

ヒバリのこころ



2026.2
Vol.62

Contents

- えみこ在宅クリニック
- かえる在宅クリニック
- 鳴子福祉用具
- シャナママコラム
- 釣りコラム
- しっぽのきもち
- マウスオントレイル
- ハシリヒト
- 訪問写真
- ヒバリのおたより
- みんなの写真館



発行元 ひばり訪問看護ステーション

HP <https://hibari-nurse.com/> ▶





宮城県黒川郡大和町

えみこ在宅クリニック

院長 河野 えみ子 先生

INTERVIEW 前編

Q: えみこ在宅クリニック（往診クリニック）について教えてください

A: 2026年1月13日から開院した、訪問診療専門のクリニックです。場所は黒川郡大和町になります。

この地域は、仙台市内と比べると訪問診療のクリニックがまだ少なくて、「通院が難しい」「病院まで行けない」という方が多いエリアだと感じています。私自身、黒川郡大和町・吉岡の出身ということもあって、この地域で在宅医療をやっていきたいという思いがあり、開設を決めました。訪問エリアは、原則16km圏内で、大和町・吉岡・大衡村・富谷市の一部、泉中央の一部などが対象になります。



Q: えみこ在宅クリニックの医院名の由来について教えてください。

A: 名前の通り、というところが一番大きいです。姉が「ひろこクリニック」を開院しており、兄弟クリニックであることが分かりやすい方が、連携もしやすいと思ったからです。

Q: 新しく開設する往診クリニックについて教えてください。

A: 最初は、私一人と医療事務の方とで運営していく予定です。看護師さんを複数雇って、という形ではなく、まずは小さく始めます。在宅医療って、医師一人で何かすごいことができるわけではないと思っています。

外科医としてずっとやってきましたが、手術も、術後管理も、医師一人では成り立たなかったんですね。

看護師さん、薬剤師さん、リハビリ、ヘルパーさん、そしてご家族、そういった人たちがいて、初めて患者さんが良くなっていく。訪問診療も同じで、医師が一人で完結する医療ではないと感じています。

Q: より良い医療を提供するために、スタッフの皆さんと取り組まれていることを教えてください。

A: 「チーム医療」だと思っています。私がずっと消化器外科医としてやってきた中で感じたのは、医師一人の力でできることって、実はそんなに多くないということでした。手術をしても、その後に看護師さんがいて、リハビリの方がいて、薬剤師さんがいて、周囲のスタッフが関わって、初めて患者さんは回復していく。訪問診療でも同じで、訪問看護師さん、ヘルパーさん、ご家族、薬剤師さん、みんなで一人の患者さんを支えていく。

在宅医療は、大きな病院で何かを「治す」医療ではなくて、患者さんの人生観や、「どう過ごしたいか」をみんなで支え、考えていく医療だと感じています。だからこそ、医師が中心というよりも、お互いがそれぞれの役割を尊重し合える関係でいたいと思っています。

Q: 在宅医療において、大切にしている考え方を教えてください。

A: 最近強く感じているのは、「弱っている人や高齢の方の生活をどう支えるか」ということも医療なんだということです。ドラマで描かれるような急性期医療だけが医療ではなくて、高齢のご夫婦二人だけで暮らしている家や、寝たきりのおじいちゃんと、少し病気を抱えたおばあちゃんが二人で暮らしている家を、みんなで支えていく。そういう医療も、確かに存在していて、それが在宅医療なんだなと感じています。

【院長略歴】

院長 河野 えみ子（こうの えみこ）先生
 2011年4月：東北厚生年金病院 外科
 2013年4月：東北大学総合外科入局
 2017年4月：仙台医療センター 外科
 2019年10月：石巻市立病院 外科
 2021年10月：福島県いわき市医療センター 外科
 2025年10月：公立黒川病院 内科
 2026年1月：えみこ在宅クリニック 開設

