



ちめいどうだより



基本理念

地域の皆様の健康と生命を守り、心のこもった医療と福祉を提供できる施設



撮影者：青木 志織

＜＜目次＞＞

- *1 頁 表紙 『秋桜咲く関川河川敷から望む頸城三山』
- *2 頁 『知命堂病院外来の紹介』 *3 頁 『上越まつり大民謡流しに参加しました！』
- 『ちめいどうまつり 2025 開催！』 *4 頁 はたらく現場！『用度課』
- 『くびきのだより』 *5 頁 門野部長 『日本の医師養成の歴史7』
- *6 頁 『次世代の看護師も大切に育てます』
- *7 頁 『訪問看護ステーションだより』 *8 頁 外来診療担当表



YouTube 始めました！



お手持ちのスマートフォン等で
QRコードを読み込むとYouTubeが
見られますよ！ぜひご覧ください！
チャンネル登録もぜひお願いします！！

または

医療法人知命堂病院 YouTube



で検索！

医療法人 知命堂病院

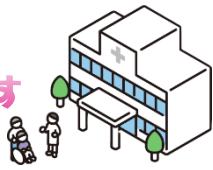
〒943-0834 新潟県上越市西城町 3-6-31
TEL 025-523-2161 FAX 025-526-1511

併設 訪問看護ステーション
介護老人保健施設 くびきの
指定居宅介護支援センター
地域包括支援センター たかだ



知命堂病院外来の紹介

地域に寄り添い 150 年、これからも頼れる外来を目指します



知命堂病院は、明治 4 年に開院して以来、地域の皆様と共に歩んできました。なんと、2026 年度 前期 NHK 朝ドラの主人公、大関和さんが当院で初代看護婦長をされていたこともあり、これからますます話題になる予感です。

当院外来は、慢性のご病気で何十年も通い続けておられる患者さんも多くいらっしゃいます。病気だけではなく、生活全般も支えられる様、地域の施設様や病院の多職種とも連携しながら安心して通える外来をめざしています。

○季節のご案内：インフルエンザワクチン接種について



まだまだ残暑厳しい中ですが、もうすぐインフルエンザの季節がやってきます。当院では個人の方はもちろん、企業・団体様向けのワクチン接種も承っております。まずは、お気軽にお問合せください。

○乳腺外来のおしらせ



「ちょっと気になるけど、受診するほどではないかな…?」「健診で引っかかったけど、予約とれるかな? 混んでるかな?」と迷っている方はいませんか?

診療時間 月曜日・木曜日 9:00~11:30 / 水曜日 13:00~15:00

※完全予約制 個別に応じます。お電話でご相談ください。

知命堂病院は、地域の皆様の健康と暮らしの安心を支える場所でありたいと願っています。どうぞよろしくお願ひいたします。

[ご予約・お問合せ]

知命堂病院 外来 ☎025-523-2161

(平日 午後 2 時~4 時の間にご連絡ください)



拝啓

ようやく 9 月に入りました。

まだまだ真夏のような暑さが続いています。

皆さまにおかれましては

お変わりなくお過ごしでしょうか?

夏の疲れが出やすい時期でもありますので、どうぞ
ご自愛くださいますようお願い申し上げます。

敬具





上越まつり大民謡流しに参加しました！



7月25日に開催された上越まつり高田祇園祭大民謡流しに参加しました。実に5年ぶりの参加です。職員・家族で総勢38名が猛暑の中、知命堂の看板を背負って(?)踊り切りました。ピンクのTシャツを新調したお陰で注目されたのでしょうか、JCVさんのインタビューも受けました。職場を飛び出した交流の場の大切さをあらためて感じたイベントでした。皆さんお疲れさまでした。

ちめいどうまつり2025開催！

今年も下記の日程で開催します。来年の朝ドラヒロイン「大関和」さんの関連展示を中心にイベント盛沢山です。是非お越しください。

日時 2025年10月11日(土) 9:30～13:30

場所 医療法人知命堂病院

上越市西城町 3-6-31

内容 展示、フリーマーケット、健康相談、白衣
体験、イベントステージ、キッチンカーetc

上越市・栃木県大田原市協賛のイベントです。

ちめいどう
まつり 2025 10/11(土)

会場 医療法人知命堂病院
所在地 上越市西城町3-6-31
時間 9:30～13:30
<https://www.chimeido.jp/>

朝ドラモデル 大関和展

お待ちしています

健康相談・
健康チェック 作品展示
フリーマーケット 入場無料
どなたでも
参加いただけます

キッチンカー
ファストフード プチドクター
プチナース
白衣体験

イベントステージ
アリーナ
コラス・ゴスペル
ベリーダンス

ウォッチ!

はたらく現場!

