町は大きなホスピタル

日南病院だより

第74号
2026年12月



第66回全国国保地域医療学会 ｉｎ 愛媛県





参加メンバー
■■■理学療法士1名：田辺
■■■作業療法士1名：佐々木
介護福祉士2名：頭本、代々

全国国保地域医療学会に参加しました

令和８年９月１８日・１９日の２日間、愛媛県で開催された「全国国保地域医療学会」に参加しました。

当院からは、これまで取り組んできた事業の成果を発表するとともに、国診協（全国国民健康保険診療施設協議会）の地域医療学術委員会リハビリテーション部会の会長として、部会員と協力しながらブースの設営・運営にも携わりました。

学会では、全国各地の医療機関の取り組みや研究発表に触れ、これからの地域医療について学ぶ貴重な機会となりました。病気を治すだけでなく、地域の皆さんが住み慣れた場所で安心して暮らし続けられるよう、地域全体で生活を支えていくことの大切さを改めて感じました。

今回の学びを、今後の地域医療やリハビリテーションの取り組みに生かしていきたいと思います。

リハビリテーション科
科長　田辺大起

【目次】・９月巡回診療での交流会レポート「認知症講演会」・・・・・・・・・・・・・・・・・・・２ページ【上段】
・第２回健康教室「ノルディック・ウォーク」を開催しました！・・・・・・・・・・・・・２ページ【下段】
・寒い時期こそスキンケア（皮膚科：池原医師）・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・３ページ
・１０月新入職員紹介、眼科・年末年始の休診、土曜日小児科インフルエンザ予防接種・・・・裏表紙①
・令和８年度胃がん検診３月終了のお知らせ、巡回診療情報、病児・病後児保育情報・・・・・裏表紙②

【10月】新入職員紹介

◆一般病棟　介護福祉士
木口（きぐち）　絵里（えり）



一生懸命頑張ります。よろしくお願いします。

◆一般病棟　看護補助者
櫃田（ひつだ）　京子（きょうこ）



皆さまが元気になられますように頑張ります。よろしくお願いします。

病院だより73号（11月号）の一部訂正について

３ページ「令和７年度日南病院決算報告」内の表「入院・外来・介護収益の推移」の単位に誤りがありました。**正しくは【千円】**でした。お詫びして訂正いたします。

眼科の休診について

１２月２日（水）

都合により休診とさせていただきます。ご迷惑をお掛けしますが、よろしくお願いします。

年末年始（12/29～1/3）休診のお知らせ

今年度の年末年始の休診日は土・日曜日を含め、右の通りとなります。
休診中はご不便をおかけしますが、よろしくお願いします。

日	月	火	水	木	金	土
27	28	29 休診	30	31	1/1	2
3 休診	4	5	6	7	8	9

※休診期間中の急な体調不良などは対応いたします。お電話でご相談ください。【電話】０８５９－８２－１２３５（代表）

土曜日 小児科　インフルエンザ予防接種のお知らせ

令和８年度も土曜日の小児科インフルエンザ予防接種を下記のとおり行います。

予約が必要です

●実施日　１２月１９日（土）
●時　間　・予約時間までにお越しください。
●持　物　・診察券
・母子手帳
・予診票



巡回診療　【第３水曜日】

［実施日］12月16日(水)
［受付時間］14時00分～15時30分
［場　所］つるぎ会館(上萩山)



- 12月の巡回診療で下記の**予防接種が可能です。**
  1. インフルエンザワクチン
  2. 新型コロナウイルスワクチン
  3. 肺炎球菌ワクチン
  4. 帯状疱疹ワクチン

12/14までに **予約が必要です！** 0859-82-1235

12月は**①診療、②予防接種、③しめ縄づくり**を行います。

令和８年度　胃がん検診　３月末で終了！！

◆水・木曜日に実施中◆

【対象者】
日南町に住所を有する、40歳以上の方

申込は２カ所に！
予約が必要です！

【申込】
①福祉保健課 0859-82-0374
② 日 南 病 院 0859-82-1235



当院に通院している方も、普段病院を利用しない方も、胃の健康状態を胃カメラで確認してみませんか？ぜひお申し込みください。

検診費用は無料
※精密検査等を行った場合、別途費用が必要となります。

【12月】病児・病後児保育の利用は？

利用を希望される方は、
当日の朝９時までにご相談ください。

※12月9日（水）、15日（火）はお休みです。

※病院が休診の土・日・祝日・年末年始は利用できません。



《利用人数》　１０月２名
➢ １０月も発熱、かぜ症状の方が利用されました。

日南町国民健康保険
日南病院
〒689-5211
鳥取県日野郡日南町生山511-7
TEL：0859-82-1235
FAX：0859-82-1341
HP：https://nichinan-hospital.jp/



