

心のこもった良質な医療を提供し、地域の医療と人材育成に貢献します

# すまいるみと

**特集** 人間ドックの紹介（健康管理センター）

Vol.110

連載 新任医師のご紹介 部門紹介：リハビリテーション部  
ナースのお仕事 News Report

令和8年5月31日発行

TAKE FREE



日立市 かみね公園



筑波大学附属病院水戸地域医療教育センター  
茨城県厚生連 総合病院 水戸協同病院

# 人間ドックの紹介（健康管理センター）

地域の健康を支えるパートナーを目指します

「人間ドック」のすすめ

医療の進歩により、現代の病気との向き合い方は「発症してから治す」ものから「未然に防ぎ、早期に対処する」予防医療へと大きくシフトしました。当センターにおいて、人間ドックは単なる義務的な検査ではありません。それは、皆様が自らの体と深く向き合い、10年後、20年後の健康を能動的にデザインするための「対話」の時間であると考えています。

多角的な視点から全身を精査し、自覚症状のない段階で潜んでいるリスクを早期に発見することは、ご自身の生活の質（QOL）を維持するだけでなく、大切なご家族の安心を守ることにも直結します。

昨年度、当センターの人間ドック受診者数は2165名に達し、センター全体では年間約8500件の健診・接種を引き受けました。

私たちは、この地域からの信頼に応えるべく、予約時の繋がりがりやすさを改善した「A-電話予約システム」の導入や、女性特有の悩みに配慮した「レ

## 人間ドック検査スケジュール



※診療、子宮がん検診の時間は曜日によって異なることがありますのでご了承ください。  
※検査の順序はイメージです。

## レディース健診



下記検査をセットで受けられるレディース健診をご用意しています。

- ・マンモグラフィー（2D+3D）
- ・乳腺エコー
- ・骨密度検査（DEXA法）

平日午後で1日6名限定で完全予約制となります。検査はすべて女性スタッフが担当します。異常が見つかった場合も乳腺外科・整形外科への院内紹介がスムーズに行えます。

## AI 電話予約システムについて

人間ドック・健康診断専用

AI電話が対応します！

健康管理センターの電話がAI導入により、つながりやすくなりました！

050-1720-8262

受付時間 月-金 9:00-16:00  
土・日・祝 受付不可

専用ダイヤルへお電話いただくと、AIオペレーターが予約受付を行います。窓口の混雑を気にせず、ご都合の良い時間にお気軽にご予約ください。予約日時は当院からのSMS（ショートメール）または折り返しのお電話をもって確定となります。折り返しのご連絡は3営業日以内に行っております。



健やかな地域社会を支える私たちの取り組み

水戸協同病院健康管理センターは、医師3名、事務員7名、保健師1名、看護師3名の計14名の専門スタッフが、一丸となって皆様の健康管理業務をおこなっています。

私たちは「組合員ならびに地域住民の暮らしと健康を守る」というJA茨城県厚生連の基本理念を核に据え、地域に根ざした公的医療機関として、農協組合員様を対象とした「JA組合員健診」や、働く方々の健康を支える「生活習慣病予防健診」を柱とし、人間ドック、事業所健診、がん検診、特定健診など、一人ひとりのライフスタイルに寄り添う実直な支援を続けていきます。

また当センターは、地域医療を支える当院職員の健康管理の場という側面も持っています。労働基準法で定められた各種健診や抗体価検査、ワクチン接種などを通じて職員を支えることで、間接的にも地域の皆様へより良い医療を提供できる体制を整えています。

「レディース健診」の新設など、常に受診者の皆様の視点に立った改革を推進しております。

こうした利便性の向上に加え、私たちが何より重視しているのが、総合病院併設の機能を活かした「健診後のフォローアップ体制」です。

万が一異常が見つかった際も、各診療科の専門医と迅速に連携し、精密検査や治療へとシームレスに移行できる環境を整えています。私たちは健診を単なる「ゴール」ではなく、より健やかな明日への『スタート』と捉え、必要な医療へと確実に繋ぐことを大切にしています。