知命堂病院 用度課



病院のはたらく現場を紹介する『ウォッチ! はたらく現場!』 今回は『用度課』です。

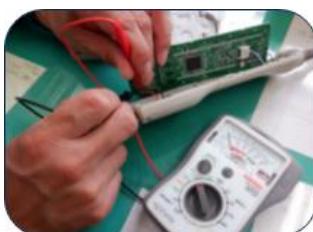
こんにちは、用度課の徳永です。

用度課は、用務員3名、警備員4名で『患者様と職員が、安心で快適に過ごせる施設環境を提供する』を目標に働いています。

日々、広い病院内外の至る所で様々な業務を行っています。蛍光灯の交換から、設備のトラブル対応、医療ガスの管理、燃料（灯油）の受け入れ作業等、ほぼ裏方の仕事になりますが、迅速な対応を心がけています。



〈蛍光灯交換〉



〈ベッドリモコン修理〉



〈液体酸素管理〉



〈灯油受入れ〉



〈電流計チェック〉



〈水質チェック〉



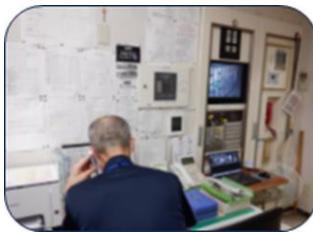
〈駐車場巡視〉



〈施設周辺の清掃〉



〈公用車運用〉



〈警備員〉



特に今年の夏は暑い日が続き、日差しの強い所には遮光ネットを取り付けたり、正面玄関エントランスに朝顔を設置して、涼しさを感じてもらえるような工夫もしています。



〈エントランスの朝顔〉



〈遮光ネット設置〉



〈植込み剪定〉



〈植木剪定 (ザクロ)〉

来る10月のちめいどう祭りでは、来年4月のNHK朝ドラで話題の大関和さんの展示を担当します。ぜひ皆さんのお越しをお待ちしております。

日本の医師養成の歴史 7

内科部長 門野 聰

知命堂病院第2代院長の瀬尾雄三は明治35年東京大学医学部卒業、明治45年～大正6年、知命堂病院院長を務め大正6年逝去（享年43歳）されました。あらゆる情報をインターネットにより遅滞なく得られる現代とは異なり、当時の医学教科書はドイツ語原書か欧米医学書原書があるので、学業成就是困難を極めたことと推定されます。また、現在のように医学が細分化されていなかったため、医者は内科、小児科、外科、産婦人科など、あらゆる病気を診ることが期待されました。また臨床検査も発達していない時代でしたので、検査も限られていました（ちなみにX線の発見は1895年、レントゲン検査装置の日本への初導入は1898（明治31）年、東大病院へ外科教授スクリバがドイツから持ち帰った）。

さて、東大卒業生には無試験で医師免許が与えられましたが、一般医養成は東大医学部別課コースのみでは到底足りませんでした。明治政府は医師資格を規定する「医制」を明治7年に発布、従来開業医師には申請により免許を与えました。明治7年の全国医師数は28,262名、西洋医が2割5,247名、漢方医が8割の比率であり西洋医養成が急がれました。「医制」では、医学修養要件を満たし、試験合格者に免許を与えることが規定され、明治8年より「医術開業試験」が3府で開始され、明治9年には全国に広げられました。この試験は当初、問題作成から施行まで府県ごとに行われ、試験科目には解剖学、生理学、病理学、薬物学、内科学、外科学などが含まれており、これらを学ぶための医学校が必要となりました。その結果、廃藩置県（明治4年）から明治21年までの間に多くの公立医学校（計44校）と私立医学校が設立運営されました。明治12年に「医師試験規則」が布達され、内務省が医師開業試験の問題を選定し、全国で同一の問題を用いて行われることとなりました。これを機に私立医学校は急減しましたが、公立医学校の数はその後も増加しました。明治15年布達の「医学校通則」が、その後の公立医学校の在り方を大きく変えることとなりました。公立医学校を甲種（医学教師として医学士＝東京大学医学部卒業生を3名以上雇用する）と乙種（医学士1名のみ）に分け、甲種卒業者には無試験で、乙種卒業者には国家試験合格者に医師免許を交付することとしました。つまり、甲種医学校卒業者は東大別課と同等とすることになったわけです。明治16年「医術開業試験規則」が発布され、試験会場を全国9か所とし年2回実施することと定め、試験科目は前期：物理、化学、解剖、生理、後期：外科、内科、薬物、眼科、産科、臨床実験。受験資格は前期・後期各1.5年以上の修学履歴が必要となりました。合格には「前期3年、後期7年」と言われるほど厳しい試験で、合格率は10%～20%でした。



