫婦は増加傾向にあり、約4.4組に1組は不妊治療を受けたことがある（または現在受けている）というデータも出ています。不妊治療は定期的な通院と、治療が

長期間にわたることが多いため、できるだけ負担を減らすためにも、自分の住む地域、生活圏内に不妊治療を行える医療機関があることは非常に重要です。

## 当院の生殖補助医療

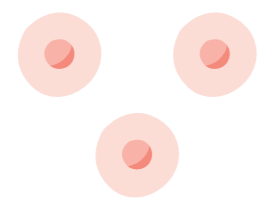
一般的に不妊治療は、カウンセリング、生活指導、薬剤投与、ホルモン治療、手術などさまざまな治療手段を含む言葉です。不妊症が疑われる場合は、まず、精液検査、血液検査、超音波検査などの様々な検査を行い、不妊を引き起こしている原因を調べます。検査によって不妊の原因がわかった場合は、原因に応じて薬による治療や手術を行います。それでも妊娠に至らない場合は「生殖補助医療」へステップアップを考えます。今回は当院で新たに開始した生殖補助医療について説明します。



## 生殖補助医療の流れ

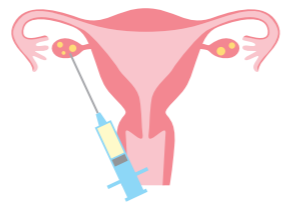
### 1 卵巣刺激

経口の排卵誘発剤や注射による卵巣刺激ホルモンなどの薬剤を投与し、卵巣を刺激して複数個の卵子に成長させます。



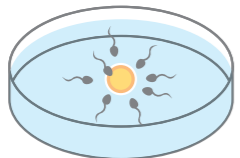
### 2 採卵

卵子が発育したタイミングを見計らい、超音波で確認しながら卵巣に針を直に穿刺して卵子を体外に吸引採取します。



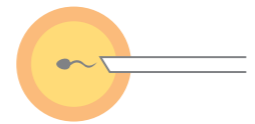
### 3 体外受精(培精)

シャーレ上で、取り出した卵子と特殊な方法で得られた良好な精子を混ぜ合わせ受精させます。



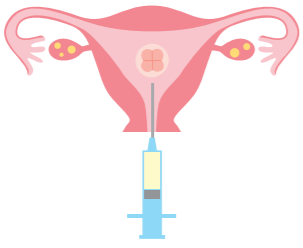
### 4 顕微受精

精子の数が非常に少ない場合や精子の運動機能が著しく不良な場合は、1個の精子を1個の卵子の中に打ち込み受精させます。



### 5 胚移植

数日間の培養により、ある程度成長した良好な受精卵(胚)を子宮内に戻します。胚移植後は着床を助けるため、ホルモン剤などを投与します。



### 6 受精卵凍結と融解

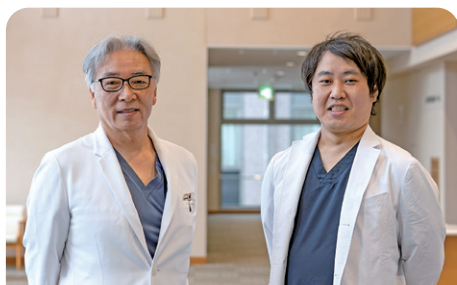
良好な受精卵が複数得られた場合、次の胚移植に備え-196度の液体窒素のタンクで凍結保存します。必要に応じて胚移植する際は、受精卵をゆっくり培養液の中で融解し、凍結前の元の状態に戻します。





## 生殖補助医療を支えるスタッフ

医師、看護師、助産師、培養担当技師を中心とした様々な専門職がチームとなり、有効で安全な不妊治療の提供を目指します。



医師

生殖医療センター長  
産婦人科 主任診療科長 飯田 俊彦 (左)

生殖医療センター 副センター長  
日本生殖医学会認定生殖医療専門医 吉政 佑之 (右)

現在、栃木県全体として不妊治療の専門医は未だ少ないため、当院における生殖補助医療の充実・充足は、大きな意味があるものになると感じております。患者さんの治療に寄り添い、そして当地域のこどもを望む方々の力になればと願っています。



看護師・助産師

一般外来 課長 高川 真紀 (中央)

産科病棟 課長 大沼 のり子 (右) 産科病棟 係長 星 宏枝 (左)

看護師・助産師は、治療過程に応じたアドバイスや、医師、培養担当技師、ソーシャルワーカーなどへの橋渡しをする役割を担います。時に不安や葛藤もあるかと思いますが、一緒に悩み、思いに寄り添うことで、安心して納得した治療が受けられるようサポートします。



Check !

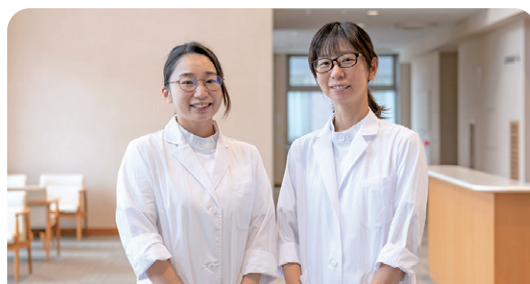
### 生殖補助医療を支える！培養担当技師

培養担当技師は、胚（受精卵）を扱う専門職です。体外受精をするのに必要な採卵や移植は医師が行っていますが、採取された卵子や精子が培養室に届いてから移植するまでの一連の作業すべてを行います。具体的には、採卵した卵子や採精された精子の処理、受精操作、インキュベーターと呼ばれる孵化・発育装置内での胚の成長観察、移植しなかった余剰胚の凍結・融解など培養室におけるすべての業務を請け負う責任ある仕事です。採卵や胚移植の間、医師とともに処置に立ち会い介助もしています。また、患者さんに直接あってカウンセリングなどを行うこともあります。

