

今号の厳選写真



徳太郎桜

 理念

病める人の立場に立った、患者さん中心の医療を提供します
地域の期待に応えられるより良い保健、医療、介護及び福祉サービスの提供に努めます

 方針

1. 医療の質の向上により疾病の早期発見と治療に努めます
2. 個人の権利を尊重し、患者さんに優しい医療・介護の提供に努めます
3. 医療に関する安全管理を徹底し、さらなる向上に努めます
4. 保健・医療・介護・福祉サービスの連携強化に努めます
5. 地域の信頼に応える医療・介護を目指し、地域社会への貢献に努めます
6. 豊かな人間性と技能を備えた人材を育成し、健全な病院経営に努めます



村上記念病院

MURAKAMI MEMORIAL HOSPITAL

面会についてのお知らせ

-----病棟への面会について(入退院支援、手術などを含む)-----

【面会時間】 15:00 ~ 17:30 (左記時間内制限はありません)

1日1組2名までとさせていただきます。2名で面会される場合は必ず同時に上がってきてください。

時間差で来られた場合、後から来た方は面会できません。

また、面会時間内の病棟以外への出入りはお控えください。

下記に該当する方は面会をご遠慮ください。

- ・37.5度以上の発熱がある方
- ・風邪のような症状(だるさ、咳、のどの痛み)がある方
- ・マスクをされていない方(病院からマスクは提供できません)
- ・小学生以下のお子様
- ・面会の方もしくは同居されている方がコロナやインフルエンザなど感染されている場合

各病棟で面会名簿の記帳をお願いします。

17:30までの退棟にご協力ください。

今後も感染状況により面会制限を設ける場合があります。

引き続きご理解とご協力をお願い申し上げます。

令和 7 年 4 月 14 日 村上記念病院 院長 村上 匡人



新入職員入職式



令和7年4月1日 更生会新入職員入職式を行いました。

今年度の入職者は、医師1名・看護師1名・診療放射線技師1名・事務2名・介護職員1名・調理員1名 計7名です。

新たに更生会の仲間となった皆さん、これから新しい一歩を私達と踏み出していきましょう。新社会人となった方は、期待と不安に胸を膨らませていることでしょう。

一つ一つ学びを増やし様々な経験を積み、自信につなげてください。

今年度からは、新入職者の歓迎に参加可能なスタッフが参加してくれ、にぎやかな式となりました。少しずつ感染対策の制限が緩和され、仕切りのない社会になることを望みます。式の後新入職員代表挨拶があり、看護師として入職したスタッフが感謝・決意の言葉を述べました。その後、2日間の研修を受け、いよいよ現場へ配属となります。



新任医師紹介



整形外科医長

越智 康博

OCHI YASUHIRO

令和7年3月1日着任

【専門分野】 整形外科

【出身大学】 平成10年 山口大学医学部卒

【外来診療日】 火・木 午前
金 午後

【資格等】

- ・ 日本整形外科学会専門医
- ・ 日本整形外科学会認定リウマチ医
- ・ 日本整形外科学会認定スポーツ医
- ・ 日本整形外科学会認定脊椎脊髄病医

外傷、変性疾患などを問わず、幅広く対応するように心がけます。
西条地域の皆さんに貢献できるように頑張りますので、よろしく
お願いします。

泌尿器科部長

稲田 浩二

INADA KOJI



令和7年4月1日着任



【専門分野】 泌尿器科全般

【出身大学】 平成13年 愛媛大学医学部卒

【外来診療日】 月・火・水 午前

【資格等】

- ・ 日本泌尿器科学会 泌尿器専門医
- ・ 日本泌尿器内視鏡ロボティクス学会
技術認定医
- ・ 日本泌尿器科学会 泌尿器専門医指導医
- ・ 臨床研修指導医

泌尿器全般の診療を行っておりますが、透析関連の診察もしています。
腎不全の保存期から透析(腹膜透析も含め)導入・維持まで気軽にご
相談ください。

栄養課だより 春号

2025年4月
村上記念病院
栄養課 発行

皆さま、こんにちは！新年度が始まり、暖かさとともに新生活がスタートしました。

環境の変化で体調を崩しやすい時期ですが、食事ですっかり栄養を補いましょう。

今回は、**日本の伝統食“味噌”の魅力**と、栄養たっぷりの具たくさん味噌汁をご紹介します

【味噌は日本のスーパーフード】



味噌は、大豆を発酵させて作られる日本が誇る伝統的な発酵食品であり、まさにスーパーフードといえる存在です。発酵の力によって、うま味や香りが引き出されるだけでなく、栄養価も高まります。

