

あなたの健康 みんなの幸せ

# 博愛すまいるん♪ Enjoy Smile up!

40

新年号 2026

Free  
Magazine

♥教えてDoctor

## 変形性膝関節症

整形外科主任部長/リハビリテーション科部長  
岸 隆広 医師

♥新年のご挨拶

♥きらりWorks

笑顔で暮らす今日を、一緒に支える  
訪問介護員(ホームヘルパー)

♥外来診療担当医師一覧表

2026年1月～

写真提供：岡 雄一様



社会医療法人同愛会

Doikai Social Healthcare Corporation

博愛病院

**社会医療法人同愛会**

博愛病院  
ふくよね博愛クリニック  
博愛こども発達・在宅支援クリニック  
介護老人保健施設やわらぎ  
医療支援型グループホーム博愛

<b>理念</b>	
Mission	

あなたの健康、みんなの幸せ

<b>Vision</b>	
こどもから高齢者までみんなが健康で 住みやすい地域社会の実現に貢献します。	



## 人口減少時代における医療の使命と同愛会の展望

Ishibe Yuichi  
理事長 石部 裕一

日頃より同愛会に温かいご支援を賜り、心より御礼申し上げます。本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

ここでは、同愛会のこれからの方針について簡単にご紹介いたします。

鳥取県西部医療圏の人口は、2020年の約23万人から2030年に約21万人、2045年には約18.5万人まで減少すると予測されています。一方で65歳以上の高齢者は大きく変わらず、75歳以上は2030年まで増え、その後は横ばいの見通しです。こうした状況から、急性期医療をさらに拡大するよりも、回復期・療養期医療や在宅復帰支援、高齢者ケアを充実させることが地域にとってより大切になっています。

現在、急性期医療は大学病院、労災病院、医療センター、博愛病院などで担っています。各病院で新築や機能強化が進み、地域全体の急性期医療の体制は十分と考えられます。その一方で、急性期治療後のリハビリや長期療養を支える医療はまだ不足しており、地域の課題として残っています。

高齢者が肺炎や骨折で入院した際には、早期治療に加え

て、栄養管理とスムーズなリハビリが欠かせません。治療から回復支援までを切れ目なく行える体制の重要性はますます高まっています。博愛病院ではこれまで通り急性期病院からの転院や長期療養の受け入れを続けながら、高齢者医療・リハビリ・在宅復帰支援をさらに強化した病院へと転換を進めてまいります。

また、老健「やわらぎ」は在宅復帰を支える回復期の拠点として、博愛こども発達・在宅支援クリニックは発達支援や小児在宅医療の支えとして機能していきます。ふくよね博愛クリニックでは慢性期医療や訪問診療を行い、医療支援型グループホーム博愛では、障がいのある方が安心して生活できる環境を提供します。これらの施設が連携し、急性期から在宅まで一体となった支援体制を整えてまいります。

同愛会はこれから10年も、「あなたの健康、みんなの幸せ」を胸に、地域とともに歩み続けます。

令和8年元旦

# 社会医療法人同愛会

博愛病院

## 理念

私たちは博愛の心で医療を行い地域に貢献します



## 新年のご挨拶

Hirooaka Yasuaki  
院長 廣岡 保明

新年おめでとうございます。

平素は博愛病院に多くのご支援、ご指導を賜り、厚く御礼申し上げます。

昨年4月に博愛病院院長として赴任し、当院がこの地域で果たすべき役割、目標を以下のように定めて病院運営を行って参りました。

(1)高齢者対応(救急、在宅、リハビリ、栄養、等)にさらに注力し、高齢者が急性・慢性疾患で入院されても歩いて帰れること、退院されても孤立させないこと。また、患者さんが安心して療養できるように、ご要望やご意見には丁寧に対応するように心がけて参りました。

(2)他の医療機関の後方支援を積極的に行い、鳥取県西部医療圏で当院かかりつけの患者さん以外でも体調不良や急変時にはすぐに入院できるようにすること。これを達成するため院内体制を整備し、さらに進めるため病床の改革改変について現在議論を進めています。

(3)職員が安心して働ける環境をつくることで、職員の満足度を高め、それがひいては患者さんへのより暖かい対応につなげること。

このような目標は4月の赴任時に描いた、患者よし、職員よし、地域よし(患者を置きざりにしない、職員が働きやすい、地域に必要)の精神(近江商人の三方良しの精神を病院用に修正)に合致するもので、この精神を大事にしながら運営していきたいと思っています。

