

共済病院だより

VOL.59

〒336-0931埼玉県さいたま市緑区原山3-15-31 TEL.048-882-2867
FAX.048-882-2887 <http://www.kyosai-hosp.or.jp/>



写真紹介

①整形外科医師

②訪問看護・在宅支援室カンファレンス

③2階看護師

④手術室看護師

共済病院 整形外科 脊椎外科 特集

目次

- トピックス①「脊椎外科とリハビリテーションの取り組み」
- トピックス②「第2手術室 開設のご案内」
- 季節のレシピ
- 共済病院からのお知らせ

脊椎外科とは

脊椎外科は、首から腰までの背骨（脊椎）やその周囲の神経・筋肉に関する疾患を専門に扱う整形外科の中の一分野です。加齢や外傷などにより、神経の圧迫や骨の変形が起こることで、痛みやしびれ、運動障害などの症状が現れます。主な病気は腰部脊柱管狭窄症や腰椎椎間板ヘルニアなどがあります。

脊椎外科では、薬物療法やリハビリテーション、必要に応じて手術などを通じて、患者さんの生活の質（QOL）の改善を目指します。

■ 腰部脊柱管狭窄症とは

腰部脊柱管狭窄症は、腰の背骨の中を通る「脊柱管」が狭くなり、その中を通る神経（馬尾神経や神経根）が圧迫されることで、さまざまな症状が出る疾患です。

● 主な症状

- ・腰やお尻、脚の痛み・しびれ、力が入りにくくなる
- ・長く歩くと脚がだるくなり、休むと回復する（間欠性跛行）
- ・尿や便が出にくくなる（重症例）

■ 治療方法について

初期は薬物療法やリハビリテーションを行い、症状の改善を図ります。

しかし、これらの治療で十分な効果が得られない場合や、日常生活に支障をきたすほどの強い症状がある場合には、手術による治療が検討されます。

■ 新しい手術法「LLIF（側方椎体間固定術）」について

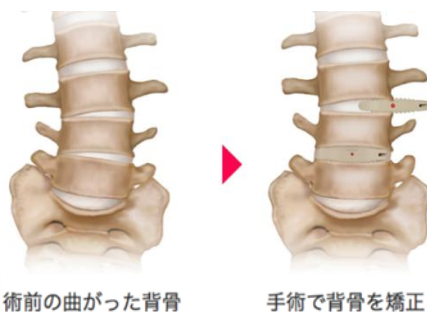
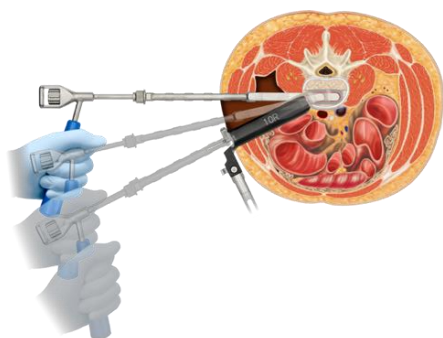
近年、注目されている腰椎の手術法に「LLIF（Lateral Lumbar Interbody Fusion）」と呼ばれる側方椎体間固定術があります。実施資格を有する医師しか行えませんが、**当院では実施可能**です。

● LLIFとは？

LLIFは、患者さんを横向きにして手術を行い、身体の側方（わき腹）から椎間板にアプローチして背骨の間に人工のケージ（スペーサー）を挿入し、背骨を矯正し、固定・安定化させる方法です。

● LLIFのメリット

- ・背中や筋肉や骨を大きく傷めずにすみ、手術時間や入院期間の短縮が期待できる
- ・神経の周囲に直接触れないため、術後の神経障害リスクが少ない



術前の曲がった背骨

手術で背骨を矯正

■リハビリテーションの取り組み

脊椎外科におけるリハビリテーションは、手術後の回復だけでなく、手術を避けるためにも重要な役割を果たします。当院では、患者さん一人ひとりに合わせたリハビリプランを提供し、生活の質（QOL）の向上を目指します。