大豆の良質なたんぱく質に加え、発酵によって生まれる酵素やアミノ酸は、腸内環境を整え免疫力をアップしたり、抗酸化作用で老化予防や美肌効果も期待できるなど、体にうれしい働きがたくさん。

さらに、長期保存が可能で、さまざまな料理に使える万能調味料です。

日本の食文化に根付いた味噌を、日々の食事に取り入れてみませんか？

【味噌の力で高血圧予防！？～発酵の力「ポリアミン」に注目】

みなさんは「味噌汁は塩分が多いから、高血圧にはよくない」と思っていませんか？

実は最近の研究では、味噌に含まれる“ある成分”が、高血圧の予防に役立つ可能性があることがわかってきています。それが「**ポリアミン**」です。

ポリアミンは、細胞の修復や老化の抑制に関わる成分で、特に「スベルミジン」という種類には、血管の柔軟性を保ち、炎症を抑える働きがあります。味噌は大豆を発酵させて作られるため、このポリアミンが豊富に含まれています。

さらに、味噌には血圧の上昇を抑えるペプチドなども含まれており、これらが塩分による悪影響をやわらげてくれる可能性があるのです。

実際、味噌汁をよく飲む人ほど高血圧が少ないという報告もあるほど。

「塩分が心配」と味噌を避けるのではなく、「**1日1杯の味噌汁**」をうまく取り入れることが、健康づくりに役立つかもしれません。



【具たくさん味噌汁のススメ】

ポリアミンなどの成分が注目されている味噌ですが、おすすめは「具たくさんみそ汁」です。野菜やきのこ、海藻、豆腐など、いろいろな食材をたっぷり入れることで、食物繊維・ビタミン・ミネラルがしっかりとれるだけでなく、自然と減塩にもつながるんです。

