

あーかす

米子医療センターマガジン#51
May 2026(令和8年5月号)

新年度のご挨拶

人の輪を中心に連携を深め 病院機能を考える

異動のご挨拶 ~よろしくおねがいたします

初期研修医通信 ~研修を振り返って~

認定看護師通信

New Face

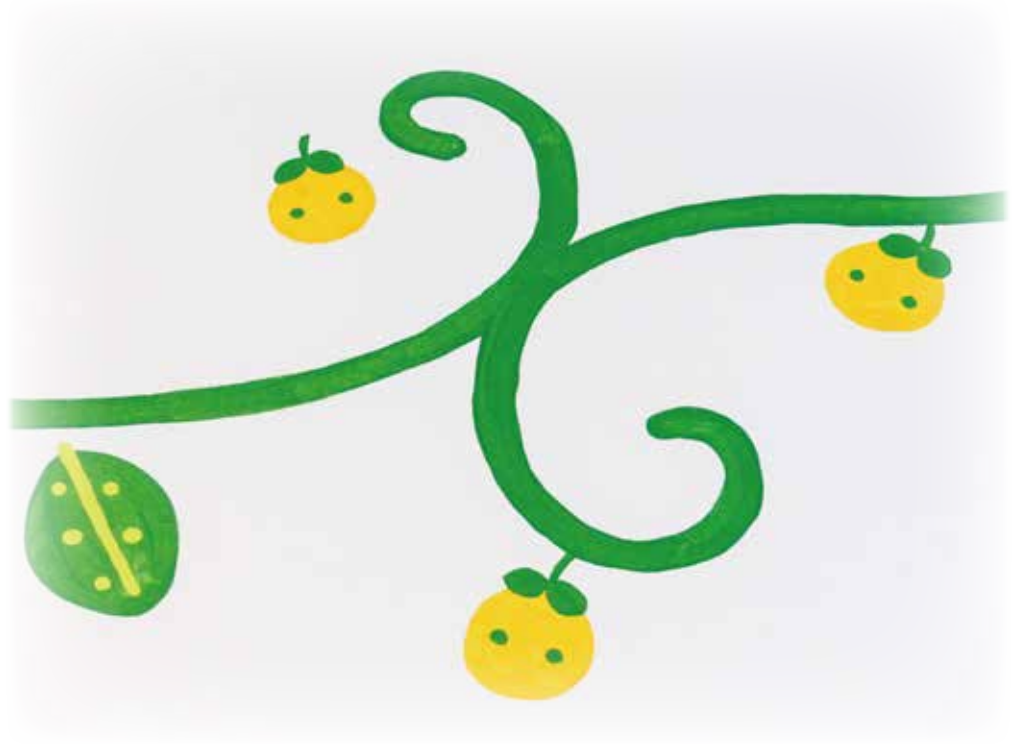
お知らせ 市民公開講座のご案内

放射線科 マンモグラフィ装置が新しくなりました

地域医療連携室の掲示板

Topics File~栄養管理室の掲示板

Enjoy! 学生 LIFE



■ contents ■

- 03 新年度のご挨拶
人の輪を中心に連携を強め病院機能を考える
- 04 異動のご挨拶 ~よろしくおねがいたします
- 05 初期研修医通信~研修を振り返って~
- 06 認定看護師通信
- 08 New Face
- 11 お知らせ 市民公開講座のご案内
- 12 放射線科 マンモグラフィ装置が新しくなりました
- 13 地域医療連携室の掲示板
- 14 Topics File~栄養管理室の掲示板
- 15 Enjoy! 学生 LIFE



患者さまと職員が向き合った姿で、患者さま中心の医療提供とYONAGO(米子)の「Y」、MEDICAL(医療)の「M」、CENTER(センター)の「C」の文字を、まごころ、信頼、安心、良質の医療をイメージする「ハート」に組み合わせ「米子医療センター」の明るく元気な姿を表しています。

あーかす

あーかす(Arcus)とはラテン語で「虹」を意味し、英語のArc(弓、橋)+Us(私たち)で「私たちが地域の架け橋になる」という意志を込めてタイトルとしました。私たちの持ついろいろな表情を、地域の方々や医療関係者に広く知って頂き、絆を更に深める情報を掲載してまいります。



新年度のご挨拶

人の輪を中心に連携を強め 病院機能を考える

独立行政法人 国立病院機構 米子医療センター
病院長
鯉岡 直人



新緑のまぶしい季節となりました。職員各位には、それぞれの持ち場で当院の医療活動を支えていただいていることに、心より感謝申し上げます。また、地域住民の方々、ならびに地域の医療機関や関係機関の皆さんには、日頃から当院の運営に深いご理解と温かいご支援を賜り、厚く御礼申し上げます。

新年度を迎えましたが、医療を取り巻く環境は依然として厳しい状況にあります。診療報酬改定への対応、医療人材の確保、物価高騰対策、地域医療体制のあり方など、私たちが直面する課題は多岐にわたります。そのような中でも、当院が地域の方々に安心して受診していただける医療機関であり続けるためには、職員一人ひとりが専門性を発揮し、互いに協力しながら医療の質の向上に努めていくことが重要です。その一方で、職員が安心して働き続けられる環境づくりも重要です。引き続き働きやすい職場環境の整備と人材育成を着実に進め、共に成長していける組織づくりを目指します。

現在、全国的な少子・高齢化の進行に伴い地域医療の役割も変化しています。特に小児救急に対応する医療機関は減少しています。加えて、高齢者救急への対応も重要な課題となっています。当院では入院を含めた小児救急医療体制の維持に努めており、地域の子どもたちが安心して医療を受けられる環境を守ることも重要な役割と考えています。また、高齢者救急への対応を強化するため、全国に先駆けて地域包括医療病棟を導入しました。今後も「地域の命を支える」という基本理念のもと、持続可能な地域医療の実現に向けて取り組みます。

