

ご自由にお取りください

# はりゆん

2026 春号

社会医療法人敬愛会広報誌 hariyun

ほうもんしんりょう

コラム 訪問診療





## 敬愛会 医療コラム

# 訪問診療のご利用はいかがですか？ お家に医師がくる「往診」の記憶

社会医療法人敬愛会 ながみ西病院 院長 イシハラ ジュン  
石原 淳

健康に関するさまざまな情報や知っておくと役立つアレコレなど、ドクターや専門職の知見でお届けします。

ひいばあちゃん(曾祖母)が体調を崩すと近所の開業医の先生が自宅に往診に来てくれました。もう、半世紀以上も前、四世代同居の大家族に生まれた私の幼い頃の記憶です。まさか私がそのときの医師と同じように、患者さんのお宅を訪問する立場になるとは思ってもみませんでした。

### 「往診」と「訪問診療」

臨時の要請を受けて診察に出向くことを往診、あらかじめ計画を立てて定期的に診察に出向くことを訪問診療と呼んでいます。

昭和の時代には往診が身近にありましたが、その後一旦廃れました。令和のいま、訪問診療が復活、改めて注目されるようになりました。

### 高度経済成長期～昭和後期往診が廃れた理由

- ・ 病院中心の医療…救急車や高度医療機器が発達し、「病気は病院で治すもの」との意識が定着。
- ・ 核家族化…自宅で高齢者を介護できる家族が減少。
- ・ 専門医化…開業医が一人で家々を回る「往診」が困難に。

### 平成～令和「訪問診療」が復活・進化してきた背景

- ・ 超高齢社会の到来…高齢者の増加でベッドが足りず、入院できない。
- ・ 「生活を支える医療」への転換…治すだけでなく、生活の質(QOL)を高め、最期まで自分らしく暮らせるよう支える在宅医療が推奨されるように。
- ・ 制度の整備…「訪問診療」

が保険診療として位置づけられ、計画的な定期診療が普及してきた。

## 今、復活の時代と言われる理由

- ・二〇四〇年問題…二〇四〇年に高齢者人口がピークを迎え、入院ベッドが足りなくなるとの予想から、在宅医療のニーズが高まった。
- ・コロナ禍の往診需要…新型コロナウイルス感染症の流行期には、患者さんが病院受診を避けたり、入院時の面会制限を背景に、往診や訪問診療のニーズが高まった。
- ・看取りの場としての自宅…老衰やがん終末期などの看取りを、病院ではなく自宅や施設などで希望する方が増えてきた。

## これからの在宅医療に求められる役割

これからの在宅医療には、三つの大切な役割があります。まず一つ目は、かかりつけ医としての役割です。定期的な訪問診療を行い、日頃の健康管理を支えます。必要に応じてワクチン接種なども行い、患者さんが住み慣れた地域で安心して生活できるよう支援します。

二つ目は、入院を防ぐための早めの往診です。肺炎や尿路感染症、心不全の増悪など、本来であれば入院が必要となる場合でも、早期に往診を行い、訪問看護を追加するなどの対応によって、できるだけ入院を回避できるよう努めます。

三つ目は、緩和ケアと看取りです。老衰やがんの終末期など

において、患者さんが住み慣れた場所で最期まで穏やかに過ごせるよう支援します。痛みや苦痛を和らげるだけでなく、ご家族が大切な時間を共に過ごし、お別れの準備ができるよう支えることも重要です。在宅医療では二四時間体制で対応し、最終的な死亡診断まで責任を持って見守ります。

訪問診療は、自宅で安心して医療を受けたいと願う方の方になります。ご関心のある方は、かかりつけ医やケアマネジャー、地域包括支援センターなどににご相談ください。



社会医療法人敬愛会 なかがみ西病院  
院長

石原 淳 (いしはら じゅん)

沖縄市出身。山梨医科大学を平成3年に卒業後、県立中部病院初期研修、津堅島診療所長を経て、平成7年中頭病院消化器内科へ。内視鏡的粘膜下層剥離術(ESD)の専門と栄養サポートチーム(NST)活動をライフワークとしてきた。令和5年迄、ちばなクリニック副院長であったが、なかがみ西病院開院を機に消化器内科医を卒業し一般内科・訪問診療医の道へ。子どもは三人、趣味はSNS。

# 認知症予防運動

運動習慣で予防しよう!!

