

こもれび

Nagasaki Prefecture Shimabara Hospital
2026 7月号

地域に信頼され、親しまれる病院を目指して、みなさまと当院をつなぎ、森に差し込む“こもれび”のような、ひとすじの光をお届けします。



緩和ケアチーム新体制になりました

Contents

- ・専門医に聞く
「長崎県島原病院整形外科での
主な診療・研究活動について」・・・2～4
 - ・整形外科 診療部長 岩永 斉
 - ・整形外科 医長 中村 智治
 - ・整形外科 医師 中村 樹
- ・退職のご挨拶 山西副院長・・・5
- ・部門トピックス
「緩和ケア部門」・・・6
- ・市民公開講座を開催します！・・・7
- ・おうちで簡単！おいしいkitchen
「ナスと豚肉のみそ炒め」・・・8

病院理念

地域の特性に応じた持続可能な医療を提供します

基本方針

1. 安全で質の高い医療を提供する
2. 公立病院としての責務の遂行と健全な経営を目指す
3. 医療、介護、行政との切れ目のない連携を行う



長崎県島原病院 整形外科での 主な診療・研究活動について

●当院での大腿骨近位部骨折治療について

整形外科 診療部長 岩永 斉

大腿骨近位部骨折は、主に高齢者に発生し、寝たきりや死亡率の上昇に直結する重篤な骨折です。国内では年間約20万人(2020年)が受傷しており、2040年には年間32万件に達すると予測されています。

当院では、2025年に221件の手術を行ないました。

本骨折後の1年以内死亡率は約10%、5年生存率は50%未満とされ、一部の悪性腫瘍よりも予後不良であることが知られています。寿命や健康寿命を短縮させる主な要因として、歩行能力の低下、リハビリテーションの長期化・困難化、各種合併症の併発などが挙げられます。

当院整形外科では、手術室ならびに関連各科と連携し、早期手術・早期離床・早期リハビリテーション開始に積極的に取り組んでいます。2025年には、来院後48時間以内の手術実施率は77%、手術までの平均待機時間は35時間でした(図1)。また、病棟薬剤師と連携し、二次性骨折予防(再骨折予防および骨粗鬆症治療)にも力を入れています。骨粗鬆症治療率は、入院時28%、退院時84%、4か月後外来再診時85%でした(図2)。

図1

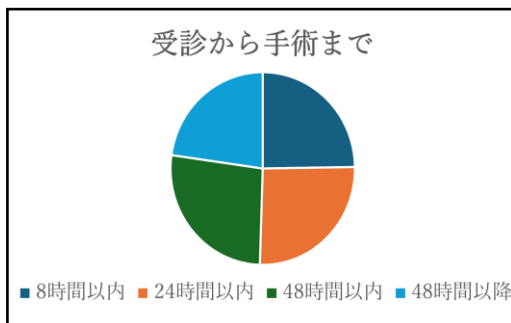
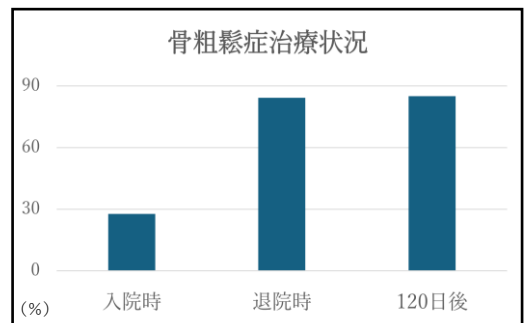


図2



◆地域医療機関の皆さまへのお願い



当院では、骨密度検査(診断・重症度判定・治療効果の判定に必須)を週9件までしか実施できないという課題があります。そのため、骨粗鬆症の検査および継続治療につきましては、地域の病院・クリニックの先生方にご協力をお願いしております。

