

**昌林会の理念**  
生命の尊重と人間愛を基本とした、  
保健・医療・福祉にわたるサービスを提供し、  
地域社会に貢献する

発行所 **社会医療法人昌林会**

安来第一病院	介護老人保健施設	昌寿苑
安来訪問看護ステーション	介護老人保健施設	シヨウジ
ヘルパーステーション	認知症高齢者グループホーム	スズキ
認知症高齢者グループホーム	認知症高齢者グループホーム	のり
小規模多機能型居宅介護事業所	安来地域活動支援センター	すけ
デイサービスセンター	安来地域活動支援センター	やま
コミュニティハウス	コミュニティハウス	あけ
コミュニティハウス	コミュニティハウス	あけ
コミュニティハウス	コミュニティハウス	あけ

2025年 昌林会スローガン

# Take Action for the Future

## 未来に向かって動け!!



新春のお慶びを申し上げます。皆様のご健康とご多幸をお祈り申し上げます。

私たち社会医療法人昌林会は、地域の方々の健康を守り、皆さまが笑顔で過ごせる未来のために日々行動していく、という強い思いを、「Take Action for the Future 未来に向かって動け」という言葉に込めています。医療や介護、福祉サービスに関することでお困りのことがありましたら、お気軽にご相談ください。私たちにお手伝いできることがあるはずです。職員一同、全力で取り組んでまいります。本年もどうぞよろしくお願いいたします。

# 地域と共に歩む わたしたちの未来



社会医療法人昌林会  
安来第一病院  
すぎはら つとむ  
院長 杉原 勉

新年あけましておめでとうござ  
います。皆さまのご多幸をお祈  
り申し上げます。

◆2025年、安来第一病院と  
してより良いサービスを提供す  
るために今年は何んな取り組み  
をしていますか

やはり「安来市の医療を守る」  
ということですね。実は安来市  
荒島町にある医療法人森脇医院  
様の事業を2025年4月に社  
会医療法人昌林会が引き継ぐこ  
とになりました。長年、荒島地  
区を中心とした安来市の西側の  
地域医療にご尽力された森脇重  
光先生から、荒島の医療を当方  
に託したいとお話をいただきま

した。

開業医の先生が大事にされて  
きたその地域の医療を、私たち  
が同じように守っていくことも  
我々昌林会の使命ではないかと  
思っています。経営は昌林会にう  
つりますが、森脇先生は引き続  
き診療にあたられますし、新た  
な先生も来られる予定ですので、  
患者様にはこれまで同様、安心  
して受診していただきたいと思います。  
またお知らせをさせていただきます。

◆院長が思う昌林会、安来第一  
病院の強みは何でしょうか

私たち昌林会は、安来第一病  
院をはじめとして、介護保険事

業所や、障がい福祉の事業所な  
ど様々なサービスを提供してい  
ます。昨今は他業種の会社が施  
設や事業所を運営することも多  
いですが、私たちは社会医療法  
人昌林会として一体的な運営を  
行っています。運営面からも安心  
してお任せいただけると思ってお  
ります。何より、患者様の状態  
に合わせた支援ができるという  
のは強みです。在宅支援も可能  
ですし、生活期を支えるサポー  
ト体制もあります。連携を取り  
ながら、長く支援することが可  
能です。

そして、これは本当に昌林会  
の特長だと思わんですが、昌  
林会は様々な職種の職員がいて、  
誰もが主役になれる、活躍でき  
る場だなと感じています。この  
業種は、「医師」や「看護師」と  
いうイメージだと思わんですが、  
昌林会は全ての職種の方がメイ  
ンで活躍しています。こういうと  
ころもっとPRしていきたいで  
すね。

◆院長が医師として大切に思  
っていることは何ですか

私は乳腺専門医ですが、医師  
として初期の頃に、上司から「乳  
腺外科の患者様は女性で、患者  
様にとってデリケートな部分であ  
るから、医師として、最大限配  
慮しなさい。診察室のカーテン  
の開け閉めから配慮するように」  
と指導を受けました。このこと

は今でも心に残っていて、患者様  
に対する接遇や、心配りは忘れ  
ないようになっていますね。

◆昌林会の職員に期待すること  
や大事にして欲しいことはあり  
ますか

緩和ケア医として高名な大坂  
徹先生が提唱されている「言葉  
(ことぐすり)」「言葉は薬になる、  
というプロジェクトに賛同してい  
ます。技術やケアの仕方もち  
ろん大事ですが、コミュニケーション  
や思いやりをもった言葉は  
誰にとっても大事なものだと感じ  
ます。このことは常に意識して  
ほしいなと思いますね。