米国イリノイ大学の研究結果などから、週に合計 10~15km (1日約 20~30分程度) のウォーキングを 1年間続けた人は、将来の認知症リスクが半分になったと報告されています。週 3 回の有酸素運動を 1 年間継続すると、脳の記憶を司る「海馬 (かいば)」が活性化し、記憶力テストのスコアが向上することもわかっています。

※参照：理学療法ハンドブック『健康寿命をのばそう』 公益社団法人 日本理学療法士協会

## きっこう運動



**Point!**

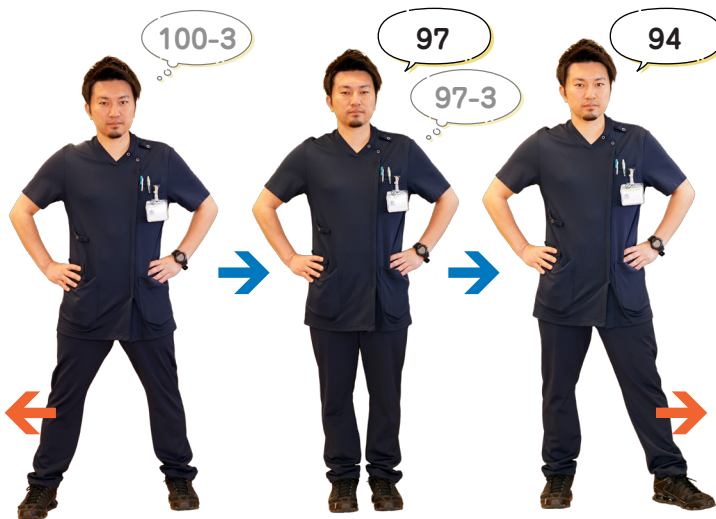
最初はゆっくり、簡単な動きから。慣れてきたら、徐々にスピードや難易度を上げていきましょう。

- ・ 椅子左右で「別々の動き」を同時に行う運動です。  
(例：右手をグーで前に出し、左手は膝でパーにするなど)
- ・ 左右の異なる動きを意識することで、思考や理性を司る「前頭前野」を活性化させます。



## 学習並行型運動 (コグニサイズ)

国立長寿医療研究センターが開発した、認知症予防プログラムです。ウォーキングなどの有酸素運動をしながら計算やしりとりを行い、体と脳を同時に刺激します。



### 足の横移動と引き算練習

- ・ 左右に交互に足を一歩ずつ横に移動させます。
- ・ 上記の運動をしながら、100 から 3 ずつ引いていく引き算を行います。
- ・ 計算は 7 ずつの引き算や足し算などにかえてもいいでしょう。
- ・ 他の簡単な運動に変えても構いません。

### ウォーキングとしりとり

- ・ ウォーキングを行いながらしりとりを行います。
- ・ ご夫婦やグループで行っても良いでしょう。
- ・ 花の名前、魚の名前、都道府県名などお互いに課題を出し合いながら歩くことも良いでしょう。



### 参考文献・引用

(公益社団法人 日本理学療法士協会 発行)

作業療法士は、「基本的動作」「応用動作」「社会適応」の3つの能力向上を柱に、その人らしい生活の獲得を目標としています。

中頭病院リハビリテーション部  
作業療法士 山内 峰雪

## ともに現場を支える事務職

ながみ西病院の医事業務課は、診察の受付や案内、会計業務のほか、訪問診療にも同行し医師や看護師と同じチームの一員として活動しています。訪問診療の多くは、医療機関や施設からの電話相談をきっかけに、患者さんが入院中（または施設入居中）の段階から調整が始まります。