少しでも多く「やっと会えたね」と幸せな親子対面ができるよう、技術や知識にさらに磨きをかけて全力で貢献していきたいです。



業務の様子



中里貴絵(左)、野崎真弓(右)



## クラウドファンディング挑戦終了 皆さまの温かいご支援に感謝申し上げます

**最終寄付金額 : 29,299,000 円 総寄付者数 : 325 名**

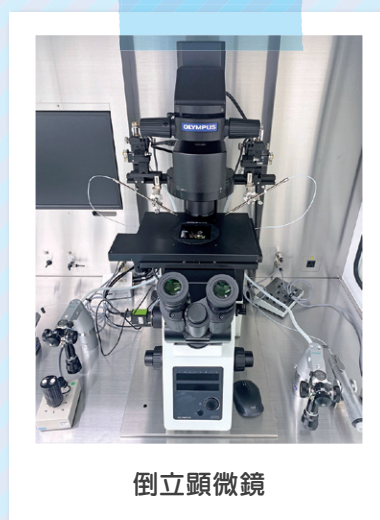
当院は、この地域で不妊治療の裾野を広げることを目的に「不妊外来の開設」と「生殖補助医療の導入」を目指し、7月8日からクラウドファンディングに挑戦してまいりました。9月30日に無事終了し、当初の目標であった1,000万円を遥かに上回る結果となりました。温かいご支援と応援メッセージをお寄せくださった皆さま、そしてこの取り組みに関心を寄せてくださったすべての方々に、職員一同、心より感謝申し上げます。

いただいたご寄付は、生殖補助医療で使用する治療機器購入費の一部に充てさせていただきました。皆さまの想いを胸に、1人でも多くの方の願いに寄り添ってまいります。引き続き変わらぬご支援とご指導を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

※クラウドファンディングとは  
インターネットを通じて活動や夢を発信することで、想いに共感した人や活動を応援したいと思ってくれる人から資金(寄付)を募る仕組みです。



培養室



倒立顕微鏡



インテバイオステーション



気になるあざやしみを  
ピンポイント治療

レーザー治療開始！

はじめに

2024年4月より当院皮膚科・形成外科においてレーザー治療を開始しました。乳児血管腫（いちご状血管腫）などの赤いあざに対しては色素レーザーを、異所性蒙古斑や太田母斑などの青や茶色のあざに対してはQスイッチルビーレーザーを導入しています。また、2024年10月からは、しみやそばかすなどの美容目的の自由診療も開始しました。

しみ・そばかすなどの治療

しみやそばかすは、皮膚に生成されたメラニン色素が自然に排出されずに残ったものです。レーザーを皮膚に照射すると、黒いメラニン色素に反応し、熱が発生します。熱によってメラニン色素が分解され、少しずつ体外に排出されて薄くなります。当院ではQスイッチルビーレーザーを使用して治療を行います。

いちご状血管腫

当院でのレーザー治療開始後、特に乳児血管腫（いちご状血管腫）の当院への紹介件数が増えています。乳児血管腫の積極的治療として、従来から当院では皮膚科と小児科で連携し、ヘマンジオルシロップ内服による治療を行ってまいりました。ただし、ヘマンジオルシロップは投与量の調整や副作用のモニタリングを行うために小児科に入院の上で導入しなければならず、特に病変が1cm未満の小さなものである場合、内服導入のハードルはどうしても高くなります。今回レーザー治療を開始することにより治療のハードルが低くなります。

乳児血管腫のレーザー治療は、保険診療では3ヶ月の期間を空けて行います。治療の回数は個人差がありますが、3回程度照射することが多いです。病変が数cm以内であれば麻酔なしで照射することもできます。

当院で治療できる疾患

	自由診療(美容目的)	保険診療
Qスイッチルビーレーザー	しみ(日光色素斑) そばかす(雀卵斑) 後天性真皮メラノサイトーシス 刺青(タトゥー) など	異所性蒙古斑 扁平母斑 太田母斑 外傷性刺青(外傷性色素沈着) など
色素レーザー	ケロイド 難治性の尋常性疣贅 など	乳児血管腫(いちご状血管腫) 毛細血管奇形(単純性血管腫) 毛細血管拡張症 など

●全身麻酔下でのレーザー治療

毛細血管奇形や異所性蒙古斑など、全身麻酔下で広範囲のレーザー照射が必要な場合は、形成外科で入院の上、治療を行います。

今回導入したレーザー治療機器

色素レーザー  
(VbeamII)

血管の拡張・増殖を原因とする赤あざの治療に効果的です。血液中のヘモグロビンに反応し、血管を熱破壊し閉塞させます。

Qスイッチルビーレーザー  
(The Ruby Z1 Nexus)

しみやあざ、タトゥーの除去に効果的です。皮膚のメラニン色素のみを破壊するため、周囲の正常な皮膚へのダメージを少なく抑えられます。



Check! 受診方法

【保険診療】

8:00 ~ 11:00 の間に来院・受付してください。  
詳細は病院 HP「外来受診のご案内」をご参照ください。

【自由診療】

自由診療は完全予約制となっております。  
アプリ「やくばと」よりご自身でご予約をお取りください。



◀ご予約はこちら

料金(自由診療)

- 面積 1 cm<sup>2</sup> 以下の場合 →15,000 円
  - 面積 1 cm<sup>2</sup> を越える場合 →1 cm<sup>2</sup>追加ごとに 10,000 円追加
- 例)  
2 cm<sup>2</sup>の場合 = 25,000 円  
3 cm<sup>2</sup>の場合 = 35,000 円

