

おひさま ニュース

2025

秋 号

10月15日発行



ホームページ

予約センター
(日曜・祝日除く)

☎0470-25-5121

平日 8:30~17:00

土曜 8:30~12:00

〒294-0014 千葉県館山市山本1155番地 TEL:0470-25-5111 <https://www.awairyo.jp/>

発行責任者：福内正義 編集責任者：根本達也

支える人を、 支える看護

看護部 部長 丸山祝子



私たち看護師は、日々のケアの中で患者さまだけではなく、「支える人の存在」にも目を向けるよう努めています。患者さまのそばには、家族や友人、地域の方々など、さまざまな形で支えている人がいます。その中には、まだ若い世代が家族の介護や世話といった大きな責任を担っている「ヤングケアラー」と呼ばれる方々もいます。

私は、地域の学校で行われている「思春期教室」を通して、生徒の皆さんと関わる機会を多くいただいています。授業の中で見えてくるのは、成長の喜びだけでなく、家庭の中で大きな役割を担っている若者たちの姿です。彼らは、学校生活や友人との時間を削りながら、懸命に家族を支えています。近年の調査では、中学2年生の約5.7%、高校2年生の約4.1%が、家族の世話を日常的に担っていると報告されています。これは、1クラスに1~2人のヤングケアラーがいる計算になり、決して少なくない現実です。中には、平日に7時間以上も介護に時間を費やしている生徒もあり、学業や友人との時間が制限されるケースもあります。こうした若者たちは、責任感と家族への思いやりにあふれていますが、家庭内のデリケートな問題のため、表面

化しにくく、時には孤独で、支援の手が届きにくい現状があります。法整備も進み、少しずつ社会でこの問題に目が向けられるようになってきましたが、まだまだ十分ではないように思います。

安房地域では、少子高齢化が進み、家族の形も多様化しています。誰かを支える人が、支えを必要とすることもあります。だからこそ、私たち看護師は、患者さまだけでなく、その周囲にいる方々にも寄り添い、耳を傾け、必要な支援につなげていくことを大切にしたいと思います。看護師だけでなく、医療・福祉相談室の職員など多職種とも連携しながら、必要な情報をしっかりと伝え、地域全体で支える体制づくりを進めていきます。

「看護」は、病院の中だけで完結するものではありません。地域の中で、暮らしの中で、人と人とのつながりを育み、寄り添うものです。多様な背景を持つ人々が、お互いを思いやりながら安心して暮らせる社会を、私たちも一緒につくっていきたいと思っています。

これからも、安房地域医療センターでは、地域の皆さまとともに歩みながら、心に寄り添う看護を届けてまいります。どうぞ、どんなことでもお気軽にお声がけください。皆さまの笑顔が、私たち看護職の原動力です。



診療科のご紹介

内科系	総合診療科	リウマチ・膠原病・アレルギー内科	膠原病・リウマチ内科	小児科	脳神経内科	呼吸器内科
	循環器内科	腎臓内科	糖尿病甲状腺内分泌内科	消化器内科	腫瘍内科	ドック・健診
外科系	外科	外科 肛門病センター	整形外科	スポーツ整形	婦人科	眼科
	泌尿器科	皮膚科	乳腺外科	脳血管内治療科		皮膚科
その他系	リハビリテーション	人工透析科	救急科	麻酔科		
専門外来	人工関節外来	脊椎外来	手の外科	骨粗鬆症外来	禁煙外来	総合スポーツ・運動処方外来
	ウロギネ・ヘルニア外来	発達相談				

