

憩いと安らぎをお届けする 綾部市立病院



vol. **69**
2026.9

広 報

おあしす

oasis



医師の健康アドバイス

近視と上手につき合うために

多くの職種が
地域医療を支えています

コメディカル体験
『ミライノカタチ』を開催しました

Information

糖尿病、腎臓病教室など
各種案内はコチラ





綾部市立病院 院長
井伊 庸 弘

超高齢社会を迎え、病院に求められる役割はますます多様になっています。急性期の治療を行うだけでなく、回復期や在宅療養、介護、福祉ともつながりながら、一人ひとりの暮らしを支えていく「治し支える医療」は、これからの地域医療に欠かせないものとなっています。

そのためには、医師や看護師だけでなく、薬剤師、リハビリテーション職、診療放射線技師、臨床検査技師、臨床工学技士、管理栄養士、視能訓練士、事務職員、看護補助者、運営支援スタッフなど、さまざまな職種が互いの専門性を生かし、力を合わせる「多職種連携」が重要です。当院でも、多様な専門職がそれぞれの知識や技術を持ち寄り、患者さん一人ひとりに寄り添いながら、より安全で質の高い医療を提供できるよう努めています。

そして、地域医療を支える大きな力となっているのが、ここで働く職員一人ひとりです。職員は皆、それぞれが綾部に愛着を持ち、同じ地域で暮らす方々を大切に思う気持ちを胸に、日々の仕事に向き合っています。

一方で、医療人材の不足は全国的に大きな課題となっており、地域医療を守るためには、それを担う人材の確保と育成も重要です。当院では若い世代が医療に興味を持ち、将来は地域の病院で医療に携わりたいと思えるよう、様々な取り組みを通じて地域医療を支える「人」の確保と育成に力を入れています。

今回の『おあしす』では、「あやべ愛」にあふれる職員の姿や当院の人材確保の取り組みなどをご紹介します。ぜひご覧いただき、当院をより身近な存在として感じていただければ幸いです。

医師の健康アドバイス Doctor's Health Advice

近視と上手につき合うために

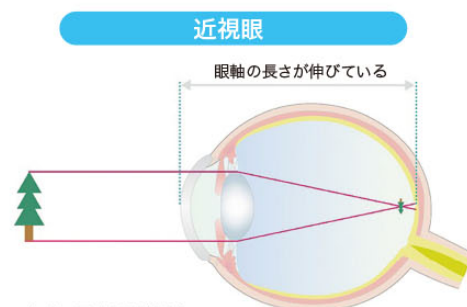
はじめに

近視とは、目に入った光の焦点が網膜より手前に合い、近くは見えても遠くがぼやける状態です。多くは、子どもの成長期に

眼球の前後の長さ(眼軸長)が伸びることで起こります。一度伸びた眼軸長を元に戻すことはできません。近視は眼鏡やコンタクトレンズで視力を補うことができますが、強くなるほど、将来、網膜剥離・緑内障・近視性黄斑症などを発症する危険が高くなります。そのため、早期発見と進行を抑える取り組みが大切です。

こんな様子に注意

黒板や標識が見えにくい、目を細めて見る、テレビや本に近づく、片目で見るといった様子があれば、眼科を受診しましょう。学校健診で視力低下を指摘された場合も、単なる近視と自己判断せず、詳しい検査を受けることが必要です。眼科では視力や屈折度数だけでなく、斜視や目の病気がないかを確認し、



出典：日本眼科学会

必要に応じて点眼薬を用いた屈折検査や眼軸長測定を行います。近視の家族歴がある場合や、低年齢で近視が始まった場合は進行しやすいため、特に注意が必要です。

お子さんに、こんな様子はありますか？

- ☐ 目を細めて黒板を見る
- ☐ 目をこする、疲れを訴える
- ☐ テレビや本に近づく
- ☐ 頭痛や見えにくさを訴える
- ☐ 顔を傾ける・片目で見るといった様子

