

かっとっぽ

2026
7月

令和8年7月1日号

目次

- P1.....変形性膝関節症と人工関節手術(TKA)について
- P2.....産後ケアのご案内
- P3.....精神科外来 診察日変更のお知らせ/新人紹介
- P4.....上五島病院フェスタを開催しました
- P5.....職員会 新人歓迎会の様子
- P6.....特診外来予定表
- P7.....院内実働訓練を行いました/あしがき



6/21 上五島病院フェスタ 手術室見学ツアーの様子



長崎県上五島病院 <http://www.kamigoto-hospital.jp/>

〒857-4404 長崎県南松浦郡新上五島町青方郷 1549 番地 11

T E L 0959-52-3000 F A X 0959-52-2981

変形性膝関節症と人工関節手術(TKA)について

「最近、立ち上がる時にひざが痛む」「階段の上り下りがつらい」といった症状はありませんか？それはもしかしたら、「変形性膝関節症」のサインかもしれません。

1. 変形性膝関節症とは？

ひざの関節には、クッションの役割を果たす「軟骨」があります。長年の使用や加齢、体重の増加などによってこの軟骨がすり減り、関節内で炎症が起きたり骨が変形したりして痛みを引き起こす病気です。特に女性に多く、初期は「動き始めの痛み」ですが、進行すると正座ができなくなったり、歩くだけで強い痛みを感じるようになっていきます。



2. まず行う治療(保存療法)

- ・運動療法：ひざを支える太ももの筋肉を鍛え、関節への負担を減らします。
- ・体重管理：歩行時に膝にかかる負担は体重の約3～4倍。減量も治療です。
- ・お薬や注射：消炎鎮痛剤の内服や、ヒアルロン酸の関節内注射を行います。

3. 痛みが強い場合の選択肢「人工関節置換術(TKA)」

保存療法を行っても強い痛みが残る場合、「人工膝関節置換術(TKA)」という手術が検討されます。これは、傷んだ骨の表面を薄く削り、金属や耐久性の高いポリエチレンでできた「人工関節」に置き換える手術です。

【TKAの主なメリットと入院期間の目安】

1. 痛みの改善：多くの方が「歩く時の痛みが楽になった」と実感されます。
2. O脚(変形)の矯正：まっすぐな脚に整うため、歩行バランスが良くなります
3. 早期リハビリと入院期間：手術の翌日(あるいは当日)にはベッドから離れて歩く練習を開始します。入院期間の目安はおおむね4週間程度です。

ひざの痛みでお悩みの方は、ぜひ一度、当科(整形外科)までお気軽にご相談ください。あなたに合った一番の解決策を、一緒に考えていきましょう。

<引用>

日本整形外科学会 / 日本膝関節学会『変形性膝関節症診療ガイドライン 2023』

(整形外科 出口大智)



産後の体調や育児で不安はありませんか？

助産師がゆっくりお話しを聞きながらサポートします。



内容

授乳サポート おっぱいケア 育児相談 赤ちゃんの体重測定 沐浴など
(助産師と面談し、ご希望をお伺いします)

利用できる方

産後4か月未満のお母さんと赤ちゃん



持参品

母子健康手帳 産後ケア利用券 お母さんの必需品 (スリッパ 部屋着など)
赤ちゃんのお世話に必要なもの (オムツ・おしりふき・ミルク・着替えなど)



ご注意

当院は託児施設ではございません。
お母さんご自身でのお世話を、助産師がそばでサポートします。

通所型

実施日／場所	時間／人数	利用料
毎週 金曜日 上五島病院 3階病棟 (301号室)	① 9:00～ (2～3時間) ② 13:00～ (2～3時間) 各回 1名	産後ケアクーポン利用 新上五島町在住の方の場合 2時間 400円 3時間 600円 ※お住まいの自治体の 助成制度により異なります。



☎ **050-1720-6588 (AI電話予約)**

ご利用には、1週間前までのお申込みが必要です(完全予約制)

※AI電話では、3診療日以降のご用件を受け付けています。

発熱や感染症状の疑いがある場合は日時の変更をご相談させていただきます。



精神科外来 診察日変更のお知らせ

令和8年8月より、精神科外来の診療日が下記のとおり変更となります。

【変更前】月・火・木・金

【変更後】火～金(月曜日は休診)

ご利用の皆さまにはご不便をおかけいたしますが、何卒ご理解のほどお願い申し上げます。

新人紹介

名前：山田 琢生 (ヤマダ タクミ)

職種：医師 (内科)

趣味：ドライブ、一人旅

一言：久しぶりの離島での勤務です。勝手のわからないところも多々あるかと思いますが、精一杯頑張りますのでよろしくお願い致します。

名前：定本 圭弘 (サダメ トヨヒロ)

職種：医師 (内科)

趣味：フットサル

一言：島内一のパグ好きです。

名前：唐鎌 黎央 (カガマ レイ)

職種：医師 (内科)

趣味：野球観戦

一言：島の皆様の健康に携わらせてください。

名前：林田 浩太郎 (ハヤシダ コウタロウ)

職種：医師 (外科)

趣味：ゲーム

一言：今年の目標は減量です。
よろしくお願い致します。

上五島病院フェスタを開催しました

6/21(日)、第11回上五島病院フェスタを開催しました。昨年に引き続き新上五島健康まつり & 歯っぴいフェスティバルとの合同開催で行いました。

多くの方にお越し頂くことができ、大変嬉しく思います。ご来場いただいた皆様、ありがとうございました。また、病院フェスタの開催にご協力頂いた関係者の皆様にも深く感謝申し上げます。ありがとうございました。