こうした取り組みを進めるため、本年度の病院目標を「人の輪を中心に連携を強め病院機能を考える」と決めました。院内各部署の連携をさらに強化し、地域包括医療病棟を含めた病院機能の充実を図っていきます。また、地域医療の充実には、地域の医療機関や介護施設、行政との連携が不可欠です。かかりつけ医の先生方をはじめとする地域の医療機関と協力し、それぞれの役割を尊重し、お互いの連携のもとで切れ目のない医療の提供を目指します。

新年度は新しい仲間を迎え、当院にとっても新たな出発の時期です。これまで培ってきた経験と信頼を大切にしながら、地域の皆さんとともに歩む病院として、より良い医療の提供に努めてまいります。今後とも変わらぬご支援を賜りますよう、お願い申し上げます。



薬剤部長
山足 敏昭

令和8年4月1日付で、愛媛医療センターより、倉本薬剤部長の後任として着任しました山足敏昭(やまあしとしあき)と申します。どうぞよろしくお願いいたします。

米子医療センターでの勤務は、8年ぶり2回目となります。前回の勤務では、新病院への建て替えや紙カルテから電子カルテへの移行といった大きな転換期を経験しました。当時はまだ平成の時代であり、新型コロナウイルス感染症の流行もなく、現在のようにAIが医療現場で活用される状況は想像もされていませんでした。

令和の時代となり、薬剤師業務は大きく変化しています。病棟業務の充実、タスク・シフト／シェアの推進に加え、医師・看護師をはじめとした多職種との連携が一層深化し、がん治療、感染対策、栄養管理などの多くの分野で薬剤師の専門性が強く求められています。

一方で、少子高齢化に伴う人手不足は深刻であり、鳥取県においても薬剤師が、病院・薬局合わせ273人不足(令和6年10月時点)とされています。当院においても薬剤師が充足しておらず、薬剤師7名という限られた人員で、業務の効率化や地域の保険薬局との連携強化を図り、質の高い医療の提供に努めてまいります。また、生成AIなどの新たな技術も適切に活用しながら、薬剤師が本来担うべき対人業務に、より一層注力できる体制づくりを進めていきたいと考えています。



企画課長
折出 公生

令和8年4月1日付人事異動により、国立病院機構岩国医療センターより着任いたしました折出公生(おりで きみお)と申します。

山陰方面での勤務は、5年前まで勤務しておりました鳥根県浜田医療センター以来となり、鳥取県内での勤務は今回が初めてとなります。もとより微力ではございますが、米子医療センターの一員として、職員の皆様と連携を図りながら、当院の円滑な運営に誠心誠意努めてまいります。

さて、当院の理念である「地域の命を支える」を着実に実現していくためには、健全かつ安定した経営基盤の確立が不可欠であることは言うまでもありません。健全な経営が確保されなければ、病院としての将来ビジョンの実現や、施設・設備及び医療機器の計画的な整備も困難となり、ひいては職員の士気の低下を招き、地域医療への貢献にも支障を来すこととなります。

今後は、これまで以上に地域医療への貢献を一層推進するとともに、病院収益の確保及び向上に努め、建物整備や医療機器等の更新整備をはじめとする必要な投資が着実に実行できるよう、企画課長として病院経営の一助を担うべく、最大限努力してまいります。

何卒、皆様のご指導とご協力を賜りますよう、よろしくお願いいたします。

初期研修医通信 ～研修を振り返って～



初期臨床研修医 大江 百花

2年間の初期研修を終了し、振り返ってみるとあっといふ間だったように感じております。研修医になってばかりの頃は、仕事内容や一日の流れに慣れることで精一杯で、毎日どこか緊張しながら出勤していたのを覚えています。しかし、そのような中でも先生方や医療スタッフの皆様が温かく声をかけてくださり、医局の雰囲気も明るく、緊張しやすい私にとって大変心強く安心して日々の診療に臨むことができました。また大学病院や日南病院、米子病院などの外病院での研修では、普段とは異なる環境で多くの経験を積むことができ非常に貴重な機会となりました。

4月からは鳥取大学医学部附属病院で放射線科医として勤務いたします。これからも米子医療センターの初期研修で得た学びを糧に自ら積極的に知識や技術の習得に努め、さらなる成長を目指してまいります。2年間という短い間でしたがご指導いただきました先生方およびお世話になりましたスタッフの皆様がこの場を借りて感謝申し上げます。今後ともよろしくお願い申し上げます。

初期臨床研修医 萩原 大護

2年間の初期臨床研修を振り返ると、たくさんの方々の支えの元で充実した研修を送ることができたと感じます。指導医の先生方、事務の方々、スタッフの方々にはたくさんお世話になりました。ありがとうございました。

振り返るとあっといふ間ですが、研修を始めてしばらくはとても緊張していました。またほとんどが初めての経験ということもありうまくいかないことが多かったです。その中でも、優しく根気強く指導していただいたおかげで、手技や診察など大きく成長することができたと感じています。また、はじめてのことに向き合う時の心構えを学ぶことができたと感じています。

来年度からは、厚生病院で消化器内科専攻医として勤務します。再び、たくさんのはじめての経験をする事となると思いますが、医療センターで学んだ心構えを忘れず、真っすぐに患者さん一人ひとりと向き合えるよう精進してまいります。

最後になりますが、研修を支えていただいたすべてのスタッフの方、快く診察や問診、処置などを受け入れていただいた患者の皆様がこの場をお借りして感謝申し上げます。皆様のご厚意に応えられるよう今後も頑張ります、ありがとうございました。