【医院情報】

医院名：えみこ在宅クリニック
 所在地：〒981-3621
 宮城県黒川郡
 大和町吉岡まほろば2丁目23-7
 TEL：022-739-7377



かえる在宅クリニック

院長 板橋 智恵子 先生

INTERVIEW 後編

かえる在宅クリニック
Kaeru Home Clinic

Q: 先生の専門科目や疾患について教えてください。

A: 専門科目と言われると、私は「なんでも屋」なんですね。

東北大学で初期研修を終えたあと、公立刈田総合病院の内科で常勤として勤務していました。

そこが専門医のプログラムをやっていない病院で、循環器、消化器、神経、呼吸器と、色々な診療科の先生に教えてもらいながら診てきました。

その際に「これも見ていいよ」「あれも見ていいよ」と言ってもらえ、「色々な症例ください」という感じで働いていたので、結果的に幅広く診療科を診ることになり、今に繋がっています。

Q: 先生が医者になろうと思ったきっかけを教えてください。

A: 私は医者家系ではありません。

親戚にも医療関係の人はいません。高校生の時に、人間関係でちょっと悩んだ時期があって、その時に知り合いからの助言で救われたことがありました。そのときに、「人の役に立つって、すごくいいことだな」と思って。人の役に立つ仕事をしたいな、と思ったのがきっかけです。

当時は何も知らなかったので、人の役に立つ仕事をといえば、医者か看護師くらいしか思いつかなくて。すごくシンプルな理由だったと思います。



院長 板橋 智恵子 (いたばし ちえこ)

平成23年 山形大学医学部医学科 卒業

東北大学病院 初期研修 修了

公立刈田総合病院 内科 常勤

仙台市内の訪問診療クリニック複数にて常勤

2025年8月 かえる在宅クリニック 開院

Q: 地域の皆様へメッセージをお願いします。

A: 在宅医療って、何ができるのか、どうつながるのか、分からぬ方が多いと思います。うちは、利用するかどうか決めていなくても、説明だけでも全然大丈夫です。まず電話でもいいので、まずは聞いてもらえたたらと思っています。

結果、「まだ早いですね」ってなっても、それでいいと思っています。

在宅医療という選択肢を知っているだけで、楽になる方もいると思います。



【職員紹介】



院長：板橋



事務員：大塚



事務員：山際

【医院情報】

医院名：かえる在宅クリニック

所在地：〒981-3133

宮城県仙台市

泉区泉中央3丁目18-6

DOUMUS赤坂101

TEL : 022-739-8236



いす付き歩行車 ウォルオル パラマウントケアサービス株式会社



【鳴子福祉用具から一言】

今回は、パラマウント様の歩行車ウォルオル(WALK-ALL)をご紹介します。身長170cm以上の方も利用が出来るように、持ち手の高さ91cmまで調整可能で、収納バスケットは5.5kgまで荷物を入れることができます。収納バスケットのふたを閉じて、上に買い物かごを載せることができます。かごを止めるフックがあり固定もできるので安心です。杖を固定する場所もあります。カゴを乗せても良し、腰掛けても良しと、色々とこだわって作られている歩行車です。

【リハビリスタッフから一言】

歩行車を利用している方でも、杖を使用したい場面も出てくるので、杖を横に固定できるという機能がついているのは、とても使い勝手が良いと思いました。また、買い物カゴを固定できるフックや高さ調整のできる範囲が広いことなど、今までありそうでなかった機能がついていて、外出することが多い方にぜひ試していただきたいと思いました。



【鳴子福祉用具店】

居宅介護支援事業所ケアトラスト

住所：宮城県大崎市鳴子温泉石ノ梅71-1

電話番号：0229-25-7746

鳴子福祉用具店
byケアトラスト



『多様性個育て®』
シャナママコラム



「心の声は、生命力」

久しぶりの感覚で目が覚めました。
それは「食欲」。お腹がすいたな、って。
そして、朝までぐっすり眠れたのは、いつぶりだろう?
癌ステージ3、リンパ転移の治療中の私。痛みが始ま
たのは、5月。治療前は痛みが激しく、眠れませんでした。
朝まで眠れるって、素晴らしいな。
お腹が空いたって感じるのも、素晴らしいなあ。
体の中から聞こえる、「食べよう」っていう声。
あまりの嬉しさにキッチンの床に座って、庭を眺めながら、
まずヨーグルトを食べてみた。
朝靄がかかった、きれいな木々。毎朝、庭に来てくれる野鳥たち。
朝焼けがとってもきれいで、なんだか涙が出てきました。
ただヨーグルト食べているだけなのにね! 勝手に、これが生命力だなって感じています。
今日の私は何を食べたいんだろう? そんな小さな心の声。
私は大切にしていただろうか。
日々のあれこれ、家族のことが優先で、自分の小さな心の声を大切にしていただろうか。

