



真木会だより

Vol. 52

2026 新年号

せんだんの木

ホームページはこちらから



病院理念

みんな仲よく
医療で奉仕

誰にも親切
笑顔で応対

2026年新年明けまして おめでとうございます。

真木病院 理事長・院長 真木 武志



新年明けましておめでとうございます。

旧年中は、真木病院に格別のご高配と温かいご支援を賜りましたこと、心より厚く御礼申し上げます。

当院は、昭和16年の創設以来、「貴和」の精神を職員一同が共有し、歩んでまいりました。現在では、「みんな仲良く医療で奉仕 だれにも親切笑顔で応対」という理念のもと、職員一同が心をつにし、地域の皆様に信頼され、頼りにされ、愛される医療機関であるべく、日々の診療に邁進しております。おかげさまで、多くの皆様から「真木病院の職員は親切だ」とのお褒めの言葉をいただき、大変光栄に存しております。

昨年は、さらなる医療の質の向上と、皆様に良好で快適な入院生活を送っていただくことを目的に、新病棟を完成させることができました。そして本年2月には、旧病棟跡地に155台駐車可能な新しい駐車場が完成いたします。これにより、これまで皆様にご不便をおかけしておりました駐車の問題も解消し、より近く、広いスペースでスムーズにご利用いただけるようになります。このような大きな事業を滞りなく進めることができましたのも、ひとえに皆様の温かいご理解とご支援の賜物と、心より感謝申し上げます。

新病棟は、陰圧装置を完備した感染症用病室を15室備えており、今後どのような状況になろうとも、十分に対応できる施設となりました。また、3階、4階の急性期病棟に加え、5階病棟は地域包括ケア病棟として、リハビリテーションを行いながら、ある程度長期の入院にも対応できる体制を整えています。さらに、退院後の診療計画や日常生活についてきめ細かくご相談いただけるよう、「患者サービス

センター」を新設いたしました。専門スタッフが常時皆様のお悩みに対応し、当院が力を入れている在宅医療、訪問看護、訪問診療、訪問リハビリテーションへとスムーズに移行できるシステムを構築しております。また、療養施設・介護施設との連携も一層強化し、国が推進する地域包括システムの一翼を担える体制を整え、今後さらにこの地域で求められる役割を十分に果たせる病院を目指してまいります。

当院が中心としている消化器外科、内視鏡内科、PET-CTを含む癌治療、癌検診においては、今まで以上に力を入れ、地域の医療に貢献してまいります。合わせて、生活習慣病や感染症を中心とする内科についても、本年はさらなる拡充を計画しております。整形外科、人間ドックにおきましては、皆様からの深い信頼を賜り、外来の待ち時間が長くなっていること、ドックの予約でお待たせしていること、心よりお詫び申し上げます。この問題に対し、本年度中に必ず改善を図り、皆様により快適な環境を提供できるよう全力を尽くす所存です。

真木病院は、質の高い医療を提供するだけでなく、地域の皆様の拠り所であり続けなければならないと考えております。そのためには、当院全職員が、患者様お一人おひとりに心から寄り添う気持ちを常に持ち続け、精進してまいります所存です。

本年も、職員一同、決意を新たに地域の皆様の健康を支えるべく努力を重ねてまいります。どうか変わらぬご指導、ご鞭撻を賜りますよう、心よりお願い申し上げます。



リハビリ室のご紹介

リハビリ室

2025年5月より、リハビリ室を拡張し新しくなりました！

ADL（日常生活動作）練習スペースや床上動作練習のスペースを作り、より一層自宅での生活を想定したリハビリを提供出来る体制となっています。今後、リハビリ室の外にも屋外歩行ができるスペースを作る予定です。

