

市立横手病院 広報

令和8年1月

第 83 号

基本理念

地域の人々に信頼される病院を目指します。
安心できる良質な医療の提供
心ふれあう人間味豊かな対応

基本方針

1. 患者さん中心に、安心・安全な医療の提供につとめます。
2. 地域の医療・保健に貢献します。
3. 健全な病院経営につとめます。

11月14日～11月16日横手城にて糖尿病週間行事を行いました。期間中、横手城が世界糖尿病デーのシンボルカラーであるブルーにライトアップされました。

◎ 院長新年挨拶

◎ 出前健康講座のご案内

◎ 糖尿病通信

◎ 患者さんの声

健康管理センターよりお知らせ

◎ 診療受付時間、編集後記

病院概要

■標榜診療科

内科、心療内科、精神科、呼吸器内科、消化器内科、循環器内科、糖尿病内分泌内科、神経内科、血液腎臓内科、外科、整形外科、小児科、産婦人科、眼科、泌尿器科、リハビリテーション科、放射線科、皮膚科

■一般病床191床

■感染症病床4床

病院内では引き続き、不織布マスクの着用をお願いいたします。



2026年 新年挨拶

院長 藤 盛 修 成

あけましておめでとうございます。

市民の皆さまにおかれましては、希望に満ちた穏やかな新春をお迎えのことと存じます。旧年中は、市立横手病院の運営に対し多大なるご理解とご協力を賜り、心より御礼申し上げます。

昨年10月より市立横手病院の院長を拝命いたしました。創立137年の伝統を受け継ぐ責任の重さを痛感するとともに、地域の皆さまへの深い感謝を胸に、横手の医療を守り抜く決意を新たにしております。

ご存じのとおり、秋田県では全国一の高齢化が一段と進み、医療・介護の需要が増す一方で、医療従事者の確保など地域医療を取り巻く環境は、いっそう厳しさを増しております。医師・看護師不足、人口減少に伴う患者数や病院収入の減少、医療材料費や人件費の高騰など課題は山積しており、こうした中で当院がいかに地域に貢献し、持続可能な医療を守り抜くかが大きな使命であると感じております。

そのような状況下ではありますが、当院では昨年10月より195床の新たな病床体制がスタートいたしました。規模は縮小されましたが、より質の高い医療提供につながるものと考えております。また、12月末には最新のMRI装置を導入し、診断機能の向上を図りました。さらに、春には新たな医師の赴任も予定しており、診療体制の充実と病院運営の安定化に寄与するものと考えております。

◆ 昨年は「クマ問題」が全国的な関心事となりました。当院前の蛇の崎川原でも緊急銃猟が行われ、市民の皆さまにはご心配をおかけしましたが、関係機関の迅速な対応により無事に終息いたしました。地域の安全を守るためには、医療のみならず多様な機関との連携が不可欠であることを改めて実感いたしました。

◆ 本年も「市民に最も信頼される病院」を目指し、医療体制の強化、医療機器の更新、地域包括ケアの推進など、未来を見据えた取り組みを着実に進めてまいります。また、市民の皆さまと共に歩む姿勢を大切に、今年の横手盆踊りでは、前院長に代わり列の先頭で舞を披露したいと意気込んでおります。皆さまに楽しんでいただけるよう、準備を進めてまいります。

今後も市民の皆さまにとって当院が「まず相談したい」と思える存在であり続けられるよう、職員一同、力を尽くしてまいります。本年が皆さまにとって健やかで実り多い一年となりますよう、心よりお祈り申し上げます。