人や家族を大切にすることも素敵だけど、
まずは自分自身を大切にすることを優先にしてもいい
と思う。そんなことを私に教えてくれる癌は敵ではない。

ある意味、人生で出会った同士かもしれません。
捉え方を変えれば、「自分の心の声を聴くチャンス
をくれた出来事」なのかもしれません。

あ! 冷蔵庫にプリンもあった。朝だけど、食べちゃ
おうかなって。食べられた私は幸せ。
そんな、うれしい泣き笑いの朝を迎えた小さな幸
せを、噛みしめています。

皆さんは、どんな朝でしたか? 小さな心の声は大
切な生命力。やる気にもつながっていますね。





『寒さに負けて、 魚にも負けた冬の岸壁釣り』

こんにちは。
今年の冬は暖かいのではないかと思っておりましたが、寒い日は本当に辛く、身にしみる日々です。お風呂に入る時はヒートショックに気をつけないと、と思う日々です。

今回は久しぶりに冬の釣りをしてきました。冬の釣りは水温が下がり、魚の活性が落ちるため、釣果が安定しにくい季節です。その分、ポイント選びや仕掛け、誘い方など、普段以上に工夫が必要です。

今回は岸壁釣りに挑戦しました。冬場は魚が深場や、身を隠したり集まりやすいテトラポット周りに移動しやすく、仕掛けを落とすだけではなかなか反応が得られないようで、潮の動きや時間帯を意識し、じっくりと魚を待つ忍耐力も必要になります。

当日は防寒対策を万全にして臨み、「今日は渋いかもしれないけど、1匹釣れるかな」と淡い期待を胸に竿を出しました。しかし現実は厳しく、アタリは、風に揺れるラインのみ。

「今のは来たか?」と何度も思いましたが、地面に引っかかっていただけでした。周囲を見渡しても、同じように無言で海を見つめる釣り人たち。

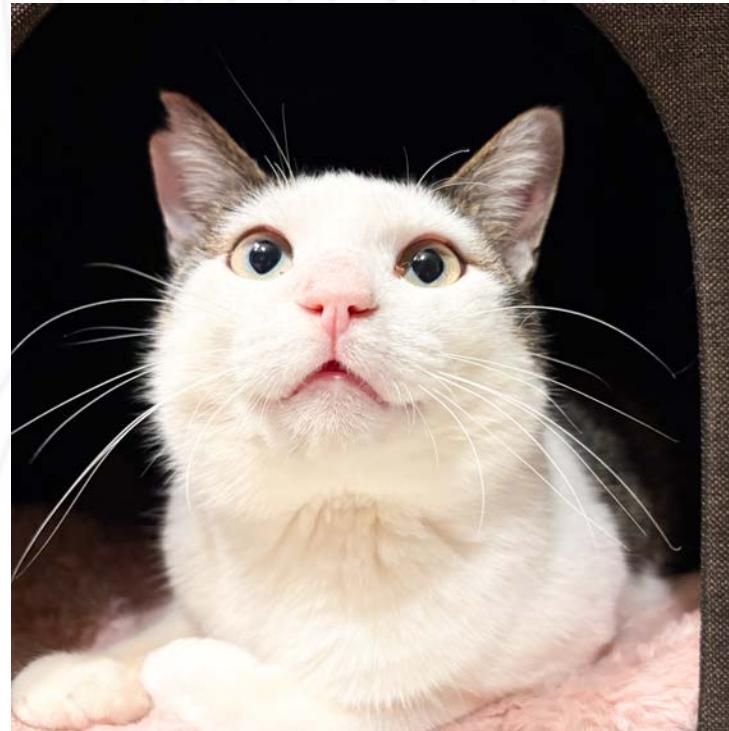
まるで岸壁全体が修行の場のような雰囲気でした。結局、魚の姿を見ることはできませんでしたが、冷たい空気の中で海を眺めながら暖かいコーヒーを飲んで過ごす時間は、これはこれで、贅沢なひとときだったように思います。