今、体と向き合うために踏み出す一歩が、10年後の自分を支える土台になります。

皆様の「健康寿命を延ばす」という目標に向け、私たちは最新の知見と誠実な対応で、これからも地域の健康を支えるパートナーであり続けます。健やかな未来への確かな投資として、ぜひ当センターの人間ドックをご活用ください。スタッフ一同、皆様のご相談を心よりお待ちしております。

# 部門紹介

## リハビリテーション部

患者さん一人ひとりに寄り添った  
質の高いリハビリテーションの  
提供を目指して

当院リハビリテーション部は42名のスタッフが在籍しています。今年度は新入職員が3名入職し、活気に満ちたスタートを切りました。当部は、理学療法（整形外科チーム、内科・循環器チーム、脳血管・外科チーム）・作業療法・言語聴覚療法・退院支援病棟の各部門が連携し、幅広い疾患と年齢層に対応しています。整形外科チームでは県内有数の手術件数を背景に、術後療法から保存療法まで



幅広く対応しています。特にスポーツ整形外科では学生からプロ選手までを対象としたアスレティックリハビリテーションを展開し、スポーツ外来やチームとの連携により競技復帰を支援しています。内科・循環器チームでは専門資格を有するスタッフが在籍し、心不全の再発予防や心臓リハビリテーション、心不全教室の運営を行うとともに、ICUでは多職種と連携し早期離床を推進しています。脳血管・外科チームでは高齢・多疾患患者に対してリスク管理を徹底し、早期介入により廃用予防と機能向上を図っています。作業療法部門では生活機能や役割の再獲得を重視し、環境調整や装具（スプリント）作成を含めた支援を実施しています。言語聴覚療法部門では失語症や嚥下障害などに対し専門的支援を行っています。退院支援病棟では在宅復帰に向けた個別支援を行い、「安心して在宅復帰できる」ことを目標にリハビリテーションを実施しています。

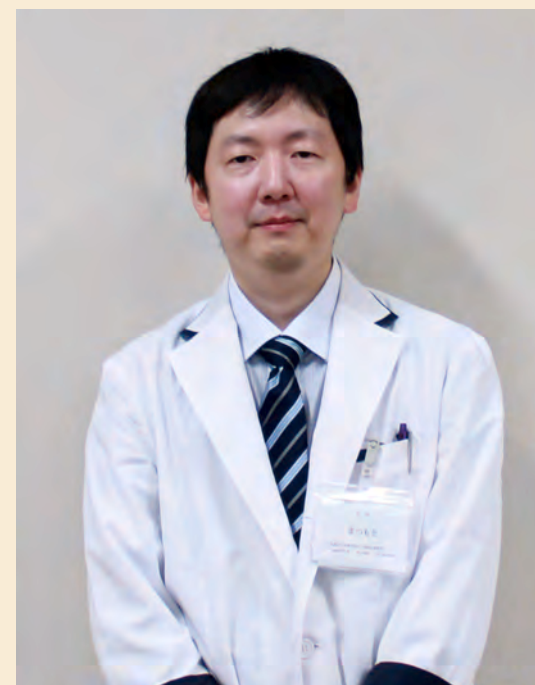
リハビリテーション部では各職種が連携し、患者さん一人ひとりに寄り添った質の高いリハビリテーションの提供を目指しています。