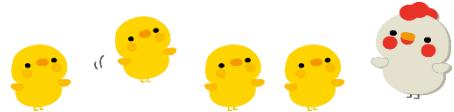
第二代病院長 瀬尾雄三

有名な野口英世は明治30年後期試験合格して医師免許を得ました。しかしながら、私立医学校と医術開業医試験制度を目の敵とし、エリート意識に染まり、権威主義化した、ドイツ至上主義の森鷗外ら東大赤門派閥（明治医会）の意向を取り入れ、私立医学校潰しを目的とした「専門学校令」が明治36年発布されたため、これに伴って「医術開業試験」も大正5年で廃止されました。それ以後、大東亜戦争終結までは医師免許取得者は医学専門学校・医科大学卒業生のみに限られることとなりました。当時は医学校卒業時に学校の前の専門店で聴診器などの医療器具を買い求め、故郷に帰って開業医として一生過ごすのが一般的であり、現代と比べて、よく言えばのんびりとした、悪く言えば医師生涯教育の概念を欠く時代でした。公立学校と私立医学校の存亡については、次回解説します。

次世代の看護師も大切に育てます

看護部長 大島則子

医療法人知命堂病院では、看護学生の実習受け入れや、夏休みを利用して高校生の1日看護師体験・看護学生のインターンシップを開催し、次世代の看護師育成にも力を入れています。



8月6日に開催した高校生1日看護師体験は、上越市内の3つの高校から看護師や保健師、養護教諭を目指す6名が参加してくれました。初めての看護師ユニフォームに身を包み、記念写真の撮影からスタートです。看護師資格取得についての道のりや資格取得後の活躍の場についての説明を受けました。その後、実際に看護技術体験と患者さんへの看護ケア見学をしていただき、診療技術部（検査科・薬剤科・放射線科・リハビリ科・栄養科）では各部署の見学や体験、看護師との連携について学んでいただきました。

参加して下さった生徒さんからは「テレビドラマで見る看護師の姿とは違って大変そう。だけど患者さんとのかかわりや多職種との連携を見学できて看護師になりたいと思った。医療従事者としての将来の選択肢が広がった。」という頼もしい意見をいただきました。是非近い将来、看護師や医療従事者として一緒に働く日が来ることを楽しみにしています。



8月8日には、看護学生のインターンシップを開催しました。2つの看護専門学校から4名の看護学生さんが参加してくれました。病院の概要や看護部の紹介、患者さんの退院後の生活を見据えて私たち看護師が特に力を入れている退院支援について説明を受けました。その後、各病棟に分かれて先輩看護師とともに病室へ行き、患者さんへの看護ケアの見学・実践、リハビリ見学をしていただきました。看護師同士の連携やコミュニケーション、看護ケアの実践、リハビリ見学など、実習では学ぶことのできないところを見学・体験していただきました。



参加して下さった学生さんからは、「新人看護師の教育体制について知ることができた。病院のアットホームな雰囲気を感じることができ、ここで働きたいという気持ちになった。」という意見をいただきました。2027年の春、知命堂病院が就職先の選択肢の一つになれば幸いです。



訪問看護ステーションだより

健康づくりのために、ウォーキングを始めてみませんか？

身体活動や運動量が多い人は少ない人と比べ、循環器病やがん、うつ病、認知症などの病気にかかるリスクが低いと言われています。こちらは、厚生労働省における「健康づくりのための身体活動・運動ガイド 2023」のなかの推奨事項です(一部)。

☆歩行やそれと同じ程度の活動について、

成人 「1日 60 分(1日約 8 千歩)以上」

高齢者 「1日 40 分(1日約 6 千歩)以上」

☆個人差もあるため、強度や量を調整し、できることから取り組む。

☆今より少しでも多く身体を動かす。

☆楽しく、気持ちよく、生活習慣病予防!

☆まずは一日 10 分でも歩き始めてみよう!

より運動効果の高いフォーム

基本フォームに加え

- 膝はまげないように
- 腕は約90度にまげ、前後に大きくふる
- 歩幅はできるだけ広くとり力強く

ベースを少しあげてリズミカルに動く。
全身が汗ばんでくる程度が目安。

目はやや遠くを見る



基本フォーム

- 背すじを伸ばす
- 目線はやや遠め
- あごはひく
- ひじを軽く曲げる



ウォーキングの注意

- ①歩く前の体調チェック
だるい感じはないか?
熱っぽい感じはないか?
昨夜の睡眠は十分にとれたか?
前日のアルコールが残って
いないか?
- ※持病のある方は主治医と
相談しましょう。
- ②食後や空腹時はさけましょう
- ③適度な水分補給を忘れずに
- ④動きやすく気候に合わせた服装で

