

会員募集中 健康支援室
2020年度 **TMGFit**
運動教室

- ① 健康運動指導士による**健康運動教室**
 - ② 毎日の記録が出来る**健康手帳**の配布
 - ◆ 毎月4回(平日または土曜) ◆ 戸塚区内にて
 - ◆ 脳トレ・ストレッチ・簡単な筋トレなど
※年会費がかかります。
 - ◆ その他オプションも多数ございます!
- 詳しくは
045-862-2282
までお問い合わせください



40代~80代の方大歓迎!

主催：一般社団法人TMG本部 健康支援室TMGFit

しみ・そばかす・皮膚良性色素性疾患に
レーザー治療
しみの治療
費用 ¥5,000 ~ (税抜)
レーザー・トーニング
費用 ¥9,800 (税抜)

※別途右記料金ががかかります 初診料 ¥3,000 再診料 ¥1,000
戸塚共立あさひクリニック [担当医] 三宅 浩行
[外来日] 木曜午後・金曜午前 (※要予約) ☎045-864-2565

横浜未来ヘルスケアシステム施設一覧

病 院	戸塚共立第1病院	TEL 045-864-2501
	戸塚共立第2病院	TEL 045-881-3205
	戸塚共立リハビリテーション病院	TEL 045-800-0320
	奥沢病院	TEL 03-5701-7788
	よこすか浦賀病院	TEL 046-841-0922
介護施設	介護老人保健施設 ヒューマンライフケア横浜	TEL 045-866-2000
	グループホーム横浜名瀬・彩り	TEL 045-810-6868
	グループホーム横浜汲沢・彩り	TEL 045-881-2341
	戸塚共立リハビリデイサービス泉	TEL 045-443-6449
	サービス付き高齢者向け住宅戸塚共立 結の杜 下倉田	TEL 045-864-1121
介護付き有料老人ホーム 戸塚共立ゆかりの里	TEL 045-285-1165	
クリニック	戸塚共立第1病院附属 さくらクリニック (眼科・MRIセンター)	TEL 045-864-2065
	戸塚共立あさひクリニック (皮膚科・形成外科・内科)	TEL 045-864-2565
	戸塚共立おとキッズクリニック (耳鼻咽喉科・小児科)	TEL 045-869-1500
	戸塚共立第1病院附属 サクラス乳腺クリニック (乳腺外科)	TEL 045-869-6888
	戸塚共立レディースクリニック (産科・婦人科)	TEL 045-285-1103
	戸塚共立メディカルサテライト (健診センター)	TEL 045-869-4605
	戸塚共立ステーションクリニック (人工透析)	TEL 045-869-1557
戸塚共立透析クリニック (人工透析)	TEL 045-869-4737	
関連事業	戸塚共立訪問看護ステーション	TEL 045-866-0121
	戸塚共立ひかり病児保育室 (横浜市委託事業)	TEL 045-871-1262
	地域交流施設 ONE FOR ALL横浜	TEL 045-871-7831
	学校法人 栄戸学園 横浜未来看護専門学校	TEL 045-864-8855
	TMG本部 横浜支部	TEL 045-865-0900

横浜未来ヘルスケアシステム 総合サービスセンター TEL 045-865-1900 FAX 045-869-4603
MAIL yokohama_sc@tmg.or.jp

2020
4月
vol.109
take free
ご自由にお持ちください

ひだまり

- 巻頭言
未来のヘルスケアシステムを支える
横浜未来ヘルスケアシステム 理事長
戸田中央医師グループ(TMG)副会長
横川 秀男 理事長
- 院長就任のご挨拶
新型コロナウイルス
感染症への対応
地域のクリニック
お知らせ
健康レシピ
看護学校だより
ラグビーニュース
- 07 06 05 04 03 02

One for All, All for One.