※別途消費税がかかります。  
※その他、診察料(初診・再診)+お薬代などががかかります。

形成外科 主任診療科長

笠井 昭吾

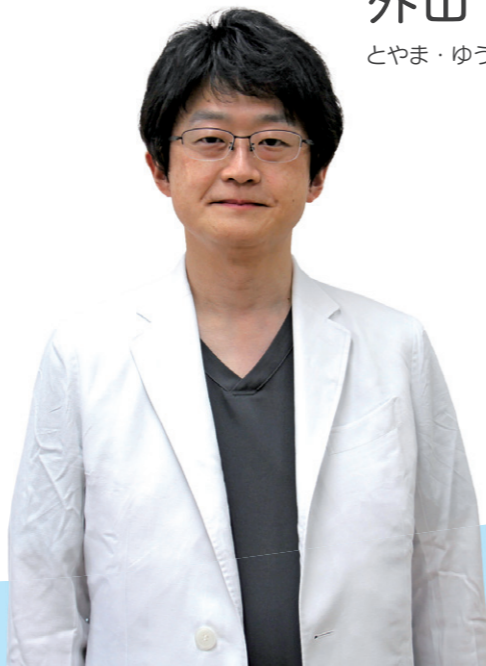
かさい・しょうご



皮膚科

外山 雄一

とやま・ゆういち





# 5年ぶりの開催！ 済生会フェア2024

栃木県済生会は10月6日、「医療と福祉でつなぐ地域の笑顔と済生会」をテーマに済生会フェアを宇都宮病院で開催しました。2019年の初開催以来、新型コロナウイルスの影響で長らく見送っておりましたが、今回5年ぶりの開催となりました。当日は小さなお子様からご年配の方まで、幅広い世代に楽しんでいただける40を超えるプログラムを用意し、約2,600名が来場しました。



開催挨拶

## 【病院丸ごと体験】

病院の検査室や手術室を巡る院内探検ツアーは、開催と同時に整理券が配付終了となるほどの人気ぶりでした。薬剤師の調剤や看護師の白衣試着、ドクターカーや救急車の試乗、最新VR技術を活用した災害疑似体験車などの各種体験コーナーは大盛況で、幅広い年代の方々に楽しんでいただけました。

## 【屋外エリア】

屋外では、救急車や福祉車両の展示、消防によるBLS体験ブース、キッチンカーなどの他、ゆるキャラによる写真撮影会や地元学生らによる合唱やダンスなどのパフォーマンスが行われ、最後は職員も一緒になって踊る盛り上がりとなりました。

## 【健康測定・相談コーナー】

体脂肪や骨密度などの各種健康測定コーナーには、こちらも整理券を求める長蛇の列ができるほどの大盛況ぶり。福祉や育児、介護の相談コーナーでは、来場者の悩みを伺うだけでなく、生活用品の配布も実施しました。その他、段ボール迷路、駄菓子屋、お絵かき水族館など、子どもが喜ぶコーナーも設けられ、終始大賑わいでした。

## 【記念講演会】

みやのわホールで行われた記念講演会では、済生会の炭谷茂理事長が済生会が目指す「誰一人取り残さないインクルーシブ社会」について講演を行い、自治体・企業・住民などと一緒に社会の最終ラインを守っていくと訴えました。その他、耳鼻咽喉科主任診療科長の新田清一医師による、補聴器を使用してきこえを取り戻す難聴リハビリテーション、株式会社サリバテック代表の砂村真琴氏による唾液によるがんリスク検査、副院長の岩部昌平医師による口コモ（運動機能）の予防と啓発についての講演も行われました。



院内探検ツアー



お子様薬剤師体験



白衣試着体験



ドクターカー見学



VR 防災体験車コーナー



心肺蘇生体験



健康チェックコーナー



済生会  
フェアの様子

ご来場いただき  
誠にありがとうございました!!



お口と歯の無料相談会



透析・ECMO 機器体験



訪問看護デモンストレーション



記念講演会 炭谷茂氏



ダンボール迷路



ゆるキャラとの撮影会



ステージパフォーマンス



はじめに

当院では、心臓血管外科手術を昨年約900件以上行っています。そのうち、人工心肺装置使用症例が約150件です。その時に使用している人工心肺装置が手術の時にどのような役割をしている機器なのかご紹介いたします。

臨床工学技術科  
機器管理課 臨床工学技士

**小野 幸司**

おの・こおじ

臨床工学技士は病院の様々な医療機器を点検し管理をしています。

機器を使用する安全で正確な治療を提供できるように、日々心掛けています。



人工心肺装置とは

心臓血管外科における手術などの際、一時的に心臓と肺の機能の代わりにポンプの働きをする生命維持装置です。もしかしたら、医療ドラマでの手術シーンで見たことがある方もいるかもしれません。この装置があれば、心臓と肺の機能を停止させても、心臓の代わりに全身に血液を循環することができます。