認定看護師通信

レジメン 「治療の設計図」って 知っていますか？



がん化学療法
認定看護師
中島 夏希

化学療法とは、薬を使ってがん細胞を攻撃し、がんを小さくしたり、増えるのを抑えたりする治療のことです。一般的には「抗がん剤治療」とも呼ばれています。

抗がん剤はがん細胞の特徴を利用して、効果のある薬剤を選択して治療を行います。

治療の目的はさまざまで、がんを治すことを目指す場合もあれば、がんの進行を抑えたり、症状を和らげたりすることを目的に行われることもあります。また、手術や放射線治療と組み合わせて行われることもあります。抗がん剤は、吐き気やだるさ、脱毛、口内炎などの副作用が出現する一方で、副作用を軽くするための薬や対処法も進んできています。現在は、副作用管理が可能のため外来通院での治療ができるようになりましたが、血液内科は感染管理が重要となるため、入院での化学療法の導入、実施が必要となってきます。当院では24床のクリーンルームで、確実な感染管理のもと入院で治療を行うことができます。

ところで、みなさんは「レジメン」って聞いたことありますか？「レジメン (regimen)」とは、治療を安全かつ効果的に行うためにあらかじめ定められた「治療計画」のことです。特にがん薬物療法の分野で広く使われています。

例えるなら家を建てるときの設計図のようなものです。

- どんな材料を使うか(木?鉄筋?)=薬剤の種類
- どんな順番で使うか=投与順序
- どれくらい使うか=投与量
- どういったスケジュールですめるか=投与スケジュール
- 安全基準は満たされているか=副作用対策、支持療法

これらがすべて細かく決められています。

設計図なしに家を建ててしまうと強度がバラバラになったり、作業者ごとに完成が違ったり、事故も起きやすくなります。

そういったことが起きないように抗がん剤治療のレジメンには、使用する薬剤の種類、投与量、投与する順番、間隔(スケジュール)、投与期間などが具体的に定められています。さらに、吐き気やアレルギーなどの副作用を予防・軽減するための薬(支持療法)も含めて

設計されています。

がん治療では複数の薬を組み合わせる使用が多く、それぞれの効果を高めながら副作用を適切に管理する必要があります。そのため、これまでの研究で有効性と安全性が確認された標準的なレジメンが用いられています。一方で、実際の治療では患者さん一人ひとりの体調や生活に合わせて調整が行われます。

こうしたレジメンの内容は、初めて治療を受ける患者さんにとって分かりにくいこともあります。そのため当病棟では、レジメンの内容や治療の流れ、副作用への対処方法などをまとめたパンフレットを用い、医師・看護師・薬剤師が連携して説明を行っています。

下の図は当院で実際に使用しているパンフレットの一部です。このパンフレットを使用して、説明した後に患者さんと「今日は点滴の日だね」「まだ髪の毛は抜けられないだね」などと、パンフレットを見ながら一緒にお話をするがあります。パンフレットを一緒に確認しながら説明することで、患者さんがご自身の治療を理解し、安心して治療に臨めるよう支援しています。

【SOX療法について】
(タモキシフェン)

お薬の名前と治療のスケジュール/副作用の状況を確認して、抗がん剤の影響が強く感じていると考えられる場合は、次の治療開始を延期することができます。

薬の名前	作用	目的	日数																				
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
パロチロン	吐き気止め	2009																					
タモキシフェン	抗がん剤	21日間																					
タモキシフェン	抗がん剤	1日																					

治療による副作用

副作用	注意が必要な時期
嘔吐	薬の副作用で、嘔吐、下痢、腹痛、食欲不振などの症状が出た場合はお知らせ下さい。
食欲不振・吐き気	食欲不振や吐き気が出ることがあります。食べやすいものを無理なく食べ、水分を摂りましょう。
皮膚	皮膚に赤みや腫れなどの症状が出た場合はお知らせ下さい。
血性・慢性手足のしびれ、血管痛、静脈炎	手足のしびれ、感覚が麻痺するなどの症状が出ることがあります。冷たい物に触れないようにしましょう。
口内炎	口の中が荒れて痛みが出ることがあります。清潔さ、うがいなどで予防することがあります。
下痢	便の回数が多くなったり、腹痛をともなったり、赤い便が出る場合はお知らせ下さい。
色素沈着	肌が黒ずむことがあります。長時間日光を浴びないで、日光を浴びる際は注意してください。
白血球減少	感染しやすくなりますので、寒風・風邪に注意してください。必要に応じて白血球を上げる注射をすることがあります。発熱時はお知らせ下さい。
赤血球減少(貧血)	貧血の症状(動悸や息切れ、脱力)が出ることがあります。輸血に注意してください。
血小板減少	出血しやすくなる可能性があります。歯や鼻が出血しやすくなります。出血に注意してください。
肝機能低下	黄ばみ、腹痛、嘔吐、食欲不振、尿の色が茶色になることがあります。

認定看護師って?

看護師として5年以上の実践経験を持ち、日本看護協会が定める600時間以上の認定看護師教育を修め、認定看護師認定審査に合格することで取得できる資格。患者さんやご家族によりよい看護を提供できるよう、認定看護分野ごとの専門性を発揮しながら認定看護師の3つの役割「実践・指導・相談」を果たして、看護の質の向上に努めています。

痛みは 体だけじゃない

～あなたの“つらさ”に寄り添う緩和ケア～



緩和ケア認定看護師
大林 香織

痛みは、体だけではありません

「痛み」と聞くと、多くの方は体の痛みを思い浮かべるかもしれません。

でも、人が感じる痛みは体だけではありません。

病気や治療による不安、気持ちの落ち込み、眠れない夜、家族や仕事のことが気になりになる――。

そんな「こころの痛み」も、私たちは大切に受け止めます。

緩和ケアは“その人まるごと”を支えるケア

緩和ケアでは、体の痛みだけでなく、こころや生活のつらさにも寄り添うことを大切にしています。

「もう少し楽に過ごしたい」「自分らしく生活したい」――そんな思いに寄り添い、痛みや不安をやわらげるお手伝いをします。

痛みをやわらげることで広がる毎日

痛みをやわらげることで、

・ごはんをおいしく食べられるようになる

・家族や友人と笑顔で過ごせる

・自分らしく毎日を送れる

そんな時間が増えていきます。

緩和ケアは、あなたの「その人らしさ」を支えるケアです。

我慢しないで、早めに相談を

緩和ケアというと「最期に受けるケア」というイメージを持つ方もいますが、実際には治療と並行して早い時期から受けられるケアです。

体の痛みも、こころの痛みも、ひとりで抱えこまなくても大丈夫です。

痛みやつらさを我慢せず、少しでも気になるところがあれば、どうぞ気軽にご相談ください。

相談窓口について

当院通院中の患者さんで痛みや不安など、つらい症状でお困りの方は、主治医または看護師に「緩和ケアチームに相談したい」とお伝えください。緩和ケアチームのスタッフがご相談に伺います。また、当院通院中でない方は、お電話でご相談いただけます。