まだ充分ではありませんが、病院に行って良かった安心できた、と言ってもらえるようにさらに努力を続けていきたいと思っております。

さて、現在の物価高騰や人件費上昇で病院の経営環境は厳しさを増しており、全国の約7割の病院が赤字となっています。物価高騰のため病院で使用する資材(機器、材料、消耗品、等々)の値上がりや人件費増により支出が増加しているにもかかわらず、病院の収入は診療報酬という政府が決めた価格が2年間据え置かれているため、病院の稼働額が増加しても最終的には赤字になってしまうという構造的な原因によるもののです。この状態が続けば各病院では赤字解消のため、より高価な医療資源を使用するような高度で質の高い診療ができなくなる可能性があり、最終的には医療の質の低下、地域医療の崩壊(医療機関の閉鎖など)につながる事が危惧されています。

それに対し、全国知事会副会長の平井伸治鳥取県知事は地域医療を守るためにも診療報酬のプラス改定をすることが最重要であると明言されています。われわれ医療機関としても診療報酬の改定を期待しつつ、経費削減などの自助努力に努めているところです。

当院は約100年前に市民の寄付によって設立された病院ですので、今後も地域の病院として末永く地域の皆様の健康を守っていく使命を果たすべく、『すべては患者さんのために』を合言葉に日々精進していく所存です。引き続きのご支援、ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

本年も皆様方が幸せで素晴らしい年になりますよう祈念しております。

令和8年元旦

# 教えてDoctor

## 変形性膝関節症



整形外科主任部長  
リハビリテーション科部長  
Kishi Takahiro  
**岸 隆広**

鳥取大学 平成4年卒

【主な所属学会と資格】

- 日本整形外科学会(専門医、認定スポーツ医)
- 日本膝関節学会
- 日本関節病学会
- 日本人工関節学会
- 日本スポーツ整形外科学会
- 日本スポーツ協会公認スポーツドクター
- 日本パラスポーツ協会公認パラスポーツ医

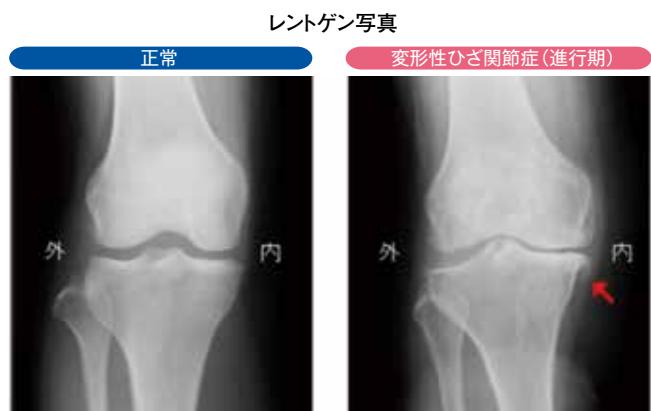
## 変形性膝関節症とは

中高年の膝の痛みのほとんどは「変形性膝(ひざ)関節症」によるものです。関節の軟骨がすり減ったり、骨が変形したり、水がたまって腫れたりするようになり、痛みを生じます。原因は関節軟骨の老化によることが多く、肥満や素因(遺伝子)も関与しています。また骨折、靭帯損傷や半月板損傷などの外傷、重労働やスポーツなどによる使いすぎの後遺症として発症することもあります。患者数は国内に1000万人以上いると推測されています。女性は男性の1.5倍以上で、体重の重い人、O脚の人にはなりやすく進行もしやすい事がわかっています。



## 変形性膝関節症の症状

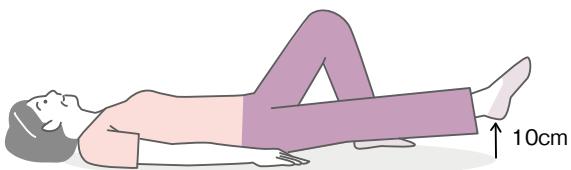
膝を動かした時に痛む、曲げ伸ばしがつらい、膝が腫れる、膝が変形する(O脚になる)、などの症状がみられた場合は、専門医である整形外科医を受診し、診察やレントゲン検査を受け、自分の膝の状態を知りましょう。進行の程度によって様々な治療方法があり、早期に対処すれば進行を遅らせることも可能です。



## 変形性膝関節症の進行予防

変形性膝関節症と診断されたら、日常生活では次のようにことに気を付けましょう。

- ・ふとももの前の筋肉(大腿四頭筋)を鍛える。
- ・正座をさける。
- ・肥満であれば減量する。
- ・膝をクーラーなどで冷やさず、温めて血行を良くする。
- ・洋式トイレを使用する