横浜柏堤会は
横浜未来ヘルスケアシステムに
生まれ変わります。



表紙写真/柏尾川の桜

広報誌ひだまり 2020(令和2)年4月7日発行 発行/横浜未来ヘルスケアシステム 企画/広報室
〒244-0603 神奈川県横浜市戸塚区戸塚町16-15 C1スクエア3階
TEL 045-865-0900

未来のヘルスケア システムを支える

横浜未来ヘルスケアシステム 理事長
戸田中央医科グループ(TMG) 副会長

よこかわ ひでお
横川 秀男

今年も希望に満ちた春がやってまいりました。
私たちの法人では今年度、74名の新入職員を
迎えることができました。

新型コロナウイルスCOVID-19の感染が世界
中に広がり、各国が協力して感染を制御するべく
努力しています。

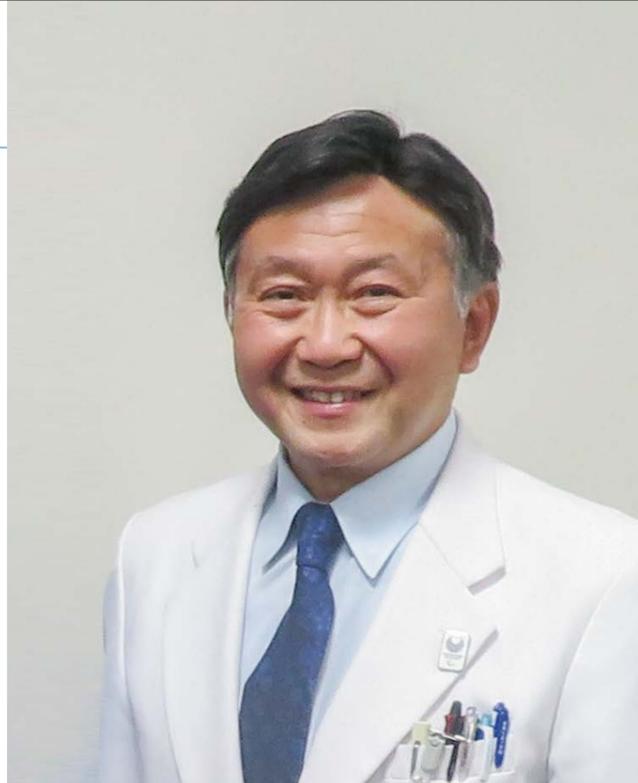
日本でも大型クルーズ船ダイヤモンドプリンセスが、感染者の隔離を目的に2月3日から横浜港大黒埠頭に停泊を開始して以来、国をあげて感染拡大の防止に努めてきました。

これからも国民が皆で協力して、コロナウィルスの封じ込めに力を尽くすことが重要です。

4月1日より医療法人横浜柏堤会は、横浜未来ヘルスケアシステムに法人名を変更致しました。

戸塚を流れる柏尾川の堤近くに昭和21年5月、医療法人柏堤会戸塚共立病院(現戸塚共立第1病院)が開設されてから68年、その後平成26年4月に法人名を横浜柏堤会と改名して6年が経過しました。

今年度着工を予定している、戸塚共立第1病院新築移転時には、平成5年1月の戸田中央医科グ



ループによる経営交代から30周年を迎えます。
そこで、さらに進む超高齢社会を支えるべく、横浜、戸塚から、目指すべきヘルスケアシステムの形を発信していく覚悟で、法人名を変更しました。

地域の皆様が必要とする医療、介護、福祉の充実に寄与し、地域包括ケアシステムの一翼を担うべく当法人の24施設は、連携している各医療機関、介護施設をはじめ、行政各機関や地域住民の皆様とワンチームとなり、地域社会に貢献して参ります。

TMGFitによる健康運動教室、YOKOHAMA TKMによるラグビー教室など、健康づくりにもさらに積極的に取り組んでいく所存です。

また、女子サッカーなでしこリーグで活躍中の選手8名が当法人の施設に勤務している、ニッパツ横浜FCシーガルズによるピンクリボンマッチなど、乳がんの早期発見治療への啓発活動にも尽力いたします。

