

# うとない

## Vol.452 2026.1

社会医療法人こぶし

# 年頭所感 2026

ウトナイ病院副院長 高塚 望

明けましておめでとうございます。

今年は当院副院長の高塚望医師に年頭の所感を語ってもらいました。

皆様、新年をどのようにお迎えでしょうか。年頭所感の執筆を仰せつかりましたので、本年の抱負を述べていきたいと思います。

植苗の地で法人創立の第一歩を印したのが、昭和61年、西暦1986年でした。その3年後に元号は平成という時代にかわり、平成31年（2019年）に令和になって、令和5年（2023年）の12月にはウトナイ病院に移転をしました。そして、本年、令和8年（2026年）は創立40年目になります。

この節目の年に、10年後やその先も見据えて、「長期入院者の退院」を実現させるという目標を立てております。

制度上の話となりますが、5年以上の入院となっている方で、少なくとも2名が退院をして地域で生活をするということは法人を運営していくうえで、一つの重要な柱となっています。少し過去に遡りますと、植苗病院に慢性期の比較的高齢の方が開放病棟で入院していた「1病棟」という、現在の

ウトナイ病院の3階の療養病棟と4階の特殊疾患病棟の中間といえるような病棟がありました。そこで、自然発生的だったと思いますが、長期入院者の積極的な退院を支援していこうという取り組みが始まりました。その後、地域移行支援チーム、「チームD」と合わさっていくような形でおよそ10年にわたり、現在も活動が続いているわけですが、それまでは、退院は「できないだろう」と考えていたのが、個別にそれぞれの方の現状を評価し、その甲乙両面での多様性にあわせて、スタッフと当事者が共に試行錯誤をしていくことで、退院が「できるかもしれない」という意識の変化が生まれてきたことで、地域への移行、つまりは退院することができる方が少しずつでも増えてきて、長期入院者の退院が実現できるようになってきたのではないかと考えています。前述の目標はこれまでも達成はできていたわけですが、これを維持することは決して容易ではないと考えています。

これからも精進を重ね、できることをコツコツと積み上げて、目標を達成していき、かつ、日々の診療を有意義なものにしていきたいと強く思っています。

みなさま、今年もどうぞよろしくお願い申し上げます。





## 精神科医の 育児日記

精神科医 川並 剛

### 第10回 悠々自適な独り暮らし

読者のみなさん、あけましておめでとうございます。このコラムももう少しで1年、北海道に来て約4年でまだまだ関西弁が抜けない私ですが今年もよろしくお願いいたします。

年末年始は皆さんどうされますか？私は実家に帰るのかというと…、飛行機代は高いし、当番で私だけ先に北海道に帰ろうとすると風雪強く（妻曰く、私は晴れ男で妻は雨女だそう）飛行機が飛ばないとか、風揚げの糸が電線に絡まって新幹線が大幅に遅れるとか、冷や冷や体験をしたので、私は北海道に残り、家族は繁忙期より早く実家に帰るようになりました。楽しい？一人暮らしはというと、某卵屋さんで卵3kgの箱を衝動買いしては毎日卵を何個も食べないといけなくなり、自分だけ食べる食材も買いすぎて連日同じメニューになり…、外食では普段食べないメニューを頼んでも職業柄早食いなのであっけなく終わり…、お風呂もお湯の節約でシャワーで済ませたり…、とはいっても（短期間なら）寂しくはなくて、小さい子どもがいるとできないような「物置の整理」「ため込んでいた漫画やゲームや動画」などを独りで楽しめてはいるので、こういう年末年始もありかなと思います。

## Dr. 望月の日々雑感

### 病床減に 3500 億円計上

医療体制の見直しが全国で進んでいる。厚生省は、入院ベッドを減らす医療機関に対し、1床あたり410万円、稼働していないベッドには半額の205万円を支給する制度を設け、約9万8千床の削減を目指している。不要とされる入院ベッドは約11万床に上ると見込まれており、日本維新の会は、これらを削減することで約1兆円の医療費節約につながるとの試算を示している。

こうした動きを踏まえ、自民、公明、維新の3党は、地域の実情を丁寧に調査しながら、医療提供体制の再編を進めていく方針で一致した。人口減少や医療需要の変化が続く中、地域に合った医療の形をどのように整えていくかが、今後ますます重要になっていくと考えられる。



