

# こすもスマイル 78号

発行：小林市立病院 地域医療連携室 令和8年3月

～事務部長のあいさつ～



日頃より当院の運営並びに地域連携にご理解、ご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

この原稿を書いている2月3日は節分です。みなさんは豆まきをされましたか。旧暦で暮らしていた頃の日本人は新しい年の始まりである立春の前日を季節の分け目（節分）として、生命力の象徴である豆（魔滅）をまいて厄払いをしていたようです。

さて、当院では去る1月15日に小林市病院事業経営改革評価委員会を開催し、本市が策定した「小林市立病院経営強化プラン」の令和6年度及び7年度上半期の事業実績についての点検・評価を行いましたので、概要をご報告します。

委員会では、経営強化プランに掲載した8つの重点課題と6つの取組実績について事務局から報告した後、質疑応答を受け、5段階で評価を行いました。

評価結果は、地域包括ケアシステムへの貢献、感染症対策など、取り組んだ事業全体の約6割が“目標達成”できた一方で、地域医療連携推進法人設立、収支改善対策については“目標達成に至らなかった”との評価を受けました。

地域医療連携推進法人につきましては、持続可能な地域医療提供体制確保のため、西諸公立3病院及び西諸各行政が手を携え、病院毎の役割分担やあるべき姿を想像し、設立に向け病院間での調整を継続してまいります。

ご案内のとおり令和6年度の全国の一般病院の6～7割以上、公立病院では8割以上が経営赤字（当院を含みます。）という大変厳しい状況となりました。令和8年の診療報酬改定は30年振り的大幅引上げの3%程度となる見込みですが、現下の物価高騰などにどこまで対応できるのか注目しているところです。

収支改善対策につきましては、公立病院としての役割を果たすためにも医師確保、経費削減など引き続き努力してまいります。ご理解のほどよろしくお願い申し上げます。

※経営強化プランの評価結果の詳細は当院ホームページ（<https://kobayashi-city-hp.jp>）をご覧ください。

小林市立病院 事務部長 貴嶋 誠樹

## 【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



# 泌尿器科紹介



日増しに暖くなり、ようやく春の気配が整ってまいりました。皆様、いかがお過ごしでしょうか。平素より当院診療にご協力いただき感謝申し上げます。本日は泌尿器科の近況についてご報告申し上げます。

2025年1月から12月までの手術実績です。腹腔鏡手術では、腎（尿管悪性腫瘍手術）1例、前立腺悪性腫瘍手術17例でした。泌尿器科特有の経尿道手術では、尿管結石破砕摘出術（レーザー使用）33例、膀胱腫瘍切除術32例、前立腺切除術19例でした。その他に、内シャント設置術12例、包茎手術 / 陰嚢内手術6例ございました。



さて市民の皆様、夜はぐっすり眠れていますか？ 寝てから何度もトイレで目が覚めてしまうと、睡眠不足になり辛いですね。これは“夜間頻尿”と呼ばれる状態で、専門的な治療が可能です。私の印象では、原因の半分が泌尿器疾患（前立腺肥大症や過活動膀胱、夜間多尿など）、残りの半分は全身疾患（不眠症、睡眠時無呼吸症候群・高血圧・糖尿病を含む全身疾患など）です。

お力になれることもございます。お気軽にお問合せ下さいませ。

泌尿器科医長 米澤 智一

## 3階病棟紹介

3階病棟は整形外科、泌尿器科、救急科の急性期一般病棟です。緊急入院や手術前後の患者さんも多く、毎日忙しい病棟ではありますが、スタッフはいつも笑顔を大切に、患者さんやご家族が何でも相談しやすい雰囲気づくりを心がけています。また、患者さん一人ひとりの思いに寄り添い、安心して療養できる環境づくりを大切に、チーム一丸となって日々の看護に取り組んでいます。

令和7年に入職した新人看護師2名も、日々の経験を積み重ねながら成長を続けています。それぞれが2年目を迎えるにあたり、一言ずつ抱負を語ってくれました。それでは、紹介します。

### □富岡 愛海（写真左）□

患者さん一人ひとりとの対話を大切に、思いに寄り添った看護が行えるよう努めます。2年目も学ぶ姿勢を忘れず、知識・技術を磨き、患者さんから信頼される看護師を目指して頑張ります。

### □宮下 麗月（写真右）□

入職してから1年が経過しようとしています。まだ至らない点も多いですが、患者さんと関わる中で、たくさんのことを学ばせていただいています。今後も患者さんが安心して入院生活を送り、笑顔で退院できるように頑張ります。