来年の東京オリンピック開催を待ち望みつつ、職員一丸となり今年度も前進して参りますので、ご指導ご鞭撻を宜しくお願い申し上げます。

戸塚共立第1病院 院長就任のご挨拶

執筆 戸塚共立第1病院 院長 村井 紀元 むらい のりゆき



した。当院の外科の手術件数は、年々増加傾向にあり、昨年度は月50件を超えるほどで、非常に多くの手術治療を行っております。今後も、第一線の現場で奮闘しつつ、歴代の院長の意志を継ぎ、戸塚共立第1病院のスタッフと共に、この戸塚の地域医療に貢献して参りたいと存じます。
(福島院長は名誉院長となられ、引き続き、ご指導いただきながら診療にあたっておりますので、福島院長ファンの方々はお安心くださいませ)

陽春の候、皆様におかれましてはいかがお過ごしでしょうか。柏尾川の桜は今年も見事でしたが、楽しいはずの季節に、新型肺炎の影響で例年に無くストレスがかかっている方が多いのではとお察しいたします。当院では、感染予防対策を行いつつ、通常診療を続けており、痛みや病気の不安のある方に、必要な医療をしっかりと提供できるようにしております。

さて、この度、戸塚共立第1病院の院長職を拝命させていただくこととなりました。

戸塚共立第1病院は、旧戸塚共立病院として1953年に開院し、1993年1月より戸田中央医科グループ(TMG)を母体とした診療体制となり、現横川理事長、中西院長、福島院長という歴代の名院長の元、地域医療に携わって参りました。

私は、2011年4月より戸塚共立第1病院に着任し、前福島院長の薫陶を受け、消化器・一般外科治療に携わって参り、特に腹腔鏡下手術では最先端の医療を提供させていただいておりま

“揺り籠から墓場まで”という言葉がございしますが、この戸塚の地で生誕から終末期まで、それぞれの世代の医療ニーズに応えられるような医療体制の構築、それが横川理事長、福島院長の想いでもありました。さらに介護、社会貢献も含めた地域包括ケアシステムの構築がTMGの運営指針でもあります。その中で急性期病院としての役割をしっかりと果たしていくことが当院の役目であり、引き続き地域医療機関、施設との連携を推進し、救急医療に貢献して参ります。当院も増床、新築移転(2020年9月着工予定)が決まりました。最新鋭の医療機器、設備を導入し、さらに質の高い医療を提供して参ります。

これからも戸塚共立第1病院は地域の方々を愛し、地域の方々から愛される病院であり続けられるようさらに精進して参りたいと存じます。今後とも変わらぬご支援ご鞭撻のほどよろしくお願い申し上げます。

新型コロナウイルス感染症への対応

新型コロナウイルス感染症の感染拡大により状況はめまぐるしく日々刻々と変化をしております。感染拡大防止に向けて当法人でも一丸となって対応をしております。

現在、戸塚共立第1病院と戸塚共立第2病院では新型コロナウイルス肺炎疑いの患者様には下記の通りのご案内をさせていただき、その他の通常診療には影響が出ないよう対応をしております。

風邪の症状や37.5度以上の発熱が4日以上続いている
(解熱剤の使用症例や発熱の無い症例も含む)

強い倦怠感(だるさ)や呼吸困難感(息苦しさ)がある

以上の2項目に当てはまる方は病院で診察を受ける前に以下にお電話をして下さい。

新型コロナウイルス感染症帰国者・
接触者相談センター

045-664-7761 (9:00~21:00) ※土日祝日を含む

感染症対策 へのご協力をお願いします

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

①手洗い 正しい手の洗い方

手洗いの前に ・爪は短く切っておきましょう ・時計や指輪を外しておきましょう



石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

②咳エチケット 3つの咳エチケット

電車や職場、学校など人が集まるところでやる



正しいマスクの着用



首相官邸 Prime Minister's Office of Japan
厚生労働省 Ministry of Health, Labour and Welfare

詳しい情報はこちら
厚労省 検索

地域の先生方のご紹介

横浜未来ヘルスケアシステムがお世話になっている
連携医の先生方をご紹介します。



すずき内科・胃腸内科クリニック

内科／胃腸内科／内視鏡内科／外科／小児科

すずき みちたか
院長 鈴木 道隆先生

Q 医師を志したきっかけは何ですか？
A 高校2年生の頃ですが、人を助ける・人の役に立つ仕事に就きたいと思い、手先の器用さに自信があったので、外科医を目指すことにしました。