SLR運動(脚あげ体操)



## 変形性膝関節症の初期治療

変形性膝関節症は、変形した軟骨や骨を元通りに治すことが不可能なため、残念ながら治療しても完治には至りません。膝の痛み、腫れ、曲げ伸ばしのつらさなどの症状を改善したり、病気の進行を出来るだけ遅らせることが治療の主な目的です。まず、飲み薬や貼り薬などの薬物療法、運動療法、装具療法、関節注射などを行います。ヒアルロン酸を関節内に注射する方法は、関節の働きを改善し、炎症を抑え痛みを和らげます。しかし軟骨のすり減りや骨の変形が高度の場合はこれらの方法では効果がないこともあります。手術が必要になります。

近年、変形性膝関節症の新しい治療の選択肢として注目されているのが再生医療です。これは、ご自身の血液や脂肪などから採取した細胞や組織を利用して、傷んだ組織の修復や再生を促すことを目指す治療法です。しかし、効果は個人差が大きく、全ての人に有効とは言えません。また現時点では保険適用外であり、治療費は高額になります。実施している医療機関も限られているため、その効果やリスク、費用などについて、十分に情報を収集し、医師とよく相談することが重要です。

## 変形性膝関節症の手術

変形性膝関節症の進行の程度によっていくつかの方法があります。

- ・関節鏡を使用して軟骨のさくれやかけらを取り除く手術
- ・O脚の人には骨を切って角度を変えてO脚を矯正する手術
- ・傷んだ軟骨や骨を切除し人工関節に置き換える手術

などが主なものです。手術にはそれぞれ一長一短があるため、自分の年齢やライフスタイルなども考慮することが大切です。当院ではこれまでに多くの人工関節手術を行っています。早期に歩行訓練が開始できるようになっており、入院期間も短くなっています。人工関節手術の場合は入院期間は約1か月です。

人工膝関節置換術



## 変形性膝関節症と口コモ

口コモ(口コモティブシンドローム／運動器症候群)とは、骨・関節・筋肉・神経など「運動器」の障害で立つ・歩くといった移動機能が低下した状態を指します。進行すると将来介護が必要になるリスクが高まります。変形性膝関節症は口コモの原因になりやすく、痛み→活動低下→筋力低下→口コモ悪化→寝たきりという悪循環を断つことが大切です。膝の痛みを放つておかないで、整形外科医に相談してください。

人工関節置換術後の膝関節



笑顔で暮らす今日を、  
一緒に支える

## 訪問介護員 (ホームヘルパー)

住み慣れた環境で“その人らしく”過ごせるよう、  
心に寄り添いながら暮らしをサポートすることが訪問  
介護員の役割です。当院の訪問介護員は、看護師、  
介護福祉士、ホームヘルパーなどの資格を持ち、  
専門知識を習得したスタッフが携わっています。

### どんなサービスなの?

訪問介護とは、介護の専門資格を持つ訪問介護員がご自宅  
へ伺い、日常生活を安心して続けていただくためのお手伝いを行  
うサービスです。食事・排泄・入浴などの身体介護をはじめ、  
掃除や洗濯、買い物などの生活援助まで、利用される方の状態  
やご希望に合わせた支援を提供します。

### ご利用の流れ

#### 相談・申し込み

介護が必要かも…と思ったら  
地域包括支援センターや市町村に相談

#### 介護認定の申請

介護保険の申請をして、  
要支援・要介護の認定を受ける

#### ケアプラン作成

ケアマネジャーが生活状況や希望を聞き、  
訪問介護を含むプランを作成

#### ホームヘルパー派遣依頼

ケアプランに基づき、訪問介護事業所に  
サービスを依頼

#### サービス開始

ホームヘルパーが自宅に訪問し、  
生活援助や身体介護を実施



### サービス内容

大きく分けて「身体介助」と「生活介助」があります。介護保険  
サービスを使用するため、生活援助は、利用者さんの状況により、  
できる支援、できない支援があります。

