



Kurashiki Riverside Hospital

Vol. **80**

2025.WINTER



contents

- 院長挨拶
- 2024年度実績
- 新任Dr.紹介
- KRHニュース FMラジオ
- 旬の食材情報 栄養治療室通信
- 糖尿病フェスタ、表彰
- ICLSコース、病院ボランティア
- 診療表



公益財団法人 大原記念倉敷中央医療機構
倉敷中央病院リバーサイド

理念 「人と人とのふれあい」を大切に、地域の人々の生命と健康を守ります
基本方針 1. 患者さんが安心して納得できる最良の医療を提供します
2. 全人的な包括的医療を提供します
3. 医療知識、技術の獲得のために日々自己研鑽に努めます

2025 新年あいさつ

院長

中 島 尊



皆様、あけましておめでとうございます。旧年中は大変お世話になりました。
今年もよろしくお願い申し上げます。

職員の皆様、昨年はコミュニティホスピタル、「暮らしに寄り添うあなたの病院」を目指すことを宣言し活動を開始しました。私自身としては少しずつ形になってきていると思っていますが、職員の皆様はどのように感じているのでしょうか？今年も色々な企画を考え実行していきたいと思いますので、職員の皆さんも自ら提案し実行してください。

自分の考えに迷いが出た時は、「暮らしに寄り添うあなたの病院」へ近づく考えなのか自問すれば自ずと答えは定まります。「やってみなはれ」の精神で地域の方々に愛される病院を目指して一緒に進みましょう。

地域の皆様には、「暮らしに寄り添うあなたの病院」とは何をする病院なのかと思われると思います。我々が目指しているのは、皆様への健康に対する啓蒙活動から、健康診断を中心とした予防医療、また体調が悪くなられた方には外来・入院診療、そして通院が難しくなられた方には訪問診療を提供する、まさに皆様の生活に寄り添った病院です。

今後、日本はますます高齢化、核家族化が進むと思います。地域で生活されるうえで健康に過ごすことは重要な課題だと思いますし、また年齢を重ねるごとに健康に対する不安も大きくなっていくことでしょう。そのような時代に皆様が住み慣れた街で、望まれた生活を最後まで過ごすことができるように、皆様の力になれる病院となっていきたいと思っています。

最後に地域の医療機関の皆様、これからは一つの医療機関で地域の方々の健康を守ることは難しくなっていくと思っています。これまでの高次医療機関との縦の連携から地域医療機関同士の横の連携が必要になります。お互いの強みを生かし連携を深めることが、これからの地域医療を守っていく大きな力になるのではないのでしょうか。水島―玉島の医療圏を皆様と一緒に守っていけるよう運営していきますのでご理解とご協力のほどよろしくお願い申し上げます。

データで見た2024年度

※データはすべて、2024年4月～11月のものとなります。

外来診療

【総外来受診患者数】

53,143名

うち総合診療科受診

1,242名

今年度は、長年当院を支えてくださった外科と糖尿病内科の先生お二人がご退職され、一方で新たに総合診療科に2名の医師が加わり、新しいメンバーで外来診療がスタートしました。

毎年、倉敷中央病院の後期研修医の先生方が当院で研修を行ってくださいますが、今年度は例年より研修医の人数が少ない状況でした。また、昨年度まで総合診療科を支えてくださった横山先生と松岡先生が専門外来での診療に専念されることになり、総合診療科の外来を担当する医師の人数は昨年と同様か、月によりやや少なく感じられる時もありました。

そんな中でも、総合診療科外来を訪れる患者様の数は、昨年度を上回る結果となりました。総合診療科は初診の患者様を受け持つことが多く、患者様には待ち時間が長くなるなどご迷惑をおかけした場面もあったかと思いますが、医師の配置を工夫したり診療サービスと連携を図ったりしながら、できる限りスムーズな診療を目指してまいりました。これからも引き続き、患者様に安心して受診いただける外来づくりに取り組んでまいります。

総合診療科 安西 芳輝 医長

訪問診療

【総訪問件数】

761件

【訪問診療体制】

医師9名 看護師4名

当院で訪問診療を開始して3年目となりました。2023年度半ばより地域の事業所や施設からの直接のご依頼にも対応を開始し、徐々に契約患者数も増えてきました。スタッフも経験を重ね、「最期まで自宅で過ごしたい」という方々への対応もできるようになり、今年9月には在宅緩和ケア充実診療所・病院加算の取得に至りました（これは在宅の看取り数や緊急の往