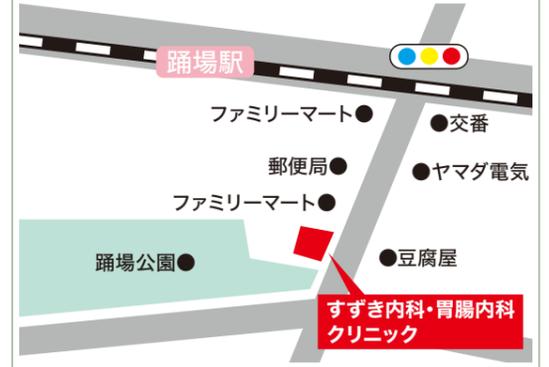
Q 診療方針を教えてください
A わかりやすい説明を心がけています。内視鏡検査は、鎮静剤(ねむり薬)・鎮痛剤を使用して苦痛の少ない検査を受けていただけるようにしています。

Q 先生の専門領域を教えてください
A 消化器疾患の診断・治療、内視鏡検査が専門です。勤務医時代は食道・胃・大腸の手術に携わっていました。

患者さまへ
消化器の病気以外にも、内科全般(糖尿病・高血圧・高脂血症など)、外科(怪我・皮膚のしこりなど)、小児科(風邪・喘息など)に対応しております。小児から高齢の方まで、何かお困りの際はお気軽にご相談ください。

受付時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00~12:00	●	●		●	●	●		
15:00~17:30	●			●	●			

TEL 045-443-7117
神奈川県横浜市戸塚区汲沢8-11-27 URL : <https://suzuki-ichounaika.com/>
access 横浜市営地下鉄ブルーライン『踊場駅』徒歩5分



Notice 病院・施設からのお知らせ

春の乳がん検診キャンペーン

2020年
4月1日(水)
▼
5月30日(土)

キャンペーン期間中は通常よりお安い価格で乳がん検診が受けられます！
自分のために、大切な人のために、乳がん検診を受けましょう！

- プラン1 視触診 ⊕ マンモグラフィ検査 ⊕ エコー検査 **¥10,000** (通常¥12,650)
 - プラン2 視触診 ⊕ マンモグラフィ検査 **¥5,700** (通常¥7,150)
 - プラン3 視触診 ⊕ エコー検査 **¥5,700** (通常¥7,150)
 - ペア割引 視触診 ⊕ マンモグラフィ検査 ⊕ エコー検査 **¥18,000** (通常¥25,300)
(2名様合計・同日予約の方に限ります)
- ※キャンペーンにつき他のクーポンや割引とは併用できません。

ご予約はお電話で！ TEL: **045-869-6888** (平日9:00~16:00 土曜9:00~12:00)

戸塚共立第1病院付属 サクラス乳腺クリニック 〒244-0003 横浜市戸塚区戸塚町4253-1 サクラス戸塚6階
アクセス: JR・横浜市営地下鉄ブルーライン「戸塚」駅 西口から徒歩3分

春野菜のコールスローサラダ

ヒューマンライフケア横浜
管理栄養士 平山 三友紀



材料 (2人分)

- 春キャベツ…100g(1/8玉)
- 新玉ねぎ…40g(1/4玉)
- スイートコーン…20g(大さじ2)
- 塩…適量
- ハム…20g(2枚)

調味料A

- ・マヨネーズ…大さじ1・1/2
- ・酢…大さじ1/2
- ・砂糖…小さじ1

仕上げ

- ・塩…少々
- ・胡椒…少々

作り方

- ①キャベツは千切りし、塩をふって10分程度おき水気をきっておく
- ②新玉ねぎはスライスしハムは短冊切りにする
- ③ボウルにキャベツ、新玉ねぎ、ハム、スイートコーン、調味料Aをいれ混ぜ合わせる
- ④最後に塩と胡椒で味を整える

豆知識

春キャベツは冬キャベツに比べ栄養価が高くビタミンCが豊富です。ビタミンCは免疫力アップの効果があり、風邪や感染症に負けない身体づくりに役立つ栄養素です。また、玉ねぎに含まれる硫化アリルは血液をサラサラにしてくれる働きがありますが水に溶けやすいため、効果的に摂るには水にさらさずに食べられる新玉ねぎがおすすめです！