家庭でできること

子どもの近視予防には、日中に屋外で過ごす時間を確保することが有効です。毎日合計2時間程度を目安に、散歩や外遊び、休み時間などを活用しましょう。読書、勉強、スマートフォンやタブレットの使用時は、目から30cm以上離し、30分に一度は遠くを見て目を休ませます。暗い場所や寝転んだ姿勢での使用を避け、画面の明るさを周囲に合わせることも大切です。乳幼児ではデジタル機器を長時間見せないようにし、使用する場合は保

護者が内容と時間を管理しましょう。十分な睡眠や規則正しい生活も心がけてください。

- 1 日中は外で過ごそう
毎日合計2時間を
目安に、散歩・外遊び・
休み時間で
- 2 目から30cm以上離す
読書・勉強・スマホ・
タブレット使用時
- 3 30分に一度は遠くを見る
目を休ませる習慣を
- 4 暗い場所・寝転んだ姿勢は避ける
画面の明るさは周囲に合わせよう
- 5 乳幼児は長時間の使用を避ける
使うときは保護者が内容と時間を管理
- 6 十分な睡眠・規則正しい生活
目の健康は毎日の習慣から

治療と定期受診

眼鏡をかけることで近視が進むわけではありません。見えにくさを我慢せず、生活に合った適切な度数の眼鏡を使用しましょう。近視の進行が速い子どもでは、低濃度アトロピン点眼、特殊なコンタクトレンズや眼鏡などの近視進行抑制治療を検討することがあります。治療にはそれぞれ特徴や副作用、費用があるため、眼科医と相談しながら定期検査を続けることが重要です。成人でも強い近視がある方は、自覚症状がなくても定期的な眼底検査を受けましょう。突然、黒い点や糸くずのようなものが増える、光が走って見える、視野が欠ける、物がゆがむ、急に見えにくくなるといった症状があれば、早めに眼科を受診してください。