冬の釣りは結果が出にくい分、自然と向き合う時間そのものを楽しむ余裕が大切なかもしれません。次こそは、防寒だけでなく釣果も万全にして再挑戦したいと思います。

＜釣り人 野村＞



しっぽのきもち



『河川敷のぱつおくん』

いつもしっぽのきもちをお読みいただきありがとうございます。今回は、新しく保護された子をご紹介します。この子は、仙台市の河川敷で保護された子で、見つかった当初は痩せ細り、免疫も弱っていて、真菌で鼻周りの皮膚がボロボロになっている状態でした。寒くなってきたことと、ゴミをあさって生活している状況もわかり、このままでは生きていけないと保護となりました。

保護して、動物病院で診てもらったところ、排泄物に猫砂が大量に入っていたことから、「飼い猫だったがまともにご飯がもらえておらず、猫砂を食べてお腹を満たしていたのではないか?」とのことでした。そのまま捨てられてしまったのか、逃げ出したのかはわかりませんが、可哀想な状態だったので保護されて良かったです。



P.S. いつも支援物資をありがとうございます！我が家の保護猫たちに使わせていただきます！今月もQRコードから送ることができます！

【しっぽのきもちほしい物リスト】





宮城県仙台市 トレイルランニング・アウトドアのお店
MOUSE ON TRAIL
山好き店主のみやけんさんオススメ商品紹介



走れるサコッシュ
¥5,500(税込)

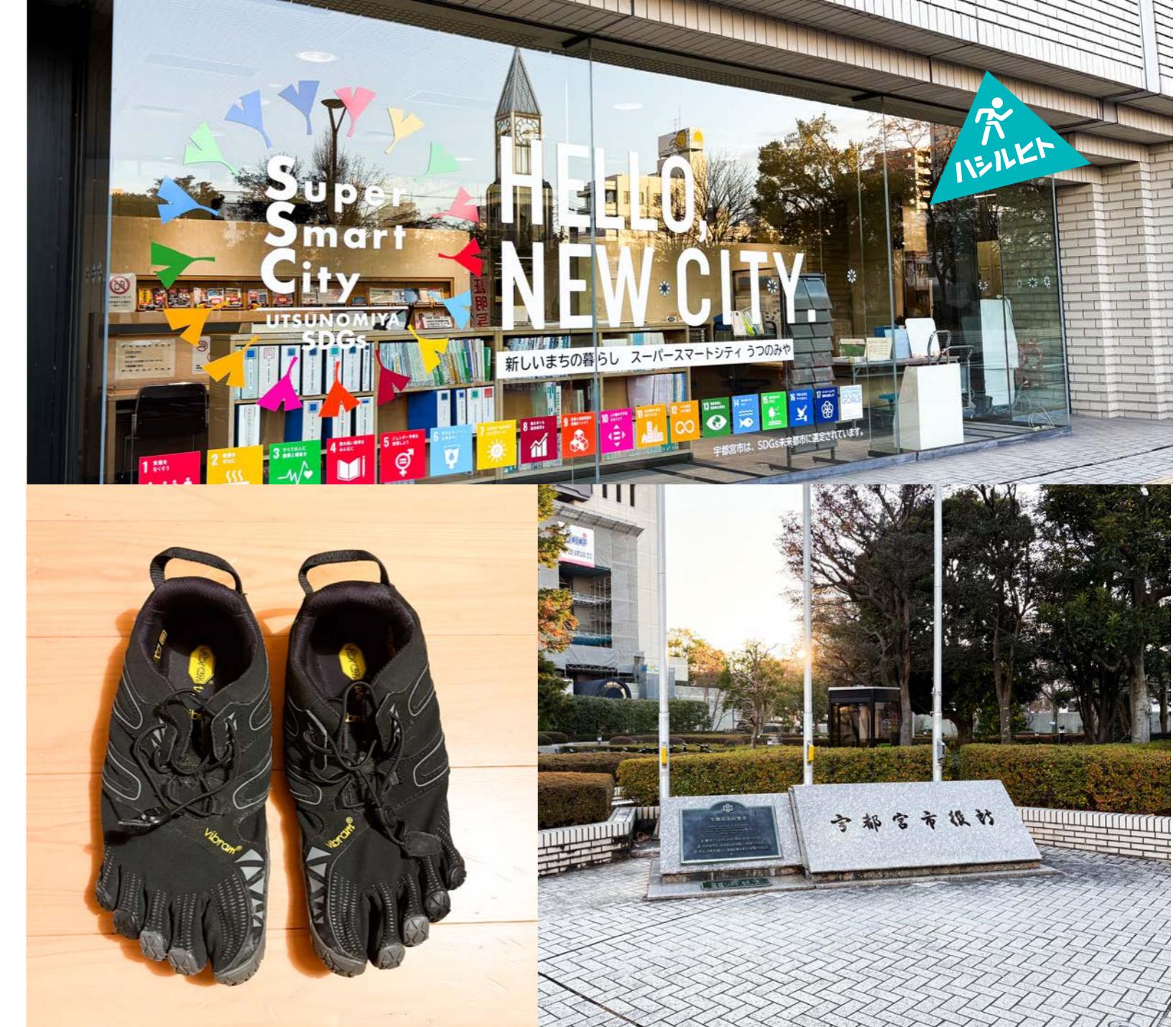
当店オリジナルで作成しているサコッシュです。三点止めで体にフィットさせ走る事もできるようになります。普段は前ポケットに隠れているサブストラップですが前に引き出し胸元にかけることにより三点で固定することができるようになります。体に自然にフィットするので最低限のものをもって走りたいときなどにとても便利です。

