

Heart to Heart

Vol. 45



病院長
片山 重則

『虹の回廊』

現在の西脇市立西脇病院は、平成21年のグランドオープンから年月を重ね、まもなく17年目を迎えるようとしています。病院には、入院患者さんのための病床や外来診療室、手術室、検査室など、さまざまな機能が求められます。さらに救急患者さんを受け入れる体制や、地域医療を支えるための多くの診療部門も欠かすことはできません。また、患者さんだけでなく、医療に携わる職員が安心して働くことのできる環境も重要です。病院という組織は、建物や設備だけでなく、成り立つものではなく、多くの職員がそれぞれの役割を果たしながら協力することで初めて機能します。

入院患者さんがおられる以上、病院は24時間365日休むことなく動き続けています。昼夜を問わず患者さんに医療を提供するため、職員は交代で勤務しながら医療を支えています。近年は働き方改革が進められ、過度な超過勤務を避けるとともに、職員の健康にも十分な配慮が求められるようになりました。どのような職業であっても、

人は疲れることがあり、体調がすぐれない日もあります。そのようなときには、少し立ち止まり、気持ちを整えてまた前を向くことも大切ではないでしょうか。

さて、西脇病院の建物は中央が吹き抜けになった開放的な構造をしています。玄関を入ってすぐの吹き抜け空間では、昨年、院内コンサートが開催され、市民の皆様と職員が一緒になって音楽を楽しむひとときを過ごしました。病院という場所は、ともすれば緊張感の高い空間になりがちですが、このような時間は、患者さんやご家族、そして職員の心を和ませてくれる貴重な機会であったように思います。さらに建物の奥へ進むと、建物に囲まれた中庭があります。ここにはさまざまな植栽が施され、透明なガラスに囲まれた空間となっています。冬の寒い日でも院内からゆっくりと植物を眺めることができ、天気の良い日にはやわらかな太陽の光が差し込みます。

その光がガラスを通過するとき、時にリズムのように分かれ、廊下の壁に小さな虹を映し出すことがあります。私はこの光景を「虹の回廊」と名付けました。毎朝この廊下を通過して出勤していますが、運よくこの虹に出会えると、少し得をしたような気持ちになります。雨上がりの空に虹を見つけたときのよう、ささやかな喜びを感じる瞬間です。この虹はただ静かにそこに輝いているだけです。不思議と「今日も

一日頑張ろう」と背中を押してくれるような気がします。慌ただしい日常の中で働く職員にとっても、ふと心を和ませてくれる存在になってくれればと願っています。忙しい医療現場の中で、ほんのわずかな時間でも気持ちを落ち着かせることができれば、それが次の一歩への力になるのではないのでしょうか。

「虹の回廊」だけでなく、病院の外には季節の花々も飾られています。色鮮やかに咲く花を目にすると、忙しい日々の中にも少しゆとりが生まれ、心が穏やかになるように感じます。日々の業務に追われていると、どうしても目の前の仕事に意識が集中しがちですが、時には周囲の小さな景色に目を向ける余裕も大切にしたいものです。

もうすぐ桜の季節が訪れます。一つ一つの花は小さくても、集まることで壮大な景色をつくり出します。その姿は、多くの職員によって支えられている病院という組織にも通じるものがあるように思います。医師、看護師、医療技術職、事務職をはじめ、さまざまな職種の職員が力を合わせることで、地域の皆様に医療を提供することができています。「虹の回廊」や季節の花々、そしてこれから咲き誇る桜の花に心を癒やされながら、「また今日も頑張ろう」と思う。そのような気持ちは、きっと私だけではなく、この病院で働く多くの職員が感じていることではないでしょうか。

栄養士の簡単レシピ

火を使わないおから蒸しパン



栄養量（1人分）	
エネルギー	93kcal
たんぱく質	2.6g
脂質	4.9g
糖質	9.7g
食物繊維	1.7g

写真は、蒸しパンを8つに切り分けているので1切れ約50kcalです。

材料（2人分）

- ・おから：50g
- ・卵：1個
- ・砂糖：大さじ2（20g）
- ・オリーブオイル：大さじ1（12g）
- ・ベーキングパウダー：小さじ1（4g）
- ・小麦粉：大さじ2（18g）