●主なリハビリ内容

運動療法

腰や背中の筋力を強化し、柔軟性を高めるストレッチや筋力トレーニングを行います。これにより、再発防止と日常生活動作の改善を図ります。

物理療法

温熱療法や電気刺激療法で痛みを軽減し、筋肉の緊張をほぐします。

姿勢指導

正しい姿勢を身につけ、脊椎にかかる負担を軽減します。



リハビリを通じて、患者さんがより快適な生活を送れるようサポートしていきます。



整形外科医長 神田 翔太郎（かんだ しょうたろう）
主な診療分野 脊椎、整形外科一般
略歴 2008年/山形大学医学部医学科卒
2018年/自治医科大学附属さいたま医療センター
2019年/さっぽろ脊椎外科クリニック
2025年/共済病院 整形外科

日本整形外科学会専門医
日本整形外科学会認定脊椎脊髄病医
日本脊椎脊髄病学会指導医

第2手術室 開設のご案内 ～より安全で円滑な手術体制の実現に向けて～



令和7年6月、共済病院では新たに「第2手術室」を開設いたしました。当院は、地域の皆さまに支えられながら60年以上にわたり医療を提供してまいりました。2012年10月には新病院への建て替えを行い、その際、将来の需要増加を見据えて2つの手術室を整備できる構造としていましたが、運用は第1手術室のみでスタートしておりました。

手術室は外科・整形外科・婦人科の3診療科が曜日や時間を調整しながら使用してきましたが、近年、患者さんの増加に伴って手術件数が増え、1室のみでは対応が困難な場面が多くなってきました。手術が長時間にわたり終了が夜遅くなることや、緊急手術への対応が難しいケースも生じ、医療安全の面でも課題を感じておりました。

これらの課題を解決すべく、第2手術室の整備は長年の懸案でしたが、医療を取り巻く厳しい経済状況などから、実現には時間を要しておりました。このたび、コロナ禍を経て経営が徐々に安定したことを受け、ようやく整備に着手し、無事開設の運びとなりました。

新たな手術室の開設によって、手術件数がすぐに倍増するわけではありませんが、手術スケジュールの柔軟な調整が可能となり、スタッフの負担軽減や緊急手術への迅速な対応など、より安全で効率的な手術体制の構築が期待されます。

今後も、患者さんにご家族に安心して治療を受けていただける医療環境づくりに努めてまいります。新たな一步を踏み出した共済病院手術室に、どうぞご期待ください。



共済病院院長（外科） 星野徹

訪問リハビリからの生活アドバイス



安心して歩くために ～歩行補助具の選び方ガイド～

「最近つまずきやすくなった」「歩くのが不安で外出を控えている」そんな方におすすめなのが「歩行補助具」です。正しく選ぶことで、転倒予防や体への負担軽減につながります。

訪問リハビリでは、お一人おひとりの体力・環境・目的に合わせた歩行補助具を一緒に考えます。

■ 歩行補助具の種類と特徴

補助具	特徴	おすすめの方	ポイント
杖 (T字杖・伸縮式杖)	軽量で運びやすい	歩行が不安な方	身長に合わせた長さが重要
多点杖	先端が3点や4点で安定性抜群	バランスに不安がある方	立ち上がり時にも使いやすい
歩行器 (固定型・交互型)	両手で支えるため非常に安定	両足の筋力が低下している方	室内移動やリハビリ中に最適
シルバーカー	買い物かご付きのタイプも多く便利	長距離歩行が不安な方	座面付きなら休憩も可能



T字杖



四点杖



歩行器



シルバーカー

■ 歩行補助具を選ぶときの3つのポイント

- ① 体格・筋力に合った高さを選ぶ。杖は肘を軽く曲げた状態でグリップが手首の高さになるものが理想です。
- ② 生活環境に合わせる。室内中心なら軽量タイプ、外出が多い方は安定性の高いタイプがおすすめ。
- ③ 専門職に相談する。理学療法士、作業療法士が実際の歩行をチェックし、最適な補助具を提案します。

