

こすもスマイル 11号

発行：小林市立病院 地域医療連携室 令和8年1月

～病院事業管理者のあいさつ～



明けましておめでとうございます。令和8年新春に際し、小林市立病院を代表いたしましてあいさつ申し上げます。

コロナ感染症は引き続き散発する感染者はあるものの、重症化する患者はほとんどみられません。しかし、秋よりインフルエンザ感染者が急増しており、今後も未知の新興感染症に対する備えが必要で、皆様には面会制限等ご迷惑をおかけしております。医療資源の乏しい当地の脆弱な医療体制と、救急・入院医療を主務とする当院と西諸医師会医療施設

との「役割分担」を合わせてご理解頂き、引き続きご配慮の程お願いいたします。

さて、報道等でご存知とは存じますが、医療施設を取り巻く環境は大変厳しく当院の運営も存亡の危機に陥っております。物価高騰による経費の増大に診療報酬改定が追い付かず、昨年度より多い収益を計上しても赤字決算は改善しておりません。昨年患者数は、当地の人口減少にも関わらずほぼ前年度並みですが、効率化や経費節減のみでは材料費や委託料等の増額をカバーできない状況です。さらに常勤医師の高齢化が進み、現存外科系診療科の継続が危惧されています。一方、医師およびその診療科偏在の解消には未だ時間を要する見込みで、当院内科常勤医確保については依然目途がついておりません。西諸医療圏の基幹病院としての役割を継続できるよう、今後もその確保に向けて宮崎大学および宮崎県へ要望を続けて参ります。医師会、議会および行政のさらなるご協力をお願いいたします。

さて、昨年も宮崎大学、県立宮崎病院、鹿児島大学、鹿児島市立病院、今給黎病院および今村病院（鹿児島市）から初期研修医25名が来林しました。また、宮崎大学医学部医学科5、6年生18名が、恒例となりました当地での地域医療研修を無事終了しています。選ばれる研修病院を目指し、引き続き職員一同で努力する所存です。

小林市病院事業管理者 坪内 斉志

【理 念】

「安心、安全で信頼される病院を目指します」

【基本方針】

- ◎ 西諸の中核病院として、地域の医療機関と連携し、高度な医療を提供します
- ◎ 職員一丸となって、迅速な対応とチーム医療で、安全な医療を提供します
- ◎ 誠実かつ真摯（しんし）な姿勢で日々研鑽（けんさん）に努め、信頼される質の高い医療を提供します
- ◎ 自治体病院として、平等で心が通い合い、安心できる快適な療養環境を提供します
- ◎ 患者様と家族の満足を追求し、プライバシーの保護をはじめ患者様の権利を尊重します



小児科紹介

小林市立病院の小児科の中田雅之です。主に、発達、心の問題に取り組んでおります。本人とご家族と一緒に、どのようにして、よりよく過ごせるかを考えることを大切にしております。

今回は、認知行動療法を紹介させていただきます。

この精神療法は治療者と一緒に考えて、適応的な考えにご自身が気づき、自分の大切にしている価値に沿った行動をしていくことを目指します。人は、過去のいやな出来事のことを考えると落ち込みます。また、未来の不確かなことについて考えると不安になります。そのため、現在、コントロールする価値があり、コントロール可能なことに専念して、行動することが大切になります。コントロールする価値がないものと、自分でコントロールできないもの（他の人の考えを変えることはできませんし、過去に起きたことも変えることはできません。）は、そのまま受け入れます。自分の意思で、自分自身が変わる方法です。

認知行動療法は、14才以上の方に行っております。ご相談していただけると幸いです。

小児科医長 中田 雅之



手術室紹介

今回は、手術室・中央材料室を紹介します。

当院の手術室は外科、整形外科、泌尿器科による手術を行っています。主に、外科では悪性腫瘍手術、泌尿器科では腹腔鏡下前立腺全摘除術、TUR（前立腺肥大症や膀胱内腫瘍に対して内視鏡を用いて切除する手術）、TUL（尿道から内視鏡を挿入しレーザーで尿管結石を破砕する手術）、整形外科では骨折による骨接合術や人工関節置換術を行っています。

手術室看護師は、患者さんの基礎疾患や合併症を把握し麻酔科や各科担当医と情報を共有し手術に備えています。手術を受ける患者さんは様々な思いを抱きながら手術を受けます。そのため、私たち手術室看護師は、全症例に術前訪問を行い、手術の流れや当日の準備、麻酔や術中の体位の説明を行い患者さんの思いに添えるよう援助しています。

手術中も、術前に訪問した手術室看護師が患者さんの状態、手術の進行状況を継続して観察し、体位の調整や体温管理、感染予防、必要な器械の準備などを主治医や麻酔医と連携しながらケアを行っています。患者さんが眠っている間も、私たち手術室看護師は常にそばで観察しています。また、手術後には、担当した手術室看護師が、患者さんの所に訪問します。術中の状態や痛み、皮膚に異常がなかったかお話を伺います。お話しいただいた内容を手術室スタッフで共有し、日々の看護ケアに活かしていきます。