まずお住まい<sup>※1</sup>を確認し、希望内容（治療継続、退院後の在宅療養、看取りなど）や患者さんの既往歴、病状、必要な処置について伺います。内容を整理したあと、医師へ報告、日程を調整し各訪問先の位置関係や移動時間を踏まえて効率的な訪問ルートを検討します。限られた時間の中で、多くの患者さんの診療ができるための大切な業務の一つなんです。

訪問診療が始まる前に、診療情報提供書を取り寄せ、カルテや同意

## おしごとのはなし

ながみ西病院 医事業務課 主任

# 久高 春菜

kudaka haruna



書、料金説明書類の準備、訪問先の駐車場所の確認なども行ないます。

退院前のカンファレンスには、医師や看護師とともに医療機関へ伺い、患者さんやご家族、ケアマネジャー、訪問看護師など、多職種で退院後の生活について話し合います。ここで共有される情報は、在宅療養を支える土台になります。患者さんの状態や必要な医療処置をカルテへ反映するため、聞き漏らしのないよう注意しながら記録を取っています。

訪問診療の日は、事務員兼ドライバーです。訪問先では、バイタルや診療内容をカルテへ代行入力、処方箋の発行、書類の説明や保険証の確認などを担当しています。

### 訪問診療の現場で得た気づきと想い

訪問診療に同行するようになってから、患者さんがご自宅でのよう生活しているのか、ご家族がどのように支えているのかを知る機会が

増えました。病院の中だけでは気づけない多くの学びがありました。看取りの場に立ち会うこともありますが、そこには悲しみだけでなく、ご家族が介護をやりきったという思いや、思い出を語り合う温かな時間も流れています。

訪問診療は、患者さんとご家族で選択した「自宅で医療を受ける」という選択であり、患者さんが最期まで住み慣れた自宅で家族と過ごすことを支える大切な医療だと実感しています。

<sup>※1</sup> 対象地域：沖縄市全域。ながみ西病院から16 km以内のうるま市、嘉手納町、読谷村

訪問診療のご相談は、お電話で

098-921-0024



お申し込み



社会医療法人敬愛会 ながみ西病院 「とときき入院 ほぼ在宅」

急性期の治療を終えたあと、さらに入院治療が必要な方を対象に自宅復帰に向けた医療・リハビリなどを提供。<sup>※</sup>入院期間は、最長60日間  
また自宅療養中の軽い体調不良やご家族の介護疲れのための一時休息（レスパイト）入院、訪問診療なども積極的に行なっている。

合言葉は「心に届く看護」



特集

訪問看護ステーション  
なかがみ

訪問看護は、病気や障害があっても住み慣れた家で安心して暮らせるよう支える医療サービスです。看護師などの専門職がご自宅を訪問し、体調の確認や医療処置、服薬の管理、生活のアドバイスなどを行います。

### 医療的なケアも、ご自宅で安心して受けていただきたい

特定行為研修を修了した看護師が在籍しており、気管カニューレや胃ろう・膀胱ろうカテーテルの交換など、専門的な医療処置にも対応しています。また、認定看護管理者が中心となり、看護の質や安全性など組織全体を管理しています。安心してお任せいただける体制を整えています。

### 主なサービス

- 健康チェック（血圧、体温、呼吸脈拍など）
- 医師の指示による医療処置  
経管栄養、気管切開管理、人工呼吸器管理、在宅酸素、ストーマ管理、腹膜透析、輸血管理、創部処置、チューブ・カテーテル管理、点滴・注射など
- 薬の飲み方の指導や管理相談
- がん終末期ケア（疼痛緩和など）など

#### 📍 訪問看護はどんな人が利用できますか？

病気や障害があり、ご自宅で療養している方が対象です。高齢の方のサービスというイメージがありますが、年齢に関わらず主治医が必要と判断した場合に利用できます。医療保険や介護保険での利用が可能です。