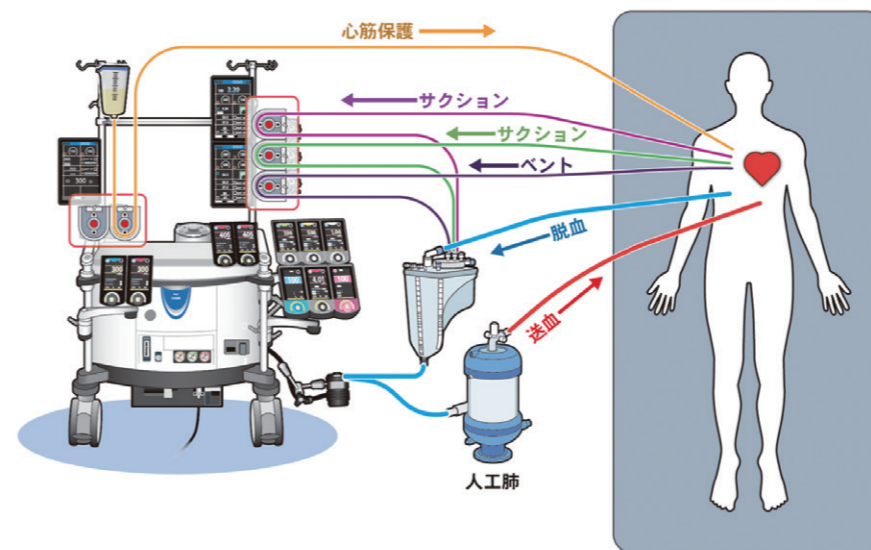
人工心肺の役割

心臓の手術は動いたまま細かい手術をするのは難しく、心筋保護液という薬剤を使用し、心臓の拍動を止めて手術する場合があります。しかし、その間も血液を全身へと供給する必要があります。その時に人工心肺装置

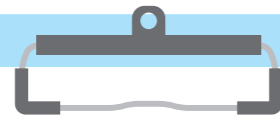
を使用して一時的に血液を体外に取り出し、人工肺で酸素を含ませた血液を体内に送り返します。そうする事で、重要な組織や臓器へのダメージを最小限にとどめて手術を安全に行うことが可能になります。

ECMOと人工心肺の違い

ECMOは重症呼吸不全や循環不全の治療の補助として用いられるのに対し、人工心肺は心臓血管手術の際に心臓と肺の機能を100%代行することができ、心臓と肺それぞれ用途で効果を発揮します。

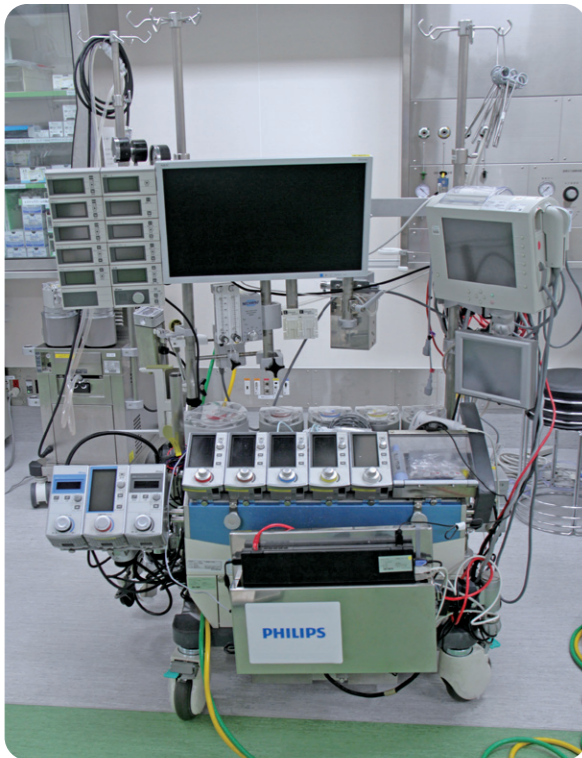


(写真提供：泉工医科工業)



当院で使用している機器

泉工医科工業社製  
メラ人工心肺装置 HAS II



当院には人工心肺装置が2台あります。主に手術室で使用します。

実際の手術風景



● 臨床工学技士の役割

装置には複数の血液ポンプが備え付けられており、温度計・圧力計など複数のモニタ類が付属しています。手術中はそれらをモニタリングしながら血圧や体液バランス、体の電解質などを適正に調整し手術のサポートを行います。

● おわりに

人工心肺装置の操作は手術の種類によって異なりますので熟練の技術や知識、瞬時の判断力が必要です。そのため、術前の情報共有や手術中も多職種との連携がとても重要となります。昼夜を問わず予定手術、緊急手術に対応しています。その都度、緊張感と使命感を持って手術のサポートをしています。



# 口の衛生と肺炎予防

誤嚥とは飲み込み機能の低下により、食べ物や飲み物が誤って気管に入ることです。食べ物や飲み物以外にも、ご自身の唾液を気が付かないうちに誤嚥してしまう場合もあります。ある研究では、肺炎に罹患したことがある患者さんの約70%は唾液を就寝中に誤嚥していたという報告があります。

夜間の口の中は日中よりも細菌が発生しやすく、起床時の細菌数は数億個以上にもなると言われています。細菌が繁殖した唾液を誤嚥することが、誤嚥性肺炎の原因の1つとされており、口の中を清潔に保つことが誤嚥性肺炎の予防において大切であるとされています。

実際に、口の中を清潔に保つことにより口の中の細菌数が少なくなり、肺炎の発症率が減少するという報告もあります。そのため、食事のあとは歯磨きなどをして口の中をいつも清潔に保つようにしましょう。



## 薬

やくに立つ！  
くすりのあれこれ

### File.41

妊婦・授乳婦薬物療法認定薬剤師の役割

1

薬の使用について不安を感じている妊婦さん・授乳婦さん・妊娠を考えている方の相談に応じます。

2

妊娠中・授乳中の薬物治療について、医療スタッフからの質問に答えたり薬物療法の提案を行ったりしています。



妊婦・授乳婦薬物療法認定薬剤師は、薬を使うことに不安がある妊婦さんや、どの薬を使ったらいいか迷っている医療スタッフに、専門的な立場から情報を提供しています。この時期の薬の使用が赤ちゃんにどのような影響があるか、正しく知っていただくことがとても重要です。赤ちゃんへの有害作用を心配するあまり、自己判断で治療を中断するとかえって悪影響が出ることもあります。必要な治療を適切に受けられるよう、また安心して治療を継続できるよう活動しています。

