

# 和

(やわらぎ)

第52号  
郡上市民病院  
広報誌  
2026年5月

特集1: 森清先生、教えて漢方薬 ~漢方薬の疑問にお答えします~

★ 漢方外来のご案内

特集2: 八幡病院と郡上市民病院の入院機能統合について

特集3: 医療安全活動のご紹介

★ タイ国の薬学生が当院の見学に来られました

★ 郡上八幡春祭りで見こしパレードに参加しました

★ 新任医師紹介

★ 新任採用職員紹介

## 病院理念

地域で信頼され心が癒される病院を目指します

\*\*\*\*\* 基本方針 \*\*\*\*\*

- ・医の倫理を守り、安全な医療を提供します。
- ・二次救急医療を充実させ、地域医療に尽くします。
- ・病病連携、病診連携を推進し地域医療に努めます。
- ・新しい知識や技術を導入し患者様に還元します。
- ・患者様の苦痛や不安を和らげる環境作りをします。

# 【特集1】森清先生、教えて漢方薬！ ～漢方薬の疑問にお答えします～

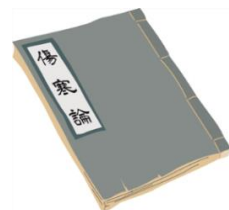
## ◆はじめに◆



郡上市民病院心療内科（精神科）森清慎一です。私は、医者になって5年ほどは精神医学の知識に基づいて医療をおこなっていましたが、さまざまな訴えの患者さんを診てきましたが、なかなか治療に難渋することも多く、また西洋薬の副作用も経験することになりました。それで随分悩んでいました。そうしたところ、認知症の患者さんの怒りっぽさや物盗られ妄想などに抑肝散が効くという話を聞いて処方してみたところ、たいへんよく効きました。その時初めて「漢方薬は効くんだ」ということを実感しました。その後、漢方の研究会などに参加しながら、治療上で困っている患者さんに漢方薬を処方してみたところ、たいへんよく効くことを経験して

いき、漢方医学の素晴らしさを肌で感じるようになりました。

実は、漢方医学は古来より続いてきた日本の伝統医学なんです。古来の日本では、中国大陸から、医学はもとより、政治やその制度、法律、土木建築技術などを学び、またそれらを日本の気候風土や日本人の気質、文化に合うように変化させていきました。医学においては、特に江戸時代に日本独自に発展しました。日本漢方では、腹診を重視します。怒っている時に「腹が立つ」というように、実際に怒りの感情が続いていたり、強いストレスがかかっている時は、おなかの一部が硬くなっています。腹部を「おなか」というのも日本独自の表現で、体の内側の大事な所という意味合いが込められているように感じます。



漢方医学の良さは、症状のほか、患者さんの体質や気質を診ながら、その人に合うように漢方薬を処方できることにあります。体質を診るといのは、実はすごく大事なことです。胃腸が弱い・強い、冷え症、暑がり、雨が降る前に痛み・しびれが悪化する、温めると改善するなど、いろいろな体質の患者さんがみえます。そういう体質をみながら、体全体のバランスを整えるように漢方薬を処方することで、病状の改善が見込めます。

郡上では高齢の患者さんを診ることが多いですが、漢方薬は「健康で長生き」に貢献できていると感じています。よく処方しているのは、人参養栄湯、補中益気湯、八味地黄丸などですが、健康寿命を延ばしているように感じます。

漢方医学は、また、患者さんから教えてもらう医学でもあると感じています。「この漢方薬を飲んだら、何々も良くなった」など、ほんとうに体によく合っている時は、主訴とは別の症状まで改善することもよくあり、驚かされることもあります。

西洋医学と漢方医学は、全く別の医学です。診断の仕方や概念、薬などが全く違います。実際に、中国では、漢方医学（中国では中医学という）を学んだ医者は漢方薬しか処方できませんし、西洋医学を学んだ医者は西洋薬しか処方できません。日本は、医者が西洋薬と漢方薬の両方を保険制度で処方できる世界で唯一の国です。これは、たいへん素晴らしい医療制度なのです。西洋医学、漢方医学が共存している医療システムは、神社とお寺が共存していたり、表音文字（ひらがな、カタカナ）と表意文字（漢字）の両方を使いこなす日本文化の特徴を表しているようにも感じます。