出前健康講座のご案内

当院では地域の皆様の健康に関する意識向上と医療に関する知識を深めていただくことを目的とした「出前健康講座」を開催しております。

令和8年度は、出張講座とオンライン講座で出前健康講座を実施する予定です。



令和8年度の利用方法と申込み

【出前健康講座内容について】

- 出張講座とオンライン講座があります、いずれかをご選択ください。
- 講座をご利用される場合は、事前に申込みが必要です。
- 講座メニューは 21 講座ありそれぞれ専門分野の内容となっております。
- 講座時間は、質疑等含めて1時間程度とさせていただきます。
- 地域的に横手市内を原則としております。
- 申込み多数の場合、希望に添いかねる場合もございます。あらかじめご了承ください。
- 原則、1 団体につき 1 回とさせていただきます。

【出張講座について】

- 出張講座をご希望される場合は、5 月～ 12 月・3 月のご希望日をご指定ください。

- 感染症対策にご協力いただきますようお願いいたします。

以下のいずれかに該当する場合は参加をご遠慮ください。

①1 週間以内に発熱と風邪症状がある、家族に同様の症状の方がいる場合

②新型コロナウイルス感染症と診断された方と接触歴がある場合

- 今後の感染状況により一部休止となる場合がございます。

【オンライン講座について】

- オンラインをご希望される場合は、5 月～ 3 月のご希望日をご指定ください。

- 出前健康講座は、Zoom を利用して行います。

- パソコン、Web カメラ、インターネット環境などオンライン講座受講に必要なものは、申込み団体様でご準備ください。

- 誠に申し訳ございませんがオンライン講座対応可能団体様のみお申込みください。

当院職員が希望団体様へ出向いてのオンラインの設置等はいたしませんのでご了承ください。



【講座メニューの一部をご紹介します】

家族が「がん」になったとき	健康診断結果の見方。(事業者向け)	介助方法について
糖尿病について	健康寿命を延ばそう	誤嚥ってなに
感染予防について	医療画像検査と医療被ばくについて	生活習慣病予防と運動
正しい傷の手当てについて	くすりの正しい使い方	食から始める低栄養予防

▼ 詳しい内容については、下記のお問い合わせ先までご連絡ください。

申込み方法

- 『いきいきサロン』の場合は、地域の社会福祉協議会を通じてお申込みください。
- 『各地区交流センターの利用団体』の場合は、その地区交流センターを通じてお申込みください。
- 『町内会や職場での開催を希望』の場合は、直接当院へお申込みください。
- 講座メニューから内容をお選びいただきます。

申込み期限

令和8年3月31日(火)

お申込み先・お問い合わせ先

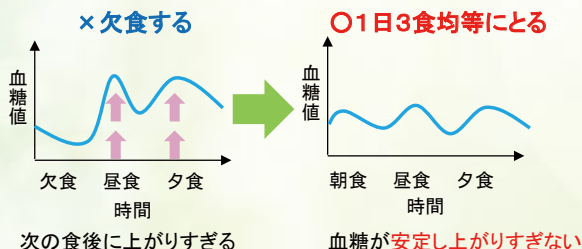
市立横手病院 総務課 TEL 0182-32-5001 (代表)

糖尿病通信

糖尿病委員会では糖尿病に対する広報活動として、糖尿病通信を作成しています。今回は、広報特別版として掲載いたします。

血糖値管理は規則正しい食生活から

欠食すると次の食事の血糖が急上昇しやすくなります。このことを「**血糖値スパイク**」と言います。血糖値スパイクが起こると血管はダメージを受け動脈硬化をひき起こし、心筋梗塞や脳卒中のリスクが高まります。



口の中・・・歯周病は大丈夫ですか？

糖尿病があると
歯周病になりやすく
重症化しやすくなる

→糖尿病があると免疫機能の低下や血流の悪化、唾液の減少などのため歯周組織の障害が生じて歯周病になりやすく重症化しやすくなります。

歯周病は
糖尿病に悪影響を
及ぼします

→歯周病はインスリンの働きを悪くし血糖コントロール不良の原因となります。歯周病を治療するとHbA1cが最大1%改善するという報告もあります。

歯周病や虫歯は、糖尿病意外にも肥満、肺炎、睡眠時無呼吸症候群、心内膜炎、腎炎、菌血症、胃腸障害、栄養障害など様々な疾患の原因になると言われています。

～お口を健康な状態に保つことは
全身の健康に関わる大切なことなのです～

お口の健康セルフチェック

【生活習慣】

- ☐ 間食をあまりしない
- ☐ ストレスをうまく解消している
- ☐ たばこを吸わない
- ☐ 深酒をしていない
- ☐ 1日1回は時間をかけて歯磨きしている
- ☐ フッ素物入り歯磨き粉を使用している

