

One for All, All for One.  
一人は皆のために、皆は一人のために

広報誌ひだまり 2021(令和3年)8月6日発行

発行/横浜未来ヘルスケアシステム 企画広報室  
〒244-0003 神奈川県横浜市戸塚区戸塚町11-15 C1スクエア3階

TEL 045-865-0900  
本誌配布についてのお問い合わせは

戸塚共立第1病院  
では  
一般市民の  
新型コロナウイルス  
ワクチン接種を行います。

※64歳以下の優先接種者の方(基礎疾患を有する方、高齢者施設等従事者、保育士、教職員など)で接種券が届いた方も予約ができます。

2021年7月26日現在

接種曜日	接種時間	接種人数
月・火・木・金	12:00~14:00 (完全予約制)	24名
水	12:30~14:00 (完全予約制)	18名
土(祝日を除く)	14:00~16:00 (完全予約制)	60名

当院では予約を受け付けることができません。

戸塚共立第2病院  
では  
一般市民の  
新型コロナウイルス  
ワクチン接種を行います。

接種曜日	接種時間	接種人数
毎週土曜日 (祝日を除く)	14:00~16:15 (完全予約制)	最大180名

当院では予約を受け付けることができません。

※64歳以下の優先接種者の方(基礎疾患を有する方、高齢者施設等従事者、保育士、教職員など)で接種券が届いた方も予約ができます。

横浜市の予約センターに電話か横浜市予約専用サイトからお申込みください。  
横浜市 新型コロナウイルスワクチン接種予約センター ☎ 0120-045-112  
受付時間9時から19時まで(土日・祝日も実施)8か国語に対応します。  
(フリーダイヤル)



横浜市予約専用サイト

## 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



戸塚共立第1病院 看護部



戸塚共立メディカルサテライト健診センター 事務部



よこすか浦賀病院 医療福祉科

## ご挨拶

暑い日が続きますが、皆さまお元気でお過ごしのことと拝察いたします。

新型コロナウイルスのワクチン接種が進む中、東京2020オリンピック競技大会が開幕しました。懸命に精進してきたアスリートたちにとって待ちに待った晴れ舞台、全力を出し切ってほしいと思います。

女子ラグビー界でも昨年度はCOVID-19パンデミックの影響で中止になっていた各大会が、今年度は感染防御に努めながら開催されています。

そのような中、医療法人横浜未来ヘルスケアシステム(YFHS)が運営をサポートする女子ラグビーチームYOKOHAMA TKMは、2011年8月8日の創部から10周年を迎えました。

チーム医療のあり方とラグビー精神は根幹が同じであることから、YFHSのシンボルチームとして医療法人所属で創部したYOKOHAMA TKMですが、子供たちのラグビー教室や地域住民の健康増進支援、清掃活動、防犯防災活動などを通じてより広く社会に貢献し、さらに多くの皆さまから応援していただけるように、今年度より一般社団法人横浜TKMが運営するクラブチームに再編成しました。

ファンクラブにはすでに多くの会員にご入会いただき、サポート企業の皆さまからも力強いご支援を頂いています。

これからも全力で精進して参りますので、応援をよろしくお願いいたします。

昨年、オリンピック・パラリンピック終了後に着工予定としていた戸塚共立第1病院の新築移転は、COVID-19感染拡大により延期を余儀なくされました。



医療法人横浜未来ヘルスケアシステム 理事長  
戸塚共立第1病院 副会長・COO

よこかわ ひでお  
**横川 秀男**

新病院の建築予定地は、現病院からほど近い好立地で、江戸時代には東海道戸塚宿の脇本陣が、その後は長年にわたり地元大企業の有名な料亭があった歴史的な場所で、現在YFHSの各施設を受診、ご利用頂いている方々をはじめ、皆さまが今後も安心して通院できる場所です。

昨年から行なってきたコロナ感染症への様々な対応経験を生かし、職員皆できめ細やかなアイデアを出し、患者さまと職員が利用しやすく、高機能で感染症に強い病院に生まれかわれるように、設計の最終段階を行なっています。