お問い合わせ先

地域医療連携室

電話:0859-37-3930

(平日10:00~16:00)





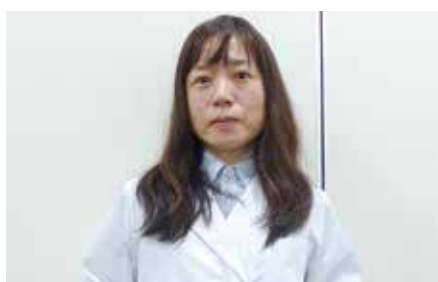
歯科口腔外科 医長
土井 理恵子

2026年4月より歯科口腔外科に赴任致しました土井理恵子(どいりえこ)と申します。
鳥根県松江市出身で、松江東高校、長崎大学を卒業いたしました。

米子医療センターには、2014年新病院になる以前に週1回数年間勤務させていただいたご縁があり、この度久しぶりに戻ってまいりました。そして新しい病院は、とても明るくて、窓から雄大な大山が眺められホスピタリティに溢れて、病気がどんどん治っていくようなポジティブな気持ちになれる病院と感じております。

前任の鳥取大学附属病院では、小児の口腔顎顔面領域の疾患や、障がい者歯科を中心に診療してまいりました。なかなか女性の歯科口腔外科の先生には出会わないのかもしれない。気になることがあればお気軽にお声かけいただき、ご相談いただけますと幸いです。

地域の皆様のお役に立てるよう日々精進してまいります。今後ともご指導ご鞭撻の程どうぞよろしくお願い申し上げます。

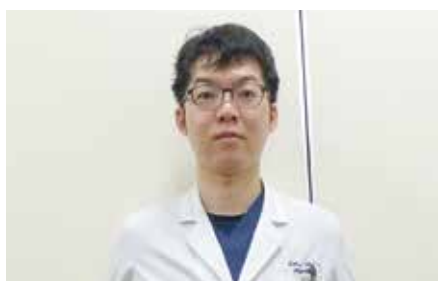


小児科 医長
西村 玲

4月より小児科医として赴任しました西村玲(にしむら れい)と申します。

米子市出身、鳥取大学医学部卒業の生粋の米っ子です。まだ若手医師の頃に当センターで勤務し、その後鳥取大学病院、山陰労災病院での勤務を経て、実に17年ぶりに戻って参りました。見知った職員も多数おり、リニューアルした米子医療センターで一緒に働けることを嬉しく思っています。

専門は内分泌で、低身長や思春期早発症、やせや肥満、甲状腺疾患などの診療を行っています。また心身症など心の問題を抱える子供の診療にも当たっています。一般診療、救急診療含めて患者さんのニーズに合った医療が提供できるよう頑張ります。どうぞよろしくお願いいたします。



血液腫瘍内科 医師
原 健太郎

4月より赴任しました血液腫瘍内科の原健太郎(はら けんたろう)と申します。

鳥根県松江市出身で、卒後は松江赤十字病院にて初期研修を修了し、その後は同院および鳥取大学病院で血液内科医として研鑽を積んでまいりました。

血液内科は新薬や診療技術の進歩が著しい分野であり、専門的な治療を要しますが、患者さんに安心して治療を受けていただけるよう、わかりやすい説明と丁寧な対応を心がけております。

地域の皆さまに信頼される医療を提供できるよう努めてまいりますので、どうぞよろしくお願い申し上げます。



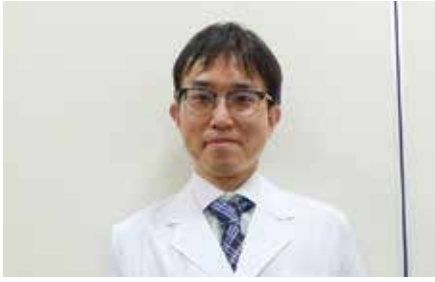
血液腫瘍内科 医師
杉本 里乃

4月から赴任しました、血液内科の杉本里乃(すぎもとりの)と申します。

大阪府出身で、鳥取大学医学部進学を機に鳥根県でお世話になって10年以上が経ちました。

卒後は大学病院を中心に研修し今回市中病院での勤務は初めてで、外来業務や入院の対応など不安が多いところをスタッフの皆様は助けていただき、日々感謝してもしきれません。

まだまだ未熟ではありますが、地域の血液疾患診療に少しでも貢献できるよう、また患者さんに寄り添った診療を行えるよう精進してまいりますので、ご指導ご鞭撻のほどよろしくお願い申し上げます。



外科 医師
牧野谷 真弘

2026年4月より消化器外科医として赴任しました、牧野谷 真弘(まきのや まさひろ)と申します。

出身は徳島県で、主に徳島県で高校卒業まで過ごしたのち、鳥取大学医学部入学を機に鳥取県でお世話になっております。大阪、鳥取での初期臨床研修終了後に鳥取大学第一外科へ入局し、現在医師11年目です。直近2年間は近隣病院である山陰労災病院の外科医師として働いておりました。

米子医療センターは、新棟ができ、引っ越しを始めようとしている時期に医学生として臨床実習でお世話になったことはありますが、勤務は初めてとなります。不慣れなため、ご迷惑をおかけするところはあるかとは思いますが、これまで研鑽を重ねてきた腹腔鏡手術を中心に消化器外科医として地域の皆様に安心・安全な医療をお届けできるようさらに精進してまいりますので、何卒よろしくお願いたします。