地域全体で高齢者の骨折予防と健康寿命の延伸に取り組むため、皆さまのご理解とご協力を賜りますよう、心よりお願い申し上げます。

よろしくお願いします



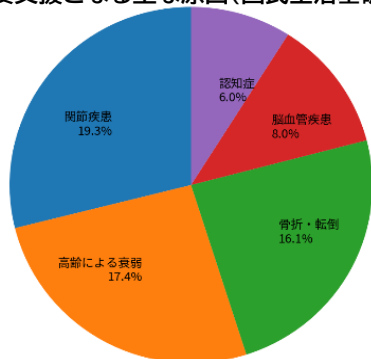
はじめに

日本人の変形性膝関節症の総数は、約3000万人といわれ、4～5人に1人が何らかの変形性膝関節症がある計算になります。また要支援の原因の第1位が関節疾患となっています。

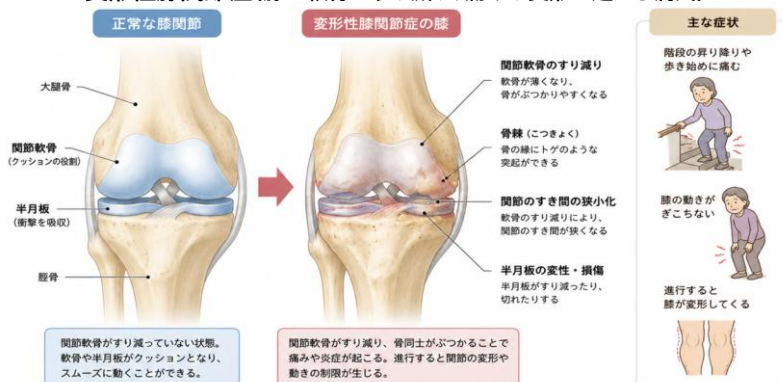
症状

初期症状は動き始めの膝の痛み(立ち上がる時、歩き始め、階段昇降など)があります。進行に伴って徐々に悪化していくことが多く、進行すると安静時でも痛みがあり、O脚変形、歩行困難となります。

要支援となる主な原因(国民生活基礎調査)



変形性膝関節症(膝の軟骨がすり減り、痛みや変形が起こる病気)



診断方法

問診や診察で、関節の腫れや動きの範囲、変形を調べ、レントゲンやCT、必要時にはMRIを用いて検査を行います。

治療

保存療法(内服、運動療法等)と手術療法(人工関節・骨切り術)があります。

人工膝関節置換術

人工関節の手術は国内で約9万例弱行われており、10年前に比較すると1.5倍程度まで増加しています。変形した関節を金属の関節に入れ替えることで痛みやO脚を改善し、歩行能力が改善されます。



当院では手術時間は約90分です。退院までは約1ヶ月弱で自宅退院が可能です。術後はブロック注射を行うので痛みが少なくなります。その期間中に日常生活動作のリハビリを行います。人工関節の耐久性は約20年と言われています。また、合併症も生じることが稀にあります。手術を有無に関わらず、膝の痛みがあれば一度外来受診してみてください。患者さんの状態に応じた治療をわかりやすく説明いたします。



●PCL(後十字靱帯)損傷膝の動態解析研究

整形外科 医師 中村 樹

現在私は、長崎大学の社会人大学院に在籍しており、膝関節の動態解析 に関する研究を行っています。今回は、その中でも「後十字靱帯(PCL)損傷膝の動態解析研究」についてご紹介させていただきます。

後十字靱帯(PCL)は、膝関節の安定性を保つ重要な靱帯のひとつであり、スポーツ外傷や交通事故などで損傷することがあります。PCLを損傷すると、膝の不安定感や痛みを生じるだけでなく、長期的には半月板損傷や変形性膝関節症につながる可能性もあるとされています。しかし、PCL損傷によって膝関節にどのような異常な動きが生じているのか、また治療後にどの程度正常な動きが回復しているのかについては、まだ十分には解明されていません。