#### 📍 訪問看護を初めて利用するにはどうすればよいですか？

まずは主治医やケアマネジャー、地域包括支援センター、または訪問看護ステーションにご相談ください。体調や生活状況を確認しながら、必要な支援を一緒に考えていきます。

#### 📍 夜間や休日でも対応してもらえますか？

夜間や休日でも、必要に応じて看護師に連絡が取れる体制を整えています。急な体調の変化や不安なことがあった際にもご相談いただけますので、ご自宅での療養を安心して続けていただけます。

## 訪問看護 ゆんたくはんたく♡

### 「入浴できなかった理由」

ある利用者さんは、頑なに入浴を拒まれていました。理由を探ろうとスタッフで話し合う中で、「浴室が寒いのが嫌なのかもしれない」「足湯で温めてみようか」といった声が上がりました。そこで、事前に浴室を温め、好きな音楽を流してみることに。するとその日は穏やかな表情で入浴することができました。

行動の背景には、その人なりの思いがあります。訪問看護はただ医療を届けるだけでなく、その理由を一緒に考えながら暮らしに寄り添います。

体調が不安なときも、最期まで家で過ごしたいと願うときも。私たちは地域のすぐそばで、「家で過ごしたい」という思いを支える存在でありたいと願っています。

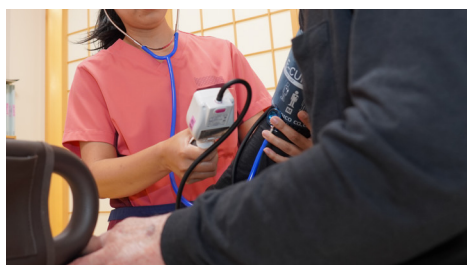
### 「がん終末期をむかえたある利用者さん」

「どんな療養生活を望まれているか」

その問いに、私たちは日々向き合っています。ご自宅で過ごす時間の中で、大切にしたいことは人それぞれです。これまで通りの生活を続けたい方、ご家族と過ごす時間を大事にしたい方、そして、人生最期の迎え方について考え始める方もいます。

訪問看護は、体調の確認や医療処置を行うだけでなく、そうした思いに耳を傾けながら、その方にとって一番よい在宅療養のかたちを一緒に見つけていく関わりです。日々の何気ない対話や選択の積み重ねが、その人らしく過ごす時間につながっていく。

私たちは、その一つひとつに寄り添いながら、ご本人とご家族の歩みに伴走しています。



ケアの様子



**お問い合わせ** ご不明な点はお気軽にお問い合わせください。

訪問看護ステーションなかがみ ☎098-939-1638 FAX 098-939-2437 (共通)

受付時間：8:30～17:30 (休業:日曜・年始)



訪問看護ステーションなかがみ  
<https://houkatsu.nakagami.or.jp/houmon-nakagami>

# アーサと新じゃがのふわふわ豆腐おやき

栄養価（1人分） エネルギー：140kcal 炭水化物：17g 脂質：6.0g たんぱく質：5.5g 塩分：0.3g



旬の新じゃがいもと、沖縄の海の恵みアーサを使った優しい味わいのおやきです。豆腐入りでふんわり食感、たんぱく質がしっかりと摂れる一品です。新じゃがいもはビタミンCが豊富で、季節の変わり目の体調管理にもおすすめです。アーサのうまみで塩分控えめでも美味しくいただけます。