西洋医学と漢方医学は、全く概念の異なる医療システムであるが故に、相補う関係もあると考えています。西洋医学が苦手なところが実は漢方医学が得意なところであったりします。逆に漢方医学では何ともしようがないところが、西洋医学が得意な分野であったりします。

今回、漢方医学に対する質問を頂きましたので、私の分かる範囲でお答えしていこうと思います。

## ◆先生に聞いてみよう◆

### Q 漢方薬ってどんなお薬ですか？

植物などの「生薬」を2種類以上組み合わせて作られた体全体のバランスを整えるお薬です。漢の時代に最初に中国大陸から伝わってきたので、漢方薬と言われます。古くからのお薬は植物由来のものが多く、植物の根や茎、葉、実などを煎じて飲んで、体や心が楽になったと考えられます。

漢方医は、症状のほか、脈診、舌診、腹診をしたり、冷え症や暑がり、胃腸の丈夫さ、天気と症状が関係するかなど体質もみながら、その人に合った漢方薬を処方します。

「良薬は口に苦し」と言いますが、実際は、体に合っている漢方薬は「美味しい」「甘い」「飲みやすい」などと言われることが多いです。のどがすごく渴いた時に飲むポカリスエットが「甘い」と感じたり、真夏に運動した後に飲むビールが美味しいのと似ています。

昔は、煎じ薬や散剤でしたが、現在は、生薬を煮出した成分を濃縮・乾燥させてエキス顆粒にしたものが多く使われています。148種類の漢方薬が保険適応となっており、比較的安価に内服することができます。

### Q どんな病気に向いていますか？

胃腸虚弱や冷え症の人にはたいへん向いていると思います。

食欲不振がみられるような場合は、六君子湯、茯苓飲、補中益気湯、平胃散などを考えます。胃腸が弱く、おなかの冷えが強ければ、人参湯がよいでしょう。

西洋薬で胃腸の不調やめまいなどの副作用を来しやすい人も漢方薬は向いています。

冷え症については、なで肩、色白で、夕方足がむくむような女性には当帰芍薬散がよいでしょう。更年期でのぼせ・発汗やイライラがあり、足の冷えがある女性は加味逍遙散がよいでしょう。冬になると指先が赤くなり、しもやけがしやすい人は当帰四逆加呉茱萸生姜湯がよく効きます。

雨が降る前に頭痛、頭重感が悪化するような場合も水毒（水滞）があると考えられ、五苓散などの利水剤がよく処方されます。



### Q 長く飲まないと効きませんか？

こむら返り（足がつる）でよく処方される芍薬甘草湯は、服用後5分～10分程度で効果を発揮する即効性のある漢方薬です。

五苓散も二日酔いなどでよく使われますが、経験的には15分程度で効果が現れます。二日酔いには、1回2包飲むとよいです。

葛根湯や麻黄湯も風邪の初期で内服する漢方薬で、内服するのは基本的には1日～2日程度です。

構成生薬が多い漢方薬は効果が現れるのに比較的時間がかかります。しかしながら、内服後2週間～4週間経っても全く効果がない場合は、そもそも漢方薬が合っていない可能性があるため、処方を変更することが多いです。

### Q 副作用がないって本当ですか？

漢方薬もお薬ですので副作用が出現する可能性があります。特に合わない漢方薬を無理に飲んでいる場合は副作用が起きやすい印象を持っています。

甘草を含む漢方薬で、むくみ、血圧上昇、体重増加、低カリウム血症などの副作用がみられることがあります。比較的高齢者に多いです。特に、複数の漢方薬を飲んで甘草の量が多くなっている場合は注意が必要です。