手術に関して、不安や疑問に思うことがありましたらお声かけください。患者さんが安心、安全に手術を受けられるように、日々自己研鑽に努めて行きたいと思っております。

手術室・中央材料室 主任看護師 種子田 健太



西諸華道連盟の皆様、
素敵なお花をありがとうございます。





食と栄養のたより



最近よく耳にする「サルコペニア」についてお伝えします

サルコペニアって・・・？

小林市立病院 臨床栄養室

加齢や病気によって筋肉量が減少し、同時に筋力や身体機能も低下した状態をいいます。

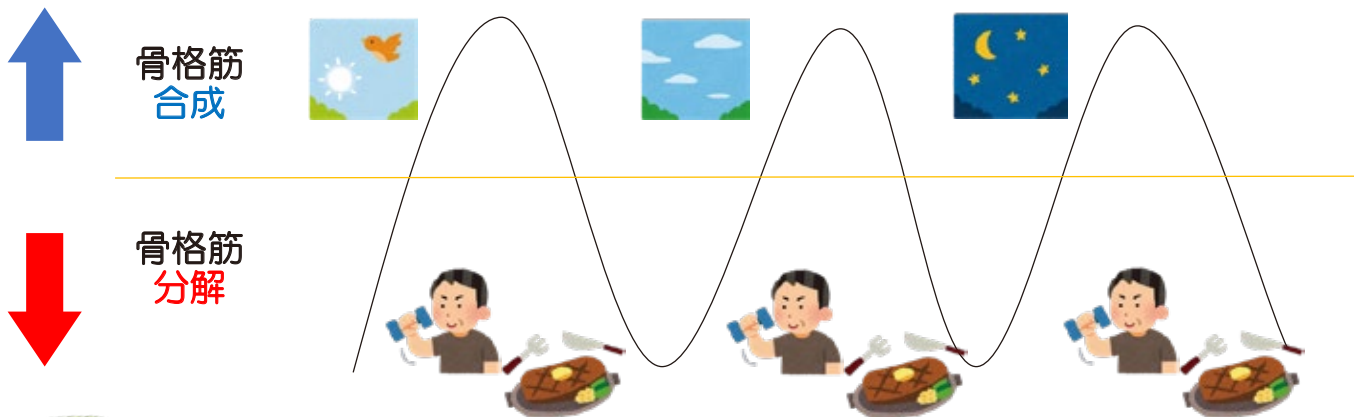
サルコペニアを予防するためには

- 十分なエネルギーとたんぱく質を摂取しましょう
エネルギー不足は筋肉がエネルギー源として分解されてしまい、サルコペニアが進行します。また、筋肉の材料はたんぱく質ですのでエネルギーと同様にたんぱく質が不足すると筋肉を維持することができません。
- 1日3食均等に栄養をとみましょう
1日に必要な栄養を3食均等にとることで、効率よく筋肉合成が行われます。



どうして1日3食がいいの？

同じ量のたんぱく質を摂取したとしても1・2食で食べるより3食で均等に食べる方が筋肉の合成が進むといわれています。



やってみよう！

普段の食事にプラスしてたんぱく質をアップ

朝ごはんの例だと…



おかず
(たんぱく質食品)を
2品以上



疾患によっても異なるため気になるかたは栄養士へ気軽に尋ねてみてくださいね

リハビリテーション室紹介



明けましておめでとうございます。皆様いかがお過ごしでしょうか。
突然ですが、リハビリ室に8年ぶりの新人が入職しましたのでご紹介致します。

作業療法士：轟木 健（写真：左）

辞令交付式から早いもので半年が経ちました。当初は戸惑いと不安がありましたが、徐々に業務を遂行できる様になり、やりがいを感じ充実した日々を過ごしています。これからも地域医療に貢献できるよう頑張ります。

理学療法士：山口 美羽（写真：右）

4月から理学療法士として勤務しています。
小さい頃から猫が大好きで、休日には実家で飼っている愛猫に癒されています。多々至らない点ではありますが、西諸地域の医療に貢献できるよう精進して参ります。よろしくお願い致します。



作業療法士：石隈 まりあ（写真：中央）

今年の春から作業療法士として入職しました。私の趣味は絵を描くこと、カラオケで歌を歌うこと、ライブに行くことが好きです。仕事は大変ですが、とてもやりがいを感じているので、これからも頑張っていきたいです。

※1月は一年の中でも気温が低く、身体がこわばりやすい季節です。日頃の生活に簡単な運動を取り入れ、けがの無いようお過ごしください。

リハビリテーション室長 川原 秀樹

小林市立病院公式Instagramを始めました。

このたび、病院の取り組みや活動、地域への情報発信を目的として、小林市立病院公式Instagramを開設しました。

スマートフォン等で右のQRコードを読み取るとか、「Instagram」「小林市立病院」で検索してください。

ぜひ、フォローをお願いいたします！



@KOBAYASHICITYHP

スタッフのひとこと

明けましておめでとうございます。去年も多くの方々に支えられ、無事に一年を終えることができました。

今年は午年。午年は「勢い」「前進」「努力が実を結ぶ」といわれる年です。

昨年は我が家に4人目の子供が誕生し、忙しい毎日を送っています。育児と仕事の両立を目指して頑張っていきたいと思います。 本年もどうぞよろしくお願いいたします。

地域医療連携室 医師事作業補助者 橋本 美彩子



連絡先

小林市立病院 地域医療連携室

TEL 0984-23-8225（直通）

FAX 0984-23-8226

Mail k_hosp4@city.kobayashi.lg.jp