紹介：管理栄養士 市岡 夢華  
イチオカ ユメカ

## 材 料（2人分 5個程度）

木綿豆腐	150g
新じゃがいも	100g
アーサ(乾燥)	大さじ1
片栗粉	大さじ1
塩	ひとつまみ
ごま油	小さじ1

## 作り方

### STEP 1. 材料の準備

豆腐はキッチンペーパーで包み、軽く水を切る。新じゃがいもは茹でて皮をむき、熱いうちにつぶす。アーサは水で戻し、水気を軽く絞る。

### STEP 2. 生地を作る

ボウルに全ての材料を入れてよく混ぜ、小判型に整える。

### STEP 3. 焼く

フライパンにごま油を熱し、弱めの中火で両面こんがり焼き色がつけばできあがり。

### 👉 Point!

そのままでも美味しく召し上がれますが、醤油やポン酢を使用する場合は、付けすぎに注意しましょう。

KEIAI  
PICK UP

社会医療法人敬愛会

新しい名前に思いを込めて

ちばなクリニック「中頭総合ちばなクリニック」へ



ちばなクリニックは2002年、中頭病院の外来機能を分離する形で誕生いたしました。24の診療科と高度な画像診断装置を備え、日常的な診療から専門治療、さらには人間ドックなどの予防医療まで、地域の皆さまの健康に寄り添う体制を整えてまいりました。

このたび、母体である中頭病院との一体的な運用をさらに深め、より質の高い医療サービスを提供するとの思いをお示しすることを目的に、「中頭総合ちばなクリニック」へと名称を変更いたしました。

名称は変わりましたが、地域に根ざした「健康と医療の相談窓口」としての役割は変わりません。今後も中頭病院との強固な連携のもと、皆さまが安心して受診できるように努めてまいります。

社会医療法人敬愛会では、急性期医療を担う中頭病院のほか、地域包括ケアや在宅医療を支える「ながみ西病院」慢性期医療を担う「翔南病院」などさまざまな医療機能を持つ施設が連携しています。外来・予防、急性期、回復期、慢性期、そして在宅医療まで患者さんの状態や生活に合わせた医療を切れ目なく提供する体制を整えてきました。



私たちはこれからも、時代やニーズに合った医療・介護サービスを提供し、安心して暮らし続けられる地域づくりを目指します。

あなたとわたしをつなげる人

# かけはし

翔南病院 看護助手 喜友名 伶緒奈

キユナ

レオナ



**この仕事を選んだ「きっかけ」と、実際に始めてみて感じた「ギャップ」はありますか？**

自宅から近く、身内が通っていた病院だったことが応募のきっかけです。外来の看護補助者として採用され、仕事を始めたばかりの頃は、日によって変わる忙しさに驚かされました。

**どんな業務をされていますか？**

業務内容は、内視鏡機器の洗浄と内視鏡検査の準備です。看護師と協力しながら担当していて、お互い助け合いながら責任をもって業務に取り組んでいます。職場が自然体でいられる環境なので、毎日自分らしく過ごせています。また、黙々と作業することが苦手ではないので、内視鏡の洗浄業務は自分に合っていると感じています。