眼科

院長 塚 亮太
●日本眼科学会
眼科専門医

多くの職種が、地域医療を支えています。

医師や看護師だけでなく、薬剤師・臨床検査技師・診療放射線技師・管理栄養士など、多くの職種が連携し患者さんと向き合っています。

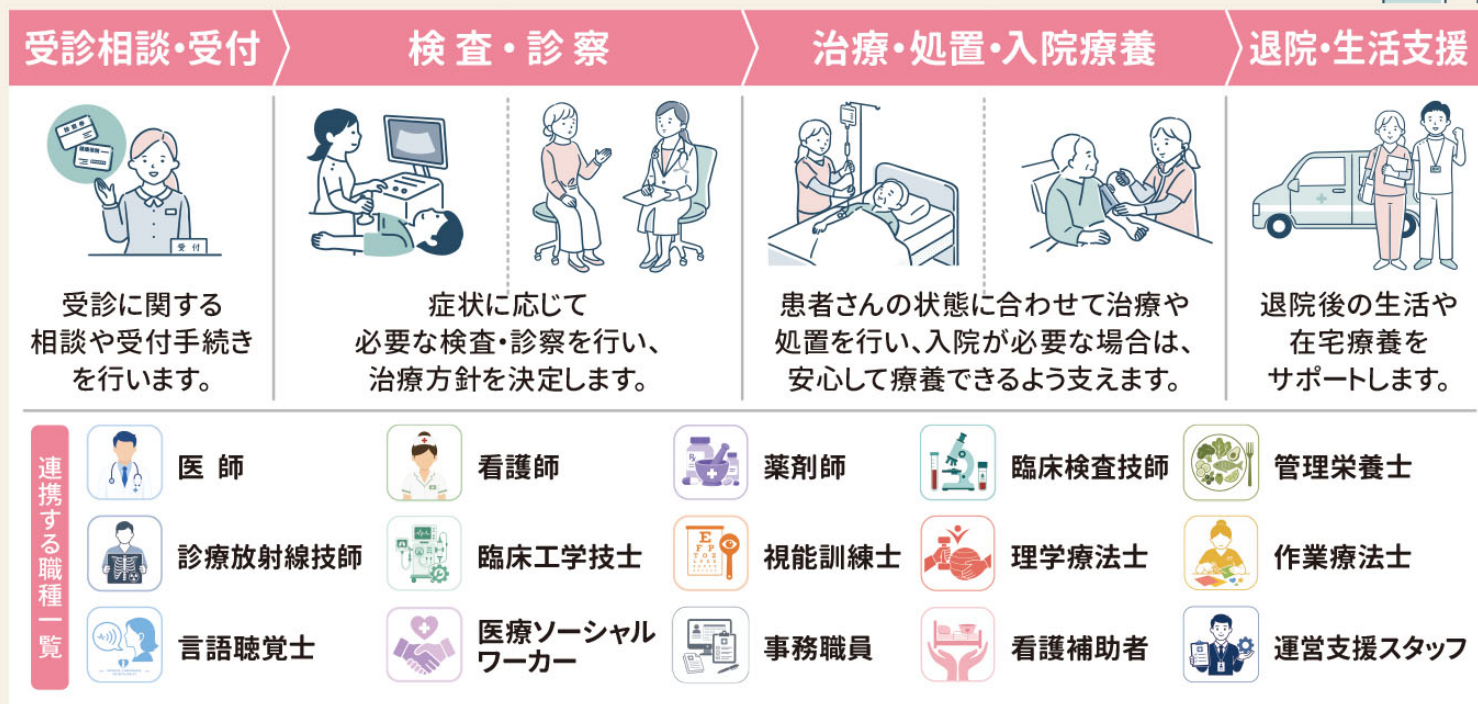


出身地はさまざま！綾部の地域医療を支えている職員の

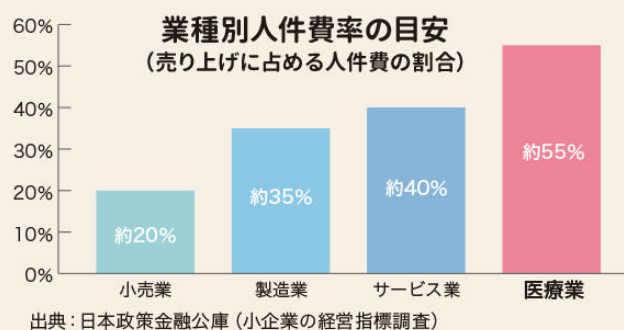
"あやべ市民度"を大調査！

【綾部で暮らしてきた割合＝あやべ市民度】

全国から集まった医療のプロフェッショナルたちが、日々、よりよい医療や看護を提供できるよう奮闘しています。
生まれも育ちも綾部という人もいれば、最近こちらへ移住してきた人もいます。
出身地は異なりますが、ワンチームで綾部市の地域医療を支えています。



医療は、人が支えるサービスです。



- 人が直接対応する工程が多いため機械化しにくい
 - 安全性と医療の質を守るため人を多く必要としている
- 人の手で成り立つ仕事が多く、他の業種より人件費の割合が高くなりやすい傾向にあります。

