

教えて額賀せんせい

ご意見箱に届いたお子様の質問やご意見に
小児科 額賀先生がお答えいたします。

おこたえ



先生も風邪をひいてしまうことがあります。
そして風邪をひくととてもつらくて、みんなの気持
ちがよくわかります。なので、風邪をひかないよ
うにしようと頑張っています。手洗い、うがいを
しっかりすること、病院ではマスクをすること
で予防しています。みんなも手洗い、うがいをして
元気にすごしてくれるとうれしいです。

しつもん 先生はかぜひかないの?
質問者:しもざわ ふきさん

新体制になった整形外科について



けいなん総合病院 整形外科は令和7年7月より新任医師を
迎え、常勤医が2名体制となりました。

それを受け、今までの実践していた整形外科疾患の治療だけでなく、より一層リハビリ医療と連携した医療の提供を充実させたいと考えています。

ところで皆様は、整形外科・リハビリテーション科に対して、どのようなイメージをお持ちでしょうか?また、どのような時に受診するとお考えでしょうか?

今一度考えてみて下さい。

また、その出てきたイメージ・考え・希望等を目安箱等で病院
サイドにお知らせいただくと、今後のけいなん総合病院のあり方
や改善点のアドバイスとなり、当地の地域医療の未来の礎となる
と考えますので、ご協力のほどよろしくお願ひいたします。

けいなん総合病院では、平野院長のお考えのもと地域に密着
した病院としてより一層の成長を目指し日夜努力を続けており
ます。

その一環として、まず整形外科とリハビリテーション科において
より緊密な治療体制の充実を現在試みております。

従来、整形外科は運動器の障害(骨折・変形性関節症等)と
痛み(首肩腰膝等)の各部に対して行う医療です。対してリハビ
リテーション科は、病気やけがによって体がうまく動かせなくな
った方に対し、再び自分らしく生活ができるように運動能力の



向上を目指す医療です。そのため、整形外科疾患の治療後、リハ
ビリテーションを行って退院後の生活復帰という流れでした。

ですが、平成令和と医療が進歩していく中で、治療目標が生命
からQOL(生活の質)の向上となり、その変化に伴い平均寿命
から健康寿命へと基準が変更されています。

また、治療病名も、私が医師になった40年前には無かった運動
器不安定症・ロコモティブシンドローム・老嚙・サルコベニア・
フレイル老年症候群といった病名が数多く周知されるようにな
ってきました。

また、その治療方法も医師(歯科医師)のみではなく、看護師・
リハビリスタッフ・栄養士・薬剤師・社会福祉士等も協力し合う
チーム医療に、現在はなってあります。

さて、ここで伺いますがこのような病名は、昭和の時代にはな
かったと思われますか?

いえ、今と変わらずありました。ただ、医療が担う症状とは取
り扱われてはおらず、病気ではない当たり前のただの老化として
取り扱われていたものです。

それが、近年医学の進歩に伴い癌や脳疾患その他のメジャー
な生命にかかる疾患の治療法が確立されてきた結果、当たり
前と思われていた老化や廃用といった社会的問題をおこす状態
が治療すべき病態と認知されて重症な病気の治療対象とな
ってきたのです。

以上のような、より生活に密接した医療提供を今後も心がけ
てまいりたいと考えておりますので、痛みや骨折だけでなく“歩き
にくくなつた”“バランスが悪くなつた。”等の運動器不安定症の
症状がある方も受診して治療していただくことにより改善でき
るかもしれません。

必要な運動機能を維持しつつ、日常生活に困らない老後を過
ごしていただけるようサポートいたします。

整形外科部長
兼 リハビリテーションセンター長
山岡 茂雄

リハビリテーション科「雪の中に咲く椿」

当院リハビリテーション科では、季節に応じたテーマで作品
作りを行っています。作業療法の一環として、入院している
様々な疾患の患者様数名で、一つの作品を制作します。今回
は「雪の中に咲く椿」をイメージして冬の作品を作りました。