漢方薬全般に肝機能障害も起こる可能性があります。やせ薬・便秘の漢方薬で有名な防風通聖散は比較的起こりやすいです。

その他、皮疹やのぼせ、胃のもたれ、舌のしびれなどの副作用が起こる可能性があります。問診や血液検査で副作用がないか確認させていただきます。

### Q 複数の漢方薬をいっしょに飲んでも大丈夫ですか？

1種類の漢方薬だけでは、症状・体質に十分には合わせられない場合、2種類以上の漢方薬を組み合わせること

もあります。また、定期的に内服している漢方薬に、頓服の漢方薬を追加する場合があります。

### Q 漢方薬以外の薬（西洋薬）と一緒に飲んでも大丈夫ですか？

病状の改善のため、しばしば漢方薬と西洋薬を組み合わせで処方しています。基本的には大丈夫だと思って頂いてよろしいです。

### Q 食前に飲まないといけないですか？

処方箋上は、食前または食間としますが、食前に飲めない時は食後でも構いません。

100cc程度のお湯やぬるま湯に溶かして飲んで頂いた方が体も温まるため効果的です（黄連解毒湯など冷やす効果のある漢方薬は冷たい水で飲んだ方がよいです）。

### Q メーカーによって効果に違いがありますか？

いい質問ですね。生薬構成が異なっていたり、作り方が違う場合があり、効果の違いを感じることはあります。しかし、だいたいは同じと考えてよいと思います。

### Q 病院で処方してもらう漢方薬とドラッグストアの漢方薬は同じですか？

これもいい質問ですね。ドラッグストアで購入する漢方薬は、医療用の半分の量であることが多いです。したがって、病院、クリニックで処方してもらう医療用の漢方エキス製剤の方が効果が高いことが多いです。

## ★漢方外来のご案内

皆さん、こんな経験ありませんか？

- 出勤、通学前になるとお腹が痛くなる
- 天気が悪くなると頭痛やめまいがある
- 最近疲れやすい
- なんとなく憂鬱
- 手足が冷える
- 夜なかなか寝付けない
- 病院で診てもらったけど、特に異常はないと言われた
- なんとなく調子が悪いけど、病院に行くほどでもないかなと迷っている



### 漢方薬を試してみたいけど、...

- ◇ ドラッグストアでよくみかけるけど、たくさんあってどれを選んでいいかわからない。
- ◇ 体質（証）に合わせて選んだほうがいいって聞くけど、自分にはどれがあるかわからない。
- ◇ 本当に効くのかな？ 副作用はないのかな？

### そんな時、漢方外来を受診してみませんか？

症状の背景、体質、基礎疾患、他に服用している薬によって適切な漢方薬は変わってきます。

また、頻度は高くはありませんが漢方薬にも副作用はあります。長期間服用する場合は、定期的な検査を行ったほうがよい場合もあります。

あなたの症状と体質にあった漢方薬を先生と一緒に考え、探してくれます。



**【漢方外来】**  
担当：心療内科 森清医師  
診察日：月・水 15：00～（予約制）



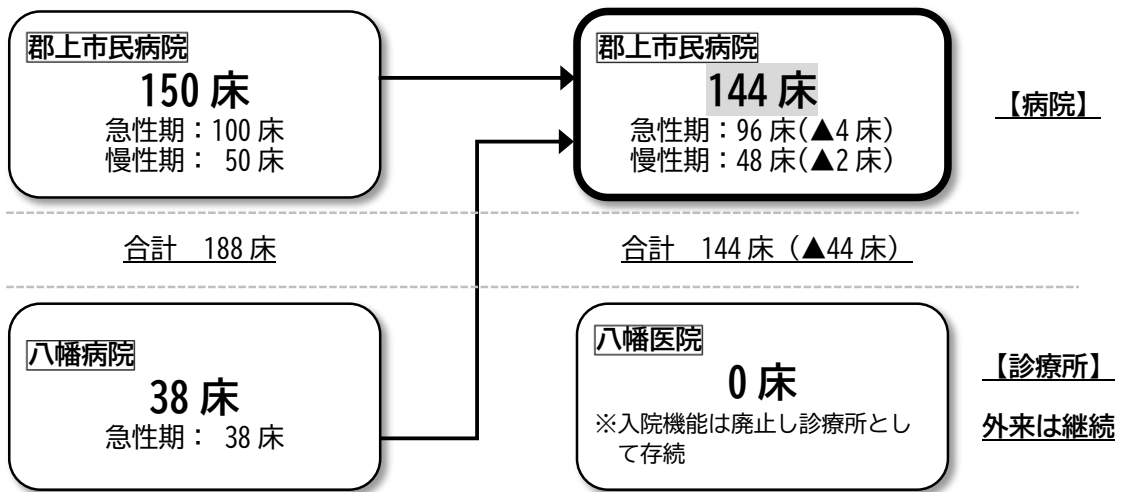
## 【特集2】医療法人新生会八幡病院（現八幡医院）と郡上市民病院の入院機能統合について