訪問看護についてのお問合せはこちらです

共済病院訪問看護ステーション アンジュ(24時間対応)

訪問日：月曜日～金曜日 土日祝日・年末年始お休み

訪問時間：9時～17時まで

※24時間ご連絡がとれる体制をとっています。

TEL 048-711-1039

FAX 048-711-1503



季節を味わう～栄養科～

管理栄養士が勧めるお料理レシピ秋刀魚でごはん

今年は秋刀魚が豊漁とのこと。不漁だった去年に比べ脂の乗りも格段に良く、お値段もお手頃と嬉しいところです。青魚特有のDHAやEPAを始めビタミンDが豊富。骨ごと食べればカルシウムもたっぷりと栄養的に申し分ない食材を使わない手はありません。新鮮なら塩焼きで食べるのがシンプルイズベストですが、今回は少し手を加えたお料理をご紹介します。和風だけでなく洋風料理にも意外と合います。是非お試しあれ。

秋刀魚の蒲焼丼

***1人分 エネルギー576kcal塩分2.5g**

－材料－（2人分）

- ・秋刀魚2尾
- ・大葉 4枚
- ・小葱少々
- ・小麦粉大匙2
- ・みょうが 1個
- ・油大匙1
- ・白ごま、山椒 適宜
- ・ごはん 150g×2

A 醤油 大匙2 酒 大匙1 砂糖 大匙1
みりん 大匙1 おろし生姜 少々

－おすすめポイント－
三枚おろしが面倒な場合は魚屋さんで下調理してもらって時短に。市販の蒲焼のたれを使うとさらに簡単です



－作り方－

- ① 秋刀魚は三枚おろしにして1枚を半分に切り、塩(分量外)を振ってしばらくおく。流水で洗いキッチンペーパーで水気を取り、小麦ををまぶしておく。Aを合わせてたれを作る。みょうがは千切りにする。
- ② フライパンに油をしき①の秋刀魚を皮目の方から先に両面焼く。火が通ったらAのたれを回し入れ味をからめる。
- ③ 丼にご飯を盛り、フライパンに残ったたれを少々かけてから大葉をしき秋刀魚をのせ、小葱やみょうがを添える。白ごま、山椒を振っていただく。

秋刀魚のアラビアータ



***1人分 エネルギー587kcal 塩分2.0g**

－材料－（2人分）

- ・秋刀魚2尾（塩胡椒少々）
- ・小麦粉大匙2
- ・油大匙1
- ・ペンネマカロニ120g（スパゲッティでも可）

（トマトソース）

- ・玉葱小1個
- ・エリンギ1パック
- ・にんにく1かけ
- ・オリーブ油 大匙1
- ・白ワイン大匙2
- ・カットトマト1缶
- ・固形コンソメ 1個
- ・スパイス（バジル、オレガノ、唐辛子、ローズマリー適宜）
- ・塩、胡椒少々

－おすすめポイント－
圧力鍋を使うと骨までやわらかく食べられます

－作り方－

- ① 秋刀魚は頭と尻尾を落とし三つに筒切りし、内臓をとって洗い塩胡椒を振ってしばらくおく。小麦粉をまぶし(切り口にもつける)、油をしいたフライパンで焼き取り出す。玉葱とにんにくは粗みじん、エリンギは縦にスライスしておく。
- ② 鍋にオリーブ油を入れにんにくと玉葱を炒め、香りが出たらエリンギを加える。白ワイン、カットトマト、コンソメ、スパイスを入れて煮込む。①の秋刀魚を入れてさらに煮込み、塩胡椒で味を調える。
- ③ ペンネは好みの硬さに茹でる。②のソースをからめていただく。辛さはお好みで調節しましょう。