綾部市立病院では、安心と信頼の医療を届けるために、さまざまな職種が連携し、患者さん一人ひとりに寄り添える体制を大切にしています。



Q1 あなたは人生の何%を綾部で暮らしていますか？（回答数177名）

さらに、あやべ市民度それぞれの代表者に2つの質問をしました。

Q2 "綾部いいね"と思う瞬間やエピソードはありますか？

Q3 綾部の推しポイントは？



あやべ市民度 ★★★★★ 75～100% 勤務・在住歴 20年以上

A2 地域の人同士のつながりを感じる場面が多くあります。治療に対して、協力的な患者さんも多いように感じています。

A3 あやべ水源の里トレイルラン、二王門登山レース。レース後のあやべ温泉は格別です。



あやべ市民度 ★★★★★ 50～75% 勤務・在住歴 20年以上

A2 ホタルが飛ぶ写真や水無月祭りの花火の写真が上手に撮れるようになりました。

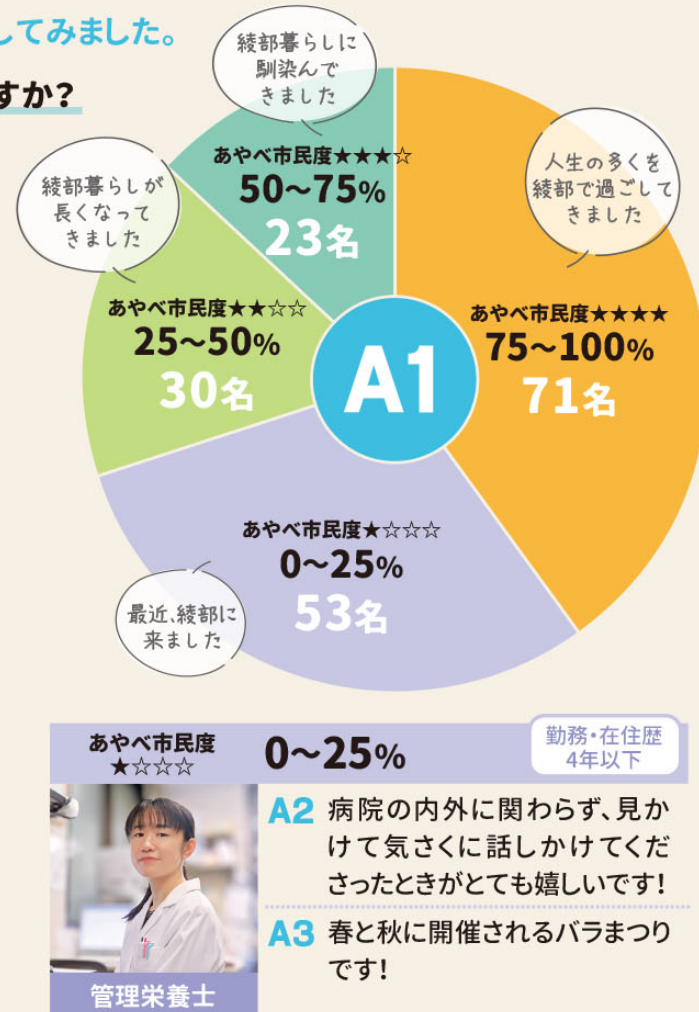
A3 渋滞がなく車の移動が楽。自然が豊かで、ご近所さんも優しい。



あやべ市民度 ★★★★★ 25～50% 勤務・在住歴 5～10年

A2 都会に出かけたあと綾部に帰ってきたとき、落ち着くと感じる瞬間。

A3 四季の景色。綺麗な星空。



あやべ市民度 ★☆☆☆ 0～25% 勤務・在住歴 4年以下

A2 病院の内外に関わらず、見かけて気さくに話しかけてくださったときがとても嬉しいです！

A3 春と秋に開催されるバラまつりです！

管理栄養士

これから地域医療を支えるために

① 人材確保・未来の人材を育てる

中高生を対象とした医療体験や職場見学を通じて、医療を志す若い世代と地域医療を支える人材を育てています。

体験事業

実際の医療を体験できます。



② 職員が長く働きやすい環境づくり

多職種が連携し、医療DXも活用しながら、効率的に専門性を発揮できる環境を整えています。

※医療DX…提供する医療サービスの向上のためデジタルテクノロジーを活用して業務やサービスを改善すること。

③ あやべの医療と暮らしをつなげる

地域イベントやSNSでの発信を通じて、病院と地域のつながりを深めています。

各種教室

地域の方々の健康を促進！



お仕事紹介動画



魅力が伝わる内容を発信中！

日々の情報発信

病院ホームページやInstagramで発信中！



もっと知りたい方はこちら / 登録をお願いします！

綾部市立病院 公式ホームページ

Instagram 職員の日常やお知らせを発信中！

YouTube 病院の仕事や取り組みを配信中！

コメディカル体験

「ミライノカタチ」を開催しました！

「コメディカル」とは、看護師、薬剤師、臨床検査技師、リハビリテーション専門職、管理栄養士など、医療現場を支えるさまざまな職種のことです。当院では、医療の仕事に興味を持つ中高生が実際の現場を知り、自分の将来について考えるきっかけとなるよう、このイベントを開催しています。