作り方

- ①耐熱のタッパーにすべての食材を入れ、よく混ぜる。
- ②スプーンで表面をなめらかにする。
- ③蓋をずらして置き、電子レンジで600Wで3分半加熱する。
- ④冷めたら適当な大きさに切る。



今年度の糖尿病教室では、おから蒸しパンをその場で調理し、参加者の方々にご試食いただきました。上記のようにシンプルな材料で簡単に作れます。

患者さんの中には、間食を我慢されている方がいらっしゃいます。食事療法で我慢を続けるとストレスをため込みやすい上に、食事量が多くなってしまう場合もあります。

このおから蒸しパンは、砂糖や小麦粉が入っているのですが、おからやオイルを加えることによって市販のお菓子と比べて血糖値の急上昇が抑えられ、腹持ちの良いおやつとなります。

日頃からお菓子を食べ過ぎてしまう方、ダイエット中の方にもおすすめです。ぜひお試しください！





▲発熱トリージ外来設置初期のテント内部

お祝いのメッセージ

～地域医療を共に支える絆～

西脇市多可郡医師会

会長 河原 淳 様より

このたびは、西脇病院名誉院長のご就任、誠におめでとうございます。先生におかれましては、長年にわたり西脇病院ならびに地域医療の発展に多大なるご尽力を賜り、深く敬意を表します。

西脇ライオンズクラブにおいて、私も所属しております一員として拝見いたしましても、社会奉仕活動に精力的に取り組まれ、ご多忙の中にあって地域のために尽くされるお姿は、私どもにとって大きな模範であります。

折に触れて披露されるギターの音色は周囲に安らぎをもたらし、先生の温かなお人柄を感じさせてくださいます。これまでのご功績に心より感謝申し上げますとともに、今後のご健勝とさらなるご活躍をお祈り申し上げます。

老人保健施設しばざくら荘

施設長 小出 亮 様より

このたびの名誉院長ご就任、心よりお祝い申し上げます。西脇市立病院に赴任されて以来、岩井先生のライフワークともいうべき地域医療への貢献と後進の育成のためにご尽力され、成果を出されましたことに深く敬意を表します。

今後は病院事業管理者として、また老人保健施設しばざくら荘の管理者としてますますご活躍されることをお祈りいたします。

京見の森クリニック

西脇病院元副院長 木村 祥子 様より

このたび岩井正秀先生が名誉院長の称号を授与されましたこと、心よりお祝い申し上げます。

岩井先生は西脇に住まいを移され、30年以上にわたり西脇病院で様々な役職を果たしてこれ、院長になられてからはその功績と人望で病院をまとめてこれました。

お近くでお仕事を拝見してまいりましたが、いつも穏やかで思慮深く、困難な局面においても冷静に、かつ情熱をもった的確な決断をされていたことが思い出されます。

様々な時期において、良かったこと、厳しかったこと色々ありましたが、やはり最近のことでもある新型コロナウイルスに関することが印象深いですね。誰もが初めてのことであり、日本中が混乱しましたが、ここ西脇では病院をはじめ、医師会、行政、そして住民の方々がしっかりと団結してウイルスと戦いました。皆さんが力を合わせて立ち向かうのを実感したときは感動すら覚えました。

地域医療と一言で言っても色々な種類があり、この地にはこの地に合った医療が必要と考えています。私もこれまでの人生の半分以上を西脇で暮らしていることになり、今ではここを地元と思っています。そして、住民の皆さんと同じように「地元愛」を強く抱いており、それが「地域医療への想い」に繋がっていると感じています。

西脇病院の特徴は、この規模の病院だからこそ可能な組織間の連携の良さと、まとまる力だと思っています。様々な困難がこれからはあると思いますが、その良さを失わず、スタッフの皆さんが、誇りをもって笑顔で働ける病院であるように力を尽くしたいと思っています。

名誉院長という大変に光栄な称号を戴きましたが、これからも病院事業管理者としても務めてまいります。経営面をはじめ、病院を取り巻く環境は非常に厳しいものがあります。今後、この地に急性期を扱う西脇病院は絶対に必要だと考えています。どうか引き続き皆さんのご支援、ご協力を何卒よろしくお願いいたします。