今後ともYFHS職員一丸となって、患者さま、ご利用者さまの視点に立ち、地域で必要な医療、介護、福祉を最大限に提供するべく全力で取り組んでまいります。

今後ともご指導ご鞭撻を宜しくお願い申し上げます。

## 横浜未来ヘルスケアシステム(YFHS)施設めぐり その10

診療科目 整形外科・リハビリテーション科・脳神経外科・麻酔科

### 戸塚共立 リハビリテーション病院

急性期とリハビリテーションのケアミックス型病院で、患者さまを“円”の中心に据え、医師や看護師、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士をはじめとした多くのスタッフが連携して、患者さまの社会復帰に向けてサポートいたします。整形外科では救急医療、地域医療を中心とした急性期医療も行っております。手術室には最新の手術器材とMRIも設備し、安心した手術を受けることができます。また地域の医療機関や介護サービス機関との連携も推進しており、地域完結型で専門性の高い医療・看護サービスを実践しております。

患者さまの意思を尊重し、温かく質の高い最大限の医療を真心こめて提供いたします



### 回復期リハビリテーション

在宅復帰・社会復帰に向けた環境調整



当院のリハビリテーション室は、東側が一面ガラス張りの約300m<sup>2</sup>のゆとりある訓練室です。患者さまの身体機能に合わせて様々な訓練を実施いたします。退院後の在宅での生活がより良いものになるよう、丁寧な訓練を心掛けています。また在宅生活や社会復帰に効果的につなげることを目的に、患者さまの状態に合わせた住宅改修や福祉用具の選定など、環境整備の指導・援助も行っています。

### 当院での入院生活について

病院での一日



☎045-800-0320  
横浜市泉区中央北1-40-34  
公式ホームページ

### 足と靴の専門外来

足元から身体のバランスを整えるインソール(足板底)は靴に入れる治療用の中敷きすることで、足や膝の痛み、変形等に対して保護や矯正を目的に行われる保存治療方法の一つです。当院では週1回、専門の医師が足のトラブルのカウンセリングを行い、歩行姿勢をバランスのとれた状態に整えることを目標としています。



### 足底板療法外来のご案内

診療 毎週火曜日 午前  
内田俊彦先生(予約診療/1日6名まで)  
インソール作成 (完全予約制)  
毎週火曜日 14:00~16:30  
毎週金曜日 9:00~12:30/14:00~16:30

インソール作成も両日ともに完全予約制です。1回のご予約につき¥2,100(税込)と調整代、新規作成の場合1足(左右)につき¥8,800(税込)の費用がかかります(仕様によって異なる場合があります)。



# 介護保険を利用するには？

横浜未来ヘルスケアシステムの介護施設ってどんなところ？  
～ひとり一人に寄り添った質の高い介護サービスをご提供します～

2000年4月よりスタートした「介護保険」ですが、この20年の歩みの中で様々なサービスが利用できるようになり、普段から介護保険を利用しながら自分らしく生活をされている方が増えてきました。今回の特集では、介護保険の詳しい利用方法と介護保険サービスの種類についてご説明しながら、横浜未来ヘルスケアシステムが運営する介護施設をご紹介します。