共済病院からの **おいらせ**

未来くるワーク（さいたま市中学生職業体験事業）

7月8日から10日までの3日間さいたま市立浦和中学校の2年生5名が未来くるワークに参加しました。全員医療関係の仕事に興味があり、積極的に質問する姿や、各部署で患者さん体験に意欲的に取り組んでくれました。ドラマで見る内容との違いや、裏側を知ること、病院は各部署それぞれが孤立した存在に見えていても、実際は全てが繋がっている人たちが関わっていることが学べたと話していました。私達病院スタッフも、明るく意欲的な学生さん達と関わることでたくさんエネルギーをもらい、有意義な時間を過ごすことができました。

今回学生さん達が未来くるワークに参加して、その経験や学びを周りの人に伝えることで、いつか誰かのために役立つ日が来ることを楽しみにしています。

2階病棟 看護師：田野 美津紀



リハビリテーション科に臨床実習生がきてくれました

令和7年9月1日から9月4日までの期間、人間総合科学大学理学療法学科2年生の学生さんが、当院リハビリテーション科で臨床実習を行いました。

実習中は、患者さんへの対応やリハビリ業務を通して、理学療法士としての実践力を学ばれました。

ご協力いただいた患者さん、関係者の皆さまに感謝申し上げます。当院は今後も、医療人材の育成に積極的に取り組んでまいります。



一週間の臨床実習を受け入れてくださり、本当にありがとうございました。理学療法士の仕事だけでなく他職種との関わりなど見学させていただき医療従事者がどんな仕事をしているのかイメージしたり実感することができました。患者さん、医療従事者の皆さま、そして、共済病院の関係者の方々のおかげでものすごく良い経験になり、勉強になりました。本当にありがとうございました。

人間総合科学大学 2年 実習生より

一週間の見学実習ありがとうございました。測定などを実際に体験させていただき、授業で学んだ知識をどのように臨床で活かすのか、評価をする際に患者さんの症状をどのように捉えるかなど、授業では学ぶことができないことを学ぶことができました。また、多くの患者さんと会話をすることができ、様々なコミュニケーションスキルを学ぶことができました。一週間ありがとうございました。

人間総合科学大学 2年 実習生より

実習お疲れさまでした。1週間という限られた期間の中で、患者さんとの関わりやチーム医療の大切さをしっかりと感じ取り、積極的に学ぶ姿勢がとても印象的でした。

現場での経験を通して得た気づきや学びは、これから理学療法士として成長していく上で、必ず大きな力になるはずです。

実習での経験を糧に頑張ってください。応援しています！



リハビリテーション科科長 内山仁志

緑区合同ケアマネ交流会参加報告

在宅支援室室長 高野 浩子

令和7年7月16日、緑区南部圏域合同ケアマネ交流会（@プラザイースト）に、共済病院より5名が参加しました。当院からは、共済病院の特徴や訪問診療・訪問看護の紹介を行いました。その後の交流検討会では、患者さん宅に伺う中でのハラスメントについて、訪問診療・訪問看護・訪問リハビリ・ケアマネなど、事例検討や意見交換を行いました。地域からの参加者が70名近くの中、闊達な意見交換の場になりました。



永年勤続職員の紹介

勤続20年



大学卒業後、研修病院やへき地の医療機関を3年ごとに転々としてきた私が共済病院に20年勤務できたのは、ひとえに共済病院が働きやすい病院だったということに他なりません。医師を始め、看護師やコメディカルスタッフ、事務職員の和気あいあいとした雰囲気、そして何より地域の患者さんの人柄によるところが大きいと感じています。逆にそのような人間関係に甘えてしまって、多くの方に面倒をかける羽目になったのではないかと危惧しています。

共済病院に就職するにあたり、私がやりたかったことは、前任地である新潟県の「ゆきぐに大和病院」で学んだ地域医療を、さいたま市でも展開することでした。健診センターでの健康づくり、診療部門での診断や治療、訪問診療・看護で住み慣れた自宅での介護をお手伝いするという、保健・医療・介護の三位一体の施設が、この頃ようやく形になってきました。当院の理念である、「医療を通して地域の方々を支える」を、今後も発展させていきたいと考えています。