診件数などある一定の条件を満たした施設に認められる加算です）。

病院が行う、訪問診療の強みとして、「困ったときは、いつでも入院で対応できる」という点があります。体調が崩れたときは病院で一時的に療養し、元気になれば早期に自宅で過ごして頂く、当院では「だいたいお家、ときどき病院」を理念に、皆様のご自宅の療養を支える一助として訪問診療を行っています。

横山 昌平 副院長

予防医療

【健康診断受診者数】

16,646名

企業健診 13,604名(82%)

個人受診 3,042名(18%)

※個人受診のうち市住民健診
1,994名(66%)

健康管理センターは、1983 年川崎製鉄（現 JFEスチール）水島病院設立時に社員および周辺住民の総合保健を受け持つ機関として併設されたことが始まりです。

現在でもその趣旨は継承され、企業健診、生活習慣病予防検診、特定健診・特定保健指導、人間ドック、労災二次健診などを行っています。

特色として、病院部門と一体化されているため、早期に治療介入できることがあげられます。

当院の目標である“コミュニティホスピタル”、わかりやすく表現すると“暮らしに寄り添うあなたの病院”という趣旨のもと、地域の皆様が安心して暮らせるあるいは企業の社員様が安心して働けるよう健康増進に貢献できる地道な活動を今後も継続していく次第です。

松岡 智章 副院長

新任Dr.紹介



整形外科

渡邊 和匡 先生



当院の整形外科に、渡邊 和匡（わたなべ かずまさ）先生が着任されました。

そこで、今回は渡邊先生にご登場いただきます。

いつも笑顔でいらっしゃる渡邊先生にお話を伺いました。

広報チーム：先生のご出身はどちらでしょうか？簡単な生い立ちをお聞かせいただけますか？

渡邊先生：倉敷市連島です。高校までは倉敷市内で育ち、香川大学へ進学しました。香川大学は全学キャンパスと医学キャンパスとの間が10kmあり、週4日自転車で往復する生活は中々ハードでした。

広報チーム：幼少時代はどんなお子様でしたか？また、学生時代はどのように過ごされましたか？

渡邊先生：1歳ごろに小指に大きな火傷を負ったため、幼少期は室内で過ごすことが多かったようです。

学生の頃は、水泳、陸上、バスケ、ハンドボールなどスポーツに打ち込んでいました。誇れる結果は持っていませんが、かけがえのない時間を過ごせました。

広報チーム：休日はどうのように過ごされていますか？

渡邊先生：まだ子供が小さいので、休みはほとんど妻と3人で過ごしています。県内の子育て支援施設に行ったり、アンパンマンに会いに行ったりしています。子供が寝た後は、自宅のサウナで整えています。

広報チーム：先生のご専門分野についてお聞かせください。

渡邊先生：スポーツが好きです。手術が好きです。整形外科が好きです。好きが仕事になりました。

広報チーム：KRHに來られて、目標ややりたいことなどお聞かせいただけますか？

渡邊先生：目標は人工関節センターとスポーツ整形センターの両立です。

人工関節は、“Forgotten Joint”となる手術を目指します。人工関節のことを忘れた生活が送れる手術を提供することです。「神は細部に宿る」という言葉がありますが、手術にも同じことが言えると信じ、精進します。

スポーツ整形は、当たり前のことになりますが、競技復帰、障害予防のサポートが目標です。スポーツの仕事は、休日も携わることが増えていきます。そんなWork in lifeのような生活を通して、人のつながりが増え、同じ方向を向いた仲間が増えていけばと思います。

地元連島ご出身の渡邊先生は、日本スポーツ協会公認のスポーツドクターでいらっしゃいます。

当院に今までなかった「スポーツ整形」という領域に向かって、日々笑顔で頑張っておられます!!