3階病棟看護師長 山口 陽子

Mg

# 食と栄養のたより

Mg

Mg

臨床栄養室

## 小さくても大切な栄養素 “マグネシウム” のお話

現代の日本人の食生活は、穀類や海藻類を使った和食の機会が減り、肉類が中心の食事へ変化しました。そのため身体の調子を整えるために必要な**マグネシウム**と呼ばれる栄養素が不足していると言われています。

Mg

Mg

### マグネシウムの働き①：カルシウムとともに歯や骨を形成しています

リンという栄養素とくっつき骨の柔軟性や弾力性を高めます。カルシウム同様、骨を丈夫にします。不足することで「骨粗鬆症（こつそしょうしょう）」の原因となります。

### マグネシウムの働き②：腸内の水分量を増やし、便秘改善に効果があります

体内で吸収されにくく、腸内の水分を集める性質があり、便を柔らかくします。便のカサを増やす食物繊維とともに排便しやすくする働きがあります。

### マグネシウムの働き③：生活習慣病予防に役立ちます

血管を広げる働きがあり、血圧の調整に大切な役割があります。この作用によって血圧を下げる効果が期待できます。

Mg

Mg

推奨されている1日のマグネシウム量：男性 330mg、女性 270mg  
（日本人の食事摂取基準 2025 年版、75 歳以上の場合）

### ★ マグネシウムを多く含む食品類 ★

Mg

#### 穀類 100g あたり



そば（乾麺）…100mg

全粒粉パン…51mg

玄米ごはん…49mg



#### 種実類 10g あたり

ごま…37mg

アーモンド…29mg



くるみ…15mg

#### 海藻類 10g あたり

あおさ…320mg

ひじき…65mg

カットわかめ 46mg



#### 豆類 100g あたり

きなこ…260mg

納豆…100mg

木綿豆腐…57mg



Mg

Mg

偏りなくいろいろな食品から摂り入れることが効果的です！

# マイナ保険証で医療機関が得られる情報について

マイナ保険証の普及に伴い、利用率が向上しています（当院では7割近く）。カードリーダーを設置している医療機関も増加し、受診の際の利便性向上に繋がっています。

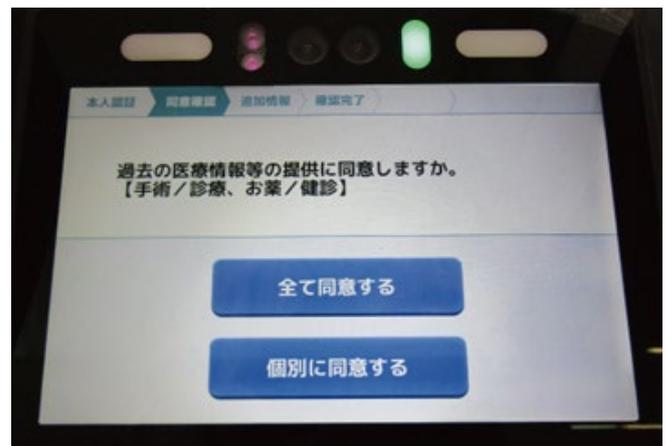
ところで、カードリーダーの操作時に「全て同意する」「個別に同意する」というダブが表示されますが、何に同意するの？と疑問があると思います。今回は、マイナ保険証の利用で、医療機関が得られる情報についてご説明します。

## 共有される情報について

- ①薬剤情報：過去5年分の処方薬・調剤薬の情報
- ②特定健診結果：過去5年分の特定健診・後期高齢者健診の結果（40～74歳対象）
- ③受診歴：過去3年間の医療機関受診歴
- ④手術歴：過去の手術歴
- ⑤高額療養費：医療費の自己負担限度額に関する情報

## 共有されない情報について

- ①年収・勤務先・詳細な住所履歴など、医療と直接関係ない情報
- ②税金や年金に関するプライバシー性の高い情報



得られた情報は、医師と薬剤師だけが閲覧可能であり、診療に役立てています。

医事係長（診療情報管理室長兼務） 清水 秀一

## スタッフのひとこと

寒さの厳しい冬でしたが、皆様お変わりありませんか。桜のつぼみも少しずつふくらみ始め、春の訪れを感じる季節になりました。草花の芽吹きややわらかい日差しで外に出るのも楽しみになります。今年も、山菜採りで食から春を感じたいと思います。皆様はどのように過ごしたいですか。

3月は節目の季節ですね。別れもあれば、新しい出会いもある時期です。桜の花が咲く頃、皆さんの新しい一歩を応援したいと思います。

入退院調整看護師 久土 和子



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