

# マルチン・デ・ポレス

No. 83  
2026年 5月

発行人:村上 敬祥 発行所:聖マルチン病院 坂出市谷町1-4-13 (0877)46-5195  
ホームページ <https://sakaide-martinhp.jp/>



2026年4月23日(木)

健康まつりを行いました。  
7Fでは健康相談、体力測定、介護相談、日用品のバザーを行いました。  
当日のフードメニューとしては駐車場にキッチンカーをお呼びし、食堂では特別メニューでおもてなしをしました。  
昨年に続き歌手の曾我部恵一さんにお越しいただき、ミニコンサートを開催しました。  
雨の中での開催となってしまいましたが、お越しくださった方、ありがとうございました。



## 病院の理念

私たちはキリスト教の愛にもとづいて生命の尊重、人格の尊厳と平等、病める人々の権利を守る医療を行い、心身の救いを目指します。

私たちは医療にかかわる者としての使命を深く認識し、人格の向上、相互愛、専門職の研究向上に励み、地域医療に役立つよう努力いたします。

聖マルチン・デ・ポレスは、

16世紀に南米ペルーに生まれ、

多くの病人やけが人をやさしく看病した

聖マルチン病院の保護者です。

## 基本方針

- ・良質で愛のある医療
- ・安全と信頼の医療
- ・地域に密着した医療
- ・質の高い高齢者医療とケア

「マルチン・デ・ポレス」は地域の皆様へ病院からの案内をご紹介します。皆様のご意見・ご要望をお寄せ下さい。

## ～ 新任医師の紹介 ～

このたび4月より坂出マルチン病院に着任いたしました、7年目の消化器内科の山本 隆太郎（やまもと りゅうたろう）と申します。

昨年までは香川大学医学部附属病院に勤務し、食道・胃・大腸などの消化管疾患をはじめ、肝臓・胆道・膵臓疾患の診療および内視鏡検査・治療に携わってまいりました。これまでの経験を生かしながら、当院における診療に少しでも貢献できればと考えております。

消化器疾患は慢性的な症状の管理から急性期対応、栄養評価まで幅広く関わる領域であり、多職種の皆さまとの連携が非常に重要だと感じております。まだ不慣れな点も多く、ご迷惑をおかけすることもあるかと思いますが、日々学びながら一つひとつの診療に丁寧に取り組んでいきたいと思っております。

院内の皆さまにご指導いただきながら、チーム医療の一員として力になれるよう努めてまいります。どうぞよろしくお願いいたします。

4月より緩和ケア科勤務となりました、小西 治子（こにし はるこ）と申します。

製薬会社に勤務していましたが、家族を看取った経験から山口大学医学部を卒業し消化器内科医としてがん治療に携わり、その後緩和ケア医となりました。前任は香川県立中央病院緩和ケア内科で1年間症状緩和の外来と院内ラウンドの緩和ケアチームの活動をしていました。その前は千葉県と都内の病院（国保旭中央病院、東京慈恵会医科大学附属病院、東京都健康長寿医療センター、日本赤十字社医療センター、淳友会わたクリニック）で緩和ケア病棟、外来、緩和ケアチーム、在宅緩和ケアを学びました。地域や病院によって提供される緩和ケアは様々でした。

当院の緩和ケア病棟は歴史があり、当院に求められる緩和ケアに少しでもお役に立てればと思っています。どうぞ宜しくお願い申し上げます。

## ～ 新職員の紹介 ～



2026年度より聖マルチン病院にて新規採用となりました。  
これから、よろしくお願い致します。

## ～ 腸内環境を整えて免疫力を高めよう ～

寒さも和らぎ、春の陽気を感じ始める季節がやってきました。

過ごしやすくなってきましたが、急な気温の変化で体調を崩す方もいらっしゃるのではないのでしょうか。

腸内細菌のバランスを整えることは腸内環境を整えるだけでなく免疫力を高めることにもつながります。

腸内環境を整える際に重要となるのがプレバイオティクスとプロバイオティクスです。この2つを上手に組み合わせて免疫力を高めましょう。

### プレバイオティクス(善玉菌を育てる)

- ・ 食物繊維  
(野菜類・根菜類・きのこ類・海藻類等)
- ・ オリゴ糖



### プロバイオティクス(善玉菌を届ける)

- ・ 発酵食品  
(ヨーグルト、キムチ、チーズ、納豆、味噌、醤油など)



この他、生活習慣の面で

- ・ 少し息が上がるくらいの運動を30分程度または有酸素運動を週3日程度行う
  - ・ 十分な睡眠をとる
- なども取り入れましょう。

栄養科 入江 望美

## ～ 坂出市人間ドックについて ～

※ 坂出市人間ドック ※

予約申込期間 2026年6月1日 ～ 2026年6月30日

実施期間 2026年8月3日 ～ 2027年1月29日

※ お知らせ ※

胃がん検診の検査方法は「胃内視鏡検査」のみとなります。  
ご予約に関するお問い合わせは6月1日から受付開始となります。

## ～ 特定健診のご案内 ～

2026年度の特定健診・がん検診が6月より始まります。  
健診は**予約制**となっていますので、ご希望の方は総合受付で予約をお取りください。  
健診日は**月・火・木・金曜日**の午後の実施となっております。

※ がん検診について ※  
乳がん検診は実施しておりません。

※ 健診実施期間 ※

坂出市	2026年6月1日	～	2026年10月30日
宇多津町	2026年6月1日	～	2026年10月30日

### 今月の一言

ごうまんで ぶっきらぼうで  
利己的になるのは  
いともたやすいことです。  
でもわたしたちは  
もっとすばらしいことのために  
つくられているのです。

マザー・テレサ

### 医療相談窓口

医療の安全と信頼、サービス向上を図るために、  
患者様・ご家族様の相談窓口を設けています。  
～設置場所～  
病院1F 総合案内「患者相談窓口」  
対応時間 月・火・木・金曜日 8:00～17:00  
水・土曜日 8:00～12:00

### アクセスマップ 駐車場案内



### AccessMap (アクセスマップ)