No.7 10/10 放送

テーマ：地域における健康管理センター
の役割について



出演

健康管理センター 管理サービス室
佐藤 さゆり（上） 下宮 佑莉亜（下）

No.8 11/14 放送

テーマ：臨床検査技師について



出演

臨床検査技師 中川 裕美

No.9 12/12 放送

テーマ：放射線検査について



出演

放射線検査室 古城 剛 室長

番組情報

過去の放送はコチラ！

放送局：FMくらしき（82.8MHz） パーソナリティ：杉本 香子 さん
コーナー名：夕方ワイド くらもん

「暮らしに寄り添うあなたの病院 倉敷中央病院リバーサイド」

放送時間：毎月第2木曜日 18:00 - 18:15

番組内容：コミュニティホスピタルについて多職種から様々な情報をお伝えします！



旬の食材と健康 ～寒い季節にぴったり・ぽかぽか温活～

「冷えは万病のもと」という言葉があります。寒い季節になると、身体が冷えることで体温が下がりやすくなります。それにより血流が悪化し、免疫力の低下や身体の不調につながるといわれています。実は、免疫と体温には深いつながりがあり、体温が高くなると免疫力もアップするそうです。

免疫力アップのカギ・・・その1つは身体を温めること。冬は栄養価が高く、身体を温めてくれる食材が豊富です。それらを上手く活用して「温活」を日常生活に取り入れてみませんか？

身体を温めながら免疫力を上げて寒い冬を健康的に乗り越えましょう！



生姜

生姜は身体を温める代表的な食材で、血行を促進し、代謝を高める効果があります。生姜をチョイ足しアレンジみそ汁は、生姜と発酵食品のみその組み合わせで温活効果バツグンです！

かぼちゃ

消化機能を助ける温め食材で、血流を良くするビタミンAやビタミンEが豊富です。また、抗酸化作用があり、身体を温めながら風邪予防にも効果的です。スープや煮物と幅広く利用できる優れもの！

根菜類（ごぼう、にんじん、大根、かぶなど）

根菜類は、血液のもととなる鉄の吸収を助けるビタミンCや、血流をよくするビタミンEが豊富です。

また、食物繊維が多く消化に時間がかかるため、体内で熱が発生しやすくなります。身体の内側から温める食材、それが根菜類です。煮物や汁物に取り入れて、効率よく温まりましょう。

白菜

白菜はビタミンCや食物繊維が豊富で、免疫力を高める効果が期待できます。鍋料理や炒め物にして、お腹も心も温かく満たしましょう。

麹

麹などの発酵食品は腸内環境を整えることで腸の動きを活発にしてエネルギー代謝を高め、身体を温めます。また、身体を温める以外にも消化を促す作用もあります。



【当院の自慢レシピ】

さわらのおろし煮



分量：1人分

さわら	70g(一切れ)
大根おろし	50g
上白糖	2g
濃い口しょう油	8g
料理酒	6g
水	25g
糸みつば	2g

- ① 水と調味料を合わせておく。
- ② 魚がかぶる程度に①の調味液で煮る。
- ③ ②の残りの調味液で軽く絞った大根おろしを煮る。
- ④ 煮た大根おろしを魚の上に盛り付け、ボイルしたみつばを添えて完成。

エネルギー	142kcal	炭水化物	7.5g
たんぱく質	13.3g	食塩相当量	1.3g
脂質	5.9g		



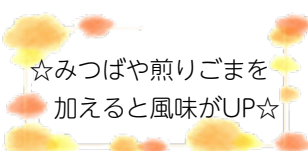
もやしの生姜醤油和え

分量：1人分

太もやし	60g
人参	10g
おろし生姜	1g
かつお風味だし	0.1g
こい口しょう油	3g

もやしは歯ごたえが残る程度に
さっと茹でるのがPOINT！

- ① 拍子切りにした人参ともやしは
ボイルして水気を絞る。
- ② 調味料を合わせて①とよく和える。



☆みつばや煎りごまを
加えると風味がUP☆



かぶのうすくず煮

分量：1人分

かぶ	60g	料理酒	6g
かつお風味だし	0.1g	水	25g
うす口しょう油	2.5g	糸みつば	2g
片栗粉	0.5g		

- ① かぶは皮をむき食べやすい大きさに切る。
- ② 鍋にかぶを入れ、水と調味料を加えてやわらかくなるまで加熱する。
- ③ 最後に水溶き片栗粉を回し入れてとろみをつける。みつばを添えて完成。

糖尿病フェスタが開催されました!

11月14日に糖尿病フェスタが開催されました。開始時間前から行列ができるほど大盛況!!

当日は体験コーナーもあり、特に骨密度が人気でした。災害やフットチェックについて展示をしていましたが、こちらもたくさんの方が見てくれていました!