それとセルフケアも大事です。  
昨年11月には昭和大学の高宮有  
介先生に、セルフケアについて当  
院にて講演いただきました。  
良い仕事をするためには、職員  
自身が健康でなければいけません。  
楽しみを見つけたら、リラック  
スできる方法を見つれたり自  
分で自分を大事にしてあげて欲  
しいです。ちなみに私はどんなに  
忙しくても毎日15分間チエロを弾  
く時間を確保しています。上手  
になりたいという思いもあります  
が、この時間がセルフケアする  
時間でもあります。

◆院長が仕事やプライベートで  
取り組んでみたいことを教えて  
ください

私は今年度、子供の中学校で

PTA会長を務めさせてもらっ  
ていて、その中で感じたことで  
すが、地域に出ること、外部の  
方とコミュニケーションをとるこ  
とが本当に大事だなと感じまし  
た。そうして信頼関係が築いて  
けるのだなと実感したんです。  
私たち昌林会も、より地域に根  
差した活動が必要で、地域の方  
との結びつき、顔が見える関係  
性を築くことで、皆さまからの  
信頼、安心感を得られるのでは  
ないかと思えます。私たちは地  
域の方に支えられていることを  
忘れてはいけません。地域に貢  
献していきたいですね。

プライベートでは、ダイエット  
ですね(笑)。3、4年ぐらい取  
り組んでいて、約20kgの減量に  
成功しました。ジムでの筋力ト  
レーニングや、ランニングなど、  
もはやライフワークです。あとは、  
先ほどもお話ししたチエロです  
ね。ずっと続けていきたいなと思っ  
ています。

## 地域の皆様へ

私たちはサービスを提供する  
側ではありませんが、地域の皆さ  
まの理解を得られなければ成り  
立ちません。法人スタッフが可  
能な限り地域に溶け込んで活動  
してまいりますので、どうぞこ  
れからもよろしくお願いいたし  
ます。

# 糖尿病をもっと知ろう



内分泌・代謝・糖尿病内科／腎臓内科

すえひろ ただし  
医師 末廣 正

日本糖尿病学会糖尿病専門医  
日本腎臓学会腎臓専門医  
日本肥満学会肥満症専門医  
日本内科学会認定内科医

## 糖尿病はなぜ起こるのか

私たちのからだの中のすい臓(膵臓)から分泌されるインスリンは、血糖(血液中のブドウ糖)を下げる唯一のホルモンですが、このインスリンの分泌が減ったり、働きが悪かったりすると血糖が上昇し、高血糖となります。高血糖が持続する状態が糖尿病です。

インスリンの分泌が少ないのはその人の素因によるものですが、それだけで糖尿病になることはほとんどなく、インスリンの働きを抑える因子が加わり、はじめて糖尿病が起こります。

## 糖尿病になる原因

脂肪組織からはインスリンの働きを抑える物質が多く出てくるため、肥満は糖尿病の発症や悪化の大きな因子です。体を動かさないと筋肉で使用する血糖の量が減り、また、血糖を利用する効率が悪くなるため、血糖が上昇する方向に働きます。ストレスがあるとインスリンの働きを抑えるホルモン(アドレナリンなど)が分泌され、血糖を上昇させます。近年、文明の著しい発展のため、私たちは、肥満になりやすい、体を動かさない、ストレスが多いなどの環境に置かれています。

【ご予約・お問合せ】

新館地域連携室 ☎ 0854-22-3495

## 糖尿病が進行すると・・・

眼や腎臓、足先の神経などの細い血管が傷んで、視力障害、腎障害、神経障害などの合併症を引き起こします。また、心筋梗塞や脳卒中などの動脈硬化による疾患にもなりやすくなります。

## 糖尿病をコントロールするには

患者さん自身が自覚して食事や体を動かすことなどに注意を払わなければなりません。現在、血糖を下げる糖尿病のお薬やインスリンの注射薬は非常に進歩していますが、薬はあくまでも補助であり、患者さん自身が糖尿病をよく知り、自分自身で療養しなければ糖尿病をコントロールすることは不可能です。