**職場の仲間とはどんなコミュニケーションを心がけていますか？**

忙しいと、時間や心に余裕がなくなることもありますが、そんなときこそ周りを見て自分ができることを率先し、声を掛け、みんなで助け合っています。

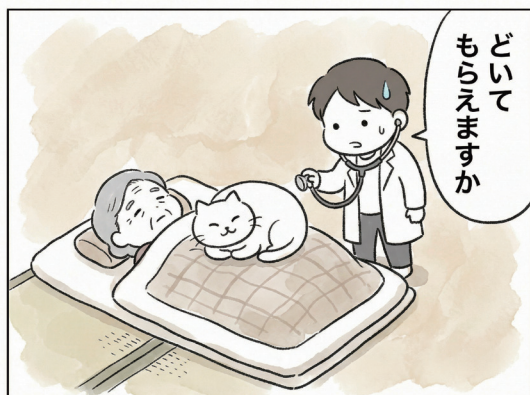
**患者さんとの関わりで、心に残っている「忘れられない言葉」はありますか？**

年齢を感じさせない80代の患者さんが「まだ80だから」と仰っていて、素敵な心持ちだなと思い、自分も将来そう思えるようになりたいと思ったので記憶に残っています。

**お休みの日や仕事帰りの「リフレッシュ方法」を教えてください！**

音楽や動画を楽しんでいます。好きなアーティストのライブやイベントに参加することもあります！読書や漫画を見たり、イラストを描いたりするのも好きです。





## 中頭総合ちばなクリニック 健康管理センター 4月・5月人間ドック割引（春割）のご案内

日頃のご愛顧に感謝の気持ちを含め、人間ドック割引（春割）を開催いたします。ぜひこの機会にご利用ください。

対象コース：人間ドック ※ がん検診は併用不可

実施期間：2026年4月・5月

詳細はホームページをご確認ください

4月・5月人間ドック割引（春割）のご案内  
<https://kenshin.nakagami.or.jp/news/621/>



## 診察・会計案内表示システムのご案内

患者サービス向上のため、診察と会計のご案内を表示するシステムを導入しました。受付番号がモニターに表示されましたら、診察またはお会計へお進みください。

なお、本システムは一部の診療科から導入し、準備が整い次第、順次拡大していきます。

対象：中頭総合ちばなクリニック、中頭病院

## エイサー演舞 @WEST 開催します！

沖縄、夏の風物詩を一足はやくお届けします♪どなたでもお気軽に参加いただけますので、どうぞ親孝行の時間にもお使いください♪多くの皆さまのご来院をお待ちしております！

日時：4月11日（土）14:00～

会場：なかがみ西病院

参加費：無料

## マイナ保険証で診察受付も。- 診察受付と保険確認が同時にできるようになりました。 -

ちばなクリニック、中頭病院では新しい受付機を導入し、マイナンバーカード（マイナ保険証）での保険確認と、診察受付が同時に行えるようになりました。\* お手続きでご不明な点がございましたらお近くの職員へお気軽にお声がけください。なお、これまでどおり診察カードでの受付、保険証での保険確認も可能です。

※マイナンバーカードを保険証として利用する場合は、事前のお申し込みが必要です。

マイナ保険証対応 再来受付機を導入しました  
<https://www.nakagami.or.jp/news/24733/>





## 社会医療法人敬愛会

### 中頭病院

〒904-2142 沖縄市字登川610番地 TEL.0570-09-1300  
(ナビダイヤル)

### 翔南病院

〒904-0034 沖縄市山内3丁目14番28号 TEL.098-930-3020

### なかがみ西病院

〒904-2143 沖縄市知花6丁目25番5号 TEL.098-921-0024

### 中頭総合ちばなクリニック

〒904-2143 沖縄市知花6丁目25番15号 TEL.0570-09-1301  
(ナビダイヤル)

健康管理センター TEL.098-939-5477

病児保育よつぱルーム TEL.098-923-1710

介護福祉用具販売 ライフサポート敬愛  
TEL.098-923-1794

### なかがみ地域包括センター

〒904-2142 沖縄市字登川566番地 TEL.098-923-1233

3F~5F 介護付有料老人ホーム なかがみ苑

2F 敬和医院

看護小規模多機能型居宅介護 愛貴

1F 通所リハビリテーション ちばな

居宅介護支援事業所 なかがみ

訪問看護ステーション なかがみ

### 事業所内認可保育園 わかば保育園

〒904-2143 沖縄市知花6丁目38番26号 TEL.098-923-1760

社会医療法人敬愛会 広報誌 はりゆん (2026春号/2026.4)

タイトル「はりゆん」は沖縄の方言で「晴れる」の意味です。読者のみなさまに元気を届けて地域全体を明るくしたいと想いを込めました。医療に関するコラムや豆知識、敬愛会の活動を発信します。

広報誌に関するお問い合わせは下記宛先まで

社会医療法人敬愛会 法人本部広報係

TEL.090-7749-0951 E-mail: koho@nakagami.or.jp

広報誌「はりゆん」のご感想・ご要望  
などお寄せください



編集・発行 / 社会医療法人敬愛会  
表紙イラストレーター / Sawanico