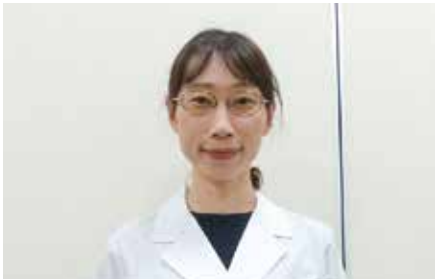


外科 医師
浅山 皓太

4月より消化器外科に赴任いたしました、浅山 皓太(あさやま こうた)と申します。

私は大阪府出身で、鳥取大学医学部を卒業後、松江市立病院での2年間の初期研修を経て、鳥取大学第一外科に入局いたしました。医師3年目という節目を迎え、外科医としてのスタートラインに立てることに、非常に身の引き締まる思いです。

米子医療センターには学生時代の実習以来の着任となりますが、当時お世話になった先生方から温かいお言葉をかけていただき、大変心強く感じております。新たな環境で至らぬ点多々あるかと存じますが、誠実な診療と技術の向上に日々邁進してまいります。一日も早くチームの一員として貢献できるよう努めますので、ご指導、ご鞭撻のほど何卒よろしくお願申し上げます。



胸部・乳腺外科 医師
深谷 由美

4月より胸部・乳腺外科に赴任致しました、深谷由美(ふかや ゆみ)と申します。

米子市出身で、鳥取大学医学部を卒業しました。未就学児3人の子育て真っ只中です。当科では呼吸器、乳腺、甲状腺、末梢血管と幅広く診療を行っております。患者さんに寄り添った医療を心がけ、また地域の皆さまに安心して受診いただけるよう、質の高い医療の提供に努めてまいります。何卒よろしくお願いたします。



胸部・乳腺外科 医師
有藤 真衣

2026年4月から赴任しました、胸部・乳腺外科の有藤真衣(ありとう まい)と申します。

兵庫県姫路市の出身で、鳥取大学医学部を卒業しました。その後、鳥取県立中央病院で2年間の初期研修を行い、鳥取大学呼吸器・乳腺内分泌外科に入局しました。この度専攻医1年目で米子医療センターに赴任となりました。

まだ経験は浅いですが、大学入学以来お世話になっている鳥取県の医療に少しでも貢献したいと思っております。日々精進してまいりますので、ご指導ご鞭撻のほど、何卒よろしくお願申し上げます。



整形外科 医師
中山 翼

2026年4月より赴任いたしました、中山翼（なかやま つばさ）と申します。
埼玉県出身で、鳥取大学医学部入学後から鳥取県でお世話になっております。大学卒業後、鳥取赤十字病院で初期研修し、鳥取大学整形外科に入局いたしました。昨年は、三朝温泉病院で勤務しておりました。新しい病院への赴任となり、求められる役割なども変化しましたが、痛みやしびれ等で体が思うように動かせない辛さ、もどかしさを感じている患者さんのために邁進していく所存であります。それが結果として自分自身の医師としての成長にもつながっていくと思っております。まだまだ未熟者ではございますが、日々精進してまいりますので、ご指導ご鞭撻のほど、何卒よろしくお願ひ申し上げます。



泌尿器科 医師
三原 悠

2026年4月より泌尿器科医として赴任しました三原 悠（みはら ゆう）と申します。
鳥根県松江市出身で、鳥取大学医学部を卒業し、松江赤十字病院・鳥取大学医学部附属病院での初期臨床研修を行い鳥取大学泌尿器科へ入局しました。入局後は鳥取大学、浜田医療センター、山陰労災病院、松江市立病院で勤務をしております。
尿路結石・排尿に関するお困り事や、前立腺癌・膀胱癌といった悪性疾患に関する事など、何でもお気軽にご相談下さい。まだまだ若輩者ではございますが、この地域の皆様のお役に立てますよう日々精進してまいりますので、何卒宜しくお願ひいたします。



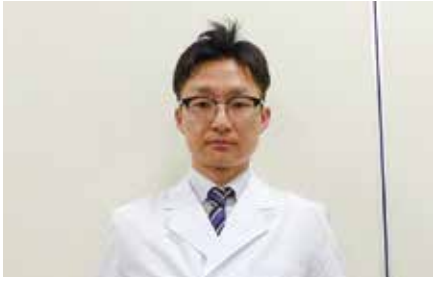
麻酔科 医師
上平 菜月

この度米子医療センターに赴任いたしました上平菜月（かみひら なづき）と申します。
出身は滋賀県大津市で、洛南高校、鳥取大学を卒業し、卒業後は鳥取大学医学部附属病院にて勤務しておりました。
以前より外勤で度々来させてもらう機会があったり、私自身がこちらで手術、入院させていただいたこともあり、とてもご縁を感じております。赴任初日からスタッフの皆様には気さくに話しかけていただき、皆様の優しいお人柄のおかげで毎日楽しく診療をしております。ありがとうございます。
おいしいごはんを食べたり、体を動かしたりするのが好きなので、休日はラーメンを食べに行ったり、ジムでトレーニングしたり、友達とカフェに行ったりして過ごしています。おいしいごはん屋さんの話なども皆さんとできれば嬉しいです。
どうぞよろしくお願ひします。



臨床研修医
河村 陸

初期臨床研修医1年目の河村陸（かわむら りく）と申します。
広島県福山市出身で、鳥取大学を卒業しました。
研修が始まって間もないですが、先生方に優しくご指導いただき業務に徐々に慣れていくことができました。職員の方々もまだ緊張が残る私に話しかけてくださり、医療センターの暖かさに感銘を受けています。私はこの米子市の温かい地域性や人々のつながりに魅力を感じておりこの地域で医療に携わりたいと考えておりました。大学時代からのご縁も大切にしながら、医療の側面以外でも地域全体の活性化に少しでも貢献できるように努めてまいります。
若輩者ではございますが医師としての自覚を持ち、この医療センターの先生方のような患者さんに一人ひとりに寄り添い、治療だけでなくその後の生活まで見据えた医療を実践できる医療人を目指し、日々精進してまいります。
ご指導ご鞭撻のほどよろしくお願ひいたします。