お菓子で調剤



消防署コーナー



あおかた調剤薬局・長崎大学薬学部
心臓健康チェック



キッズセミナー



車イス体験コーナー



看護協会コーナー
「町の保健室」



上五島病院 新人歓迎会

5月23日(土)に矢堅目の駅にて職員会恒例のBBQイベントを開催しました。参加者は78名、うち新入職員が11名と多くの病院スタッフに参加して頂き、にぎやかな交流会となりました。



梅雨前で数日前まで雨予報でしたので、ギリギリまで開催を悩みましたが無事に行えて職員会役員、会場スタッフの皆でホッとしました。

参加者の皆さんには「ひとこと紹介文(自己紹介)」を事前に考えて頂き、その内容を配った名札に勝手ながら載せさせてもらいました(笑)人数が多いので一人一人紹介する時間が無かったので、こういった方法を取りましたが、これはこれで食事中の話の種になっていたようでした。

ジャンケン大会では豪華カタログチケットと高級ドライバーをかけたの白熱した戦いでしたが、無事ゲットできた職員の方はおめでとうございます！

やはりこういったイベントでは普段話さない人と仲良くなるキッカケになりますね。部署の垣根を越えて交流ができると間接的ではありますが医療・診療での連携に繋がると思っています。職員が笑顔で働き病院の雰囲気がより良くなることを期待しています。



令和8年7月の特診外来予定

	泌尿器科	耳鼻科	神経内科	腎臓内科	循環器科	皮膚科	眼科
7月1日(水)						鍛塚先生 午前	井上先生、林先生 午前
7月2日(木)	天本先生 午前、午後						林先生 午前、午後
7月3日(金)	天本先生 午前						林先生 午前
7月6日(月)		高島先生 午前、午後					宮城先生 午前、午後
7月7日(火)		高島先生 午前		芦澤先生 午前			宮城先生 午前
7月8日(水)						芦塚先生 午前	宮城先生、千代川先生 午前
7月9日(木)	大木先生 午前、午後						千代川先生 午前、午後
7月10日(金)	大木先生 午前						千代川先生 午前
7月13日(月)		諸富先生 午前、午後					津田先生 午前、午後
7月14日(火)		諸富先生 午前	平山先生 午前		竹中先生 午前		津田先生 午前
7月15日(水)						鍛塚先生 午前	津田先生 午前
7月16日(木)	柿田先生 午前、午後						津田先生 午前、午後
7月17日(金)	柿田先生 午前						津田先生 午前
7月20日(祝)							
7月21日(火)		澤瀬先生 午前		芦澤先生 午前			宮城先生、古賀先生 午前
7月22日(水)						竹中先生 午前	宮城先生、古賀先生 午前
7月23日(木)	山田先生 午前、午後						宮城先生、古賀先生 午前、午後
7月24日(金)	山田先生 午前						宮城先生 午前
7月27日(月)		大野先生 午前、午後					村上先生 午前、午後
7月28日(火)		大野先生 午前	鳥村先生 午前		大塚先生 午前		村上先生 午前
7月29日(水)						岩永先生 午前	村上先生、千代川先生 午前
7月30日(木)	松島先生 午前、午後						千代川先生 午前、午後
7月31日(金)	松島先生 午前						千代川先生 午前

※赤字の診察は予約・紹介予約の患者さんのみです。

※船の欠航等により、予定は変更となる場合があります。ご了承ください。

※診療開始時刻は医師来院時の交通機関の都合により、9:00~10:00頃の間で変動します。ご了承ください。

院内実働訓練を行いました

当院では、5/30(土)に長崎県総合防災訓練の開催にあわせて『院内実働訓練』を行いました。訓練は、断続的な雨の後、震度5強の地震が発生し、院内での停電や一部断水、各地区で土砂崩れが発生したという想定のもと行われました。

災害はいつどこで起こるか予測できないため、日頃から防災に取り組むことの大切さや定期的に訓練を行うことの重要性を改めて感じました。



— あとがき —

朝の番組でよく見かける星座占い。何とはなしに見ている方も多いのではないかと思います。7月の大半は蟹座(6/22~7/22)になりますが、この蟹君にはモデルがいます。蟹君はギリシア神話における英雄ヘラクレスの冒険のうち、怪物ヒュドラとの戦いに登場します。このヒュドラの友人が蟹君です。ヘラクレスを嫌う女神ヘラに促され、ヒュドラに助太刀しようとハサミでヘラクレスの足に噛みつきますが、あっけなく踏みつぶされてしまいます。ヘラはその勇気と友情をもって蟹君を夜空に引き上げ、彼は星座として輝くようになったそうです。星座にはそれぞれ物語がありますので、自身の星座だけでなく、季節の星座について調べてみるのも面白いかもしれません。梅雨が明ければ晴れ間が増え、夜空が高く美しくみえる時期になるので、物語に思いを馳せて星を眺めるのも良いでしょう。



〈広報委員会〉

○基本理念

地域と共に歩み、
信頼され親しまれる病院

○行動目標

- ①地域住民の信頼と満足の得られる医療を提供します
- ②医療・看護・介護・予防・生活支援が一体化し地域包括ケアシステムを構築します
- ③病院機能を充実するため、人材育成とチーム医療を実践します



◆ご意見、ご感想を下記までお寄せください。

長崎県上五島病院
857-4404
長崎県南松浦郡新上五島町青方郷1549-11
電話 0959-52-3000
FAX 0959-52-2981
Email kamihp@gold.ocn.ne.jp
URL <http://www.kamigoto-hospital.jp>