#### 身体介助

##### 清潔援助

入浴・洗髪・清拭、着替え等のお体を  
清潔に保つための支援。

入浴に関しましては、ご利用者にあつた入浴方法を工夫します。



##### 排泄介助

トイレへの誘導、見守り、おむつ交換  
などを支援します。

##### 食事介助

自力でのお食事が困難な場合に、スムーズにお食事していただけるよう  
支援します。

#### 生活介助

##### 清掃

お部屋、お風呂、トイレ、お台所の清掃を行います。



##### 洗濯

シーツ・衣類などの洗濯、取り込み、  
収納を行います。



##### 買い物

お金をお預かりして、ご希望の品物を  
購入してきます。

##### 食事の準備

ご利用者の体調、嗜好に合わせた食事  
を提供します。

※当院在宅医療センター内 サービスプラン博愛でも介護相談  
を受付しています。【TEL (0859) 48-0366】

## 利用者さんからの声

私は、7月初旬に腰椎骨折で博愛病院に緊急入院しました。入院中は、痛みでウンウン唸っていましたが、職員、リハビリ、内服薬などのお蔭で退院が決まり、会議が開かれました。その結果まだ歩行が不安定とのことで、歩行器を使用すること、浴室に手擦りを付けること、入浴時にはヘルパーさんの介助が必要と決定されました。浴室に手擦りが付き、入浴チェックも入り、時間になるとヘルパーさんが来られました。

さあ久しぶりの自宅の入浴ということで、スッポンポンになり、そろりと手擦りを持って浴室に入り、椅子に座りヘルパーさんに身を任せました。「掛けますよ～」というやさしい声で流れの良いシャワーが頭からかかり、シャンプー、リンスと手際良く、次にはタオルに石鹼を付けて、背中をゴシゴシと程よい力で擦ってください、なんとも言えぬ心地良さでした。足の先まで洗ってくださりありがとうございました。充分にシャワーを浴び、再度手擦りを持って更衣室に出ると、バスタオルのかかっている椅子にすぐに腰かけ、身体を拭いていただきました。とても丁寧に声をかけながら進めてくださるので、恥ずかしさを感じることなく安心して任せることができました。最後に私も協力して着衣にこぎつけ、ドライヤーで髪を整えて一件落着となり、歩行器を使って部屋にもどることができました。ヘルパーさん登場で安心して入浴ができ、身も心もポカポカになりました。



## スタッフの思いと願い

歳をとっても住み慣れた家で生活がしたい。そう思われる方が多いと思います。

でも「買い物に行かれん。」「掃除をするのにも屈めん。」「洗濯を干すのに腕が上がらん。」「1人ではお風呂に入れん。」等、不安に思うことがあると思います。

その不安を解消するために、出来ない部分をサポートして、安心してご自宅で生活できるように寄り添うのがホームヘルパーです。

ホームヘルパーの仕事は、施設や病院での仕事とは違い、ご利用者の自宅に私たちが入らせていただきます。そこでは、1対1の限られた時間での関わりとなります。大変なこともあります、それ以上に「その人らしい生活」に寄り添っているという実感を得られるため、大きなやりがいを感じることができます。

「あんたが来てごと安心するわ」「来てもらって助かったわ。ありがとう。」等という言葉に私たちは「今日も頑張ろう」と力をもらっています。

日々の支援を通して、ご利用者から多くの事を教わることもあります。長い人生で培われた知恵や工夫、家事のコツ、昔の地域の話など、何気ない会話の中にも学びが沢山あります。

一方的に支援するのではなく、お互いに寄り添い、学び合うことができ「その人らしい生活」を守っていけたらと思います。



利用者さんの作品:小物入れ



楽しく一緒に食事づくり

## 訪問介護員がおススメする お役立ち情報

### 認知症の方とのコミュニケーション

#### ①否定しない

- 間違っていても「そうなんですね」
- 「そう思われたんですね」と気持ちを受け止める。
- 否定されると不安や怒りが強くなります。

たしか弟さんは若いころに先立たれました。

さつき弟が家に

きただあも、

お土産持たせるの

忘れてしまつた

だがん、弟がどこ

行ったか今探しと一

だがん。

うなんですね。  
お土産持つて  
帰るの忘  
なったん  
ですねー。

#### ②ゆっくり・はっきり・短く

- 1つの指示だけを伝える。
- 例:「靴を履きましょう」→できてから次の動作。



#### ③プライドを守る

- 子ども扱いしない。
- 「手伝わせてもらってもいいですか?」と協力をお願いする形に。



手伝わせてもらって  
いいですか?