TMG 本部 介護事業部 係長  
理学療法士 **武田 光二**

## 介護保険の利用対象(被保険者)になる方とは？

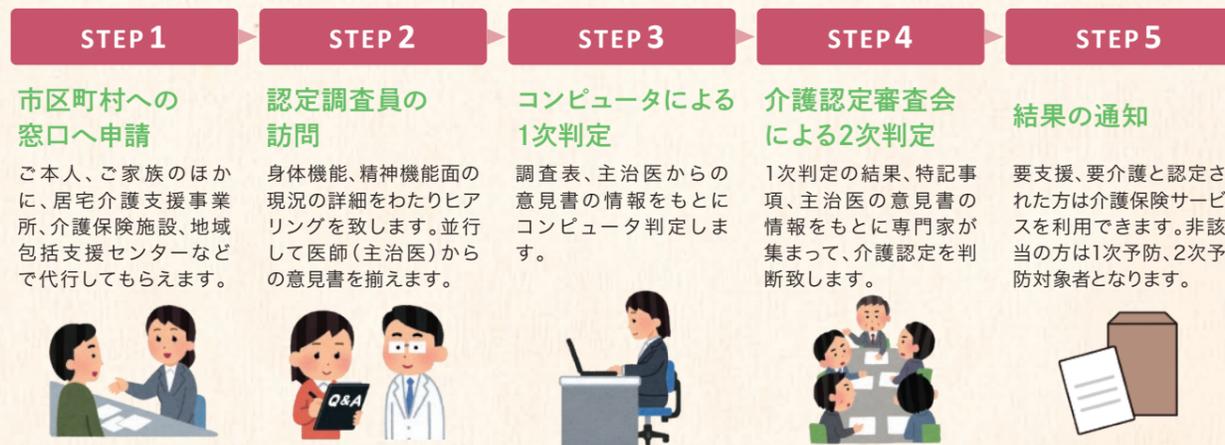
介護保険を利用できる方は次のとおりです。

- 65歳以上で要支援または要介護の認定を受けた方(第1号被保険者)
- 40歳～64歳で特定疾病により要支援、要介護の認定を受けた方(第2号被保険者)

	65歳以上の方(第1号被保険者)	40歳～64歳の方(第2号被保険者)
対象者	65歳以上の方	40歳以上65歳未満の健保組合、全国健康保険協会、市区町村国保などの医療保険加入者
受給要件	要支援状態もしくは要介護状態の認定を受けた方	要支援(要介護)状態が【16の特定疾病】による場合に限定
保険料の徴収方法	市町村と特別区が徴収(原則、年金からの天引き) 65歳になった月から徴収開始	医療保険料と一体的に徴収(健康保険加入者は原則事業者が1/2を負担) 40歳になった月から徴収

## 介護保険を利用したい場合の手続きとは？

次に実際に介護保険サービスを受けるまでの流れをご説明します。  
STEP1からSTEP5までの一連の流れについておよそ30日程度の時間がかかります。



介護認定の結果が届き、要支援、要介護と認定された方については、介護保険を利用するにあたり、担当のケアマネジャー(介護支援専門員)と話し合います。ケアマネジャーがご本人やご家族の希望をヒアリングして、その方にあった介護保険の利用方法を計画してくれます。また非該当の方でも2次予防対象者(今後介護保険を使う可能性のある方、その予備軍)については、地域包括支援センターの保健師などにご相談いただければ、介護保険外のサービスで生活機能の改善、予防につながるプランを立ててくれます。

## 介護保険の月額利用額とは？

介護保険の「介護度別」の月額利用額は右の表のとおりです。

介護保険は、認定された介護度によって月に利用できる上限金額が異なります。右の表に単位と記していますが、1単位は10円～11.12円となっており、住んでいる地域や利用するサービスでも異なります。  
今回は1単位10円で計算した金額でご説明します。

要介護区分	利用限度額	要介護区分	利用限度額
要支援1	50,320円 (5,032単位)	要介護1	167,650円 (16,765単位)
要支援2	105,310円 (10,531単位)	要介護2	197,050円 (19,705単位)
		要介護3	270,480円 (27,048単位)
		要介護4	309,380円 (30,938単位)
		要介護5	362,170円 (36,217単位)



## 利用例

要介護1の方が1ヶ月に通所介護(デイサービス)を4回利用、訪問介護(身体介護60分)を4回利用した場合、総額で42,040円を利用したことになります。1割負担の場合は4,204円の支払いとなります。