## 糖尿病グループにご相談ください

糖尿病あるいは糖尿病の予備軍の方々は、糖尿病についてもっとよく理解し、医師や看護師、管理栄養士等と一緒に糖尿病を乗り越えましょう。

当院では皆さんのお役に立てるように、糖尿病グループを立ち上げました。いつでも相談に乗りますので受診の際など遠慮なくお声掛けください。

## 【内分泌・代謝・糖尿病内科】

	月	火	水	木	金
午前	末廣	末廣	末廣	末廣	
午後	鳥大第1内科	鳥大第1内科			

\*末廣医師 8:30 ~ 15:30 \*鳥大第1内科医師 9:00 ~ 16:30

## 糖尿病教室

2024年11月に安来第一病院において初の「糖尿病教室」を開催しました。今回の教室には、当院通院中の患者様やそのご家族様19名が参加されました。糖尿病に配慮した当院手作りのお弁当を食べながら、食事療法のポイントや、糖尿病はなぜ起こるのか、低血糖について学びを深めました。「甘いものやお酒がやめられない。どうしたらよいか」という質問があり、専門医から「運動をした後のごほうびとして楽しんだり、甘味料を代用したりすると良いですね。アルコールを摂取すると食欲が増えて自制心が働きにくくなるので、その点は注意が必要です」とアドバイスがありました。