【口の中の様子】

- ☐ いつも口の中が爽やかである
- ☐ 歯肉の色がピンクで引き締まっている
- ☐ 歯のぐらつきがなく、しっかり噛める
- ☐ 歯と歯の間に物が挟まらない
- ☐ 歯がしみたり、痛まない

**1週間に1回は口の中を健康状態を自分で観察し
定期的に歯科受診をしましょう！**

血糖の急上昇を防ぐ食べ方のコツ

- ① 3食均等に食べる
- ② 腹八分目
- ③ 早食いせず、ゆっくり時間をかけて食べる事

朝食を食べる習慣がないという方は、簡単に食べられるものをとることから始めてみましょう。

夜遅い時間に食事をする、食事からとったエネルギーが消費されにくく、体脂肪として蓄積されやすくなります。また、食べてすぐ寝ると朝まで高血糖が続きます。翌朝、食欲がなくて朝食を欠食する原因にもなります。

夕食は寝る2～3時間前に終わるようにしましょう。

今月のお薬解説



『SGLT2』阻害薬について

～フォシーガー[®] 錠・カナグル[®] 錠・
ジャスティアンズ[®] 錠 など～

SGLT2阻害薬とは、血液中にある余分な糖を尿と一緒に体から出すことで血糖値を下げる働きがある薬で、低血糖を起こす危険性も低めです。日本では2014年に登場し、徐々に処方となる頻度が増している薬の種類です。注意点としては、水分が体から排泄しやすくなるため、こまめな水分摂取が大切です。特に気温の高い時期は喉が渇く前に水分をとるようにしましょう。

〈代表的な副作用〉

・低血糖（動悸、手足の震え、冷や汗）

対策：すぐに糖分を補給してください。

・膀胱炎、尿路感染症

対策：排尿・排便後は清潔に保ってください。

・脱水症状

対策：薬を始める以前より1日500ml程多めに水分摂取するようにしましょう。



患者さんの声



感謝のお言葉

看護師の皆さま、大変お世話になりました。皆さん親切で本当に感謝感激です。やさしい方達ばかりで涙が出ます。本当にありがとうございました。

看護師さん、お医者さん、受付、処方箋FAXの方、採血の方、全ての皆さんの対応があまりに気持ちよく思わず書いてしまいました。ありがとうございました。

入院のWi-Fi導入ありがとうございます。定期的に入院している私にとって、動画やYouTubeを見ることが日常で、今まで自宅でダウンロードし、入院中見ていましたがWi-Fiを導入していたとは、驚きました。

以前より入院された患者さんからご要望の声が多く寄せられていた、病室でのWi-Fi利用について環境が整い、運用を開始しました。今後も、患者サービスの向上に取り組んでまいります。

外来診察終了後の会計システムはもっとスムーズにならないか？自動精算機の導入はできないだろうか？

貴重なご意見ありがとうございます。現在、全体的なシステムおよび自動精算機の導入についても検討中です。



健康管理センターよりお知らせです

以下のドックコースの予約枠に空きがあります。

○宿泊ドック

男性：令和8年2月以降～

○日帰りドック

男女：令和8年1月以降～

○脳ドック

男女：令和8年3月以降～

注：それぞれのドックコースに追加できるオプションがあります。



令和7年度より各種健康診断・ドックの予約申込みをWeb予約システムで受付しています。各種健康診断・ドックは、年齢制限等あるコースもありますので、詳細についてはホームページをご覧ください。