今回は「夏は見学！」をテーマに、参加者がグループに分かれ、院内の10職種を見学しました。

★当日の様子

参加者は、薬剤部や検査部門、リハビリテーション部門などを巡り、各職種のスタッフから仕事内容や仕事のやりがいについて説明を受けました。



薬剤師が注射薬や抗がん剤にも関わっていること、臨床検査技師がさまざまな検査を担っていること、患者さんの状態に合わせて食事の硬さや味付けが工夫されていることなど、実際の現場だからこそ分かる多くの発見がありました。

また、見学後の相談会では、進学や資格、日頃の勉強、医療現場で働くことについて、参加者から多くの質問が寄せられました。



名前は知っていても仕事内容までは知らなかった職種について、詳しく知ることができました。

＜参加者の声＞



実際の現場を見学したことで、仕事のイメージがしやすかったです。

全く知らなかった職種も含め、さまざまな人が関わり合っている病院で働いていることが印象に残りました。

まだ希望する職種は決まっていますが、今回話を聞いて、医療の仕事を少し現実的に考えられるようになりました。

★地域の医療を未来へつなぐために

病院の医療は、医師や看護師だけでなく、多くの専門職がそれぞれの知識と技術を生かし、協力することで成り立っています。今回の体験が、参加した皆さんにとって、医療の仕事を知り、自分の未来を考える第一歩となれば幸いです。綾部市立病院では、これからも地域の子供たちが医療に触れ、将来の夢を描くことができる機会を大切にしていきます。ご参加いただいた皆さん、ありがとうございました。

医療の仕事を
見て、聞いて、未来を描く！

次は実際にやってみよう

興味のある職種の
実際の仕事って何？

秋は体験！

10/25(日)

9:00～12:00

＜申込期間＞10月12日(月)まで

●定員／45名

※定員になり次第締め切ります

●対象／高校生

※中学生はご参加いただけません

興味のある 2職種を体験！

見学・体験職種

医師※・看護師・薬剤師・臨床検査技師・診療放射線技師・視能訓練士・臨床工学技士・理学療法士・作業療法士・言語聴覚士・管理栄養士

※医師は看護師と合同の救急コースになります。相談会には医師も参加します。

相談会も実施！

医療の現場で働く人たちのリアルな声を聞いてみませんか？

職種のこと、勉強のこと、受験のこと…。このイベントで、アナタのミライのカタチが少し見えてくるかも！

※病院内イベントのため、感染症等の状況により中止になる場合もあります。ご了承ください。

各職種の紹介・お申込みはこちら



お問合せ先

綾部市立病院
TEL0773-43-0123(内線219)

パネル
ディスカッション

今から考える おひとりさまサポート ～アクティブ・エンディング～

頼れる身寄りのない方これからまずは知ることから

身寄りがいない高齢の方や、近くに頼れる家族がいない方が、住み慣れた地域で安心して暮らせるよう、介護や入院、人生最期の場面で直面する課題や支援の選択肢について、一緒に学び、考える機会として開催します。

当日は、花園大学の教授をファシリテーターに迎え、自治会、医療、警察、社会福祉協議会、行政など、さまざまな立場の登壇者によるパネルディスカッションを行います。当院からは、医事課で患者さんの受診や入退院に関わってきた管理課長が登壇します。

これからの暮らしや「人生の終い支度」について、一緒に考えてみませんか。

共催／綾部市立病院・綾部市成年後見支援センター 【お問合せ先】連携医療室 ☎0773-43-0123

あやまるフェスタ企画
(地域共生イベント)



日時 9月27日(日)
13:30～15:00(受付13:15～)