理事長 本松茂

勤続10年



10年の永年勤続表彰をしていただきありがとうございます。今の私があるのは院長をはじめとする先生方や看護部長、師長の指導があってこそだと思っています。仕事で悩んだ時や体調不良の時に細やかな声かけや勤務の配慮をしていただき常に支えてもらっていたことに感謝しております。気が付けば病棟で一番年上となり若いスタッフに日々助けてもらっています。

これからも共済病院の繁栄のために1年でも長く勤務できるよう努力していききたいと思います。
2階病棟 看護師 秋山良子

勤続10年



長いようであっという間の10年でした。まったく経験したことのない医療の現場で、これまで長く勤めることができたのは、一緒に働くスタッフはもちろん、毎年健診センターを利用させていただいている受診者様のおかげです。次回も共済病院の健診センターを利用したいと思っていただけるよう努力してまいります。

今後とも、どうぞよろしくお願い致します。

健診 鈴木由紀

編集後記

今月号では、整形外科・脊椎外科の特集をお届けしました。

近年、腰痛や肩こりなどの慢性的な症状に悩む方が増えており、当院でも多くの患者様からご相談をいただいています。今回の記事では、脊椎疾患の最新治療や、リハビリテーションの取り組みについてご紹介しました。

当院で大切にしていることは「痛みを取る」だけでなく「生活の質を高める」ことを目指した医療の重要性です。日々の小さな不調や違和感も、放置せずに専門医へ相談することで、より快適な暮らしにつながる可能性があります。

これからも、皆様の健康に役立つ情報をわかりやすくお届けできるよう、スタッフ一同努めてまいります。ぜひ、ご家族やご友人と情報を共有していただければ幸いです。

共済病院 広報委員会 一同（大和、佐藤、沖、森、村岡、藤生、石渡）



医療法人博仁会 共済病院

☎ 048-882-2867

〒336-0931
埼玉県さいたま市緑区原山3-15-31

受付時間 8:45～11:30/13:00～17:00
予約変更 14:00～17:00
休診日 土曜午後・日曜・祝日・年末年始

《理念と基本方針》

★地域を支える医療

地域において求められている病院の役割に基づき、地域の皆様、医療機関、介護施設、福祉施設、行政との連携を大切にして、皆様の健康を支えるために愛され、親しまれ、信頼される病院となることを目指します。

★安全で安心できる医療

健全な経営のもとに、患者様そしてご家族の皆様のご希望を尊重した上で、その病状に応じた適切な医療を提供します。

★患者様に寄り添った医療

患者様のプライバシー、真実を知る権利、自己決定権を尊重して、十分な検討を加えた上でよりよい医療を提供します。

★全職員の自己研鑽による質の高い医療

医療従事者としての自覚のもとに自ら心身の健康保持と増進に努め、また修練を重ねることでそれぞれの医療知識と技術の向上、そして創意工夫に努めます。

《診療科目》

内科：循環器内科・消化器内科・呼吸器内科・糖尿病内科・内視鏡内科
外科：消化器外科・乳腺外科・肛門外科・内視鏡外科
整形外科
婦人科
麻酔科

《附属施設》

健診センター
訪問診療
訪問看護ステーション



共済病院訪問看護ステーション アンジュ(24時間対応)

訪問日：月曜日～金曜日 土日祝日・年末年始お休み

訪問時間：9時～17時まで

※24時間ご連絡がとれる体制をとっています。

TEL 048-711-1039

FAX 048-711-1503



【交通】

■浦和駅東口 ①番バス停乗り場
原山三丁目共済病院前 下車徒歩 1分

■東浦和駅 ④番乗り場
原山三丁目共済病院前下車徒歩 1分

■病院無料駐車場31台

外来診察表

<https://www.kyosai-hosp.or.jp/sinryoubu>



SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

医療法人博仁会 共済病院
SDGs 宣言



多様な働き方実践企業

共済病院はプラチナプラス認定企業です



男性育休
推進宣言企業
埼玉県