当日の様子はこんな感じです



血糖測定コーナー



糖尿病食の体験会



運動体験会

参加してくださった方からは



「糖尿病がこんなに怖い病気だとは知らなかった」

「勉強になった」「楽しかった」

などの感想がありました。

今年度の糖尿病フェスタは終了しましたが、何かわからないことなどあればいつでもスタッフに聞いてください。

倉敷中央病院リバーサイド糖尿病委員会

倉敷中央病院リバーサイドICLSコースを開催

2024年10月27日(日)に倉敷中央病院で倉敷中央病院リバーサイドICLSコースを開催いたしました。当院の急変時対応チームの一つ目標として、あらゆる医療者が身につけておくべき蘇生の基本的事項の習得(BLS)及びICLSの共通認識を目的に取り組んでいます。

今回は病棟看護師が参加し、実技実習を中心としたコースで実際に即したシミュレーションを行い、1日かけて蘇生のために必要な技術や、蘇生現場でのチーム医療を学びました。院内の急変時にあらゆる医療者がチームの一員として参加し、蘇生を行うことができるよう、今後に繋げていきたいと思います。

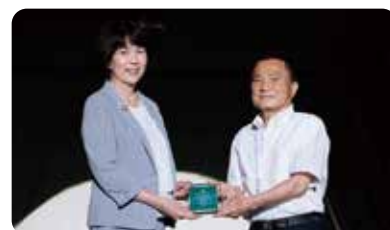
※ICLSコースとは…医療従事者のための蘇生トレーニングコースで、緊急性の高い病態のうち、特に『突然の心停止に対する最初の10分間の対応と適切なチーム蘇生』を習得することを目標としたコースです。



当院の臨床検査技師が表彰されました

「2024年度日本糖尿病協会賞 JADEC CDE Award」にて当院の臨床検査技師、中川裕美さんが表彰されました。この表彰は糖尿病がある人への医療教育および支援に顕著な貢献のある医師およびメディカルスタッフの表彰です。

表彰式では、JADEC(公益社団法人 日本糖尿病協会) 理事長 清野 裕先生(関西電力病院 総長)より楯をいただきました。



私は日本糖尿病療養指導士として20年以上、糖尿病を持つ方への支援を行ってまいりました。今回の受賞は、私を支えてくださった先生方や、糖尿病チームの仲間たちのおかげです。また、患者さんと一緒に歩んできたことが、この表彰につながったと嬉しく思います。今後とも糖尿病をもつ方がより充実した生活を送ることができるよう全力でサポートしてまいりたいと思っています。

臨床検査室 中川 裕美

病院ボランティア 活躍しています

当院ではひとりひとりの人間を大切に思い、患者様の健康回復を共に願ってくださるボランティアの方々が院内で活動を展開しています。

先日、患者さんよりボランティアの方への感謝のお便りをいただきました。

そのお礼に、ささやかではございますが日頃の感謝を込めて感謝状をお送りさせていただきました。これからもよろしくお願いいたします。



外来診療のご案内

科	受付時間	月	火	水	木	金
内 科	午前 8:30～11:30 (診療開始 9:00～)	○	○	○※Ⅰ	○	○
	午後 13:30～16:00	○	○	○	○	○
総 合 診 療 科	午前 8:30～11:30 (診療開始 9:00～)	○	○	○	○	○
	午後 13:30～16:00	○	○	○	○	○
循 環 器 内 科	午前 8:30～11:30 (診療開始 9:00～)	○	○	○	○	○
	午後 13:30～16:00	○	○	○	○	○
神 経 内 科	午前 8:30～11:30 (診療開始 9:00～)●完全予約制	●				●
	午後 ●完全予約制		●	●		
外 呼 吸 器 外 科	午前 8:30～11:30 (診療開始 9:00～)●予約制		○※Ⅱ		○	○※Ⅱ
	午後 14:00～16:00		○		○	
緩 和 支 持 療 法 科	午後 13:30～16:00 ●完全予約制					●
脳神経外科・脳卒中科	午前 8:30～11:30 (診療開始 9:00～)		○			
	午後 13:30～15:00		○			
泌 尿 器 科	午前 8:30～11:30 (診療開始 9:00～)	○	○		○※Ⅲ	
	午後 14:00～16:30				○	
整 形 外 科	午前 8:30～11:30 (診療開始 9:00～)●予約制	●	●	●		●
	午前 8:30～11:00	○	○	○		○
小 児 科	午前 8:30～11:30 (診療開始 9:00～)●予約制	●	○	○	○	●
	午後 13:30～16:00 ●予約制	○※Ⅳ	●	●	○※Ⅳ	●
	午後 13:30～16:00	○	○※Ⅴ		○	○※Ⅵ
眼 科	午前 8:30～11:30(当日受付と水曜日の予約は11:00まで) (診療開始 9:00～)●予約制	○※Ⅶ		○	○	○
	午後 13:30～15:30 ●予約制			○		
	午後 13:30～16:00 (当日受付)			○		
リハビリテーション科	午後 14:30～17:00			○		
放 射 線 科	午後 14:00～16:00		○			○
耳 鼻 咽 喉 科	午後 13:30～16:00			○		○
歯 科	午前 8:30～11:30 (診療開始 9:00～)●予約制	●	●	●	●	●
	午後 13:30～16:30 (診療開始 13:30～)●予約制	●	●	●	●	●