中に沢山詰めなければキロ5くらいのペースでもストレスなく走れます。山で使う場合はコンパスをつけたりするキーストラップとしてもご利用になります。ランパンのポケットやウエストポーチに収納すると腰回りの圧迫感や揺れがきになったりしますがこちらのサコッシュだとそういうことがなく快適です。見た目以上に走ることができます。普段使いから日々のランニングライフまでサポートします。



【店舗情報】

店舗名：MOUSE ON TRAIL
所在地：宮城県仙台市青葉区栗生4-12-1 2F
TEL：050-5360-6021
MAIL：mouseontrail@gmail.com
ネットショップはQRコードからどうぞ！



『フルマラソン練習中！』

こんにちは！

2月のいわきサンシャインマラソンのフルを走るために練習中です！

ですが、やはり今時期は寒いですね。

最近は、少し雪も積もっている日もありますので、ワーチではなく久しぶりにVibram FIVEFINGERSを履いて走ってみました！

こちらは5本指に分かれたシューズで、ワーチよりはハダシ感が減りますが、私がベアフットランニングを始めた初期の頃に履いていて、履き心地に感動したシューズです！雪が少し積もっているくらいの時はこちらのシューズが良いですね！

ナチュラルランニング・ベアフットランニングに興味がある方は、試しに履いてみると新しい感覚に感動すると思いますよ。

写真は最近出張に行った宇都宮の街中を走ったときの写真です！



HIROCTAKAHAC

プロフィール
高橋 広（タカハシ ヒロシ）
ナチュラルランナー／ベアフットランナー／理学療法士



ご家族様の想いにも耳を傾けながら、その子の「今」と「これから」によりそう看護を大切にしています。生活の中で不安を感じることもあると思いますが、身近な存在として、安心が当たり前になるよう支え続けられれば嬉しいです。

”よりそうひばり”

『ひばりケアプランセンター』2026年3月開設予定！

株式会社ひばりでは、仙台本部に居宅介護支援事業所『ひばりケアプランセンター』を3月1日に開設するために準備を進めています。

訪問看護で多くの方と関わる中で、「もっと早い段階から、生活全体に寄り添える存在でありたい」という想いを形にしました。ご本人・ご家族の気持ちや生活環境を丁寧にくみ取り、一人ひとりに合ったケアプランをご提案します。訪問看護併設の強みを活かし、医療・介護のつなぎ役として、医療的な支援が必要な方にも途切れのない連携で支えてまいります。介護のことで迷ったとき、身近な相談先として、ぜひお気軽にご相談ください。



『ひばり訪問看護ステーション』新規開設情報!!