臨床研修医
内田 佑介

初期臨床研修医1年目の内田佑介(うちだ ゆうすけ)と申します。

兵庫県神戸市北区出身で、鳥取大学を卒業しました。米子医療センターに就職させていただき、とても嬉しく思っています。両親をはじめ、いろいろな方々や社会の支援を受けて医師になることができ、これから報いていきたいという思いです。先生方、医療スタッフの方々、事務の方々にはご迷惑をかけてばかりですが、温かくご指導ご支援をいただき、とても有難く感じております。日々の準備、実践、反省を繰り返して、早く役に立てるように努力します。今後ともご指導ご鞭撻のほど、何卒よろしく願いいたします。

第40回 米子医療センター 市民公開講座のご案内

開催日時

2026年6月20日(土)
10:00~11:00

場 所

米子医療連携センター1階
くずもホール



演題1

「乳がんから命を守ろう！」

～検診・診断・治療について～

講師：胸部・乳腺外科医長 万木 洋平

演題2

「乳がん診療における
看護師の役割」

～当院の乳がん患者のサポートについて～

講師：5階病棟看護師 中島 香織

※参加費、事前の申し込みは不要です

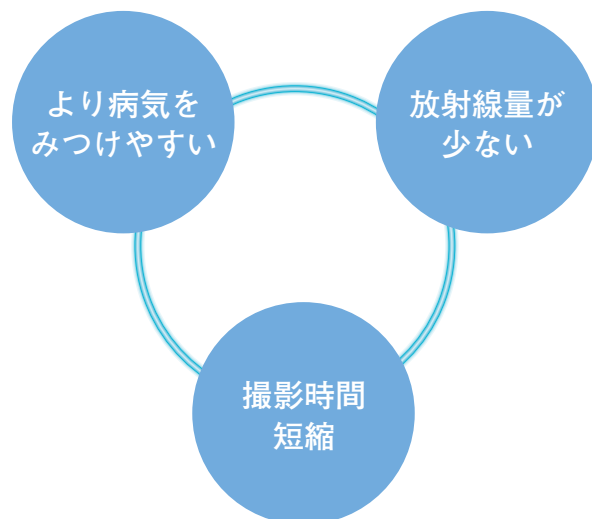
お問い合わせ先 米子医療センター地域医療連携室 電話：0859-37-3930

放射線科

マンモグラフィ装置が新しくなりました



診療放射線技師 主任 森脇 明啓



2026年3月にマンモグラフィ装置を更新しました。従来使用していたキャノンメディカルシステムズ MammoREX Peru・ruという装置から、新しくフジフィルムメディカル AMULET SOPHINITYという装置に変わりました。

今回の目玉はトモシンセシスができるようになったことです。従来のマンモグラフィではCC+MLOという2方向からの2D撮影を主に行っていましたが、乳腺の重なりにより病気を見つけにくくなってしまっていました。また、病気がないのに病気に見えてしまうということもありました。トモシンセシスでは機械が回転しながら撮影することで、奥行きのある画像が作れるので乳腺の重なりを分離することができます。

新しく導入した機種は画像処理技術により放射線被ばく低減を行っているため、従来の2D画像に加えてトモシンセシスを撮影しても2mGy程度です。DRLs2025という被ばくの基準に

おけるPMMA40mmの2.2mGyを下回ります。2D、トモシンセシスそれぞれでも基準の線量を下回っているため、放射線被ばくの心配は少ないと考えられます。

トモシンセシスは続けて2D撮影も行うので、1方向の撮影時間は一連で15秒程度です。これは他のマンモグラフィ装置と比較して短時間で撮影ができるようになっています。

トモシンセシス以外では、乳房の圧迫圧を減らすための「なごむね」という機能があります。また、撮影可能な領域が広がったことで乳腺が奥まで写りやすくなっています。低線量・高画質といった面でも進歩しています。

今後ともより価値の高い画像を提供していけるように努力していきますので、米子医療センター放射線科をよろしくお願いいたします。

地域医療連携室の掲示板

地域医療連携係長 吉野 眞由美

在宅ケア研修会のお知らせ

米子医療センターでは、今年度も地域の医療や介護に従事されている方を対象に在宅ケア研修会を開催いたします。講師には各分野で活躍されている認定看護師さんを中心に多職種の方々のご協力をいただいております。気軽に参加していただける研修会を目指し、年12回の研修会を企画しています。昨年度も多くの方々に参加していただきました。ご参加いただいた方からは「事例もたくさん聞けてとても分かりやすかった」「写真やイラストも含め、シンプルにまとめられていて見やすい資料でとても勉強になります」「丁寧に説明していただき、とても分かりやすく、実践してみたいと思うことがたくさんあってよかった」という感想が聞かれました。この研修会では地域の医療従事者の皆様に役立てていただける情報をお届けできればと考えております。皆様方のご参加心よりお待ちしております。



2026年度 米子医療センター在宅ケア研修会

日程予定
研修場所

【開催予定】下記日程のとおりですが、日程変更の場合もあります
【場 所】米子医療連携センター1階 くずもホール 【時 間】18:00~19:00

参加人数

20～40名程度

参加費

無料

テーマ

「在宅看護・介護に生かすための専門的知識・技術について学び実践に活かす」

研修の
ねらい

1. 地域医療支援病院・地域がん診療連携拠点に準ずる病院として地域への教育機関の役割を発揮し、地域医療及びがん医療の均てん化を図る。
2. 地域医療従事者のニーズに応じ、地域医療に必要な知識・技術を提供し、医療福祉施設、在宅支援における実践活動に繋げる。