塩分が気になる方も、具を多くして「だしのうま味」や「食材そのものの味わい」を活かすことで、味噌の量を控えても満足感のある一杯になります。

こんな組み合わせはいかがでしょう！

大根+人参+油揚げ



根菜で食べ応え◎

ごぼう+えのき+豚肉



具たくさんで主菜級！

キャベツ+納豆+とろろ昆布



食物繊維とネバネバで腸活

毎日続けやすく、体にもうれしい「具たくさんみそ汁」。食材の組み合わせ次第で、みそ汁は立派なおかずにもなります。ぜひ今日から、食卓に取り入れてみてくださいね♪

2025年3月14日 健康教室より

「寝たきりにならないぞ」

講師は作業療法士の先生

日常生活において寝たきりにならないために気を付けなければならない事を教えていただきました。

その中でも気になったのが「フレイル」

意味は虚弱ということで、病気ではないが年齢とともに筋力や心身の活力が低下し、介護が必要になりやすい「健康と要介護の間の虚弱な状態」なこと。

病気ではないのに虚弱にならないために日頃から、食生活の見直しや、運動習慣を身につけるなど出来る事を少しずつ続けていくことが大切だと学びました。



※次ページに今後の健康教室予定表を掲載しております。皆さんお気軽にご参加ください。

入退室自由です！



村上記念病院

令和7年度

健康教室

参加費
無料

毎月第2金曜日



11:00 ▶ 11:30

場所 1階イートラウンジ西側

予約・申し込み不要

4月11日

バランスの
良い食事を
考えてみよう！

管理栄養士

5月9日

歯周病と
全身疾患

歯科衛生士

6月13日

熱中症対策
について

看護師

7月11日

タバコを
吸わない人にも
聞いて欲しい話

看護師

8月8日

虫に刺された！
どう対処する？

看護師

9月12日

夏の疲れを
吹っ飛ばそう！

看護師

村上記念病院 外来診療担当医表

令和7年4月1日現在

受付時間： 8：00～17：00（月、水、木、金） 8：00～12：00（火、土）

診療時間：【午前】9：00～【午後】14：00～【※ただし、歯科・小児科は13:30～】（火・土午後休診）

診療科により、診察時間が異なりますので、詳細はホームページ又はお電話でお問い合わせください。

| | | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|------------|--------------|----------------------------|---------------------------|------------------------------------|----------------------------|---------------------------|---|
| 内科 | 午前 | 村上匡人 | 西野圭一郎 | 村上重人 | 村上匡人 | 西野圭一郎 | 医療セナ-非常勤医 (1,3) 森公介 (5) 村上重人 (2,4) |
| | | 山内達也 | | 森公介 【※喘息外来（小児は除く）あり】 | 堀江里佳子 【循環器】 | | |
| | | 日野恵 【内分泌専門外来】 | 矢野春海 | 黒川慶昇 【循環器】 | 末盛浩一郎 【膠原病・リウマチ・感染症・血液】 | 森公介 | 古川慎哉【糖尿】 (不定期【要確認】) |
| | 越智俊元 【血液】 | 末盛浩一郎 【リウマチ】 | | 立川理絵 (1,3,5) 柏原直樹 (2,4) 【腎臓】 | | 愛大非常勤医【呼吸器】 | |
| | 午後 | 森公介 【※喘息外来（小児は除く）あり】 | | 西野圭一郎 | 村上重人 | 矢野春海 | |
| | | 越智俊元 【血液】 | | 山内達也 | 日野恵 | 【腎臓】 立川理絵 (1,3,5) | |
| 透析 | 日中 | 稲田浩二 | 稲田浩二 | 稲田浩二 | 稲田浩二 | 稲田浩二 | 稲田浩二 |
| | 夜間 | 稲田浩二 | | 稲田浩二 | | 稲田浩二 | |
| 外科 | 午前 | 新恵幹也 | 竹林孝晃 | 小野敦美 | 竹林孝晃 | 小野敦美(1,3,5) 本田和男(2,4) | 竹林孝晃 |
| | 午後 | 新恵幹也 | | 竹林孝晃 | 竹林孝晃 | 竹林孝晃(1,3,5) 本田和男(2,4) | |
| 泌尿器科 | 午前 | 稲田浩二 | 稲田浩二 (受付10:30まで) | 稲田浩二 | 渡辺隆太 | 丹司望 | 野田輝乙 |
| | 午後 | | | | | | |
| 整形外科 | 午前 | 伊藤俊雄 | 越智康博 | 見崎 浩 | 伊藤俊雄・越智康博 | 伊藤俊雄 | 非常勤医 |
| | 午後 | | | 見崎 浩 (手術日休診) | | 越智康博 | |
| 脳神経外科内科 | 午前 | 中居永一(脳神経外科) 10:00-15:00 | 三浦史郎(脳神経内科) 9:00-12:30 | | 藤下幸穂(脳神経内科) 9:00-12:30 | 川西裕(脳神経外科) 10:00-15:00 | 愛大非常勤医(脳神経外科) 9:00-12:30 |
| リハビリテーション科 | 午前午後 | 徳増善治 | 徳増善治 (午後休診) | 徳増善治 | 徳増善治 | 徳増善治 | 徳増善治 (午後休診) |
| 放射線科 | 午前午後 | 村上省吾 | 村上省吾 (午後休診) | 村上省吾 | 村上省吾 | 村上省吾 田中宏明 | 村上省吾 (午後休診) |
| 小児科 | 午前 | 寺岡いづみ | 寺岡いづみ | 寺岡いづみ | 寺岡いづみ | 寺岡いづみ | 愛大非常勤医 |
| | 午後 | 寺岡いづみ 17:00まで | | 愛大非常勤医 | 愛大非常勤医 | 寺岡いづみ 17:00まで | |
| 眼科 | 午前午後 | | 愛大非常勤医 (午後休診) | | | 愛大非常勤医 16:00まで | |
| 歯科 | 午前午後 | 村上徳夫 | 村上徳夫 (午後休診) | 村上徳夫 | 村上徳夫 | 村上徳夫 【1,3午後 病棟口腔科】 | 村上徳夫 (午後休診) |
| 検査 | 内視鏡 | 西野圭一郎 矢野春海 | 村上匡人(1,3,5) | 村上匡人 矢野春海 | 西野圭一郎 矢野春海 | 村上匡人 | 村上匡人 |
| 健診センター | 午前 | 森公介 | 村上重人 | 森公介 | 村上重人 | 村上重人 | 日野恵 (1) 村上重人 (3,5) 森公介 (2,4) |
| | 午後 | 日野恵 | | 日野恵 | | | |

発行元：社会医療法人社団更生会 村上記念病院

〒793-0030 愛媛県西条市大町739番地
TEL：(0897) 56-2300 (代)

《ホームページアドレス》

<http://www.murakami-kinen.or.jp/>

(2025.4月 発行)

(企画広報委員会)

