

下関医療センター広報誌

馬肉医心

2026年5月号

Vol.49



独立行政法人 地域医療機能推進機構

下関医療センター

Shimonoseki Medical Center

〒750-0061

下関市上新地町3丁目3番8号

TEL 083-231-5811(代表)

PHOTO / ネモフィラ

2026年度 院長ご挨拶

2026年度が始まりました。

2011年の3月11日の東日本大震災からあつという間に15年が経ちました。復興を掲げた歳月でしたが報道を見ると思ったより復興は遅れていると感じました。その間熊本や能登でも大きな地震が起きました。個人的感覚的には最近大地震が多い気がするのですが長期の統計ではそうでもないようです。幸い下関は風雨以外大きな災害がないところで恵まれていると思います。

今年に入ってから冬季オリンピック、WBC(ワールドベースボールクラシック)とイベントが目白押しで、1月に行く、2月は逃げる、3月は去るとだいたい早く過ぎてしまうのですがいつもよりあつという間に時が流れてしまいました。WBCは決勝トーナメント早々の敗退で残念な結果でしたが、大リーガーは甘い球は見逃さず1発で仕留める能力があると思ひ知らされました。

病院の話で昨年からずっと話題に上がっていたのは、物価上昇率に診療報酬体系がついていかず赤字が増えて存続が危ぶまれるということです。少子高齢化による人口減少と生産人口減少による働き手不足で病院の集約化は免れないようで、地域医療構想による病院再編は今後も進めざるを得ない状況です。拡大路線の先駆けとなった田中角栄の日本列島改造論が懐かしく明るい日本の未来はどこかへ消えてしまい、バブル崩壊以来衰退の一路をたどる風潮に社会制度も改革せずにはすまないようです。地域医療構想で当院と下関市立市民病院との合併が進められ、この3月4日に合併の基本合意の締結となりました。これで合併がぐっと進んだと思われがちですが、この1年で主に決まったことはJCHO(独立法人地域医療機能推進機構)が管理者を降りて下関市の地方独立行政法人が新病院の管理することになったぐらいで具体的なことはこれからです。

話は変わりますが2026年はスペインの有名な建築家のガウディ没後100年に当たります。スペインのバルセロナのサグラダファミリア教会はやっと今年メインタワーのイエスの塔が完成するようで、ガウディの命日の6月10日にイエスの塔の完成式典があるようです。ガウディの死後の1936年に始まったスペイン内戦にて、ガウディが残したサグラダファミリア教会の設計図や模型、資料のほとんどが散逸しました。これによりガウディの構想を完全に実現することが不可能となり、サグラダファミリア教会の建設を続けるべきかという議論がありましたが、職人による口伝えや、外観の大まかなデッサンなど残されたわずかな資料を元に、ガウディの設計構想を推測するという形で建設が続けられることになりました。彫刻の面では福岡出身の外尾悦郎さんがガウディならどう考えてどう掘るかを突き詰めて仕事をされ、生誕のファザードの彫刻を完成させて主任彫刻家になりました。

新しい病院をどう作るかという問いに、市民や患者さんや職員はどういう病院を望むか考えながら答えを出して進めていきたいと思っています。

院長 大下 昇

あなたの足は健康？ 活動を支える縁の下の力持ち『足爪』の話

皆さま、靴をはいたり歩く時につま先が痛んで歩きにくい、なんて経験はありませんか？

足は歩くなどの活動を支える土台ですが、「爪が健康」でないと普段の活動が困難になります。

足の爪は、単に足先をまもるために硬いのではなく、足をふみ込む時、足趾（足ゆび）の腹側からの力を受け止める、鋭敏に触知するなど、さり気なく大きな役割を果たします。だから、ほら、爪に炎症や痛みがあると普通に歩けないでしょう？ 実は、爪のトラブルは、転倒の原因や外出を控えるきっかけになりやすいのです。結果として、足が弱り、筋力が落ち、さらに活動が減る、なんて悪循環に陥ることも人ごとではないのです。今日は、大事な足爪のお話です。