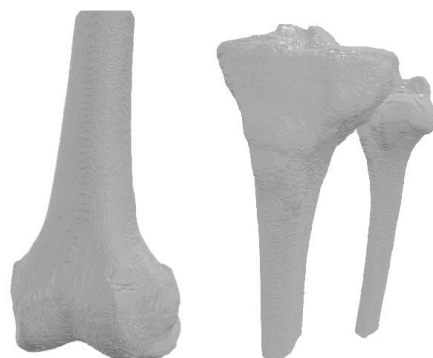
そこで現在、動態解析班では「2D/3Dregistration法」という画像解析技術を用いた研究を行っています。この方法では、CT画像から作成した3D骨モデルと、実際に動いている膝のX線透視画像を重ね合わせることで、生体での膝関節の運動を三次元的に解析することができます。現在研究では、スクワット動作などを行った際に、脛骨に対し大腿骨がどの方向へどの程度動くのか、また膝関節内で骨同士がどのように接触しているのかを詳細に評価しています。PCL損傷膝や再建術後の膝、健常膝を比較することで、PCL損傷後の膝関節動態の特徴を明らかにすることを目的としています。

膝関節は、静止した画像だけでは分からない部分が多くあります。膝の“実際の動き”を詳しく解析することで、将来的にはより良い治療法やリハビリテーションにつながることを期待されています。

2D/3D registration法



スクワット動作の撮影



CTデータから骨モデルを作成



X線写真に骨モデルをマッチング

退職のご挨拶

～島原病院での思い出～

副院長 山西 幹夫

平成18年5月1日に赴任し、19年と2か月勤務しましたが、この6月末で退職させていただくことにしました。退職に際して、同誌の原稿を依頼されましたが、自己都合による退職ですので、堂々と書ける身分ではなく躊躇いましたが、思い出を語らせていただくこととしました。

島原は私にとっては縁もゆかりもない地でしたが、内科医が不足していると勧誘を受けて赴任することになりました。当初は数年程度のつもりでしたが、いつの間にか19年がたっていました。赴任後も内科医不足は深刻で、内科常勤医4名、消化器内科は自分ひとりというところまで落ち込んだ年もありました。そんな難局も周囲の方たちのご協力があって乗り越えることができました。

私に課された使命の一つが研修医指導でした。誰に指名されたわけでもなく、自然にそのような流れになっていった感じでした。当院は県の医学修学生卒後の研修病院の一つです。研修終了後は離島勤務の義務があります。離島に行っても困らないように研修医時代にいろんなことを経験できるように配慮しました。島原で育った研修医が少しずつ増えていって、離島で活躍している姿は誇らしいものでした。最近では県の養成医が島原病院にも赴任するようになり、当地で巣立った医師も戻ってきており、それが次の研修医を育て、その研修医が巣立っていき、また戻ってくるといういい流れが出来上がりつつあります。

診療面では早期胃がんのESDを手掛けることになりました。19年間で約160件の治療を行いました。誇らしげに言うほどの数ではありませんが、誰の指導を受けることもなくゼロからスタートしたことを考えると、個人的には上出来と思っています。おそらく今後行うことはなく、島原ではじめ島原で終わることになるでしょう。

人生初めての入院も体験しました。当直明けの朝、目が覚めるとめまいと耳鳴りがして、聞こえる音が壊れかけたラジオのような音になっていました。突発性難聴でした。数日間外来点滴治療を受けましたが、全く変わらず日常生活にも支障があり、入院することになりました。初めての患者体験でした。コロナ禍前の出来事でしたが、それでもいろんな制約がありました。治療のためとはいえそれまでの日常生活が普通にできないことの不便さを感じました。入院というイベントは医療者にとっては日常ですが、患者さんにとっては非日常的なことであると実感しました。

病院の近くには温泉もあり、雲仙など多くの観光地もあり、余暇を過ごすには絶好の環境です。普賢岳登山も何度かしました。四季折々の自然の姿に癒されながら暮らすことができました。農産物や海産物も豊富で、食べ物はとてもおいしく、離島に負けないほど刺身も新鮮で美味です。