栄養価(1人分)

- ・エネルギー:118kcal
- ・食塩相当量:0.5g
- ・ビタミンC:27mg

News from nursing school 看護学校だより

第5回生 卒業式を執り行いました

3月6日(金)、第5回卒業式が、戸塚公会堂にて執り行われました。新型コロナウイルス感染拡大の余波により、卒業生と教職員のみの式となりました。

式典では、横川秀男学校長より、卒業証書が授与されました。卒業生代表による答辞では、3年間の感謝の思いと、臨地実習での経験を礎とし、専門職業人として責任感を持ち、常に患者さまを思いやることのできる看護師となれるよう精進すると述べました。

4月からは、各病院・施設にて、看護師としての道を歩み始めます。学校での思い出を胸に、夢に向かってまい進します。



同窓会よりコサージュが贈られました 卒業証書授与



卒業生代表による答辞 式典の様子

2020年度オープンキャンパス・学校説明会のお知らせ

オープンキャンパス

学校説明会

6月6日(土) 午前9時30分～12時30分 5月30日(土) 午前9時30分～11時30分

※詳細やお申込み方法については、ホームページにてご確認ください。保護者の方のご参加も大歓迎です！

学校法人 栄戸学園

横浜未来看護専門学校

戸塚駅東口徒歩8分/戸塚共立第2病院近く

TEL 045-864-8855

横浜未来看護



2020シーズン新加入選手紹介



新加入
かたやま すみれ
片山 堇
戸塚共立
第2病院
Position
WTB/SH/SO



新加入
ながい あやの
永井 彩乃
戸塚共立
あさひクリニック
Position
PR



新加入
つのかわ ほのか
角川 穂乃花
戸塚共立
ゆかりの里
Position
WTB/CTB



新加入
ほし もえ
星 萌恵
戸塚共立
第1病院
Position
HO



新加入
アテカ
レイヤモ
Leiyamo
出身地
フィジー
Position
WTB



新加入
ジョワナ
サウト
Sauto
出身地
フィジー
Position
FW



新加入
レベッカ
カーステン
Kersten
出身地
ニュージーランド
Position
PR/CTB



新加入
グレース
スタインメッツ
Steinmetz
出身地
ニュージーランド
Position
CTB/WTB



新加入
ジェイド
チュイラエパ
Tuilaepa
出身地
ニュージーランド
Position
SH/SO/CTB/
WTB/HO



新加入
さかもと ゆか
阪本 結花
Position
HO/PR/SO



新加入
すずき さやか
鈴木 彩夏
Position
PR/HO/CTB/
WTB



コーチ
ポール ポー
出身地
ニュージーランド

「太陽生命ウィメンズセブンズシリーズ2020」試合日程

第1戦 東京大会

2020年5月2日(土)、3日(日)
秩父宮ラグビー場 (東京都港区北青山2-8-35)

第2戦 静岡大会

2020年5月16日(土)、17日(日)
小笠山総合運動公園 エコパスタジアム (静岡県袋井市愛野2300-1)

第3戦 秋田大会

2020年6月13日(土)、14日(日)
あきぎんスタジアム (秋田県秋田市八橋運動公園1-1)

第4戦 鈴鹿大会

2020年6月27日(土)、28日(日)
三重交通G スポーツの杜 鈴鹿 サッカー・ラグビー場 (三重県鈴鹿市御園町1669)

2020年度は東京大会、静岡大会、秋田大会、鈴鹿大会の4大会が開催されます。

各大会は第1日目に予選プール、第2日目に順位決定の決勝トーナメント戦

参加チームには各大会の順位によってシリーズ加算ポイントが与えられ、4大会終了後には、ポイントの合計によりシリーズの優勝チームが決定。

7人制ラグビーについて豆知識

7人制(セブンズ)ラグビーは15人制のグラウンドの広さ同じです。そのため、相手をスピードやステップで抜くプレーが多く、スピーディーな試合展開が魅力です。

試合時間: 前後半7分ずつ ハーフタイム: 2分以内