Q2 西脇病院にいられてからの36年間を振り返って、今一番に思い浮かぶことは？

Q3 「地域医療への想い」の核にあるものは何ですか？

Q4 名誉院長として、今後どのような役割を担われますか？

Q5 市民の皆さんへメッセージをお願いします。

プロフィール&主な功績

いわ い まさ ひで
岩 井 正 秀
1955年10月15日生



- 1982年 神戸大学医学部卒業
神戸大学医学部第二内科入局
- 1983年 県立加古川病院内科
- 1985年 神戸大学医学部付属病院第二内科
- 1990年 西脇市立西脇病院内科医員
- 2007年 西脇市立西脇病院副院長
- 2014年 西脇市立西脇病院病院長
- 2016年 日本医療機能評価機構認定
- 2019年 診療局臨床研修センター長就任
臨床研修医の教育に尽力
- 2020年 多可町にある3つの診療所に内科医師の派遣を行い、自らも出向して診察するなど、地域住民のため献身的に努めた。その功績が認められ全国自治体病院協議会「へき地医療貢献者表彰」受賞
- 2020年 西脇市多可郡医師会と連携し、病院駐車場内に発熱トリージ外来を迅速に設置



▲発熱トリージ外来

- 2020年 「全国公立病院連盟優良病院表彰」受賞
- 2021年 西脇市病院事業管理者兼病院長
- 2024年 「兵庫県功労者表彰」受賞
- 2025年 西脇市病院事業管理者
- 2026年 西脇市立西脇病院名誉院長に就任



▲片山市長より「名誉院長」称号を授与される岩井管理者

地域医療への変わらぬ想い

～岩井管理者、名誉院長へ～

Q1 名誉院長就任、おめでとうございます。今のお気持ちを聞かせください。

この度、西脇市立西脇病院名誉院長の称号を授与されましたことは、本当に栄誉なことであり、大変嬉しく思っています。

これもひとえに、病院長の時期を含め、長きにわたる病院内外の多くの皆さんからのご支援のお陰と深く感謝しています。

特別インタビュー
地域医療のこれまでとこれから

糖尿病教室

～楽しく学ぶ健康管理～

スイーツを食べても
べっちゃない？

西脇病院では、地域の皆様に糖尿病への理解を深め、健康的な生活を送っていただくための取り組みとして、定期的に「糖尿病教室」を開催しています。今回は、令和7年10月24日（金）に開催された教室の様子と、当院の取り組みについて報告します。



自分自身の適正エネルギー量を知ろう！

STEP1：目標体重を計算 最も健康な指標は「BMI 22」
 $\text{目標体重 (kg)} = \text{身長 (m)} \times \text{身長 (m)} \times 22$
 STEP2：1日に必要なエネルギー量を計算
 $\text{必要量 (kcal)} = \text{目標体重} \times \text{下記の活動レベル}$
 【軽い労作】25～30デスクワーク中心・運動なし
 【普通労作】30～35家事、通勤、軽い運動を含む
 【重い労作】35～力仕事、活発な運動習慣あり
 【計算例】身長150cm、家事を行う主婦（普通労作）の場合
 $\text{目標体重} : 1.5 \times 1.5 \times 22 = 49.5\text{kg}$
 $\text{必要エネルギー} : 49.5 \times 30 \sim 35 = 1485 \sim 1733\text{kcal}$

「おから蒸しケーキ」実演

当日は、内科医師による医学的な解説をはじめ、理学療法士による運動のお話、そして栄養士による調理実演など、盛りだくさんの内容で実施しました。

特に好評だったのが、栄養士による「出来立てのおから蒸しケーキ」の調理実演と試食です。参加された皆様からは「家ですぐに作れそう！」「これなら美味しく続けられる」といった感想をいただきました。また、理学療法士による筋肉量の測定コーナーも設けられ、ご自身の身体の状態を客観的に知る良い機会となりました。



知っておきたい「肥満」と「肥満症」の違い

BMIが25以上の場合「肥満」とみなされますが、そこに高血圧・耐糖能異常・脂質異常症などの健康障害が1つ以上合併している場合は「肥満症」と診断されます。また、BMIが35以上の場合は「高度肥満症」となります。これを放置すると、2型糖尿病や心筋梗塞、脳梗塞といった深刻な病気のリスクが高まります。