# 博愛病院 外来診療担当医師 一覧表

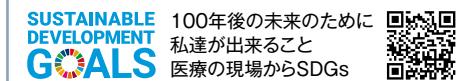
令和8年1月1日現在

診療科目		月	火	水	木	金	
内 科	午 前	1 診 (循環器内科)	ベースメーカー外来 田中 保則	田中 保則	井川 剛	田中 保則	井川 剛
		2 診 (消化器内科)	藤井 雄基	浜本 哲郎	花田 匠	藤井 雄基	浜本 哲郎
		3 診 (脳神経内科)	足立 晶子	●鳥取大学医師 (診療:9時~)	足立 晶子	安井 建一	安井 建一
		4 診 (肝臓内科)		松本 栄二	堀 立明	松本 栄二	堀 立明
		5 診 (糖尿病内科・内分泌内科)	藤岡 洋平	竹内 龍男	藤岡 洋平	竹内 龍男	藤岡 洋平
		6 診 (呼吸器内科)	山本 司生	●鳥取大学医師 (診療:9時~)	西井 静香	山本 司生	西井 静香
		7 診	富田 桂公 (アレルギー疾患内科)		重白 啓司 (総合診療内科)	富田 桂公 (アレルギー疾患内科)	重白 啓司 (総合診療内科)
		8 診	岸本 幸廣 (消化器内科)			●鳥取大学医師 (総合診療内科・血液内科) (第1・第3・第5) (診療:9時~)	岸本 幸廣 (消化器内科)
		禁 煙	重白/山本/西井 交 代 (診療:14時~)				
午 後		予約再来					
外 科	午 前	1 診	竹本 大樹	安宅 正幸	近藤/竹本/安宅 交代	竹本 大樹	安宅 正幸
		3 診	近藤 亮	角 賢一	木村 修	近藤 亮	角 賢一
	午 後		予約再来				
	乳 腺	午 前		角 賢一	角 賢一 (新患のみ)		角 賢一
腎臓外科	午前/午後		廣岡 保明	角 賢一	廣岡 保明/ 角 賢一 (新患のみ)		角 賢一 (新患のみ)
	午 後						
整形外科	午 前	1 診	根津 明菜	岸 隆広	根津 明菜	中村 達彦	岸 隆広
		2 診		中村 達彦	●鳥取大学医師 (診療:9時~)		●奥野 誠 (第1、第3、第5)
		3 診	●岸本 英彰 (診療:9時~)			三木 純	
	人工関節		●岸本 英彰 (診療:9時~)				
		骨粗鬆症	●岸本 英彰 (診療:9時~)	中村 達彦		中村 達彦	
	午 後		三木 純 (診療:14時~)	三木 純 (診療:13時~)		三木 純 (診療:14時~)	三木 純 (診療:14時~)
リハビリテーション科	午 後			岸 隆広			岸 隆広
産婦人科	午 前		片桐 千恵子	下雅意 るり	下雅意 るり	片桐 千恵子	石原 幸一
	午 後		片桐 千恵子 (第1、第3、第5) 石原 幸一 (第2、第4)	片桐 千恵子	石原 幸一	下雅意 るり	
	女性内分泌・思春期 (14時~16時)						片桐 千恵子 (予約制)
泌尿器科	午 前 (受付:11時まで)		●鳥取大学医師 (診療:9時~)			●鳥取大学医師 (診療:9時30分~)	●宮川 征男
眼 科	午 前		小松 恵子 (予約外:~11時まで)	山崎 厚志 (予約外:~10時まで)	小松 恵子 (予約外:~11時まで)	山崎 厚志 (予約外:~10時まで)	小松 恵子 (予約外:~11時まで)
	午 後		山崎 厚志 (予約外:~15時30分まで)		山崎 厚志 (予約外:~15時30分まで)		
放射線科	午前・午後		中村 希代志	中村 希代志/ ●鳥取大学医師	中村 希代志	中村 希代志	中村 希代志
皮膚科	午 後 (受付:13時30分~16時まで)					●鳥取大学医師 (診療:14時~)	
ドック健診センター		1 診	鶴原 一郎		鶴原 一郎		鶴原 一郎
		2 診		工藤 浩史	工藤 浩史	工藤 浩史	
		3 診	木村 修	木村 修		木村 修	木村 修

※内科、外科、整形外科の午後は原則、予約再来ですが、救急、紹介患者さんにつきましては従来通り対応しています。

※●は非常勤医師です。

※各診療科とも緊急手術等のため休診となる場合もあります。



受付・診療時間	午 前	午 後
受付時間	8時~12時まで	14時30分~16時まで*
診療時間	8時30分より	15時より

\*予約はこの限りではありません

## お問い合わせ

〒683-0853 鳥取県米子市両三柳1880番地  
**TEL 0859-29-1100(代)**