医療法人新生会八幡病院（現八幡医院）と郡上市民病院は、郡上南部地域の地域医療を維持していくため、入院機能を令和8年4月1日に統合いたしました。この入院機能の統合に当たっては国の重点支援区域にも選定されており、国県等の支援を受けながら進めてまいりました。

八幡病院は38床の病床を廃止し、「八幡医院」として引き続き診療業務を継続して地域医療を担う一方、郡上市民病院においては入院機能を維持いたしますが、現在の患者数の動向を踏まえ、病床150床のうち6床を廃止し144床としています。

入院機能の統合により、今後増加が見込まれる患者様への対応を図るため、令和8年度の新規職員の採用に当たっては八幡医院の職員も一部採用しております。

### 【病床再編の概要】



今回の病床機能統合に当たっては、両院の経営改善を目指していくことも目的の一つとしています。郡上南部地域の病床数を適正化することで、郡上市民病院は入院収益の増収を目指す一方、八幡医院は入院機能の廃止によって費用の削減を図るなど、共に経営改善を図ってまいります。



八幡病院から郡上市民病院に移籍されたスタッフ皆さん

※ 八幡医院は、令和8年4月1日から、外来の一般内科・消化器内科・血液内科・皮膚科・眼科・リハビリテーション科の「八幡医院」となりました。  
詳しくは、ホームページをご覧ください。

■医療法人新生会  
八幡医院ホームページ  
<https://hachiman-hosp.jp/>



## 【特集3】医療安全活動のご紹介

さて、皆さんは医療安全と聞いてどのような印象をお持ちでしょうか？ 医療は安全に行われているのが当たり前と思いませんか？ 実は医療現場では無数の危険が潜んでおり、そのため病院の中で医療職といわれる仕事をしているスタッフは各職種の国家資格を取得したものでなければ従事することはできません。医師であれば医師国家試験、看護師であれば看護師国家試験等がそれにあたります。

なぜ医療安全は必要なのか、当たり前のことですが、患者さんの安全を守るためです。アメリカでは「patient safety」と表記され、防ぎえた患者さんの不利益を少しでも減らすための取り組みとされています。英語を直訳すれば patient safety = 患者安全となり、日本の医療安全よりは限定的な意味になります。日本の医療安全という言葉には患者安全に加え、医療を提供する職員の安全、また患者さんを中心とした関わる人、全ての安全を目指しています。医療安全活動としては病院で働く全ての職員に対し年 2 回の必須研修会を毎年行なっております。

その中で 2025 年度は、第 1 回研修会にて医療安全に関する川柳を募集し、第 2 回研修会では応募いただいた作品の紹介、また医療安全管理者等の心に留った 3 作品の表彰をさせていただきました。

今回の表彰作品を下記に掲載いたします。

皆さんも各職場で安全活動を実施されているのではないのでしょうか？

病院職員はこんなことを思いながら治療、看護にあたっていることを感じていただき、皆さんの職場でも共感できるものがあれば幸いです。医療安全活動は地道な活動ですが、中程でも述べたように患者さん、職員、医療に関わる多くの人を守るものです。今後も皆さんの医療安全活動へのご協力をお願いして今回の文章を結びたいと思います。