当院では、まずはご自身の現状を知っていただくため、BMIの計算方法や、適正なエネルギー量の指導など、正しい知識の啓発に力を入れています。



西脇病院 院内コンサート

6年ぶりの音色が響く
癒やしのひととき
市制20周年記念
西脇病院
院内コンサート
開催報告



令和7年11月8日（土）、西脇病院エントランスホールにて「院内コンサート」を開催しました。本院でのコンサート開催は実に6年ぶり。当日は、西脇市制20周年記念事業の一環として、入院中の患者さんやそのご家族、そして市民の皆さまにお集まりいただき、音楽を通じた温かな交流のひとときを持ちました。

地域と病院をつなぐ、多彩な音色

午後2時の開演とともに、エントランスホールはコンサート会場へと様変わりしました。今回は、市職員、市民楽団、そして当院の医師という、地域と病院に関わる多彩な3団体が出演し、それぞれの特色あふれる演奏を披露しました。

澄み渡るベルの響き

トップバッターを飾ったのは、市職員有志によるベル演奏グループ「スウィングベルズ」です。一音一音丁寧に紡ぎ出されるハンドベルとトーンチャイムの清らかな音色がホール全体に響き渡り、会場は一瞬にして穏やかな空気に包まれました。



迫力のアンサンブル

続いて登場したのは、西脇市吹奏楽団より「バリチューバアンサンブル」と「サクソフォーンアンサンブル」の皆さんです。低音の深みとサクソの華やかさが織りなすハーモニーは、吹奏楽ならではの迫力。聴き馴染みのある名曲の数々に、リズムに合わせて体を揺らす観客の姿も見られました。



医師によるコーラス&演奏

最後を締めくくったのは、西脇病院の医師によるコーラス&演奏グループ「Moss Pink（モスピック）」です。普段は白衣姿で診察にあたる医師が楽器を手に取り、歌声を披露する姿は、患者さんにとっても新鮮な驚きだったようです。アンコールの後は、会場からは大きな拍手が送られました。



「音楽の力」で心安らぐ時間を

久しぶりの開催となった今回の院内コンサート。音楽には人の心を癒やす力があります。西脇病院では今後も、医療の提供だけでなく、こうしたイベントを通じて地域とのつながりを深め、皆さまに「やすらぎ」を感じていただける病院づくりに努めてまいります。

ご来場いただいた皆さま、そして素敵な演奏を届けてくださった出演者の皆さま、本当にありがとうございました。

院内研究発表会

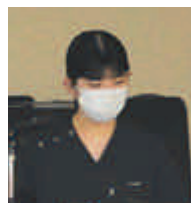
令和7年10月7日(火)、令和8年2月24日(火)に院内研究発表会を開催しました。臨床現場での貴重な症例報告や、検査データの解析、そして患者支援の新たな取り組みについて共有がなされました。

令和7年10月7日(火)

●演題1

切迫早産に対する塩酸リトドリン投与中の発作性上室頻拍をATP製剤およびピソプロロール貼付剤でコントロールした一例

診療局 臨床研修医 三木花菜子



●演題2

DBd療法がFCM検査に影響を及ぼした可能性が示唆された骨髄腫の一症例

検査部 掘井 吉人



●演題3

減量支援外来の取り組み
～続けられる支援をめざして

診療局 柏木 明香

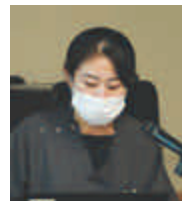


令和8年2月24日(火)

●演題1

多発狭窄を伴った好酸球性小腸炎および大腸炎の一例

診療局 臨床研修医
白井 美帆



●演題2

非特異的な症状で発症した縦隔気腫の一例

診療局 臨床研修医
片山 貴登



Soul to Soul

西脇病院が建て変わる前の、まだ古い建物であった頃の話である。その老夫婦は、いつも受診日を合わせて二人で外来にやって来た。おじいさんは背の高い偉丈夫で、いつも立派な茶色い木の杖をついていた。一方、おばあさんは小柄で、その頭はおじいさんの胸にようやく届く程だった。おじいさんの診察をしながら、「昔から、同年代と比べると背の高いほうだったでしょうね」と言つと、間を置かず、後ろから「そうなんです。それで女の子に良くもてましてなあ。わたしや、しょっちゅう泣かされたもんです」とおばあさんが答える。「しょうもないことを言つな」と振り返りもせず、おじいさんが低い声を飛ばすと、「はい、はい」と言つてから、「ひゃっ、ひゃっ、ひゃっ」とおばあさんは笑った。