PT、OT、STの役割



理学療法士（PT）

身体などに障害を抱えた方に対して、座る・立つ・歩くといった基本的な動作能力の回復・維持を目指します。



作業療法士（OT）

食事や着替え、家事や仕事といった日常生活に関わるすべての諸活動において、様々な方法でサポートしていきます。



言語聴覚士（ST）

言語聴覚療法では、「話す・聞く・食べる」といったことに障害を抱える人を対象としてリハビリを提供していきます。



外来リハビリ

外来リハビリテーションとは、在宅生活を送りながら通院可能な方に対して行われます。当院では主治医より外来リハビリが必要と診断された方、退院後にも継続的なリハビリ介入が必要と判断された方が対象です。

詳細はホームページに掲載されていますので、ご興味があれば是非ご覧になってください！

リハビリテーション科の物品紹介①

POPO（免荷式歩行リフト）、下肢荷重計、レックカール・ヒップアブダクション（タートルジム）、物理療法機器などがそろっています。担当の医師、リハビリと相談・指導のもと使用していきます。

その他、今後もより良いリハビリが提供出来るよう様々な機器を購入・検討しております。

その中の一つ、免荷式歩行リフトPOPOの紹介です。

POPOは、転倒の可能性がある患者さんが立ち上がる練習や、足に全体重がかからないように歩行するための訓練機器です。腰から太ももにかけて装着するハーネスによって患者さんの体を吊り上げ、下肢にかかる体重の負荷を減らす「免荷機能」により、歩行の際の転倒リスクを軽減します。全体重がかからないように引っ張られているため、長距離の歩行が行えます。従来の歩行訓練器とは異なり、立ち上がり歩行することへの不安感や負担感を減らし、安心して歩行訓練に取り組むことができます。患者さんが立ち上がる際には、介助者が患者さんを支える必要がなくなるため、介助者の腰痛予防にもなります。

対象は骨折後で荷重制限ある方、片麻痺がある方、足に体重を乗せると痛みが出る方など様々な方に使用できます。



第33回 糖尿病教室を開催しました

2025年10月25日に第33回糖尿病教室を開催いたしました。

今回は「糖尿病と心臓病」をテーマに、群馬県立心臓血管センター心臓リハビリテーション顧問 安達仁医師にご講義をいただきました。安達医師は当院にて非常勤医師として診療にあたられており、循環器疾患の治療指針（ガイドライン）策定にも関わられ、メディア出演もされている日本を代表する循環器内科の専門医です。

今回の糖尿病教室でも、狭心症・心筋梗塞・心不全について、それぞれの特徴を分かりやすくご説明いただきました。講義中は参加者の皆様が熱心に耳を傾ける姿がとても印象的でした。循環器疾患についてお悩みの方は是非、安達医師の診察を受けてみてはいかがでしょうか。（※安達医師の診療は第4火曜日午前のみです）



《TEAM MAKI》16名参加してきました！

第14回 子宮頸がん予防啓発 TAKASAKI BI-STYLE MARATHON2025

TEAMランナー13名、真木病院ボランティア2名、そして応援リーダー 真木理事長。

ランナーの皆さんは無事完走、おめでとうございます！そして、何よりみんな笑顔で和気あいあいと、何事も無く終わった事を報告させていただきます。当日は天気も良く、応援リーダーの真木理事長は、みんながゴールするのを最後まで見届けて下さいました。真木病院の団結が感じられたのではないのでしょうか。ゴール後の皆さんは、苦しかった事も忘れたかのようにとても良い顔をしていました。

今年は、美スタイルマラソン実行委員長の真木彩恵子さん、羽鳥看護部長とも最後に記念撮影させていただきました。

来年こそは！と思っていらっしゃる方、興味ある方は是非！一緒にRUNしましょう！

内科/呼吸器内科 相澤 智弘医師コメント：今年もチーム真木のメンバーとして美スタイルマラソンの10キロに参加でき光栄でした。皆さんの応援が嬉しかったです。また是非来年も参加したいです！