**豆知識** 利用限度額の範囲内でサービスを利用した場合は1割(一定以上所得者の場合は2割又は3割)の自己負担になります。また限度額を超えてサービスを利用した場合は、超えた分が全額自己負担になります。



## 介護保険サービスについて

介護保険サービスには要介護者が利用できる**介護給付**と要支援者が利用できる**予防給付**の2種類があります。詳細は下記をご覧ください。

### 利用できるサービスの種類

介護サービス(要介護と認定された方)			
居宅サービス	その他	施設サービス	地域密着サービス
訪問サービス 訪問介護 訪問入浴 訪問看護 訪問リハビリ	居宅療養管理指導 通所介護(デイサービス) 通所リハビリテーション(デイケア) 短期入所生活介護 短期入所療養介護	特定施設入居者生活介護 特定福祉用具購入 福祉用具貸与 住宅改修費の支給 居宅介護支援	介護老人福祉施設 介護老人保健施設 介護療養型医療施設 夜間対応型訪問介護 定期巡回型訪問看護 認知症対応型通所介護 小規模多機能型居宅介護(看護含む) 認知症対応型共同生活介護(グループホーム) 地域密着型特定施設入居者生活介護 地域密着型介護老人福祉施設入居者生活介護 etc...
介護予防サービス(要支援と認定された方)			
居宅サービス	その他	地域密着サービス	
介護予防訪問入浴介護 介護予防訪問看護 介護予防訪問リハビリテーション 介護予防居宅療養管理指導	介護予防短期入所生活介護 介護予防短期入所療養介護 介護予防通所リハビリテーション(デイケア) 介護予防通所リハビリテーション(デイケア)	介護予防特定施設入居者生活介護 特定介護予防福祉用具購入 介護予防福祉用具貸与 介護予防住宅改修費の支給 介護予防支援	介護予防認知症対応型通所介護 介護予防小規模多機能型居宅介護(看護含む) 介護予防認知症対応型共同生活介護(グループホーム) etc...
総合事業(要支援認定者と2次予防事業対象者(要介護予備軍)と認定された方) ※サービス内容は市区町村によって異なる			
※要支援者に対する介護予防通所介護、訪問介護は各市区町村が主体となり総合事業(市区町村事業)を行います。			
訪問型サービス	通所型サービス	その他生活支援サービス(安否確認、配食サービスなど) etc...	
一般介護予防事業(65歳以上の全ての高齢者の方が該当) ※サービス内容は市区町村によって異なる			
介護予防把握事業 介護予防普及啓発事業	地域介護予防活動支援事業 地域介護予防活動支援事業	一般介護予防事業評価事業 地域リハビリテーション活動支援事業 etc...	



## まとめ 介護保険サービスは個人のニーズや現状に合わせて、様々なサービスが受けられます。

介護保険を現在使っていない方々にも各市区町村で**予防の取り組み等が活発に行われています**。これだけサービスの種類が多岐にわたってくると適切なサービスを見つけ出すことは至難の業です。適切な介護を受けるためにも担当のケアマネジャーと定期的に話し合い、ご自身にあったサービスを利用していきましょう。

# 横浜未来ヘルスケアシステムが運営する介護施設のご紹介

在宅から施設サービスまで医療と介護の連携を行い、幅広く医療・福祉関連事業を展開しております。

## 1 介護老人保健施設 **ヒューマンライフケア横浜**

充実のリハビリテーションで早期在宅復帰を目指す施設です。

利用定員 132名(内認知症専門棟 30名) 通所リハビリ 40名

横浜市戸塚区戸塚町1800-3 ☎045-866-2000

公式HP



## 2 介護付き有料老人ホーム **戸塚共立ゆかりの里**

手厚い介護体制、施設長が医師の施設です。

利用定員 52名

横浜市戸塚区戸塚町157-3 ☎045-285-1165

公式HP



## 3 サービス付き高齢者住宅 **戸塚共立 結の杜 下倉田**

24時間職員が常駐。併設に通所介護、訪問介護のある高齢者向けの賃貸住宅です。

利用定員 36名(2人部屋:4室)

横浜市戸塚区下倉田町1157-1 ☎045-864-1121

公式HP



## 4 グループホーム **グループホーム横浜名瀬・彩り/グループホーム横浜汲沢・彩り**

家庭的な雰囲気の中で、認知症の方が安心して生活できる施設です。

利用定員 各18名(1ユニット9名×2)

名瀬 横浜市戸塚区名瀬町793-2 ☎045-810-6868

汲沢 横浜市戸塚区汲沢町500-3 ☎045-881-2341

名瀬・彩り

公式HP



汲沢・彩り

公式HP



## 5 通所介護 **戸塚共立 結の杜 デイサービス下倉田** 利用定員 20名

認知症対応通所介護 **戸塚共立リハビリデイサービス泉** 利用定員 12名

自宅への送迎があり、在宅生活を続けながら機能訓練や対話などを楽しめる施設です。

下倉田 横浜市戸塚区下倉田町1157-1 ☎045-827-3161

泉 横浜市泉区和泉中央北1-40-40 ☎045-443-6449

下倉田

公式HP



泉

公式HP



## 6 訪問介護 **戸塚共立 結の杜 ヘルパーステーション下倉田** 公式HP

経験豊かな介護福祉士が多数在籍。ご自宅や施設に伺い、身のまわりのケアを致します。 横浜市戸塚区下倉田町1157-1 ☎045-827-3502

## 7 居宅介護支援事業所 **戸塚共立訪問看護ステーション** 公式HP

ベテランのケアマネジャーが多数在籍。懇切丁寧な対応でケアプランを作成します。 横浜市戸塚区戸塚町4130-5R・K・BLD Totsukall 2階 ☎045-866-0121(代)