1. 足爪におきる何らかのトラブルは今に始まったことではない

足爪は、歩く・はきもの・普段のケアがトラブルの原因になっていることが多々あります。

爪にトラブルがないかを聞くと、ほとんどの方が「ない」と答えると思います。だって、他人の足爪を見ることなんてないし、個人差があるし、正常な状態なんて聞いたことない...、ですよね？

2. ご自分やご家族の足爪を見て触ってチェックする習慣を！

- ☐ 爪の色が白っぽい・濁り、ザラザラなどがないか？
- ☐ 黄ばみや黒ずみがないか？
- ☐ 爪の角が皮膚に食い込んでいないか、痛みはないか？
- ☐ 深爪や爪は丸く切っていないか？



つま先は目線から最も遠い場所なので、自分の膝の上にのせて見る・指の腹で爪の表面をなでてチェックしてみてくださいね。

見えにくい、足をつかめない方も、明るい場所・明るい時間で、手鏡や拡大鏡を使う、第三者に見てもらうなど工夫して、定期的に見ることで早く異変に気付くことができます。

さいごに、爪の健康に欠かせないケアを紹介します。

すぐに結果は出ませんが、「歩く」をまもるためにレッツトライ！

- 1) 入浴や足浴などで足を温めて爪を少しやわらかくする
- 2) 爪を「まっすぐ」に切る：スクエアカット
丸く切りすぎると巻き爪の原因になります
- 3) 深爪しない：1mmくらい残すイメージで切る
- 4) 角は少しだけやすりで整える（深く切りすぎない）
- 5) 爪の周りとう全体に保湿クリームをやさしく塗る
保湿クリームは毎日がおススメ、
爪のケアは週に1回位で十分です。



足の爪が健康であれば、「歩く」が維持できて毎日の活動が健やかなものにできます。足元から始める健康づくり、皆さんで実践してみてください。

2026年度 新入職員のご紹介

令和8年度は、新たに医師5名、臨床研修医5名、看護師7名、薬剤師1名、診療放射線技師1名、診療情報管理員1名、事務職員4名が下関医療センターの仲間に加わりました。

どうぞよろしくお願いいたします。



新任医師のご紹介

消化器外科 部長 来嶋 大樹

4年ぶりに戻ってきました。またがんばります。

消化器外科 医師 岩藤 真生

誠心誠意頑張ります。

消化器内科 医師 柳原 能

患者さんの不安に寄り添った医療を提供できるよう精進します。

皮膚科 医師 手嶋 呂茉音

一人一人の患者さんに寄り添った治療を心がけます。

眼科 医師 保田 光輝

患者様に最大限寄り添う医療を心がけます。

泌尿器科 医師 篠原 陽太

よろしくお願いいたします。

臨床研修医 飯田 朱理

一日でも早く皆様のお力になれるように尽力してまいります。

どうぞよろしくお願いいたします。

臨床研修医 佐藤 海星

このたび下関医療センターにて研修医として勤務することとなりました。

微力ではございますが、患者様に寄り添い、安心していただけるよう努めてまいりますので何卒よろしくお願いいたします。

臨床研修医 田邊 智睦

誠心誠意、向き合って参ります。

よろしくお願いいたします。

臨床研修医 藤原 康輝

はじめまして。4月より研修医として着任いたしました。

患者さんおひとりおひとりの声にしっかりと耳を傾け、安全で心のこもった医療を提供できるよう精一杯努めてまいります。

臨床研修医 三木 誠也

山口大学を卒業し、この春からこちらで研修を始めさせていただきます。

一日も早く皆様のお役に立てるよう、日々の学びを大切に診療に励みます。

どうぞよろしくお願いいたします。



下関医療センター
公式Instagram

