

# 水府病院 だより

2022年4月  
春号

## 地域医療連携室 Vol. 19

重要な  
お知らせ

10月より第1・3土曜日の外来は休診となります。ご不便をおかけしますが、ご理解いただけますよう、よろしくお願いいたします。



## 1. 新院長着任のご挨拶

この度、令和4年4月1日に水府病院院長を拝命しました。

私は、昭和60年東北大学を卒業し、旧国立水戸病院で外科の初期研修をおこなった後、東北大学第二外科に入局しました。その後、関連病院で消化器外科、末梢血管外科、乳腺外科などを幅広く経験し、平成20年から水府病院で甲状腺外科を中心とした外科診療に携わってきました。水戸での生活は30年になり、人生の半分を水戸で過ごしたことになります。



水府病院は、昭和27年7月、国家公務員とその家族の健康管理を目的とした職域診療所として開設され、その後は一般病院として、甲状腺外科、内分泌疾患、血液疾患、小児疾患で専門性の高い診療をおこなってきました。平成12年には赤塚駅北口に移転し、現在は地域医療に重点を置いた診療をおこなっており、地域包括ケア病棟も充実しています。開業の先生方、在宅診療、介護施設の方々と協力して、水戸西部地区の地域医療に貢献することが水府病院の使命であると考えておりますので、どうぞ宜しくお願い申し上げます。

院長 田枝 督教

## 2. リハビリテーション科からのご案内

当院ではインソール外来を開設いたしました。一般的に販売されているインソール（靴の中敷き）は、足の型を取り、変形している動きと反対の方向に誘導します。例えば、へん平足なら足の裏の内側を高くする、腰が曲がっていれば腰を起す方向にインソールで調節します。しかし、半数の人が良くなったとしても、もう半数の人は痛みが強くなったり、歩きづらくなることもあります。

当院のインソールは、歩行分析の専門家である理学療法士が、歩き方を観察し、足の裏にある歩行を改善するポイントを細かく評価して、患者様に合ったインソールを作成します。また、医師と連携し、専門的な視点よりインソールの高さを調整し痛みの原因となる組織に負担がかからないような歩き方の改善を行います。

対象となる患者様は、足・膝・股関節や腰に痛みや違和感がある方、ふらつくことなくしっかりと歩けるようになりたい方、運動の際のパフォーマンスを高めたい方が対象となります。

### インソール作成の流れ

1. 医師の診察により、身体状況を把握します。必要に応じて検査等も行います。
2. インソール作成が適応であれば、予約を入れていただき、後日評価を行います。
3. 評価の後、当院の理学療法士がインソールを研磨して作成します。  
商品のお引き渡しまで約1ヶ月程度お時間をいただきます。
4. 完成後、再度インソールを靴に入れた状態で歩き方を確認し、良ければ商品をお引き渡します。

まずは、当院の理学療法士(外来)にご相談ください。

1足 7,000円(税込)



### 3. 売店リニューアルしました

令和4年4月18日(月)、水府病院売店リニューアルオープンしました。苳珠庵のお弁当や蜜芋をはじめコーヒーサーバー、カフェスペースもご用意しておりますので、ぜひご利用ください。



### 4. 出張講座のご案内

当院では地域の皆さまを対象に、出張講座を開催いたしております。暮らしに役立つ豆知識や健康に関する内容を、当院の専門スタッフが皆さまのところへお伺いし、簡単な講座とご質問タイムを設けさせていただければと思います。まずは、お気軽にお問い合わせください。

#### 講座内容

- 日ごろから行える！感染対策の基礎
- 知っておきたい糖尿病の基礎
- 認知機能について
- 栄養の基礎
- 介護保険制度について
- 健康体操教室

など

#### 申込方法

対象：地域の皆さまを主体とした団体

開催ご希望の団体さまは、ご希望の講座内容を下記にご連絡ください。他にもご希望される講座がございましたら、お気軽にご相談いただけますと幸いです。

TEL 029-309-6546 地域医療連携室

担当：リハビリテーション科 宇都木

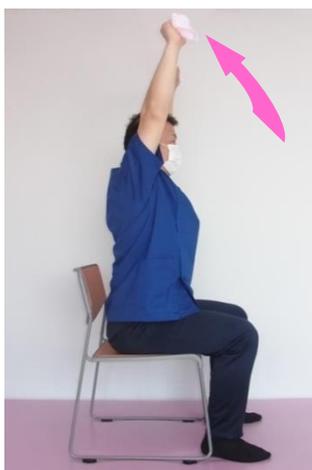
### 5. 専門職が教える健康体操

連載

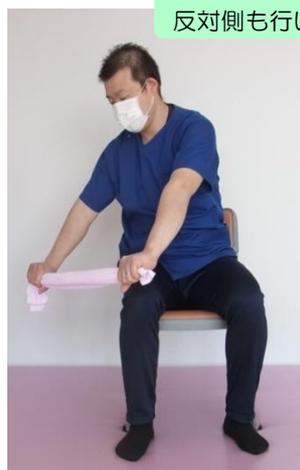
今回は、タオルを使用した背筋の運動です。



タオルの端と端を持ち  
両腕を前に伸ばします。



バンザイをしながら  
背中を伸ばします。



タオルの端と端を持ち  
右膝の前に伸ばします。



左上方に向けて、腕と  
上体を持ち上げます。

反対側も行いましょう。

それぞれ10～20回、無理のない範囲で行いましょう。強い痛みがある場合は中止してください。

国家公務員共済組合連合会 水府病院

〒311-4141 茨城県水戸市赤塚1丁目1番地

TEL 029-309-5000(代表) HP <http://www.kkr-suifu.com>

地域医療連携室 TEL 029-309-6546(直通) FAX 029-309-6641(直通)



平日 8:30～17:00

第1・3土曜日 8:30～12:00