大切なのは、自分のペースで、無理せず続けること…

運動前後のストレッチ 安全に歩くために、翌日に疲れを残さないために



①膝の屈伸

②浅い伸脚

③上体の前後屈

④手首・足首の回旋

⑤ふくらはぎ

ホームページ：健康にいがた 21 「健康ウォーキング」より

ウォーキングは、いつでも、どこでも手軽に始められる運動です。

私は、休日は 3~5 km 程のウォーキングやランニングをしています。

秋の風はとても心地が良いです。暑さが和らいでくるこの季節に、健康づくりのためにぜひみなさんもウォーキングを始めてみませんか。※残暑厳しいので暑い日は控えてください。

○知命堂訪問看護ステーションは、病気や障害を持った方が安心して生活できるようお手伝いさせていただきます。お困りごとなどありましたら、いつでもご連絡ください。

知命堂病院 訪問看護ステーション 連絡先:025-522-5539

(医)知命堂病院 診療担当表

外来診療

2025年9月1日

			月	火	水	木	金
内 科	午 前	1 診(再来)	門野	森川	石橋	森川	石橋
		再来・予約	森川 (予約制)	永井	門野	阿部	森川
	午 後	新患・予約外	石橋	門野	門野	阿部 第3:永井	森川
	午 後	新患・予約外	門野	石橋	石橋	第1・3・5 13:30~15:00 血液・一般 永井 第3:阿部	永井
脳神経内科	午 後	3 診(再来・新患)				第2・4 14:00~15:00 完全予約制 県中病院医師	
外 科	午 前	5 診(再来・新患)	武藤	武藤・藤田 隔週	藤田	武藤	藤田
		2 診(呼吸器心臓血管)			第1・3 矢澤		
	午 後	急患	藤田	武藤	~13:30 ~15:00 乳腺 武藤	藤田	藤田
整形外科	午 前	4 診(再来・新患)					10:00~12:00 完全予約制 県中病院医師
泌尿器科	午 前	再来・新患		~9:00 ~11:30 新屋	~9:00 ~11:30 新屋		9:00~11:30 新屋
	午 後			~13:30 ~15:00 新屋			13:30~15:00 新屋

内視鏡検査

		月	火	水	木	金
内 視 鏡	胃カメラ	藤田				

診療時間 9:00~17:00 (月曜日から金曜日)

外来診療受付時間 8:30~11:30 (医事課窓口)

面会時間 10:00~12:00 15:00~20:00 **※現在、制限を設けて面会を実施しています。**

休診日 土曜日・日曜日、祝日、お盆(8月15日、16日)

最新の情報はホームページをご覧ください。

年末年始(12月30日~1月3日)

※ただし、急患の場合はこの限りではありません。

☆看護師・介護員募集☆

~地域医療の一翼を担う私たちと一緒に働きませんか~

看護師: 夜勤可能な看護師

介護員: 介護福祉士、ヘルパー2級以上(初任者研修)

勤務場所: 知命堂病院または介護老人保健施設くびきの

問い合わせ先: 電話(代表) 025-523-2161 事務長



ボランティア活動の紹介

当施設では多くの団体・個人の方からボランティアに来ていただいております。
おかげ様で、利用者の皆さんに素敵な時間を提供していただき感謝しております。
今回は今年度（4～8月）に行った内容を一部紹介します。



シャボン玉パフォーマンス
(AWADAMA ドラゴンの助さん)



ベリーダンス
(嶋田さん)



チア・リーディング
(上越シャイニング☆スマイルさん)



己書体験
(西田さん、杉田さん)

他にも習字体験／コンサート／等々＼(^o^)／

上記行事について知命堂病院

YouTubeチャンネルで配信
しています。

ぜひ、チャンネル登録をお願いします。



医療法人知命堂病院 介護老人保健施設くびきの

TEL 025-526-2161 FAX 025-526-1156

【HP】 <https://www.chimeido.jp>

【メール】 kubikino@chimeido.jp

リフター（福祉車両）の操作説明会を行いました

利用者の皆さんを送迎する福祉車両のリフター操作方法や車いすの固定方法の説明を受けました。

今後も事故やケガを起こさないよう安全かつ快適な送迎ができるように努めています。



くびきのファームで収穫



今年もくびきのファームを始動し、キュウリやナス、ピーマン等多くの野菜が収穫されました。収穫した野菜の一部はバーベキューを行い、利用者の皆さんに召し上がっていただきました。



お食事は楽しみ！そして健康への第一歩。

「お楽しみメニュー」の一部をご紹介します。



夏の定番「素麺」。

季節を感じながら、暑さを乗り切っていただきたいです。



「しらすと大葉の混ぜご飯」です。

押し寿司風で見た目もよく、利用者の皆さんに喜んでもらえました。



「水まんじゅう」を提供しました。

金粉入りで涼やかな美しさがあります。