上記のように**介護施設は、種類によって、役割や機能が大きく異なります。**ご本人やご家族さまの幅広いご要望にお応えできる介護施設を運営しておりますので、各施設までお気軽にお問い合わせください。

## 病院・施設からのお知らせ

### 子宮頸がんワクチンがスタートしました。

～未来を守るために、いま知っておきたいこと～

子宮頸がんは、子宮の入り口部分にできるがんです。20～30代の若い女性に子宮頸がんが増加しています。初期の子宮頸がんにはほとんど自覚症状がありませんが、子宮頸がんになると妊娠や出産に影響が出る可能性があります。子宮頸がんの原因は、ヒトパピローマウイルス (HPV) です。HPVはありふれたウイルスで、生涯に 80%以上の方がHPVに感染するともわれています。通常は感染しても自然に排除されるのですが、長い間感染が続いた場合、細胞が少しずつがん細胞へと変化していくことがあります。子宮頸がんの予防は、HPV ワクチン接種と子宮頸がん検診です。

当院ではガーダシル注、シルガード9注の2種類からお選びいただけます。初回接種、2か月後、6か月後の3回接種で十分な予防効果を発揮します。接種は予約制となっております。値段など詳細はお電話でお問い合わせください。

- ★ガーダシル注(4価)…子宮頸がん、肛門がん、尖圭コンジローマの予防で、日本人の子宮頸がんの原因となるHPV型の65.4%をカバーします。小学6年生から高校1年生の女子は公費(無料)で受けられます。
- ★シルガード9注(9価)…ガーダシル注に含まれる4つに加え、アジア人に特に感染が多く見られる型を含む9つのHPV型により、日本人の子宮頸がんの原因となるHPV型の88.2%をカバーします。



戸塚共立レディースクリニック



☎045-285-1103

横浜市戸塚区戸塚町157-3 ONE FOR ALL横浜1階・2階

公式ホームページ▶

戸塚駅から徒歩7分 駐車場完備 平日 8:30~16:30 土曜 8:30~12:00



## 第1回横須賀市東地区在宅療養ブロック会議を開催

よこすか浦賀病院

5月18日によこすか浦賀病院主催で「第1回横須賀市東地区在宅療養ブロック会議」をZoomにて開催いたしました。当日は日頃より連携を取らせて頂いている医療施設の先生方、また医療スタッフなど総勢47名の皆さまにご参加いただきました。循環器疾患にまつわること講演をいただき、横須賀市立うわまち病院の副院長である岩澤孝昌先生には「心不全診療のupdate」、はやし内科クリニック院長の林修一先生には「CAVIによる動脈効果の評価と予後」をお話いただきました。今後も感染症対策には十分に気をつけて、地域とのつながりを大切にしながら、地域医療に貢献できるよう、よこすか浦賀病院スタッフ一同、努めて参ります。



## Reports

### その① ホットケーキ作り

デイサービスでは、毎月おやつレクリエーションを実施しています。

6月はホットケーキ作り挑戦しました。ご利用者さまご自身で粉を混ぜたり、生地を焼いたり、生地がふんわりと焼きあがるにつれて甘い香りがダイルームにも広がり「早く食べたいわね」「お腹空いてきたわよ」と皆さま待ちきれない様子でした。お好みのトッピングで盛り付けて、個性あふれるホットケーキが仕上がりました。



### その② 七夕飾り

梅雨冷えて雨天が続く中、七夕飾りを行いました。

ご利用者さまご自身で短冊に想いを込めて願い事を書かれて、その短冊を笹の葉に結び付けてもらいました。例年はご家族さまやご自身の健康を願う短冊が多いのですが、「コロナが早く終息するように」「早く元の生活に戻れますように」など、今年は新型コロナウイルスにまつわる短冊が多く見られたのが印象的でした。