次の開催は2025年2月下旬を予定しています。参加を希望される方は下記までお問合せください。

【教室に関するお問合せ】

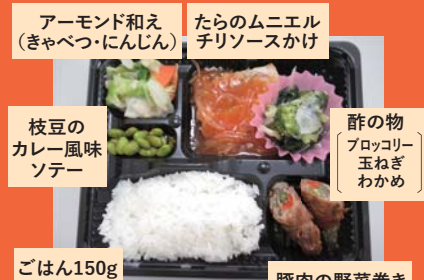
一般科総合受付 ☎ 0854-22-5555

## 【当日のプログラム】

- ①お弁当の紹介、食事のポイント(管理栄養士より)
- ②糖尿病はなぜ起こる?(末廣医師より)
- ③低血糖について(看護師より)
- ④質疑応答

## 【当日のお弁当】

エネルギー427kcal たんぱく質26.9g  
脂質10.3g 塩分2.0g



# 社会医療法人昌林会 安来第一病院 外来担当医表

2025年1月

診療科		月	火	水	木	金	土		
新館・東館	一般内科	初診 午前	卜蔵 浩和	加藤 和宏	森 正剛	加藤 和宏	当日担当医	島大第3内科 島大第3内科 (12:00迄)	
		再診 午後	江原 真理子 末廣 正	安達 裕宣 末廣 正 (第1週を除く) 大西 千恵 (第1週)	安達 裕宣	井上 雅之	安達 裕宣		
	内科専門外来	消化器 (内視鏡・超音波検査・胃がん検診) (予約制)	午前	井上 雅之 末廣 正 (15:30迄) 島大放射線治療科	森 正剛 末廣 正 (第1週を除く) (15:30迄)	足立 洋心	江原 真理子	加藤 和宏	
			午後	井上 雅之	安達 裕宣	安達 裕宣	井上 雅之	安達 裕宣	
		呼吸器	午前		河崎 雄司	加藤 和宏	鳥大第3内科 (12:00迄)	河崎 雄司	鳥大第3内科 (12:00迄)
			午後	加藤 和宏				加藤 和宏	
		循環器	午前	森 正剛	森 正剛 鳥大第1内科 加藤 雅彦	森 正剛	鳥大第1内科	森 正剛	
			午後		森 正剛 鳥大第1内科 加藤 雅彦 (16:30迄)		三明 淳一郎 (16:30迄)		
	内分泌・代謝・ 糖尿病内科(予約制)	午前	末廣 正 (15:30迄)	末廣 正 (15:30迄)	末廣 正 (15:30迄)	末廣 正 (15:30迄)			
		午後	鳥大第1内科 (9:00~16:30)	鳥大第1内科 (9:00~16:30)					
	腎臓内科	午前	末廣 正 (15:30迄)	末廣 正 (15:30迄)	末廣 正 (15:30迄)	末廣 正 (15:30迄)			
	腎臓内科	午後							
	乳腺外科 (乳がん検診) (予約制)	午前	杉原 勉	杉原 勉	杉原 勉		杉原 勉		
	緩和ケア内科 (予約制)	午前	杉原 勉	杉原 勉	杉原 勉		杉原 勉		
	神経内科	午前	卜蔵 浩和	卜蔵 浩和	卜蔵 浩和 島大第3内科	卜蔵 浩和		島大第3内科	
	神経内科	午後					島大第3内科 (15:00~)		
	小児科	午前	鳥大小児科 (17:00迄)	奈良井 榮	奈良井 榮	奈良井 榮	奈良井 榮	奈良井 榮	
	小児科	午後							
泌尿器科	午前	鳥大泌尿器科 武中 篤 (初診受付10:00迄)		高間 総一郎		高間 総一郎			
整形外科 (一部予約制)	午前	賀川 武(予約) 島大整形 (9:00~13:00)	賀川 武	賀川 武(予約) 島大整形 (9:00~12:30)	賀川 武	賀川 武(予約) 島大整形 (9:00~12:30)	島大整形		
	午後			島大整形 (13:30~16:00)		島大整形 (13:30~16:00)			
リウマチ科	午前	賀川 武	賀川 武	賀川 武	賀川 武	賀川 武			
リハビリテーション科	午前	島大整形 一般内科担当医	一般内科担当医	島大整形 一般内科担当医	一般内科担当医	島大整形 一般内科担当医	島大整形 一般内科担当医		
リハビリテーション科	午後	一般内科担当医							
外科	午前		足立 洋心		足立 洋心	足立 洋心			
皮膚科(予約制)	午前	鳥大皮膚科 (10:00迄)			鳥大皮膚科				
形成外科	午前		渡部 雅子	渡部 雅子		渡部 雅子			
	午後	渡部 雅子 (第2・4週) (16:00迄)			渡部 雅子 (16:00迄)				
救急担当	午前	鳥大救急 (第2・4週)	当日担当医	鳥大救急	鳥大救急	当日担当医	当日担当医		
救急担当	午後								
健診 センター	脳ドック(予約制)	午後	卜蔵 浩和	卜蔵 浩和		卜蔵 浩和			
	健診	午前	島大放射線治療科	鳥大胸部外科	中井 勲	宮本 誉子	中井 勲		
アネックス(本館)	精神科・ 心療内科 (思春期・アルコール・ うつ病・もの忘れ等)	初診 午前	妹尾 晴夫 新宮 左知子	妹尾 晴夫 小村 文明	竹下 久由 妹尾 晴夫	妹尾 晴夫 小村 文明	妹尾 晴夫 新宮 左知子	当日担当医	
		再診 午後	杉原 克比古 小村 文明	竹下 久由 妹尾 晴夫	杉原 克比古 新宮 左知子	松下 棟治 片山 征爾	妹尾 晴夫 鳥大精神科 飯塚 貴裕	当日担当医	
	初診 午後	妹尾 晴夫	杉原 克比古	松下 棟治 妹尾 晴夫	片山 征爾	鳥大精神科 飯塚 貴裕			
	再診 午後	片山 征爾	中村 準一	竹下 久由	新宮 左知子	松下 棟治 小村 文明			
認知症疾患 医療センター (認知症専門外来)	午前	浦上 克哉 (第1・3週) 新宮 左知子	小村 文明	竹下 久由	妹尾 晴夫	新宮 左知子			
	午後	妹尾 晴夫	杉原 克比古	松下 棟治 妹尾 晴夫	片山 征爾	鳥大精神科 飯塚 貴裕			

※予約制の診療科につきましては、お電話等にて事前に予約をお願い致します。急患の場合は診察致します。

※精神科初診の方は、お待ちいただく時間を少なくするため、あらかじめお電話下さい。

受付時間	平日	8:30~12:00 13:30~17:00	ご予約・ご相談	一般科総合受付・各種健診受付
	土曜日	8:30~12:00		電話 (0854) 22-5555
診療時間	※初診の場合	8:30~11:30 13:30~16:30	精神科(外来直通)	電話 (0854) 22-2891
	※一般科は診療科によって受付時間が異なりますので、一般科総合受付にお問合せ下さい。		地域連携室	電話 (0854) 22-3495
	平日	8:30~12:30 13:30~17:30		
	土曜日	8:30~12:30		

社会医療法人昌林会 安来第一病院

〒692-0011 島根県安来市安来町899-1

電話 (0854) 22-3411(代)  
FAX (0854) 23-2729(代)