夏には「がまだす花火大会」がありました。病院は絶好の鑑賞ポイントで毎年楽しませてもらいました。ほかにもいろんなイベントが盛りだくさんです。島原城築城400年を記念してのイベントもあり、ブルーインパルスが上空を舞う姿は忘れられません。

島原は自分の人生の中で、最も長く過ごした地となりました。よく「第二の故郷」と表現されますが、第一の故郷をも追い越してしまいました。いろんな思い出があり、土地と人に馴染んでしまい、後ろ髪をひかれる思いを感じながら、離れていきます。

今回の退職は島原病院を辞めるだけではなく、病院企業団も辞職するため、医師になってずっと公務員的な立場でしたが、それにもピリオドを打つことになります。島原病院の全職員の皆さまはじめ、病院企業団関係機関の皆さま、また自分がかつて手掛けた長崎県離島・へき地医療支援センターの関係者の皆さま、診療面でご協力いただきました、医療機関や介護・福祉施設・行政機関の皆さま、本当にお世話になりました。ありがとうございました。

山西先生のためにたくさんの
職員の皆さんが集まりました

山西幹夫副院長
退職記念
送別会



長崎県島原病院 緩和ケアセンター

緩和ケアセンター
緩和ケア認定看護師 市川 めぐみ

緩和ケアセンターは、全てのがん患者さんやご家族等に対して、診断時からより迅速かつ適切な緩和ケアを切れ目なく提供するため、これまでの「緩和ケアチーム」、「緩和ケア外来」等を統括し、組織的に活動を行っています。

緩和ケアチームは、医師・看護師を中心とした多職種チームで構成し、患者さんやご家族が抱える苦痛を適切に汲み取り、身体的苦痛緩和のための薬剤の迅速かつ適切な使用と普及を図るとともに、精神心理的・社会的苦痛にも対応しています。

●緩和ケア外来：毎週月・火・木曜日

＊完全予約制（事前に診療情報提供書を確認、後日指定日時をお知らせします）

●緩和ケア相談窓口：平日9：00～17：00

＊相談無料（電話・面談可能）

地域の病院や在宅療養支援診療所等の医療従事者と協働して、定期的に話し合いを行い、情報共有の場を設けて、地域の実情を把握し、地域緩和ケア提供体制を構築しています。また、緩和ケアに関する市民公開講座や緩和ケアセミナーも定期的を開催し、地域住民、地域の医療、介護・福祉従事者、行政などに対して、緩和ケアの普及・啓発にも積極的に取り組んでおります。今年も、5月15日にめぐみ在宅クリニックの小澤先生より「あなたにもできるACPの進め方」をテーマでセミナー開催し、ユーモア溢れる講演で、参加者の方々も楽しく学ぶことができました。



～緩和ケアチームからのメッセージ～

「緩和ケア」について考えるタイミングは、「早すぎる」ことも「遅すぎる」こともありません。緩和ケアチームは、患者さん・ご家族の悩みや不安について、一緒に考え、納得できる選択をするために支援していきたくと思っています。自分らしい生活を送れるように、一人で抱え込まず、お気軽にご相談ください。



令和8年度

市民公開講座

を開催します！！

～皆様のご参加をお待ちしております～

脳卒中市民公開講座

参加費無料!!

テーマ 「 知って得する！ 脳卒中の予防と治療 」

日時 令和8年9月26日(土) 13:30～15:00 (13時開場)

申込 長崎県島原病院 別館1階 研修ホール
事前申し込み不要です。直接ご来院ください。

内容 脳卒中の予防と治療について (講演と体験ブース)

講演 林 之茂 脳神経外科診療部長

体験ブース

脳卒中リハビリテーション看護認定看護師・看護師・薬剤師・管理栄養士・リハビリテーション科による、健康チェックなど。

*内容は現時点での予定です。



がん市民公開講座



参加費無料!!