病院に対するご意見ご要望、広報誌に対するご意見など、お待ちしています。
入力フォーム

公式 LINE　公式 Facebook　公式 Instagram

寒い時期こそ スキンケアを

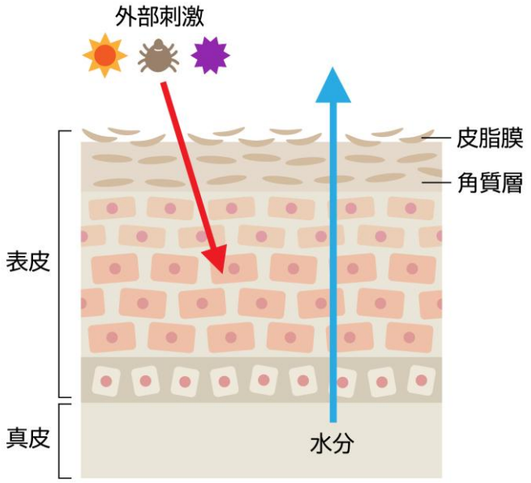




気温が下がり空気が乾燥する時期は、肌もカサカサして何となく痒くなりませんか？

肌のカサカサとは、皮膚の表面を覆っている皮脂膜という油分が少なくなり、皮膚の水分が外に出ていく状態の事です。皮脂膜が損なわれると、有害物質の侵入をバリアする角質層の構造も乱れ、様々な刺激が皮膚に炎症を起こし痒く感じたりするようになります。

バリア機能が低下した皮膚



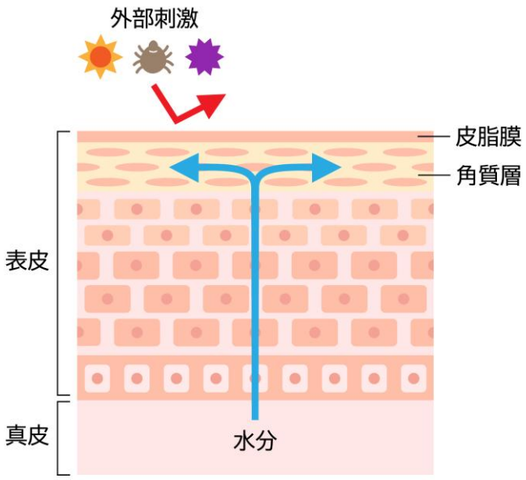
皮脂膜を維持する方法として、まず思い浮かぶのは「保湿」ですよね。入浴後に、油分を補うために保湿剤を使いましょう。クリームタイプのものやローションタイプのものなど様々なものがあります。自分の皮膚に合った使い心地のよい保湿剤でスキンケアをして下さい。





保湿剤を塗る方法以外にも、皮膚の健康を保つために出来る事はあります。
空気が乾燥すると、皮膚も乾燥し痒みを起こしやすくなります。暖房のきかせすぎに注意し、適度な湿度を保ちましょう。

健康な皮膚



電気毛布を一晩中高温で使用したり、長時間コタツに入っていると、皮膚は乾燥し痒くなりやすいです。夜間に電気毛布を使用される場合は長時間の使用は控え、温度なども調整して使用しましょう。

簡単な解説ではありますが、乾燥する季節を快適に過ごすヒントになれば幸いです。



皮膚科
池原　明子　医師

【皮膚科】　毎週火曜日　9：00～11：30　診療中！

※お困りのことがありましたら、お気軽にご相談ください！

9月　巡回診療での交流会レポート「認知症講演会」

9月16日の巡回診療の健康教室は認知症について講演会を行いました。9月は認知症月間と制定され、認知症の理解を深めるため、各地で講演会やライトアップなどが行われます。

9月の巡回診療の待合室では、認知症についての基礎知識に加え、今年2月に文化センターで開催された丹野智文さんを招いての映画上映会の話や、小学校で毎年行われている認知症学習など、日南町での取り組みを紹介しました。今は小学生から認知症について学ぶ時代に変わっています。また認知症の当事者の声を聴く機会も増えました。

歳をとれば二人に一人は認知症になるとも言われているくらい、認知症は誰もがなる可能性のある身近な病気です。認知症について正しい知識をもつこと、生活習慣を見直し発症リスクを減らすこと、信頼できる仲間や支え合える地域を作ることが、認知症の備えとして重要です。

認知症と診断されて“急に何かが変わる”わけではありません。“急に何もできなくなる”わけでもありません。周りの人は本人のできることを奪わず、やりたい事や悩みを一緒になって考えるパートナーという考え方が大切です。

認知症に対する理解が進み皆が自分ごとと捉え、見守り、支え合い、誰もが安心して住める地域づくりを目指しています。



リハビリテーション科　作業療法士　角　匡哲

部屋を飛び出して

第2回　健康教室「ノルディック・ウォーク」を行いました！



薬剤師　仲田こずえ

１０月２３日（金曜日）

台風の影響がないかと心配しましたが、無事ノルディック・ウォークを開催することができました。

講師には日南支部の足羽さん、藤森さん、小山さんをお迎えして行いました。みんなでラジオ体操をして体をほぐした後、病院の外へ出て、旧町役場跡地までの道を川のせせらぎを聞きながら往復歩きました。

ノルディック・ウォークを通して体を動かす楽しさや、一緒に取り組む大切さを実感できました。

ストレスは気づかないうちに体や心に影響することもありますが、今回のように体を動かして誰かと声を掛け合うことで、気持ちが軽くなる時間もあります。無理なく続けられる運動の一つとしてとても参考になりました。



ラジオ体操で準備運動

今回の健康教室を通じて日南病院に通われる患者さま、講師の先生方と一緒に体験できたよい一日となりました。

◆ノルディック・ウォークの良いところ！

- ２本のポール（杖のような道具）を使って歩くことで４足歩行になるため、足への負担が減り、上半身を使う全身運動となる。
- 姿勢よく歩くことを助ける。
- 上り路では前に進む力に、下り坂ではブレーキの助けになる。



ポールの使い方を練習して、いざ出発！