会場 あやテラス ホール

参加費 無料 定員200名



ご本人はもちろん、ご家族や地域で支える立場の方など、どなたでもご参加いただけます。
【申込み不要】

腎臓病教室のご案内

『腎臓守って、楽しい腎(人)生!』

腎臓病は、初期段階ではほとんど自覚症状がなく、検査してはじめて分かる場合が多い病気です。

下記の症状などが気になる方はぜひご参加ください。

- 尿に泡が立つ
- 夜トイレに何度も起きる
- 靴や指輪がきつくなった
- 血圧が高い

どなたでも
参加いただけます
【予約不要】

日時 10月9日(金) 14:00～15:00

会場 綾部市立病院 東館2階 講堂

- 講師 ●泌尿器科医師 田原 秀一
「腎臓の治療ってなに？」
～治療の流れと将来の選択肢を知ろう～
- 管理栄養士 山本 麻里也
「減塩で腎臓にやさしい食事に」～冬のメニューのひと工夫～
- 理学療法士 小幡 知良
「腎臓病の運動について」～誰でもできる簡単な運動～

【お問合せ先】1階 インフォメーション ☎0773-43-0123

知っ得 糖尿病

～あなたは大丈夫？～

11月15日(日)
9:00～12:00(最終受付11:30)

綾部市立病院内

イベント情報

- 血糖値測定
- 筋肉量を知る
- 足の健康チェック
- 運動教室を体験
- 専門家に相談・質問する
(医師・薬剤師・管理栄養士・理学療法士)
- クイズで楽しく学ぶ

【お問合せ先】
1階 インフォメーション ☎0773-43-0123



市民のための学術講演会開催

8月1日(土)にあやテラスにて『市民のための学術講演会』を開催しました。当日は、多くの市民の方々に足を運んでいただき、皆さんの医療への関心の高さを感じました。

来場できなかった方向けにYouTubeにて配信を行っていますので、ご視聴ください。



1 あなたの肺もスッカスカ？
～COPD(慢性閉塞性肺疾患)の話～

呼吸器内科 中野 貴之

2 【いま】知ってほしいワクチン
～テレビCMのワクチンって必要なの？～

薬剤部 石田 朋己

3 膝の痛み、あきらめていませんか？
～いつまでも自分の脚で歩くために～

整形外科 四方 翼

4 無自覚な脂質

循環器内科 足立 悠



外来診療担当医師表

★は原則予約制です。各診察室でお申し込みください。

お電話でご予約は14:00～16:00の間をお願いいたします。【TEL 0773-43-0123】

(外科・精神科は12:00～14:00の間に、骨粗しょう症外来は15:30～17:00の間をお願いいたします。)