戸塚共立 結の杜 下倉田

## 研究業績

氏名	所属	発表、又は発行の年月日	著書又は学術論文等の名称	発行所、雑誌、学会等の名称
高橋 理智	TMG本部横浜支部 横浜がん化学療法・緩和医療支援室	2021年6月18日	医療ビッグデータを活用したがん患者の死亡時のオピオイド使用状況の分析	第26回緩和医療学会学術大会

## 第26回 緩和医療学会学術大会 最優秀演題賞受賞

TMG本部横浜支部 横浜がん化学療法・緩和医療支援室

TMG本部横浜支部所属の緩和医療暫定指導薬剤師の高橋理智さんが第26回緩和医療学会学術大会にて栄えある最優秀演題賞を受賞しました。



高橋理智さん(写真右)と横川秀理理事長(写真左)

## サステナブル Report

### 横川秀男理事長が戸塚税務署より感謝状をいただきました。

横浜未来ヘルスケアシステムの横川秀男理事長が、戸塚税務署長の阿部俊夫様から感謝状を授与されました。戸塚税務署の嘱託医として長年に渡り、職員の皆さまの健康管理をサポートし、地域医療を支えてきた長年の実績を評価されました。

横浜未来ヘルスケアシステムは持続可能な開発目標(SDGs)の達成に向けた取り組みを推進しています。



阿部俊夫戸塚税務署長(写真右)と横川秀男理事長(写真左)

## ピックアップ

### 株式会社横浜リテラの工場見学に参加しました。

包装資材系の印刷パッケージをメイン事業にしている株式会社横浜リテラの新第2工場(戸塚区上矢部町)の見学会に、横川秀男理事長と葛西光春医療政策特別顧問、戸塚共立メディカルサテライト健診センター 今井健司事務長が参加しました。創業以来 80 余年で築き上げた確かな技術力と世界に誇れる印刷設備や全作業エリアに防塵・防虫・抗菌などの対策を施した万全のクリーン工場の革新的な取り組みを見学しました。



星野匡代表取締役社長(写真右)と横川秀男理事長(写真左)

## 健康レシピ

### みょうがとれんこんの和え物



栄養価(1人分)  
エネルギー:36kcal  
たんぱく質:1.2g 食物繊維:1.2g

#### 材料 (2人分)

・れんこん…100g ・きゅうり…30g ・みょうが…20g ・しそ…2枚 ・ポン酢…10ml ・酢…8ml ・ごま油…0.6ml

#### 作り方

- ① れんこんをいちょう切りにして茹でる。
- ② きゅうりを小口切りにする。
- ③ みょうがとしそを千切りにする。
- ④ ①②③と調味料を混ぜ合わせる。

#### 豆知識

みょうがの香り成分であるαピネンは、発汗を促進し、血液循環を調整する働きがあります。また、食欲増加・消化促進効果・眠気覚ましの効果もあり、夏バテ予防にぴったりの食材です。αピネンは揮発性なので、生食の方が薬効も高くおすすめです。夏野菜をしっかりと食べて、暑い夏を乗り切りましょう!

奥沢病院 管理栄養士 倉智 沙耶

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。

## 中山内科クリニック

内科・呼吸器科・アレルギー科



院長  
なかやま ひろゆき  
中山 浩之先生

受付時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:30	●	●	●	●	●	●	—
15:00~18:30	●	●	●	—	●	—	—

神奈川県横浜市吉井3-13-1  
吉井クリニックビル301  
TEL 046-834-0246

#### アクセス

京浜急行久里浜線「京急久里浜駅」、JR 横須賀線「久里浜駅」より京急バス・久20 湘南山手方面行き「安房口社」バス停目の前駐車場あり(11台)