精神科医 田中 尚朗

## 第33回 駅探訪 ウエイバリー駅

新年あけましておめでとうございます。米国では「正月休み」というのはあまり一般的ではなく、12月は31日まで働き、1月は2日から勤務が始まることが多いです。なので私が正月前後に長期休暇をとって帰国しようとする、業務スケジュールの調整に少々苦労したものです。ともあれ、今年も本連載をよろしくお願いいたします。

今回は、前回のベルモント駅から西に1.5km離れたウエイバリー駅を訪ねてみましょう。この駅のあるフィッチバーグ線は1843年に開業しましたが、当初はここには駅は置かれず、1860年に最初の駅ができました。面白いことに、第11回で取り上げた「セントラル・マサチューセッツ鉄道」の駅も近くに建設され、2つのウエイバリー駅が併存していた時期がありました。やがて双方とも例によってボストン・アンド・メイン鉄道の傘下に入り、駅は統合されてしまいます。後に鉄道の斜陽化に伴い1958年に廃止。MBTAが1974年に復活させました。

駅の構造は2面2線、地面より一段低く掘られた半地下の構内とすることで、地上の道路と立体交差させています。2面のホームを結ぶ渡し板のようなものはないので、向かい側のホームに行くには、いったん駅の外に出て一般道の橋を渡ることになります。ホームはそれほど長くはなく、コンパクトな感じがします。ほとんどの列車がフラッグシップ、すなわち乗り降りの意思表示がなければ通過してしまう設定になっていますが、実際にはとにかく停車している場合が多いです。かつての駅舎はもちろん残っておらず、ホームとベンチ、そして駐車場のみから成り立っています。

駅周辺はベルモントの住宅街で、これといって有名な史跡はありませんが、近くにビーバー・ブルック・リザベーションという水辺の公園が整備されています。夏になると子どもたちが噴水を浴びながら歓声をあげて走り回っています。



## 活 動 報 告

## ◆ 2025年クリスマス会 ◆

ウトナイ病院では昨年12月24日・25日の2日間にわたり、各部署でクリスマス会が開催されました。

## ●12/24 デイケア

デイケアのクリスマス会では、手作りの飾りが会場を彩り、和やかなひとときを過ごしました。



## ● 12/25 料理C クリスマス会

高塚副院長がサンタクロースとして登場。  
会場は大盛り上がりでした！

## ●12/25 3階病棟クリスマス会

高木院長が心のこもったピアノ演奏を披露。

今年も多くの方々のご協力により、素敵なクリスマスを迎えることができました。ご参加いただいた皆さん、準備に携わったスタッフの皆さん、ありがとうございました。

## お知らせ

### ◆ 受診時の保険証提示方法が変わりました ◆

従来の健康保険証は、2025年12月1日をもって有効期限が満了となりました。

今後の受診時には、「マイナ保険証」または「資格確認書」のいずれかをご提示いただく必要があります。

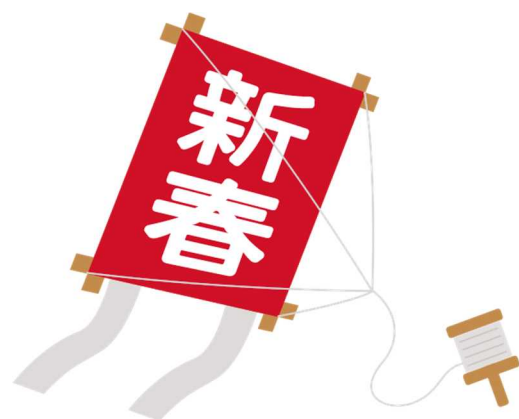
受付では、

マイナ保険証をお持ちの方 … 「マイナ保険証」

マイナ保険証をお持ちでない方 … 「資格確認書」

をご提示ください。

皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。



明けまして元氣張れ まりも



病む人と出会い  
病む人を支え  
病む人に学ぶ

発行

社会医療法人こぶし広報委員会  
苫小牧市ウトナイ南2丁目1番8号  
TEL:0144-84-5561  
<http://www.uenae-hp.or.jp/>



搦きたてを重ねると上が沈む

〈後記〉

明けましておめでとうございます。今年もよろしくお願いいたします。2026年のお正月は川並医師ではありませんが独りを満喫しました。寝正月と言うか、ゴロゴロ、ダラダラ。体は大きくなりましたが最高でした。

(K)