研修対象

地域医療に従事している看護職・介護医療従事者

研修
スケジュール

◎研修予定

日 時	研修会内容	講 師
4月23日	がん化学療法看護	がん化学療法認定看護師 小谷奈穂子
5月28日	糖尿病看護	糖尿病看護認定看護師 遠藤 朋子
6月25日	感染管理	感染管理認定看護師 遠藤 萌
7月23日	がん性創傷ケアと栄養	皮膚・排泄ケア認定看護師 船越 知春 管理栄養士 田中 哉枝
8月27日	高齢者のスキンケア	皮膚・排泄ケア認定看護師 生田奈都子
9月17日	認知症看護	認知症看護認定看護師 吉田 由香
10月22日	緩和ケア	緩和ケア認定看護師 大林 香織
11月26日	感染管理	感染管理認定看護師 荻 幹
12月17日	緩和ケア	緩和ケア認定看護師 大林 香織
1月28日	在宅でできるリハビリ	理学療法士 寺本 聖菜
2月25日	乳がん看護	乳がん看護認定看護師 長本 奈美 中島 香織
3月18日	リンパ浮腫看護	リンパセラピスト 野上菜穂子 江戸 彩香

☆研修予定の1か月前には、研修案内・参加申込書を送付いたします。

栄養管理室の掲示板



管理栄養士
川上 穂南

栄養満点

☆ベジフィュー ～万能ソースがけ～



【材料(1人分)】

豆苗	30g
なす	20g
豚肉(しゃぶしゃぶ用)	60g
塩	0.1g
コショウ	0.05g

万能ソース

オクラ	1本
長いも	20g
トマト	1/8個
もずく	15g
めんつゆ(3倍濃縮)	小さじ2
ごま油	小さじ1/2

◇暑くなる季節を乗り切ろう!

皆さん最近気温も上昇してきましたが体調崩されていないですか?これから本格的に暑くなると食欲がない、疲れやすい、体がだるいといった夏バテの症状が出てくる可能性があります。そんな夏バテを予防するレシピを今回は紹介します。今回使用した野菜は、なす、オクラ、トマトです。水分やカリウムを多く含んでおり、摂取することで水分を補いつつ、カリウムの利尿作用で熱を持った体を冷やしてくれる働きもあります。また、紫外線から身を守るために役立つ、抗酸化作用のあるβ-カロテンやビタミンC、ビタミンEなどの栄養素も豊富に含んでいて、細胞の健康にも役立ちます。

万能ソースはそばやそうめんなどにも合うので、食欲がないときでものど越しが良く食べやすいです。レシピで使用している豚肉はビタミンB₁を多く含み、疲労回復の効果があります。ミンチに変えても食べやすくなるので試してみてください。豚肉の下に層にする野菜は冷凍の野菜やカット野菜などお好みのものに変更しても大丈夫です。冷やして食べるとサラダ感覚で食べられます!

【栄養成分(1人分当たり)】

エネルギー:159kcal	炭水化物:4.1g
タンパク質:11.0g	塩分:1.2g
脂質:9.1g	

【作り方】

- ①なすは縦に薄くスライスし、なす、豆苗、豚肉の順にフライパンに層にして並べる。
- ②蓋をして、10分ほど蒸し焼きにする。
- ③万能ソースのオクラは2mm幅、長芋とトマトは5mm角に切り、もずく、めんつゆ、ごま油と和える。
- ④②の火が通ったら皿に盛り付け、③のソースをかけて完成。

レシピ提供:美作大学実習生

卒業生代表 矢野 晴愛



まだ肌に残る冷たさの中にも、どこか春の気配を感じる今日のこの良き日に、私たち57回生26名は、卒業の日を迎えることができました。本日は、私たちのために、このような盛大な卒業式を挙行していただき、誠にありがとうございます。また、ご多用の中、ご臨席くださいました学校長先生をはじめ諸先生方、ならびにご来賓の皆様、米子医療センターの職員の皆様方には、卒業生一同、心から感謝申し上げます。

3年前の4月、私たちは看護学校に入学しました。他の学年よりも人数の少ない私たち。小さな集団だからこそ、支えあひながら歩んでいくことを、入学したその日から感じていたように思います。

ともに学び、一年次に迎えた宣誓式。学年のテーマは「芽（芽生え）」でした。まだ蕾にもなれていない小さな芽である私たちが、これから学びを重ね、それぞれの場所で花を咲かせるように。そのような思いを込めました。胸には今日と同じ、ピンクのガーベラとカスミソウのコサージュ。あの日の私たちは、期待と同じくらい不安を抱えていました。あれから3年。私たちはあの日の花にどれほど近づくことができたでしょうか。

私が3年間の中で特に印象に残っているのは成人・老年看護学実習の終末期実習です。終末期というと、日常生活動作の援助などの身体的なケアを多く行う場面を想像していました。しかし、血液内科で出会った患者様は日常生活動作が自立されており、その姿からは大きな病と向き合っておられると感じさせないほどでした。日常生活動作の援助を行う機会は多くなく、私は多くの時間を患者様の病室でお話をして過ごしていました。

同じグループのメンバーが次々と日常生活援助などの看護技術を実践していく中で、「私は患者様に何もできていないのではないか」「これでよいのだろうか」と焦りや不甲斐なさを感じていました。

しかし、同じ時間を共にする中で、患者様の人生観や大切にしてこられたもの、そして大きな病を前に揺れ動く思いに触れるようになりました。外見からは想像できなかった葛藤や不安、これまでの人生を振り返る静かな時間が、そこには確かに

ありました。

そしてある日、患者様が「こんな話、あなたにしかしたことない」「いてくれるだけで安心する」と言ってくださいました。その言葉に、身体的な援助だけが看護ではないことを教えられました。そばにいて、耳を傾けること、その人の人生に寄り添うことも、大切な看護なのだと気づかされました。