- ひばり訪問看護ステーション宇都宮(2026年2月1日オープン)
栃木県宇都宮市に新しく開設しました。
小さなお子さんからご高齢の方まで、その人らしい生活を続けられるよう支援いたします。
宇都宮の医療・介護・福祉の事業所の皆さんと連携し、住み慣れた地域で安心して生活し続けるためのインフラとなれる事業所を目指して活動していきます！
 - ・事業所住所：栃木県宇都宮市平松本町326-5
 - ・訪問エリア：宇都宮市、鹿沼市、壬生町、上三川町など
- ひばり訪問看護ステーション長井(サテライト事業所開設準備中)
 - ・開設予定地：山形県長井市
 - ・開設予定時期：2026年3月（予定）
- ひばり訪問看護ステーション山形(開設準備中)
 - ・開設予定地：山形県山形市江俣
 - ・開設予定時期：2026年4月（予定）



新しい仲間のご紹介

この冬、各地の事業所にも新しいスタッフが加わりました。
看護師やリハビリ職など、頼もしい仲間たちです。
これからもチーム一丸となって「人生によりそう」訪問看護を届けてまいります。

- ひばり訪問看護ステーション仙台本部：理学療法士 1名入職(2/1～)
- ひばり訪問看護ステーション福島：看護師 1名入職(2/1～)





タイトル：雪だるま
ニックネーム：Aさん
コメント：子供が作った雪だるま。この成長を感じる出来事でした。



n



タイトル：山形・奥羽山脈の稜線
ニックネーム：じゅんちゃん
コメント：山形の空は広い。
奥羽山脈がくっきり見える日でした。

Minna



タイトル：仙台パルコ前で発見！
コメント：ちょっと寄り道。
こういう“かわいい”が、意外と元気の素。

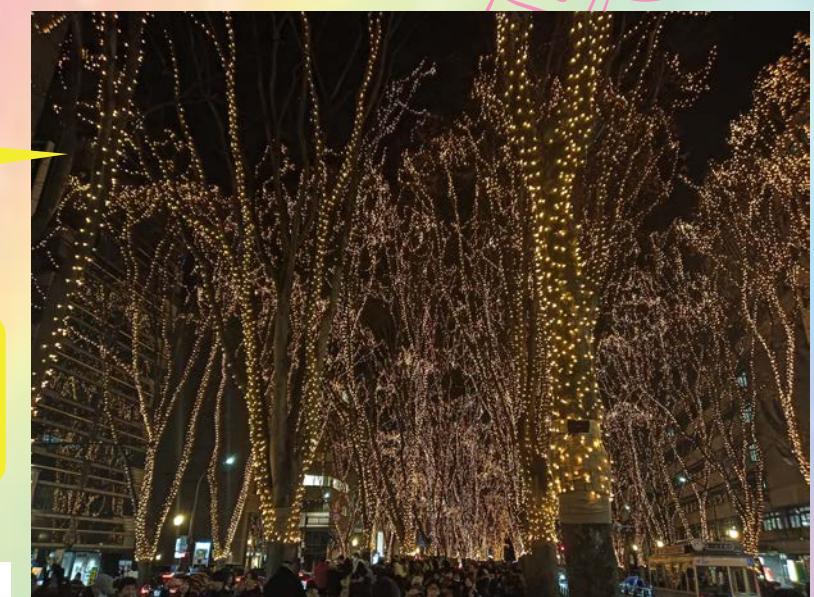


タイトル：山形から、甘いしあわせ。
ニックネーム：やくると
コメント：山形から届いたル・レクチエ。
箱を開けた瞬間から、いい香りでした。

Minna
no
shashinkan



タイトル：午年
ニックネーム：放課後等ディサービスGROW UP
コメント：みんなで午年の作品を作りました！



みんなの写真館

このコーナーにのりたい方、写真をください！
自慢の写真・ステキな写真・こころが温まる写真
などなど、お待ちしております♥

kabu.hibari28@gmail.com

メールに画像を添付して送ってください。
ニックネーム・写真のタイトル・コメントが
ございましたら、メール本文にてお知らせ
ください。お待ちしています！

Minna
no
shashinkan



公式LINE
受付中!!