入院中でも季節感を感じられるように、活動性を維持できる
ように、手指の回復につながるように…患者様それぞれが
目的をもって取り組んでいます。

作品が飾ってあると、リハビリテーションセンター全体が
明るくなります。

皆さまもどうぞ、見てくんない。



けいなん総合病院季刊誌「みてくんない」
けいなん総合病院 発行人 病院長 平野 正明
〒944-8501新潟県妙高市田町2-4-7 TEL.0255-72-3161(代表) FAX.0255-73-8102 E-mail : info@keinansogo.jp

2026年
1月号
ご自由に
お持ちください

地域に開かれ、親しまれる病院をめざして

みてくんない

けいなん通信 Vol.16

病院長 平野 正明/事務長 久住 信司郎/看護部長 栗崎 裕子

新年のごあいさつ

特集

健康診断のすすめ(健康管理センター)

●教えて額賀せんせい

●新体制になった整形外科について

●リハビリテーション科「雪の中に咲く椿」



表紙を飾る写真・イラストの
作品を募集しています!

詳しくは病院ホームページをご覧ください。



採用者には
粗品を進呈
いたします

みどりの健康と心の支え
JA新潟厚生連
けいなん総合病院

新年あけましておめでとうございます

【新年ご挨拶】

新年あけましておめでとうございます。

昨年多くの地域の皆さんにご支援いただき、心より感謝申し上げます。

2026年を迎える、けいなん総合病院は、妙高市・上越市で暮らす皆さまの「安心の拠り所」でありたいと願っています。医療を取り巻く環境は日々変化しておりますが、今後も病気の治療はもちろん、健康づくりや予防の面でも、気軽に相談していただける存在であり続けたいと思っています。

今年は特に、

- ・健診や健康相談を通じて 病気の早期発見・予防に力を入れます
- ・地域の医療機関や介護施設の皆さんと連携し、切れ目のないサポートを目指します
- ・そして何より、患者さまやご家族さまに笑顔で寄り添う医療を大切にします

2026年が皆さんにとって健やかで穏やかな一年となりますように。

本年もどうぞよろしくお願いいたします。



病院長 平野 正明

新年あけましておめでとうございます。地域の皆様、関係者の皆様には、日頃より介護老人保健施設はねうまの里の運営に格別のご高配を賜り厚く感謝申し上げます。

当地に赴任してから2年近くが経過しました。この間、当院を取り巻く医療環境や介護環境、昨今の地域事情等が少しずつ分かってきました。引き続き職務に精励して参りますのでよろしくお願いいたします。

さて、昨年は能登半島地震により損壊した病院建物の修繕が約1年半の工期を経てようやく完了いたしました。工事期間中は、駐車場が手狭になったり、騒音が発生したりと来院される皆様にご迷惑をお掛けしましたことお詫び申し上げます。塔屋の形状が以前と少し変わりましたが、防水工事や内装工事を含めしっかりと直すことができました。今後、数十年は建物を安全に使用できそうです。

経営状況としましては、今年度は計画以上の実績を上げているものの、診療報酬改定の影響は不透明であり、近年の物価高騰や最低賃金の上昇等、費用負荷が増しており、今後は非常に厳しい経営状況が予想されます。医師や看護師等、医療従事者の不足も続いていること、人手の確保に難渋しているところです。このような状況ですが、地元妙高市や関係機関との連携を図り、当地域に必要な医療を今後も継続的に提供できるように努めて参りたいと思います。本年もよろしくお願い申し上げます。



事務長 久住 信司郎

あけましておめでとうございます。日頃はけいなん総合病院に温かいご理解とご支援を賜り、まことにありがとうございます。

私たちの病院は、地域密着型病院として、亜急性期から回復期・慢性期の医療を担っております。地域の子ども達の健康を守り、成人のかかりつけ医としての機能を充実させ、高齢者医療を支えることが果たすべき役割だと考えています。当院の看護師には、当院が果たすべき役割を展開するために、必要な看護を実践することが求められます。また看護師は、距離的にも時間的にも、最も患者さまにとって身近な存在であるため、患者さまと医療チームを繋ぐ橋渡し的役割を持つキーパーソンであることを自覚し、皆で意識を高め、努力し続けることが必要だと考えます。