お問合せ先：健康管理センター 電話0182-33-9724

平日午前10時から午後5時

ホームページ：<https://www.yokote-mhp.jp/introduction/chekup>

右記2次元コードからもご覧いただけます。



診療科(外来)の受付時間

診 療 科	受 付 時 間					備 考
	月	火	水	木	金	
内 科	7：00～10：30					
消 化 器 内 科	予約制					予約外・新患は内科の受付となります。
循 環 器 内 科	予約制					予約外・新患は内科の受付となります。
糖尿病内分泌内科	予約制					予約外・新患は内科の受付となります。
心療内科・精神科	－	予約制	－	－	予約制	現在、新患受付は中止しております。
呼 吸 器 内 科	－	予約制	－	－	－	予約外・新患は内科の受付となります。
神 経 内 科	－	－	－	予約制	－	予約外・新患は内科の受付となります。
血 液 腎 臓 内 科	－	－	予約制 隔 週	予約制	－	予約外・新患は内科の受付となります。
外 科	7：00～10：00					
乳 腺 外 来	－	予約制	－	予約制	－	新患の方でも電話でご予約ができます。
皮 膚 科	－	－	予約制 午後のみ	－	－	新患の方でも電話でご予約ができます。
整 形 外 科	予約制					新患の方でも電話でご予約ができます。
リハビリテーション科	予約制					
婦 人 科	7：00～11：30					
更 年 期 外 来	－	－	－	－	7:00～14:30	診察は14：00から
産 科	7：00～11：30		予約制	7：00～11：30		毎週水曜日は予約外休診
小 児 科	7：00～11：30					web予約システム利用可能です。 詳細については、ホームページを ご参照ください。
予 防 接 種	予約制	－	予約制	－	－	
乳 児 健 診	－	予約制	－	予約制	－	
1ヶ月健診	－		－	(第1・3木)	－	
慢 性 疾 患	－	－	－	－	予約制	診察は14：00から
泌 尿 器 科	7：00～10：30 予約状況により受付終了時間が早まる場合があります。					二次検診の方は電話予約制となります。
眼 科	－	予約制 午後のみ	予約制 午後のみ	－	予約制 午前のみ	新患の方でも電話でご予約ができます。 お問合せの際は、診察時間内にご連絡ください。

※令和8年1月1日現在の状況です。

- ・祝日・年末年始（12月29日～1月3日）を除きます。
- ・紹介状をお持ちの患者さんは、総合受付にお越しください。
- ・手術のため、受付終了時間が早まる場合があります。
- ・詳細については、ホームページをご参照いただくか直接お問い合わせください。

右記2次元コードから各診療科の受付・診察時間の詳細がご覧いただけます。



善意をありがとうございます。

抗がん剤の副作用による脱毛に悩む患者さんのために使用してほしいと、手作りのタオル帽子を送る地域貢献活動をされている「県南ふきのとうの会」（若松末央会長）様より、タオル帽子を寄贈いただきました。



月に1回マイナンバーカード(マイナ保険証)または資格確認書の確認をしています

毎月1回マイナンバーカード（マイナ保険証）または資格確認書の確認をさせていただいております。外来診察の際に総合受付にご提示ください。

また、氏名、住所、電話番号が変更になった場合は、必ず総合受付にお知らせください。

編集後記

冬の気配が一段と濃くなり、市内を歩く人々の息も白くみえる季節になりました。同時に今年もインフルエンザの流行期となりました。忙しさに追われる日々だからこそ、どうか体を労り、無理しないで過ごしてください。手洗い、換気、休息、マスクの着用という基本的な対策が思いのほか大きな力になります。皆さまが元気に冬を越せますように。

市立横手病院広報誌

市立横手病院
秋田県横手市根岸町5番31号
TEL 0182-32-5001
FAX 0182-36-1782

UD FONT 見やすいユニバーサルデザインフォントを採用しています。