婦人科

婦人科にかかるとき、まずは「生理」に関するお悩みが身近かと思います。

「生理」とは本来「生物体の機能や現象」を指します。転じて、女性の生理現象としての月経を「生理」と呼ぶようになりました。「生理」という呼び方が様々な誤解を生んでいます。「生理が毎月来るのが健康」「生理は痛くて当たり前」「生理で学校や仕事を休むなんてとんでもない!」「生理は病気ではない」など、最近は生理に関する情報を大分目にするようになりましたが、まだまだ生理で悩む女性が多いのが現状です。生理痛が強くて日常生活でお困りの方は月経困難症という病気かもしれません。月経困難症には様々な原因があり、原因に応じた治療があります。適切な治療をすることで生活の質は大きく改善することが明らかになっています。思春期の女性の月経困難症は将来的な妊娠、出産にも影響を与えるような病気の前兆かもしれません。生理でお悩みの方、ぜひ気軽にご相談ください。

【外来診察日】

赤字は女性医師、黒字は男性医師

	月	火	水	木	金	土
午前	古澤 1・3・5週	古澤		清水	古澤	亀田 [※] 1・3・5週
午後	古澤 2・4週	清水	清水	清水 [※] 亀田 [※]	亀田 [※]	亀田 [※] 2・4週

※骨粗鬆症外来／清水医師は木午後のみ、亀田医師は木・金・土午前も可能です。
土曜日は変則的となります。詳しくは予約時にお尋ねください。

ご予約はお電話にて承ります。予約 0470-25-5121



また、閉経は平均50.5歳で迎えると言われています。女性の平均寿命は87歳と言われており閉経後も40年近く人生は続きます。やっと月経から解放されたと思ったら、今度はのぼせや発汗、イライラや気分の変調などいわゆる更年期障害に悩まされることもあります。さらに尿漏れや頻尿などの泌尿器のトラブル、陰部の痛みや違和感、性生活の悩みなど女性の一生はホルモン環境の変化による不調の連続です。さらに、子宮癌、卵巣癌など悪性の病気の心配もしなくてははいけません。

病気じゃないかも、我慢すれば大丈夫、と思うようなことも気軽にご相談ください。

ふるさわ よしあき

古澤 嘉明 婦人科 部長

日本産科婦人科学会 専門医・指導医

日本産科婦人科内視鏡学会 認定医

日本内視鏡外科学会 認定医

出身地：東京都

房総の好きなどころ：豊かな自然とのんびりした空気



眼科

眼科センター長 着任のご挨拶

2025年10月より、眼科センター長として着任いたします加藤寛彬です。

当院では、2025年4月より眼科センターとして診療を開始し、白内障・緑内障・網膜疾患などの一般的な眼科診療から、白内障手術、眼内注射、レーザー治療まで、幅広い医療を提供しております。眼科専門医を中心に、視能訓練士や看護師などの「視覚を守る専門チーム」が連携し、質の高い診療体制を整えております。今後は、難症例の白内障手術や網膜手術、一部の緑内障手術にも対応し、診療内容のさらなる充実を図ってまいります。



特に、視覚の専門職である「視能訓練士」は、この安房地域では数少な

い医療技術者です。乳幼児から高齢者まで、世代を超えて視覚の健康を支える役割を担っており、眼科医の指



示のもとで視機能検査や矯正訓練を行っています。この9月には視能訓練士を増員し検査体制の強化を進めています。

目の病気は、進行するまで自覚症状が現れないことも多く、気づいたときにはすでに進行しているケースも少なくありません。進行すると、「読書ができなくなった」「運転が不安で外出を控えるようになった」「人の顔がわからず、人と会るのが億劫になった」など、日常生活に大きな影響を及ぼすことがあります。また、遺伝的な要因で発症するものもあります。ご自身やご家族の目の健康に不安を感じたら、どうぞお気軽にご相談ください。

地域の皆さまの「見える喜び」を守るため、眼科センター一同、力を尽くしてまいります。

【外来診療日】

赤字は女性医師、黒字は男性医師

	月	火	水	木	金	土
午前	初診 加藤	初診	上野	初診 岡野	初診 岡野	
午後		加藤	初診 岡野	上野	初診 加藤	

ご予約はお電話にて承ります。予約 0470-25-5121

初診は一部 WEB 予約もできます。WEB 予約 ▶
医師の指定はできません。(外部サイト)