受付終了時間
11:30

耳鼻咽喉科・皮膚科は時間が異なります。
詳細は診療科欄をご覧ください。



最新の外来診療担当医表は
ホームページでご確認ください↑

令和8年9月1日現在

曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
診療科名	外来名	外来名	外来名	外来名	外来名
内科	1診 内科一般循環器 彌重	内科一般消化器・胃腸 長谷川大	内科一般消化器 藤原周	内科一般循環器 9:00～ 担当医師	内科一般消化器 9:00～ 丸尾
	2診 内科一般循環器 足立芳	内科一般循環器 足立悠	内科一般循環器 担当医師	内科一般循環器 足立芳	内科一般循環器 彌重
	3診 内科一般 隄	内科一般消化器・肝臓 石井	内科一般消化器・胃腸(緩和ケア) 長谷川大	内科一般消化器 9:00～ 横谷	内科一般消化器・肝臓 石井
	4診 呼吸器 中野	呼吸器 9:00～ ★濱田	呼吸器 中野	呼吸器 9:00～ ★吉田	呼吸器 9:00～ ★住永
	5診 内科一般 服部	脳神経内科 9:00～ ★田中	内科一般循環器 足立悠	脳神経内科 9:00～ ★清水	総合内科 9:00～ ★丹羽
	6診 パースメーカー外来 第2・3・4週 13:30～ ★担当医師	内分・糖・糖尿病 13:30～ ★中島	内分・糖・糖尿病 ★大坂	内分・糖・糖尿病 ★大坂	糖尿病(新患) 9:00～ 小林
外科	1診 呼吸器 外科一般 川西	乳腺外科 藤原		乳腺外科 外科一般 藤原	呼吸器 ★井伊
	2診	消化器 外科一般 足立	消化器 外科一般 片岡	呼吸器 ★井伊	消化器 外科一般 崔
	3診		血管外科 第2・4週 10:00～ ★増田		血管外科 第1・4週 8:30～ ★川尻
	午後			乳腺外科 ★藤原	禁煙外来 隔週 ★担当医師
整形外科	1診 山脇	徳川	田中	松本	四方
	2診 ★田中	★四方	★山脇		★徳川
	午前 午後 3診 小笹	小笹	四方		★小笹
小児科	1診 茂原	外園	茂原	山岡	茂原
	2診 岩田	山岡	松村	第1・2・4・5週 担当医師 第3週 藤原	吉田
	情報提供室	循環器 ★河井	神経・発達 ★戸澤		
	★午後 1診 慢性疾患 茂原	予防接種 外園(山岡)	慢性疾患 茂原	慢性疾患 外園	慢性疾患 山岡
★産婦人科	2診 神経・発達 山岡		不登校 第3週 上野	アレルギー 第3週 藤原	慢性疾患 担当医師
	★泌尿器科	辻	野口	辻	野口
★泌尿器科	1診 9:00～ 田嶋	田原	岩本	田嶋	岩本
	2診 10:00～	岩本	田原	田嶋	田嶋
眼科	堤	堤	9:00～ 担当医師	堤	9:00～ 担当医師
★精神科	担当医師	物忘れ外来 綾仁	(緩和ケア) 中前	松本	
耳鼻咽喉科	9:00～ 野田 受付時間 11:00まで		乾 受付時間 11:00まで	9:00～ 木下 受付時間 11:30まで	吉澤 受付時間 11:00まで
皮膚科	月・火・水・金曜日すべて受付時間 11:15まで				
皮膚科	1診 9:00～ 担当医師	9:00～ 小西	10:00～ 加藤		9:00～ 第1・2・5週 足立
	2診		9:00～ 澤		9:00～ 第3・4週 高溝

専門外来	名称	場所・時間	名称	場所・時間	名称	場所・時間	名称	場所・時間	名称	場所・時間
★看護外来	ストーマ外来	②外科3診 9:30～15:00	糖尿病療養指導・フットケア	⑦看護外来 8:30～16:00	腎不全看護外来	④透析センター 10:00～11:00	糖尿病療養指導・フットケア	⑦看護外来 8:30～16:00	腎不全看護外来	④透析センター 10:00～11:00
	腎不全看護外来	④透析センター 10:00～11:00	緩和ケア外来	②外科3診 13:00～16:00	助産外来	②産婦人科外来 9:00～13:00	腎不全看護外来	④透析センター 10:00～11:00	助産外来	②産婦人科外来 9:00～13:00
	助産外来	②産婦人科外来 9:00～13:00	腎不全看護外来	④透析センター 10:00～11:00			リンパ浮腫外来	②外科3診 10:00～11:00		
			認知症看護・介護外来	④精神科外来 8:30～14:30	初診の方は、まず担当診療科での診察が必要です。(助産外来は下記) ●ストーマ外来…外科一般 ●糖尿病療養指導…内分泌・糖尿病 ●緩和ケア外来…担当科 ●腎不全看護外来…泌尿器科 ●認知症看護・介護外来…精神科 ●リンパ浮腫外来…乳腺外科 助産外来は「予約制」です。担当科へのお電話は9:00～11:00の間をお願いします。 ●助産外来…産婦人科					

外来診察のご案内

- 診察日/月～金曜日
- 休診日/土・日曜日・祝日
- 受付時間/8:00～11:30
【自動再来受付機/7:30より稼動】
- 診察開始時間/8:30～
- 人間ドック/月～金曜日(半日)
- 脳ドック/月～金曜日(①8:30～ ②9:00～)
オプションの場合(①13:00～ ②13:30～)
- 血管ドック/第1金曜日(9:00～)
- 肺ドック/月～金曜日(①11:30～ ②13:30～)

面会について

詳細は、電話またはWEBでご確認ください。➡



基幹型臨床研修指定病院

綾部市立病院

綾部市青野町大塚20番地の1
(0773)
☎43-0123
FAX(0773)42-7870