「妊娠に気づかず薬を使ったけど大丈夫かな？」  
「今使っている薬は赤ちゃんに影響があるのかな？」  
「授乳中にお薬を使っても大丈夫かな？」



などの不安がある時はご相談下さい。当院の産科や婦人科に通院中の方は、外来時にお申し出いただければ担当者が対応いたします。詳細な情報が必要な場合は、予約制の「妊娠と薬外来」(有料)で相談に応じています。

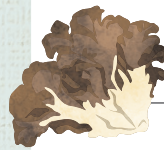




季節の素材で

# 医食同源

## れしぴ



### きのこのポタージュ

きのこをたっぷり使った一品です。  
うまみと香りを楽しんでください。



#### 材料 【4人分】

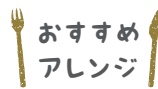
しめじ	100g
エリンギ	100g
まいたけ	100g
玉ねぎ	1個
バター	10g
顆粒コンソメ	大さじ1
水	400ml
牛乳	300ml
乾燥パセリ	少々
黒コショウ	少々
生クリーム	5ml

#### 【1人分の栄養価】

[エネルギー] 98kcal  
[塩分] 0.9g  
[食物繊維] 14.2g

#### 作り方

- ① 玉ねぎは薄くスライスし、きのこ類は適当な大きさにカットします。
- ② 鍋にバターを入れ、玉ねぎを加えて炒めます。
- ③ 玉ねぎがしんなりしたら、きのこを加え、バターが全体に回るまで炒めます。
- ④ 水、顆粒コンソメを加えて15分ほど煮込んだら火を止め、粗熱をとります。
- ⑤ 粗熱がとれたら、ミキサーもしくはブレンダーで滑らかになるまでかき混ぜます。
- ⑥ かき混ぜたものを鍋に戻し、牛乳を加え沸騰しない程度に温めます。(牛乳は加熱しすぎると分離してしまうため注意してください。)



おすすめ  
アレンジ

水を少なめにしてパスタソースにしても、  
美味しく召し上がれます。

#### きのこの栄養素



きのこには食物繊維が豊富に含まれます。食物繊維は腸内環境を整えるだけでなく、血糖値の上昇を緩やかにしたり、血中コレステロールを下げたりする効果があると言われています。日本人の食事摂取基準 2020年版では、食物繊維の1日の摂取目標量は男性 21g 以上、女性 18g 以上です。不足しがちな食物繊維をしっかりと摂りましょう。



医療栄養科  
管理栄養士

こすけがわ あいみ  
小助川 愛未



大金さんの  
ある日のスケジュール



- 8:30 勤務開始
- 8:45 申し送り、朝のカンファレンス
- 9:00 受け持ち患者さんに挨拶し状態観察  
体拭きやお着替えなど
- 12:00 休憩
- 13:00 ボランティアの方々と音楽療法の実施
- 14:00 検温
- 15:00 患者さんと家族の方とのコミュニケーション
- 17:00 夜勤への申し送り
- 17:30 勤務終了

**部署紹介**  
9階西病棟は、1996年に栃木県で初めて開設された緩和ケア病棟です。病室は、個室12室、4人室2室の20名の方が入院できます。がんの進行に伴い、一般病棟や自宅での療養が難しくなった患者さんの、身体や心のつらさを和らげるための治療やケアを行う病棟です。緩和ケア病棟には、様々な設備があります。南に面した広く明るいデイルームには、ファミリースタッフが備えられ、誰でも使用することができます。リラクゼーションルームでは、マッサージやエアーマッサージや音楽を聴くなど多目的に使用できます。家族室で

は、家族が休憩したり、宿泊したりすることがあります。希望がある時は、ペット面会もできます。  
**緩和ケア病棟での看護師の役割**  
患者さんや家族の意向を尊重し、生活の質を保ちながらその人らしい生活を支えるための援助を目指しています。また、外泊や一時退院に向けて、地域と連携を図りながら、自宅で穏やかに過ごすための支援もしています。  
**今後の目標**  
緩和ケア病棟に入院されたより多くの患者さんや家族が、緩和ケア病棟に入院してよかったと思ってもらえるようにしていきたいです。

9階西病棟の皆さんと  
(前列左が大金さん)



Group photo

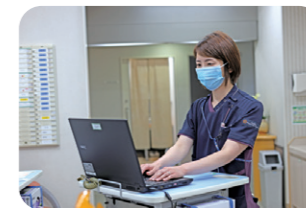
今号のマイスターは...



9階西病棟 看護師 おおがね ともみ 大金 朋美さん

マイスターに Q&A

- Q. 仕事をする上で心がけていることは？**  
A. 患者さんや家族が抱えている辛い気持ちを吐き出せるよう、話しやすい雰囲気を作ることを大切に、気持ちに寄り添った看護を提供できるよう心がけています。
- Q. 当院を選んだ理由は？**  
A. 看護学生の時に当院で実習を受け、テキパキと働く先輩達の姿がありました。教育体制の整っている当院でたくさんの知識と技術を学びたいと思いました。
- Q. この職種を目指したきっかけはなんですか？**  
A. 母が入院した際に、小学生だった私のことを心配してくれる優しい看護師と出会い、看護師に憧れを持ちました。ふれあい看護体験に参加したことで、看護師の仕事に魅力を感じ、少しでも自分が人のために役に立てればと思い看護職を選びました。
- Q. 尊敬する人は誰ですか？**  
A. 両親、義母
- Q. 気分転換したい時はどうしていますか？**  
A. 家族とキャンプや旅行に行っています。