地域とともに歩む取り組み 六郷地区地域事業

2025年「ふれあい交流会」に参加しました

このたび当院では、六郷地区社会福祉協議会が主催する2025年「ふれあい交流会」に講師として参加いたしました。

本交流会は、地域の皆さまが健康づくりを通して交流を深め、笑顔とふれあいの輪を広げることを目的として開催されているものです。今年は六郷地区内の6会場で開催され、延べ約250名の方々にご参加いただきました。各会場では、介護保険制度や認知症予防、フレイル対策、骨粗鬆症、摂食・嚥下障害など、日常生活に役立つ幅広いテーマで講演を行いました。

講師には、当院副院長 整形外科医の篠崎哲也医師をはじめ、認定看護師、理学療法士、社会福祉士など、各分野の有資格者が登壇し、地域の皆さまと共に健康への理解を深める有意義な時間となりました。

地域に根ざす病院として、こうした交流を通じて互いに理解を深め、安心して暮らせる地域づくりに貢献していくことが、私たちの大切な役割であると改めて感じています。

今後も地域行事や健康イベントを通じて、皆さまとの交流を大切にしていまいます。



リレーフォーライフ参加報告



当院の恒例行事であるリレーフォーライフジャパン2025ぐんまが、10月11日、12日にAL SOKぐんまアリーナにて開催されました。

今年は、あいにくの天候の中、幕を開けましたが、参加者の思いが届いたのか、すぐに雨が止み、当院の職員も80人以上の方が参加しました。チャリティーイベントを通して、職員同士の交流を深めることが出来き、より一層チーム力を高められました。また、普段、直接関わることがない職員家族との交流もあり、和気あいあいと過ごすことも出来ました。

当院の尾形医師は、医療従事者仲間とバンド活動をしているのですが、毎年このイベントにも参加し、心に響く演奏と歌声を届けてくれます。今年も、感動的で素敵なライブでした。

リレーフォーライフは、がんに立ち向かう方々の勇気をたたえ、がん患者や家族、友人、支援者と共に地域一丸となってガン征圧を目指すチャリティー活動です。このイベントは、どなたでも参加できます。来年は、ぜひみなさんも参加してみたいはいかがでしょうか。



真木病院の健康レシピ

「お惣菜で作る簡単ちらし寿司」

【材料 2人分】

- | | | | |
|---------|------------|------|------|
| ・温かいご飯 | 330g(米1合分) | ・すし酢 | 大さじ1 |
| ・ひじきの煮物 | 80g | ・錦糸卵 | 1袋 |
| ・かにかまぼこ | 2本 | ・絹さや | 4枚 |
| ・茹でむきエビ | 8尾 | | |

【作り方】

1. ボウルに温かいご飯とすし酢を入れて酢飯を作ります。
2. 1にひじきの煮物を入れ、よく混ぜ合わせます。
3. かにかまぼこを3等分に切り、ほぐします。
4. 絹さやは塩少々(分量外)を加えた熱湯で1分程茹で、斜め半分に切ります。
5. 器に2のご飯をよそい、錦糸卵、エビ、かにかまぼこ、絹さやを散らして完成です。



1人分：エネルギー 426kcal たんぱく質 11.8g 脂質 8.5g 食塩相当量 2.2g

編集後記

謹んで新年のご挨拶を申し上げます。新病棟での診療体制が始まり、はじめて迎える新年。新しい環境での業務にも少しずつ慣れ、日々の中で職員同士の連携や工夫がより自然なものになってきました。皆さまからの温かな言葉やまなざしが、私たちにとって何よりの支えです。これから寒さがいっそう厳しくなり、インフルエンザなど感染症が流行する時期を迎えます。どうぞ体調には十分お気をつけてお過ごしください。

本年も変わらぬご支援とご厚情を賜りますようお願い申し上げます。皆さまにとって、穏やかで健やかな一年となりますように。

発行：医療法人 真木会 真木病院 真木 武志

編集：真木病院広報委員会

医療法人 真木会 真木病院

TEL.027-361-8411

〒370-0075 群馬県高崎市筑縄町71-1



真木病院 外来棟

TEL.027-370-3011 (外 来 受 付)

TEL.027-363-8558 (人間ドック健康診断)