一月の寒い朝に、おじいさんは救急車で運ばれてきた。起きて来ないので見に行ったら、布団の中で反応がなかったのだという。蘇生を行うも、おじいさんは戻ってこなかった。家族を集めて、病状を説明し、亡くなったことの確認を告げた。その間、おばあさんはおじいさんの横に立って、その顔をじっと見つめたままだった。止まってしまったおじいさんの心臓と同じように、おばあさんも動くことを一切やめてしまったかのようにだった。

三週間後の予定していた受診日に、おばあさんは一人でやって来た。診察室に入ってくるその手には、見慣れた茶色い杖が握られている。おばあさんは椅子に腰かけると、「これ、あの人の杖を切つてもう一つ、私が使つとるんですわ」と言いながら、随分と短くなった杖を持ち上げて見せた。「そりゃあ、きつと、おじいさんも喜んでつてやわ」と私が言つと、「そうでつしやろうか」とおばあさんは少し首をかしげたあとで、「ひゃっ、ひゃっ、ひゃっ」と小さく笑った。

令和
7年度
下半期

はなみずきの会 活動ご紹介

市立西脇病院乳腺外科 三輪 教子

はなみずきの会は、平成21年(2009年)に北播磨地域で初めて発足した、治療を受けている病院を問わずご参加いただけるユニークな乳がん患者会です。2025年秋頃より新型コロナウイルスやインフルエンザの感染者が増加傾向にありますが、当会では引き続き感染予防策を徹底し、慎重に活動を行っております。下半期の活動内容をご報告いたします。

1 乳がん患者さんご家族の不安の軽減 (対象は乳がん患者さんご家族)

定例会 (奇数月の最後の土曜日の14-16時)

例年どおり、病院講堂で感染対策をして実施しました。昨年度より院内講師の先生方にコロナ下以前と同様にきていただいています。下半期は、1月31日及び3月28日です。1月には6人参加されました。

例年1月は栄養士を講師に迎えており、年末年始後の体重調整に最適なタイミングです。今回も、まずは、ご自身の体格指数(BMI)の計算から始まり、ご自身の必要摂取カロリーの見積もりをし、たんぱく質摂取が大事であることも含め、上手な食事の仕方を栄養士さんを囲んで学びました。前半は皆さんの近況報告、後半は栄養士さんへの個別相談と、いつも通り和やかな会となりました。3月28日(土)は、病院薬剤師による「薬とのうまい付き合い方(仮題)」をテーマにしたお話を予定しています。

2 歩こう会 (対象は健康に関心のある方ならどなたでも)

2025年10月26日(日) 午前9時

10月26日あいにくの雨で中止となりました(はじめてのことです。)。万が一足を運んでくださった方をご案内できるよう、オリナスの屋外の椅子に座って、リピーターのみなさんとよもやま話をしながら、9時半まで待機しておりました。当日はオリナスで別の催しがあったため、私たちの目印である播州織の「がん検診に行こう」幟旗を、大勢の方に見ていただく良い機会となりました!西脇市の健幸ポイント企画に参加されている方、6,000歩を無理なく歩けるコースです。来年ぜひ一緒に!!

3 にしわき乳がん市民公開講座 (対象は健康に関心のある方ならどなたでも)

2025年11月28日(土) 14時-15時 みらいえ

今年は総勢12名の参加となりました!7年ぶりに院外から講師の先生をお招きしました。兵庫県立はりま姫路総合医療センターの松本仁美先生です。先生は、国立がん研究センター中央病院を経て、がん看護専門看護師として遺伝性乳癌卵巣癌のご相談や診療でのサポートをずっとしてこられました。そのご経験を「患者さんとともに築いてきた遺伝性乳がんの支援体制ーがん看護専門看護師の立場からー」と題して、お話しくださいました。

令和8年度上半期行事予定 (変更の場合、広報や病院ホームページでお知らせします。)

- ①定例会 西脇病院講堂。令和8年5月30日(土)、7月25日(土) 14時-16時で開催します。
- ②「がん検診に行こう」や「遺伝性乳がん」についての啓蒙企画を考えています。

■お問い合わせ 西脇病院乳腺外科 三輪 教子
TEL.0795-22-0111 ✉ nishiwakinyugan@yahoo.co.jp