至らない点もあるかと思いますが、皆様方に信頼していただけるよう、今年も皆で励んでまいります。ご指導よろしくお願いいたします。



看護部長 栗崎 裕子

1年に1回人間ドックで健康チェックしませんか？

あなたの健康管理をスタッフがお手伝いいたします。

人間ドックで全身を検査することにより、生活習慣病予防や、がんの早期発見につながります。病気は進行しないと自覚症状が現れないため早期発見が重要となります。人間ドックは健康診断よりも検査項目が多く総合的に体の異常を調べができる上、短期間でチェックができる効率的です。

当院の人間ドックの特長は、主に3つあります。

1番目は、「選択できる内視鏡検査」です。当院の胃内視鏡検査は、経口または経鼻で選択できます。

2番目は、「女性の放射線技師」です。当院ではマンモグラフィ検査を女性の放射線技師が担当していますので、さらに安心して受診いただけるようになりました。また、装置も2023年2月に更新し、今までのものより「初期乳がんのサインである小さな石灰化が見つけやすい」、「被ばく線量が少ない」、「検査時間が短い」といった特長があります。

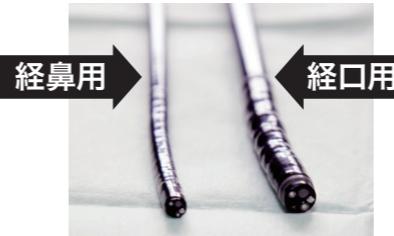
3番目は、「少人数制」での対応です。現在は、人間ドックと事業所健診を合わせて一日9名限定で実施しています。その為、混雑せず、お一人ずつ丁寧に対応できますので、安心して受診いただけます。少人数で落ち着いて受けられる」と毎年受診していただける方も多いです。

各オプション検査もご利用ください。「胸部CT」「喀痰検査(肺がん検査)」「骨密度検査(骨粗鬆症)」「動脈硬化検査」「脳MRI」、脳血管疾患・心疾患のリスクを血液検査で計測する「ロックス・インデックス」のほか、女性の方には「乳がん検査(マンモグラフィ)」「子宮がん検査」男性の方には「前立腺がん検査」もご用意しております。

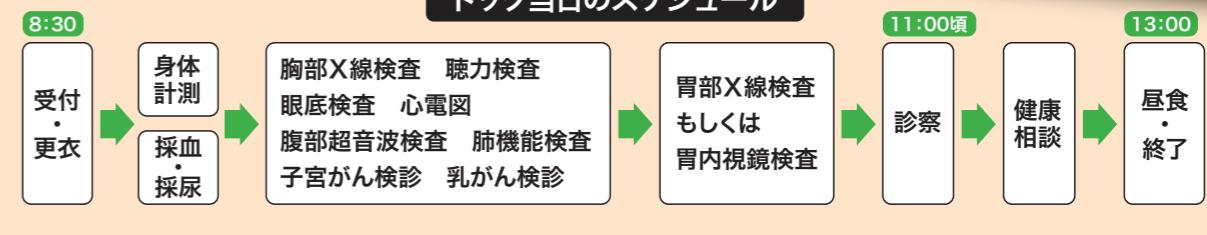
また、12月～5月限定で胃内視鏡による胃がん検査を実施しております。

定期的な人間ドックやがん検診の受診で、いつまでも健康で楽しく生き生きとした人生を過ごしましょう。スタッフ一同、お待ちしております！

使用するスコープの太さ比較



ドック当日のスケジュール



基本検査項目、オプション検査の詳細については、当院ホームページまたは2階健康管理室までお問い合わせください。

検査料金 基本料金41,800円(税込) + オプション検査料金

【※令和8年4月より胃部検査として、「内視鏡(カメラ)検査」を選択された場合は、別途2,200円(税込)を申し受けますのでご了承ください。】

お申し込み・お問い合わせは、けいなん総合病院「健康管理室」【電話:0255-72-3161(代)】
または、【ホームページ: <http://keinansogo.jp>】からお願いします。

ホームページは
こちらから