役職：  
耳鼻咽喉・頭頸部外科科長  
水戸地域医療教育センター 准教授

氏名：  
松本 信

好きな言葉：  
鉄は熱い内に打て

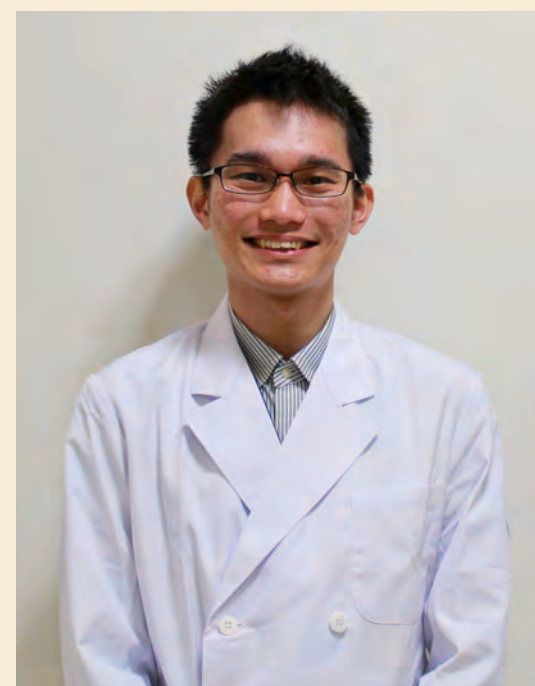
趣味：  
音楽鑑賞



このたび4月より赴任致しました、松本信と申します。水戸協同病院には以前にも勤務経験があり、今回3回目の赴任となりました。前職の筑波大学附属病院では7年半ほど、近年は主に頭頸部癌薬物療法や摂食・嚥下チームの診療を中心に勤務しておりました。得意

分野に関しては経験を活かしつつ、地域の需要に応じて広く診療をしていきたいと考えております。諸先生方のお知恵をお借りしながら、丁寧な診療を心がけて参ります。宜しくお願い申し上げます。

## 新任医師のご紹介



今年度より筑波大学附属病院から当院病理科に着任いたしました。病理診断は、採取・摘出された検体を顕微鏡で詳しく観察し、病気の性質を見極める。診断の要となる分野です。皆様と直接お会いする機会は多くありませんが、診断の根拠を支える立場として、日々

の医療に貢献してまいります。  
どうぞよろしく願い申し上げます。

役職：  
病理診断科  
水戸地域医療教育センター 特任助教

氏名：  
朝山 慶

好きな言葉：  
人間万事塞翁が馬

趣味：  
オセロ  
ソフトテニス

# News Report

i from MKGH

## ■ 市民公開講座を開催しました

茨城県厚生連の経営する総合病院 水戸協同病院では、令和 8 年 2 月 14 日（土）「ずっと元気に歩こう！」をテーマに市民公開講座を開催しました。

脊椎脊髄センター長 整形外科部長 辰村 正紀（たつむら まさき）先生による『背骨に生じる骨粗鬆症とその予防』他、菊池 由華（きくち ゆか）管理栄養士による『骨の健康は食卓から！』、本田 綾花（ほんだ あやか）薬剤師による『知っておきたい骨と薬のはなし』の講演、また、所 鈴夏（ところ すずか）理学療法士による『家でもできる骨コツ体操！』を参加者とともに実践しました。この他にも、器械を使用しての骨の健康度の測定、医師をはじめとした各職種の医療スタッフによる健康相談などを行いました。

会場には 130 名以上の参加者が訪れ、「骨に関する様々なことを学ぶことができ、非常に有意義であった」、「このような講座を是非また開いてほしい」などの声が聞かれ、大盛況となりました。



## ■ 「くろばね市場」に参加しました

5 月 2 日、くろばね商店会が主催する「くろばね市場」に参加し、骨健康度測定を行いました。前日は荒れ模様の天気でしたが、当日は快晴となり、会場にはたくさんの方たちが訪れました。当院のブースも大変盛り上がり、来場者からは、「気軽に骨の健康を測定してくれるのはありがたい。骨を大事にする意識づけになる」、「今後も継続して骨健康度測定を行ってほしい。また測定してもらいに水戸協同病院のブースに来る」などの声が聞かれました。



# ナースのお仕事

Vol.08

摂食嚥下障害看護認定看護師 山口彩香

摂食嚥下障害看護認定看護師の山口彩香です。私は加齢や病気の影響で食事中にむせる、飲み込みにくい、食事に時間がかかる、食べる量が減ってきたといった症状のある患者様に対して安全においしくその人らしく食べられるように支援する看護師です。

### 活動内容について

- ① 食べる力のチェック  
患者様の飲み込みの状態や身体状態を確認し安全に食事ができるかを評価します。
- ② 安全に食べるための工夫  
むせにくい姿勢の調整、食事の形態を提案し安全に食事ができる方法を検討します。
- ③ 口腔ケア  
お口の清潔を保つことで誤嚥性肺炎の予防と食べる力の維持につなげます。
- ④ リハビリテーションの支援  
飲み込む力の維持、改善に向けた口腔体操や発声訓練などを行います。
- ⑤ ご家族へのサポート  
食事介助の方法や姿勢調整、食事形態の工夫について説明します。
- ⑥ 多職種との連携  
医師、言語聴覚士、歯科衛生士などと協力してチームで患者様を支えます。