かとう ひろあき

加藤 寛彬 眼科センター長

日本眼科学会専門医

出身地：東京都

趣味：旅、サーフィン、スキー

房総の好きなおところ：きれいな海、北条海岸の夕日



コラム目の健康情報 ②

りょくないしょう
緑内障

視能訓練士
景山由貴

緑内障は、何らかの原因で目の中の神経が障害され、視野(見える範囲)が段々と狭くなる病気です。日本で行われた調査では、40歳以上の人口のうち20人に1人の割合で緑内障患者であることが言われています。初期では自覚症状はほとんどなく、知らないうちに病気が進行していることが多くあります。緑内障の治療には、点眼薬などの薬物療法や

レーザー治療、手術などがあります。一般的には、薬物療法から始まることが多く、検査などで効果を確認めながら、治療方法を組み合わせて治療していきます。一度、障害されてしまった神経は元に戻す方法はなく、病気の進行を食い止めることが治療目標になります。そのため、早期発見・早期治療が重要になります。

緑内障の
見え方
の変化



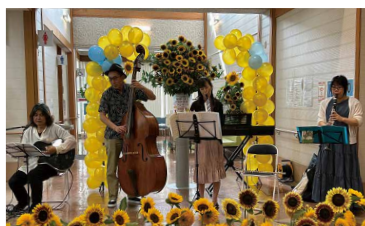
トピックス

院内コンサート開催

8月16日(土)14時30分より、本館1階を会場に院内コンサート「安房に咲く音の花束コンサート」が開催されました。

医師や看護師の提案から始まったこの企画には、ケアマネジャーなど様々な医療関係職も加わり、木管・弦楽・金管の各アンサンブルによる演奏で「アンダー・ザ・シー」「青い山脈」「Summer(菊次郎の夏)」「ドラえもん」など多彩な曲を披露し

ました。入院中の患者さまやご家族さま、地域の方々、そして職員も多数来場し、会場は笑顔と拍手に包まれました。スタッフは多様性を象徴する「虹」をモチーフにしたTシャツを着用し、職員の募金によって用意されたひまわりの飾りが会場を彩りました。コンサートの最後には、来場者にひまわりの花が手渡され、心温まるひとときとなりました。



健康管理センター起工式

9月27日(土)、「房総健康管理センター BOSO Health Check-up Center」の起工式を執り行いました。これまで健康診断・人間ドックは病院併設型でしたが、独立型の施設へ移行することで、設備面がより充実し、受診者のみなさまにスムーズにご利用いただけます。オープンには2026年8月を予定しており、情報はホームページなどで発信していきます。



訪問看護ステーションおひさま移転

当法人の「訪問看護ステーションおひさま」が当院近接に移転しました。法人内の連携をより強化し、サービスの充実を図ってまいります。連絡先0470-29-7868



売店などのおしらせ

9月29日をもってローソン移動販売車の運行と、ミコミコパンの販売を終了いたしました。これまで以上に便利にご利用いただけるよう、地下売店では、お弁当・おにぎり・サンドイッチ・パンなど取り扱い品目を増やし、キッチンカー出店を始めました。どうぞお気軽にお立ち寄りください。

編集
後記

おひさまニュース
バックナンバー

今年の夏は、例年にも増して厳しい暑さが続き、日中に外を歩く人の姿も少なく感じられました。多くの方が体調管理に気をつかい、暑さ対策を意識されていたのではないのでしょうか。近年では春と秋の期間が短くなり、四季の移ろいが早く感じられます。日本の四季の美しさのひ

とつでもある紅葉も、気候の変化によって色づきや時期に影響が出ています。夏の疲れは、秋の行楽に出かけたり、芸術や読書を楽しんだり、気分をリフレッシュして短い秋を満喫して元気になりましょう。



じゅんべりい