テーマ 「 前立腺がん治療の“いま”～あなたに合った選択を考える～ 」

日時 令和8年10月17日(土) 13:30～15:00 (13時開場)

申込 ①長崎県島原病院 別館1階 研修ホール
事前申し込み不要です。直接ご来院ください。
②WEB参加ご希望の方は島原病院ホームページ
又はQRコードを読み込みネットで予約
(島原病院ホームページには7月中旬に掲載予定です。)

内容 前立腺がんについての講演

講師 宮崎医院 院長 宮田 康好 医師
島原病院 副院長 泌尿器科医 平島 定 医師
島原病院 診療部長 放射線科医 小幡 史郎 医師
島原病院 リハビリテーション科

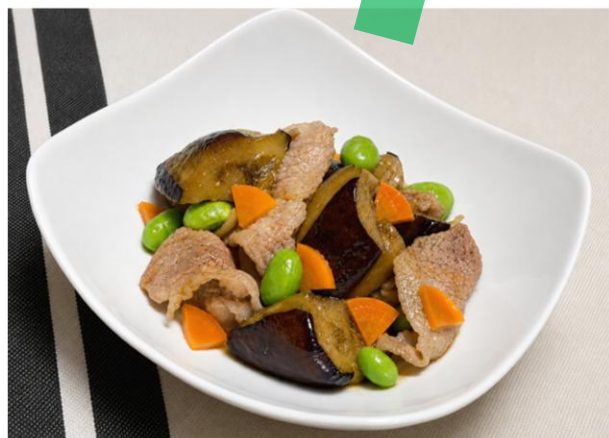
*内容は現時点での予定です。



お問い合わせ 長崎県島原病院 総合医療支援センター TEL:0957-63-1145



今回は当院で提供している、夏におすすめの人気献立を紹介します！！



健康のPoint!

今回は豚肉と夏野菜を使った献立です。豚肉にはたんぱく質以外にも、夏に不足しがちなビタミンB1が含まれています。ビタミンB1には糖質を体内エネルギーに変えるのに必要な栄養素です。夏バテ防止や疲労回復に効果があります。今回紹介している献立にアリシンを多く含む、玉ねぎやニンニク、ニラ等を加えるとさらにビタミンB1の吸収率を上げることができます。

[材料(4人分)]

ナス	中2本
豚ばら肉	60g
人参	1/4本
枝豆(冷凍むき身)	20g
サラダ油	大さじ1
★あわせみそ	大さじ1
★醤油	小さじ2
★砂糖	大さじ1
★だし汁	40g

[栄養量(1人分)]

エネルギー	: 125kcal
たんぱく質	: 3.8g
脂質	: 9.0g
食塩量	: 0.8g



[作り方]

- ①豚肉は食べやすい大きさに、ナスは乱切り、人参はいちょう切りに切る。
- ②★の調味料を混ぜ合わせる。
- ③油をひいたフライパンで豚肉を炒める。豚肉の色が変わったらナス、人参を加えて炒める。
- ④ナスがしんなりしたら②の合わせ調味料を加え、炒める。
- ⑤最後に枝豆を入れてなじませる。

[調理のPoint]

Point①
分量を増やすことでメイン料理の献立としても活用できます。

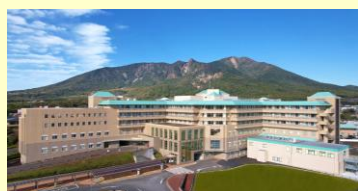
Point②
あわせみそは普段自宅で使用しているみそを利用してもおいしく作れます。

外来受付時間

午前8:45～午前11:00(土・日・祝日・年末年始を除く)

受付時間外に受診される場合は、救急対応となります。
※詳しくはホームページをご覧ください。

〒855-0861
長崎県島原市下川尻町7895番地
TEL 0957-63-1145 FAX 0957-63-6544
URL <https://shimabarabyoin.jp>
右のQRコードからアクセスできますー



発行／長崎県島原病院