笑顔のマイスター

第43回

いつも元気に笑顔で働くヒミツを教えてください。笑顔の「匠」の素顔に迫るコーナーです！  
ここでは、日々の業務や職種についても詳しくご紹介いたします。



# みやのわ 情報局

## 7/10 7/24 ふれあい看護体験

看護師の仕事について体験を通して理解を深める「ふれあい看護体験」を開催し、栃木県内の高校生計86名が参加しました。看護体験では、車椅子・ストレッチャー体験や、感染対策に基づいた手洗い、参加者同士での血圧測定などを行いました。病棟での看護体験では、実際に患者さんと会話をしながら、看護師の援助のもとで手や足を洗う、リハビリに付き添うなどしました。



ふれあい看護体験

## 8/17 ブラック・ジャック セミナー

実際の治療現場で使用される医療機器を用いた手術体験セミナー「ブラック・ジャックセミナー」を開催し、中学生計38名が参加しました。セミナーでは、超音波メス体験や手術縫合体験、内視鏡トレーニング、救命救急体験など計6つのアクティビティを体験しました。30名を超える外科医・救急医・研修医による熱心な指導の下、中学生は真剣な眼差しで取り組みました。



ブラック・ジャック セミナー

## 8/18 いのちをまもる！ みやっこ救命救急体験

救急医療に興味を持ってもらうことを目的に、小学生を対象とした「いのちをまもる！みやっこ救命救急体験」を開催し、60名を超える親子に参加いただきました。クイズやゲームを用いて楽しみながら救命救急や心肺蘇生を学び、ドクターカーと救急車の見学、ユニフォームを着て記念写真を撮るなど、充実した1日となりました。



みやっこ救命救急体験

## 8/22 救急探検親子バスツアー (宇都宮保健所主催)

救急医療の体制や業務への理解を深めることを目的とした「救急探検親子バスツアー」が宇都宮保健所主催で行われ、宇都宮市内の小学3年生～6年生とその保護者12名が来院しました。当院では県内の救命救急の仕組みや当院のドクターカーの説明、ドクターカーの見学を行いました。参加者は当院の他、夜間休日救急診療所や消防署も見学しました。



救急探検ツアー

当院では今後も様々な公開講座を予定しています！詳細は病院 HP・Instagram ご確認ください！



Date . . . . .

### 準個室のご案内



大部屋(4人部屋)に間仕切り家具を設置し、プライバシーに配慮した準個室をご用意しました。木目調の家具や床材、温かみのある壁紙を取り入れ、落ち着いた雰囲気の中で療養していただける環境となっております。



**【料金】 3,300 円(税込) / 日**

**【設備】** 間仕切り家具(クローゼット・収納棚付)  
チェア、冷蔵庫、テレビ(カード必要)

詳しくは、入院サポートセンター<PFM>  
にてご相談ください。



※治療上、個室が必要な患者さんを優先させていただく  
場合がありますのでご了承ください。

準個室のご案内

最近の急な気温の変化には戸惑ってしまいますが、いつの間にか寒い冬になりました。そのために体調を整えるのにご苦労されている方も多いのではないかと思います。特に昨年は暑い時期が長く続き秋がはつきりせず気づいたら急に寒くなってしまったり暑さが長く続きます。このように夏の暑さが長く続くのと、我々がよく拝見する疾患に『尿路結石』があります。

高温により汗をかいて尿量が減少したのがその大きな原因です。また、尿路結石は再発が多いのも特徴です。その原因は食事にあります。われわれは食事をすると食物を消化、吸収し、血液を通して全身に循環させています。そして、全身から集められた血液は腎臓でろ過され尿の元が作られます。尿路結石は尿の中のシュウ酸、リン酸、カルシウム、尿酸などが腎臓で複雑に絡み合って結晶化されたものです。その中で最も多いのはシュウ酸カルシウム結石です。これは尿中に排泄されたシュウ酸とカルシウムにより生成されます。以前、結石の原因はカルシウムにあるとも言われていましたが、近年はシュウ酸のほうが重要であることがわかってきました。シュウ酸の大半は食事により摂取され腸で消

水分とカルシウムをしつかり摂って尿路結石を予防しましょう

外科系診療部長  
戸邊 豊総



化・吸収されず、しかし、ほとんどは体に必要なものとして尿に排泄されます。一方、血液中のカルシウムはビタミンやホルモンにより一定の値に調節されており、カルシウム摂取が増えなくても腸管から吸収するカルシウムはさほど増えず、尿中に排泄されるカルシウムはほぼ一定です。

尿路結石の予防にはシュウ酸を含む食品を制限することが良いと考えられます。しかしながらシュウ酸を含む食品は多いのでこれを制限することはできません。シュウ酸の吸収量を減らすのに最も効果があるのはカルシウムを摂取することです。なぜなら、食事で摂取したシュウ酸は腸管でカルシウムと結合して吸収されず、便へ排泄されるからです。ところが、偏った食事や、カルシウムが不足しているとカルシウムと結合できないシュウ酸が尿に排泄されてしまいます。そのため、カルシウムを多く摂りシュウ酸と結合させるのが良いのです。例えば、シュウ酸が多い、ほうれん草のおひたしにカルシウムを多いおかかやちりめんじゃこを載せて食べるのは日本人の古くからの知恵なのです。ちなみに日本人のカルシウムの必要量は1日600mgですが、できれば800mg摂るのが良いと言われています。