※Ⅰ…内 科：予約制 10:00～16:00 診察
 ※Ⅱ…呼吸器外科：診察時間 9:30～11:30
 ※Ⅲ…第1、第3、第4、第5のみ診察
 ※Ⅳ…小児科：10月末まで代診による診察
 ※Ⅴ…小児科：診察時間 15:00～16:00

※Ⅵ…小児科：完全予約制
 ※Ⅶ…眼科：完全予約制 手術前後診察
 ※歯 科：診察希望時には、事前連絡要
 ※小児科：発達障害で受診希望の場合は事前予約要
 2024年6月3日改定

交通アクセス



交通機関をご利用される方へ

JR「新倉敷駅」より、タクシーで約15分。
 JR「倉敷駅」より、タクシーで約25分。

自家用車をご利用される方へ

山陽自動車道「玉島IC」より、約20分。

高梁川より西側の方

1.霞橋を目標にこられる場合

霞橋を渡って水島方面へ左折、鶴の浦西側（高梁川堤防の下）の道を南下してください。

2.水玉ブリッジラインを目標にこられる場合

水玉ブリッジライン水島大橋を出てすぐの信号を右折して側道に入り、右折して水玉ブリッジラインの下をくぐり抜けると右手正面です。*水玉ブリッジラインが無料になりました。

高梁川より東側の方

1.霞橋を目標にこられる場合

429号線（旧2号）を橋の手前で水島方面へ左折、鶴の浦西側（高梁川堤防の下）の道を南下してください。

2.水玉ブリッジラインを目標にこられる場合

水玉ブリッジライン水島大橋手前の直前の信号で左側側道に入り、右折して水玉ブリッジラインの下をくぐり抜けると右手正面です。

患者さんの権利と患者さんへのお願い

患者さんの権利

当院では、患者さんの相互理解により医療が行われるよう、患者さんの権利を尊重します。

- 1.ひとりの人間として、その人格・価値観は尊重されます。
- 2.医療を平等に受けることができます。
- 3.説明と十分な理解による同意をもとに、適切な医療を選ぶことができます。
- 4.当院で行われたご自身の診療に関する情報の提供を受けることができます。
- 5.医療の過程で得られた個人情報厳守され、患者さんの承諾なしには開示いたしません。

患者さんへのお願い

私たちが良質で安全かつ効率的な医療を提供するために次のことをお願いします。

- 1.ご自身の健康に関する正しい情報の提供
 - 2.ご自身の医療への積極的な参加
 - 3.ご自身の治療に必要な診療上のルールの遵守
 - 4.他の患者さんの診療に支障をきたさないためのご協力
- 患者さんが、私たちと力を合せ、治療に専念され、少しでも早く回復されますよう心よりお祈り申し上げます。



公益財団法人 大原記念倉敷中央医療機構
 倉敷中央病院リバーサイド

〒712-8007 岡山県倉敷市鶴の浦2丁目6番11号
 TEL：086-448-1111 FAX：086-448-1251
 発 行 者：中島 尊 編集責任者：十河 浩史



倉敷中央病院リバーサイドのホームページはコチラ
<https://www.kchnet.or.jp/krh/>
 是非、アクセスして役に立つ情報をGetして下さい。