春の訪れを待つ頃に。

文責 医療安全管理者 富田

### 〜〜 医療安全川柳 表彰作品 〜

篠崎委員長賞

聞く勇氣

話す勇氣が

ミス減らす

畑佐副看護部長賞

ミスしても

気軽に話せる

あいだから

富田安全管理者賞

トヤトヤし

ハットするけど

知らん顔



写真は医療安全委員会の様子です。

篠崎委員長（副院長）、富田安全管理者（放射線技師）、畑佐副看護部長を中心に各部所から選任されたメンバーで構成され、ヒヤリハット事例の報告や安全対策などを協議し、院内への周知・啓発活動を実施しています。

## ★ タイ国の薬学生が当院の見学に来られました

タイ国 シラバコーン大学 薬学部6回生のKhingさん、Mintさんのお2人が当院を見学訪問されました。

お二人は日本の医療制度を学ぶため岐阜薬科大学 医薬品情報学研究室に1.5ヶ月在籍され、その間に岐阜県内の各地の病院や調剤薬局を見学されておられます。その活動の一環として、3月24日（火）に中村光浩教授の引率にて当院を見学訪問されました。

タイ国においても日本と同様に薬剤師になるためには大学で6年間学ぶ必要があるそうです。病院内の見学後、薬剤部において調剤や監査の流れについて見学され、具体的な手順について質問されるなど熱心に学んでおられました。地域においても良質な医療の提供に心がけていることを感じていただけたのではないかと思います。



左から、当院大野薬剤師、Khingさん、Mintさん、当院上村薬局長、中村教授

## ★ 郡上八幡春祭りで見こしパレードに参加しました

4月18日（土）に開催された春祭りにて、みこしパレードに参加しました。

日頃の感謝を込めて、有志職員がみこしを担いで市街地を練り歩きました。市民の皆様からたくさんの御祝儀と激励のお言葉をいただきました。病院内の改善活動に活用させていただきます。この場をお借りして感謝申し上げます。



郡上市民病院、  
地域より添い隊です。  
いつまでもお元気で～！！

## ★ 新任医師紹介

### 内科医師 渡邊 友貴（わたなべ ともき）

本年4月1日より、内科へ常勤医師として赴任致しました渡邊友貴と申します。郡上市民病院には、2024～2025年に非常勤として勤務し、主に日当直を担当させて頂いてました。今回、常勤医として赴任し、外来、病棟、透析業務に直接的に携わるようになり、患者さんはもとより、スタッフとも距離感が縮まり、嬉しさや仕事のしやすさを実感しております。今後も、助けて頂くことが多いかとは思いますが、スタッフと円滑に連携を取りながら、郡上市民の皆様に少しでも安心できる医療を提供出来るよう努力して参りたいと考えております。不慣れなことも多いかと思いますが、何卒、宜しくお願い申し上げます。

### 内科医師 加納 穂乃香（かのう ほのか）

4月1日より内科医師として赴任しました加納穂乃香と申します。岐阜市民病院で研修医・専攻医として経験を積み、郡上市民病院に参りました。まだ至らない点多く、日々学びながらの診療ではありますが、患者さん一人一人に寄り添い、安心して医療を受けていただけるよう努めて参ります。西濃地域の出身ですので郡上の名所や美味しい食事などあればぜひ教えてください。地域の皆様の健康を支える一員として、信頼される医師を目指して精進してまいりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

## ★ 新任採用職員紹介

本年4月1日付採用の助産師、看護師、放射線技師です。  
今年も新しい仲間が加わりました。どうぞよろしくお願いいたします。



左から、森田さん、坪井さん、日置さん、伊藤さん

### [助産師] 森田 恵子（もりた けいこ）

大垣市出身です。赤ちゃんが大好きです。老若男女問わず、すべての方を笑顔にできるような助産師になりたいです。

### [看護師] 坪井 莉子（つぼい りこ）

地域の方が安心して住み慣れた場所で暮らせるよう、看護を通して地域に貢献していきます。よろしくお願いいたします。

### [看護師] 日置 麻里愛（ひおき まりあ）

4月からお世話になります日置きです。早く業務を覚えて皆さんのお力になれるように頑張ります。よりしくお願ひします。

### [放射線技師] 伊藤 昂平（いとう こうへい）

未熟さを言い訳にせず、覚悟を持って努力を重ね、一日でも早く成長し、先輩方に必死に食らいつきます。