皆さま、水分とともにカルシウムもしっかりと摂って、尿路結石を予防しましょう。



	令和6年6月	令和6年7月	令和6年8月	令和6年9月	令和6年10月
延外来患者数	29,876人	33,043人	31,439人	29,922人	32,938人
実入院患者数	1,405人	1,538人	1,521人	1,411人	1,529人
平均在院日数	11.1日	10.9日	10.6日	11.3日	11.1日
救命救急センター患者数	1,295人	1,339人	1,267人	1,248人	1,257人
救急車台数	747台	822台	727台	724台	765台
手術件数	578件	671件	631件	577件	675件

本院の直近5カ月の  
診療実績

## リレーエッセイ

院長 野間 重孝

新年のご挨拶

新年あけましておめでとう  
ございます。

旧年中は、地域の皆さまからの多大なるご支援とご協力により、本院の活動を無事に進めることができました。心より感謝申し上げます。本年のスタートにあたり、昨年の取り組みと今後の展望をご報告いたします。

昨年、本院では新たに生殖医療を開始いたしました。この取り組みに際し、クラウドファンディングを通じて多くの方々より温かいご支援を賜り、地域医療への深いご関心とご理解に触れることができ

電子カルテシステム  
更新に関するお知らせ

本院では電子カルテシステムの更新を行い、令和7年1月6日より新システムにて外来診療を行います。  
**想定外のトラブルや不慣れな操作などにより、新システム稼働以降の診療・会計等で、お時間をいただく可能性もございます。**  
ご来院の皆さまには当面の間ご迷惑をおかけすることもあるかと思いますが、何卒ご理解・ご協力のほどお願いいたします。



栃木県からのお知らせ  
救急電話相談のご案内

子どもの救急電話相談(概ね15歳未満の方)  
☎028-623-3511 局番なしの #8000

大人の救急電話相談(概ね15歳以上の方)  
☎028-623-3344 局番なしの #7119

開設時間 月～金 午後4時～翌朝10時  
土日祝 24時間

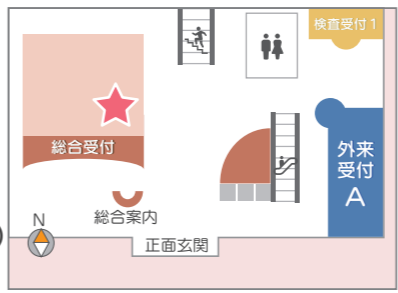
急な病気やケガなどで心配な時にご利用ください。経験豊富な看護師が家庭での対処法や、救急医療の受診の目安などをアドバイスします。

がん相談支援センター  
医療相談・看護相談室のご案内

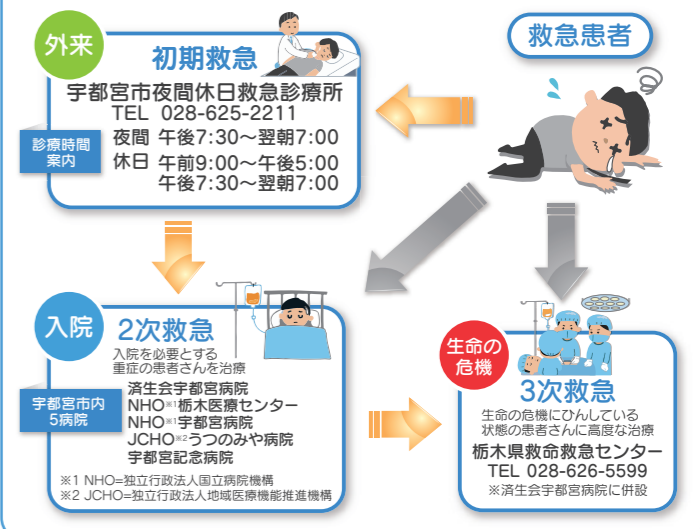
がんの診断を受けた患者さんやそのご家族に対し、専門のスタッフ(専門・認定看護師、医療ソーシャルワーカー)がサポートいたします。「がんと言われて辛い…」「こんな時どうしたらいいの…」「今後のことを考えたい…」「誰かに聞いてもらいたい…」こういった不安やお困りのことがありましたら、どうぞお立ち寄りください。

▶ 本院は、「地域がん診療連携拠点病院」です。電話と面談による相談をお受けしております。

☎028-626-5500(代)  
【内線】3245



栃木県からのお知らせ  
救急医療体制のお知らせ



ましたことを、改めて感謝申し上げます。

また、皮膚科では新たにレーザー治療機器を導入し、美容医療にも対応可能な自由診療枠を設け、多様化する患者ニーズにお応えする体制を整備いたしました。

一方で、昨年の診療報酬改定に伴う制度変更により、敷地内薬局が撤退することとなりました。この変更は国の制度改正によるものであり、本院の意向ではございませんが、患者さんにはご不便をおかけしている状況です。現在、院外薬局との連携を一層強化し、利便性の向上に努めております。

施設面では、昨年、多床室の一部を個室化する工事を行い、患者さんのプライバシーに配慮した環境整備を進めました。また、今年8月には内視鏡センターの改修工事を予定しており、よりスムーズで快適な検査環境を提供できるよう準備を進めております。

地域交流においては、昨年10月、5年ぶりに「済生会フェア」を開催し、2,600名以上の皆さまにご来場いただきま

新年あけましておめでとうござい  
今年も済生会宇都宮病院をよろしく願  
いたします。

昨年を振り返りますと、能登半島地震とい  
った悲しい出来事が起きた中でも、海外  
開催大会で最多メダル総数となったパリオ  
リンピックや、大谷翔平選手の「50-50」達  
成や MVP 選出など、多くの日本人選手が  
活躍し国民に勇気や感動を与えた1年だ  
ったと思います。