### 飲み込む力、むせ予防のための体操を紹介します

#### 【口腔体操】



あーと大きく口を開ける



いーと口を横にひく



うーと口をすぼめる

#### 【舌の体操】



舌を前にベーと出す



舌を上に出す



舌を左右に動かす



3 東病棟看護部集合写真

体操は毎日続けること、食事前に行うことで効果があります。

食べることは生きることです。

誰もがおいしく食事を楽しめることを目標に活動していきます。

何か聞きたいことやわからないことがある方はお気軽にご相談ください。

## 2026 年度 祝日開院のお知らせ

水戸協同病院では、2026 年度の一部祝日を平日体制で診療（通常の診療）いたします。

### 2026 年度 祝日診療日

|              |        |              |                         |
|--------------|--------|--------------|-------------------------|
| 4 日 29 日（水）  | 昭和の日   | 11 日 23 日（月） | 勤労感謝の日                  |
| 7 日 20 日（月）  | 海の日    | 1 日 11 日（月）  | 成人の日                    |
| 8 日 11 日（火）  | 山の日    | 2 日 11 日（木）  | 建国記念の日                  |
| 10 日 12 日（月） | スポーツの日 | 2 日 23 日（火）  | 天皇誕生日                   |
| 11 日 03 日（火） | 文化の日   | 3 日 22 日（月）  | 休日 ※ 祝日法第 3 条第 2 項による休日 |

### 病院理念

心のこもった良質な医療を提供し、地域の医療と人材育成に貢献します

### 基本方針

1. 安全で良質な医療を提供します
2. 患者様の権利を尊重し、説明と同意に基づく医療を進めます
3. 総合診療体制で地域の救急医療に貢献します
4. 医療・保健・福祉を通じて地域医療連携を推進します
5. 地域で活躍する医療人を育てます
6. 幅広い診療能力と温かい心を備えた医師を育成し、全人的医療を実践します
7. 以上を実現するために健全な病院経営に努めます

当院は基幹型臨床研修病院などの教育施設として、研修医の教育をはじめ優れた医療人の養成に取り組んでおります。ご理解ご協力の程よりしくお願いいたします。

### 臨床研修の理念 2026

#### 【理念】

地域における総合的診療の教育と実践により、世界標準の医療を提供する

#### 【基本方針】

1. 世界標準の医療を習得し、地域医療の現場で実践する
2. 将来の専門領域にかかわらず、患者中心の医療を実践できる幅広い視野と技能を養う
3. 医師としての人格を磨き、倫理観とプロフェッショナリズムを確立する
4. 多職種を尊重し協働しながら、チーム医療の一員としてリーダーシップを発揮する
5. 学術活動や研究に取り組み、医学・医療の発展に貢献する

### Cover Page PHOTO

日立市かみね公園は、鞍掛山の裾野に続く、なだらかな広陵地に作られた公園で、園内には市街地を一望できる展望台をはじめ、様々な娯楽施設があります。また、さくら名所百選の一つとしても知られており、約千本、22種類の桜が植えられた園内は、春になると園内全体が桜色に包まれます。

### JA さわかモーニング MON ~ THU AM9:35 ON AIR

茨城県厚生連では Lucky FM 茨城放送で医学解説を放送しています。

#### 【第 3 火曜日】

やさしい医学解説

#### 【第 4・5 水曜日】

メディカルインフォメーション

### Lucky FM 茨城放送

FM 水戸局 94.6MHz  
日立局 88.1MHz

AM 水戸局 1197kHz  
県西・土浦局 1458kHz



### 水戸協同病院広報誌

すまいるみと

Vol.110  
令和 8 年 5 月 31 日発行

発行所／ 筑波大学附属病院水戸地域医療教育センター  
茨城県厚生連総合病院水戸協同病院  
〒310-0015 茨城県水戸市宮町 3-2-7  
TEL : 029-231-2371  
<https://www.mitokyodo-hp.jp>

発行人／ 秋月浩光 編集／広報室 JA 茨城県厚生連総務部