みんなの
写真館



ヒバリのこころ

発行元

ひばり訪問看護ステーション



<https://hibari-nurse.com/>

宮城県

- + ひばり訪問看護ステーション（本社）
〒989-3202 宮城県仙台市青葉区中山台 2-60-6 MIP ビル 2F
TEL 0120-174-070 FAX 022-341-8672
- + ひばりケアプランセンター（居宅介護支援事業所）
〒989-3202 宮城県仙台市青葉区中山台 2-60-6 MIP ビル 2F
TEL 022-341-1202
(令和8年4月オープン予定)
- + ひばり相談支援センター（指定計画相談支援事業所）
〒989-3202 宮城県仙台市青葉区中山台 2-60-6 MIP ビル 2F
TEL 070-5097-2228 FAX 022-341-8672
- + 杜王ケアプランセンター（居宅介護支援事業所）
〒980-0871 宮城県仙台市青葉区八幡 7-8-20 KDHill's 八幡 II 101
TEL 022-200-2868 FAX 022-200-2868
- + ひばり訪問看護ステーション宮城野
〒983-0832 宮城県仙台市宮城野区安養寺 2-21-19 コーポ橋 206
TEL 022-343-1015 FAX 022-341-8672
- + ひばり訪問看護ステーション太白
〒982-0831 宮城県仙台市太白区八木山香澄町 5-16-106
TEL 022-343-0176 FAX 022-341-8672
- + ひばり訪問看護ステーション泉
〒981-3105 宮城県仙台市泉区天神沢 1-11-5 セントヒルズ仙台 C-015
TEL 0120-174-070 FAX 022-341-8672
- + ひばり訪問看護ステーション大崎
〒989-6163 宮城県大崎市古川町 2-23
TEL 0229-25-6912 FAX 0229-25-6913
- + ひばり訪問看護ステーション塩釜
〒985-0087 宮城県塩釜市伊保石 2-441 シャーメゾンビューコースト D201
TEL 022-200-6376
- + ひばり訪問看護ステーション松島石巻
〒986-0882 宮城県石巻市浦屋敷南 103
TEL 022-200-6376
- + ひばり訪問看護ステーションなとり
〒980-0003 宮城県仙台市青葉区小田原 4 丁目 2 番 50 号 2
TEL 022-200-6653
- 岩手県
- + ひばり訪問看護ステーションいわて
〒028-3305 岩手県紫波郡紫波町日詰字朝日田 265-4
TEL 019-601-8980 FAX 050-3000-8328
- 山形県
- + ひばり訪問看護ステーション山形
(令和8年4月オープン予定)
- + ひばり訪問看護ステーション酒田
〒998-0842 山形県酒田市亀ヶ崎 5 丁目 7-10
TEL 0234-31-8872
- + ひばり訪問看護ステーション米沢
〒992-0063 山形県米沢市泉町 2 丁目 3-10
TEL 0238-33-0305
- 福島県
- + ひばり訪問看護ステーション長井
(令和8年3月オープン予定)
- 福島県
- + ひばり訪問看護ステーション福島
〒960-8068 福島県福島市太田町 20-7 博愛ビル 2F
TEL 024-502-8374 FAX 024-505-4147
- 茨城県
- + ひばり訪問看護ステーションもりや
〒302-0126 茨城県守谷市鈴塚 305-4
TEL 0120-174-070
- 栃木県
- + ひばり訪問看護ステーション宇都宮
〒321-0932 栃木県宇都宮市平松本町 326-5
TEL 028-666-5170
- 東京都
- + ひばり訪問看護ステーション之一江
〒132-0024 東京都江戸川区一之江 8-11-29
TEL 03-6824-0865
- + ひばり訪問看護ステーション立川
〒190-0002 東京都立川市幸町 5 丁目 5-14 1 階
TEL 042-534-0700 FAX 042-633-0447

訪問看護師さん

募集中

仙台 大崎

塩釜 名取

など

勤務地 選べます

給与水準
業界トップクラス

夜勤・残業なし・地元でも
年収 **500** 万円以上可能

ひばり訪問看護ステーション

公式LINE

・求人への相談や応募も
LINEで完結！！

・ひばりのこころ最新号も
LINEから発信

@002haqku
LINE限定のお得な情報配信中！



ヒバリのこころ

がインタビュー取材に行きます！

何かにチャレンジしている
会社・お店・個人の方などが対象です。

ひばり訪問看護ステーション
公式LINE
(オススメ)

または

kabu.hibari@gmail.com

へ応募下さい。

件名・または本文に
「取材希望」とお書き下さい。
お待ちしております！
(掲載には審査がございます。)