さて、季節は移り変わり、寒さが身に染  
みる季節になりました。筆者は寒がりだ  
たつから動けなくなる時期ですが、今年  
は冬の星空に興味を持っています。冬の澄  
んだ空に輝く星座や流星群を楽しみなが  
ら、その美しさをカメラに収めたいと思  
います。

防寒対策をしつかりして、冬ならではの  
小さな楽しみを満喫したいと思  
います。

最後になりますが、皆さまが笑顔で健康  
に過ごせる1年になりますように。

編集後記  
みやのわ  
編集スタッフの  
わ

ちょこっとメモ

### ジグソーパズル

新しい年が始まり、新たな楽しみに挑戦するにはうってつけの季節となりました。今回はその選択肢の1つとしてジグソーパズルをご紹介します。

ジグソーパズルは子供から大人まで楽しめる遊びです。1人でも、家族やパートナーと一緒に楽しむことも魅力的なところ。頭の体操として集中力を鍛え、脳を活性化させる効果があります。また、家族やパートナーとのコミュニケーションを深め、絆を強めるきっかけとなるでしょう。

何かに没頭するには絶好の季節です。この機会にジグソーパズルに挑戦してみたいか、どうですか？

【掲載内容の訂正について】  
院外報「みやのわ」第58号(2018年1月冬号)、第65号(2019年10月秋号)、「医食同源れしび」にて、栄養素としてムチンを紹介しましたが、現在の科学的知見ではムチンは動物から生成される粘性物質であるとされていますので、ここに訂正いたします。  
※当院HPに掲載しているバックナンバーは、該当部分を削除しております。



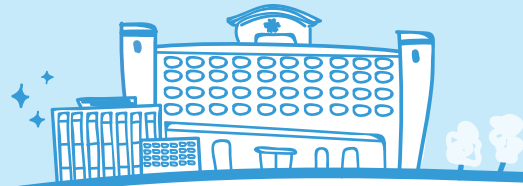
## 一般外来診療のご案内

受付時間 8:30 ~ 11:00

(一部、受付時間が異なる診療科がございます)

休診日 日曜・祝日・第2土曜  
創立記念休日(6月第2月曜)  
年末年始(12/29~1/3)

※当院を初診で受診する際は、まず、かかりつけ医を受診し、専門的な治療や検査または入院などが必要とされた場合に、紹介状を持参していただきますようお願いいたします。初診時に紹介状がない場合には、**選定療養費7,700円(税込)**をお支払いいただくこととなりますので、ご理解のほどお願いいたします。



## Rights & Responsibility

### 当院における患者さんの権利と責任

#### 患者さんの権利 Rights

1. 個人として尊重され、適切な医療を受けること。
2. 病気や治療の内容、および回復の可能性について、わかりやすい言葉や方法で説明を受けること。
3. 手術や検査など重大な診療行為を受けるかどうかの判断に、必要かつ十分な説明を受けること。
4. 治療方針の決定に主体的に参加し、自分の意思で治療を受けるかどうかを決定すること。
5. 痛みを和らげるために、原因に応じた適切な治療、ケアを受けること。
6. 人生会議の内容が尊重され、適切な治療、ケアを受けること。
7. 他施設の医師に意見(いわゆるセカンドオピニオン)を求めること。
8. 医療に関する個人情報は保護されプライバシーが守られること。
9. 治療を継続するために、適切な医療機関の紹介を受けること。
10. カルテ開示を求めること。
11. 会計の内容について説明を受けること。
12. 治療に納得がいけない場合は、自分の意思で退院すること。
13. 診療行為において事故が発生した場合は、その内容を事実に基づいて、可能な限り詳細に説明を受けること。

#### 患者さんの責任 Responsibility

1. ご自身の病状について正確に話していただくこと。
2. ご自身の病気や医療行為の経過について気になる点があれば、スタッフに申し出ていただくこと。
3. 同意された治療を受けるにあたっては、医療スタッフの計画や指示に基づき、療養していただくこと。
4. 治療を受けない選択をされた場合、または医師の指示に応じない場合、それにより生じる医療上の問題には、ご自身の責任で対応していただくこと。
5. 受けた医療に関する支払いには、速やかに応じていただくこと。
6. 当院での入院治療が終了した場合には、医師の指示に基づき、速やかに退院または転院していただくこと。
7. 他の患者さんや医療スタッフへの迷惑行為(大声、威嚇、暴言、医療行為の強要など)は行わないこと。
8. 敷地内では禁煙していただくこと。
9. 面会時間、電子機器の取り扱いなど、院内の規則を守っていただくこと。

## 理念

思いやりのある 安全で質の高い医療を提供し 地域社会に貢献します

## 基本方針

1. **患者中心の医療**  
患者さんの権利を尊重し、満足度の高い医療を提供します。
2. **医療の質・安全**  
安全で質の高い医療を提供し、信頼される病院を目指します。
3. **地域貢献**  
地域医療福祉機関との連携、予防医学の推進により、地域社会へ貢献します。
4. **救急・急性期・高度医療**  
地域基幹病院として救急・急性期・高度医療を提供します。
5. **職場環境**  
働きがいを感じることができる職場環境をつくります。
6. **チーム医療**  
職種間連携を強化し、チーム医療を推進します。
7. **人材育成**  
地域医療のリーダーシップを担う人材を育成します。
8. **健全経営**  
医療資源を最大に活用し、健全な病院経営に努めます。



社会福祉法人 Saiseikai Utsunomiya Hospital

恩賜財団 済生会宇都宮病院



www.saimiya.com/



SAISEIKAI\_UTSUNOMIYA



日本医療機能評価機構

当院は日本医療機能  
評価機構認定病院です