あの日の経験は、看護の本質に気づくとともに、私の中に看護の芽を育ててくれました。ご自身が病と向き合わなければならない状況においても、私たち看護学生を受け入れ、学びの機会を与えてくださった患者様やそのご家族の皆様、改めて感謝申し上げます。そしてご指導いただいた教職員の皆様、受け入れてくださった実習先の皆様、見守り続けてくれた家族。皆様の存在が水や光となり、私たちの芽を育ててくださいました。心より感謝申し上げます。

在校生の皆さん、皆さんの学年が、この学び舎で学ぶ最後の学年となります。長い歴史に幕を下ろすその瞬間に立ち会う皆さんだからこそ、この場所で過ごす一日一日を大切に、たくさんの思い出を刻んでほしいと願っています。これから、多重課題の日々の中で、自分の未熟さに向き合う苦しさに心折れそうになることもあるかもしれませんが、つらくなった時には一人で抱えこまず、周囲を頼ることを忘れないでください。助けを求めることは弱さではなく、前に進むための力だと思えます。

57回生の皆さん、私たちの学年は誰かが笑えばみんなが笑う。そんな学年だったと思います。実習や国家試験、進路の決定に追われた日々も今では思い出の一つです。そう思えるのは、皆さんと過ごした日々の温かさがあったからこそだと思います。

私たちはまだ満開の花ではありません。しかし、3年前に誓ったあの日の気持ちを胸に、それぞれの場所で根を張り、おかれた場所で咲ける看護師へと成長していきます。

最後になりましたが、ここにお集まりいただきました皆様方、ご健康とご多幸を心から祈念し、答辞とさせていただきます。



保存版

外来診療担当表

令和8年5月1日現在 切り取ってお使いいただけます

診療科	曜日	月	火	水	木	金	備考
呼吸器内科		鯨岡 直人	池内 智行	唐下 泰一	池内 智行	唐下 泰一	
		山本 光紘			山本 光紘		
	専門外来		阪本智宏[肺がん外来]			野中 喬文	
消化器内科		香田 正晴	原田 賢一	松岡 宏至	香田 正晴	松岡 宏至	
		平井実佳子	角田 宏明	角田 宏明	平井実佳子	原田 賢一	
				大山 賢治			肝臓
血液腫瘍内科			前垣 雅哉	原 健太郎		原 健太郎	
		杉本 里乃	原 健太郎	但馬史人[第2・第4] 杉本 里乃 [第1・第3・第5]		河村 浩二	完全予約制
専門外来				フォローアップ			[診療時間] 13時~14時(予約制)
循環器内科	専門外来	福木 昌治	福木 昌治	福木 昌治	中村研介[第3]	福木 昌治	
糖尿病・代謝内科		角 啓佑	石井有李子	角 啓佑	石井有李子	門脇佳名子 [第1・第3・第5]	[診療時間] (月曜日): ペースメーカー外来 13時30分~予約制
緩和ケア内科		八杉 晶子	八杉 晶子	八杉 晶子	八杉 晶子	八杉 晶子	初診は紹介のみ
腎臓内科			鳥大医師	山本真理絵	山本真理絵	山本真理絵	*新患は要予約
神経内科						守安正太郎	初診は水曜日、金曜日 再診は木曜日
健診		須田多香子	須田多香子	須田多香子	須田多香子	鯨岡 直人	初診は紹介のみ
小児科	午前	西村 玲	佐々木佳裕	上山 潤一	西村 玲	佐々木佳裕	事前予約のみ *乳がん・子宮がん検診を除く
	午後	佐々木佳裕	西村 玲	交替医[急患のみ]	佐々木佳裕	上山 潤一	[診療時間] 8時30分~
	専門外来		佐々木佳裕 [アレルギー]	交替医 [乳児健診] [予防接種]	検 査		[診療時間] 15時~17時
消化器・一般外科		奈賀 卓司	交替医	牧野谷真弘	谷口健次郎	石黒 諒	[診療時間] 午後~ *詳細な時間は お問い合わせください
	専門外来	浅山 皓太					第1,3週のみ 予約制 [診療時間] 13時~16時
胸部・乳腺外科		万木 洋平	万木 洋平	万木 洋平	鳥大医師	万木 洋平	*火・金の13時~15時も 初診を受け付けます
	専門外来	リンパ浮腫	深谷 由美	リンパ浮腫		深谷 由美	予約制 *リンパ浮腫は 月・水曜日の午前中のみ
整形外科		遠藤 宏治	遠藤 宏治	大槻 亮二	南崎 剛 [木曜日午前]	藤田 章啓	
		藤田 章啓	林原 雅子	中山 翼	大槻 亮二	林原 雅子	
	専門外来	遠藤 宏治	遠藤 宏治		南崎 剛 [木曜日午前]		骨軟部腫瘍
専門外来		林原 雅子		大槻 亮二	林原 雅子	火曜:関節リウマチ外来 木曜:関節外科外来 金曜:手の外科外来	
泌尿器科		磯山 忠広			磯山 忠広	磯山 忠広	
		三原 悠	安川 流生	大松留実子	三原 悠	三原 悠	
放射線科	専門外来	杉原 修司	杉原 修司	杉原 修司	杉原 修司	杉原 修司	放射線治療(完全予約制)
歯科口腔外科			土井理恵子	土井理恵子	土井理恵子	小谷 勇 [金曜日午後]	金曜日(月2回不定期・予約のみ)
耳鼻咽喉科		鳥大医師	山本 祐子		鳥大医師		
眼科			鳥大医師		鳥大医師		
婦人科						鳥大医師	7月~12月のみ月・金

時間 (診療受付) 8時30分~11時



国立病院機構 米子医療センター

〒683-0006 鳥取県米子市車尾4丁目17番1号
TEL.0859-33-7111(代) FAX.0859-34-1580(代)

診療情報提供書・FAXによる紹介状の送信先

地域医療連携室 直通FAX:0859-37-3931
トリップ(病院紹介システム)による紹介状の受付もしております。