#### Q 先生の専門領域を教えてください。

A 呼吸器内科(慢性咳嗽(がいそう)・気管支喘息・呼吸器感染症)・アレルギー性疾患、生活習慣病(高血圧症・脂質異常症・2型糖尿病・動脈硬化など)です。

#### Q 診療方針を教えてください。

また、患者さまへメッセージをお願いします。

A 気軽に相談が出来る診療を心がけております。内科医として幅広い知見を修得し、皆様の治療に役立てたいと思っております。

## 看護学校だより 戴帽式を執り行いました

6月17日(木)、横浜未来看護専門学校第8回生が、戴帽式に臨みました。新型コロナウイルス感染症の影響で、昨年は戴帽生・教職員のみでの式典となりましたが、今年は感染対策を徹底して、保護者・ご家族の方にご参列いただくことができました。戴帽の儀では、一人ずつナースキャップをいただき、改めて看護師になる決意を誓いました。これまで支えて下さった方々への感謝の気持ちを忘れず、この日の誓いを胸に、仲間と共に理想の看護師像に向かって邁進していきます。

#### 戴帽式とは

戴帽式の起源は、西欧で修道女がイバラの冠をかぶり、一生を神に仕える誓いを立てたことに由来するものです。本校では、1年間の基礎学習を修め進級した2年次に行ないます。戴帽の儀を通して、看護師を目指す決意を新たに、看護に携わる者としての誇りと責任を自覚することを目的としています。



戴帽の儀の様子

一人ひとり、戴帽いただきました



集合写真(Aクラス)



集合写真(Bクラス)

#### 2021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
8月28日(土)・9月11日(土) 午前の部/午後の部 午前のみ	8月14日(土)・9月25日(土) 両日とも午前のみ

※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 栄学園

横浜未来看護専門学校

TEL 045-864-8855

戸塚駅東口徒歩8分/戸塚共立第2病院近く

横浜未来看護

## 横浜未来ヘルスケアシステムはアステム湘南ウィクトリアスを応援しています!

神奈川県茅ヶ崎市を拠点に湘南地域で活動する女子バスケットボールチームで、国内トップリーグ参入を目標に、女子プロスポーツチームを目指しています。横浜未来ヘルスケアシステムには4名の選手が勤務しており、仕事とバスケットボールを両立させながら、「女子東日本地域リーグ」の今季残り6試合に向けて、ベストを尽くせるよう日々トレーニングに励んでいます。



チーム公式 Twitter



アステム湘南ウィクトリアス

#### 選手の職場拝見

##### #24/PG

よしうち あきは  
吉内 秋葉

入職年度 2019年

所属

戸塚共立第2病院 医事課

##### 私の担当業務

受付業務・健診業務・  
証明書作成業務など

##### 今年の目標

リーグ戦をしっかり勝ち進み  
全国大会に出場することです。



##### #3/PG

つちだ ゆいり  
槌田 唯莉

入職年度 2020年

所属

戸塚共立第1病院 医局秘書課

##### 私の担当業務

院長秘書業務・医局業務・  
診察変更予定表の管理など

##### 今年の目標

仕事とバスケットを両立させる。  
何事にも前向きに取り組むことです。



## ネス湖、スコットランド

ハリポッターが流行っていた頃、スコットランドのグラスゴーで学会があった。グラスゴーからエジンバラへは鉄道で1時間。名所は勿論、 Hogwartsの元とされる中世のお城:エジンバラ城であり、古い石畳を渡っていく石造りの街並みは博物館のようで、旧市街は世界遺産になっている。13時にお城の大砲がドカンと鳴る。グラスゴーは綺麗な町だったが、ここまで来て、ネス湖に行かないではいられない。嘘であるとは知りつつも、一般道を北へほぼ300キロ。距離がマイルで表示され、すべての方向から来た車が丸く回る、一旦停止もなく信号もない交差点(ラウンドバウト;roundabout)は珍しかった。途中にはハイランドと呼ばれる荒涼として絶景の丘陵地帯が広がる。湖畔の廃城に佇むとネス湖は不気味に黒々と輝き、それなりに伝説が生まれる魔力を感じさせた。宇宙空間では物が魔法のように浮遊するが、今回の学会発表はまさにそのテーマだった。

(今回はストーンヘンジ、イングランド)



中世の雰囲気たっぷりのエジンバラ城



グラスゴーから一般道を300キロ走って来たネス湖



## ニッパツ横浜FCシーガルズニュース

横浜未来ヘルスケアシステム(YFHS)は  
ニッパツ横浜FCシーガルズのオフィシャルクラブトップパートナーです。

### マイ・リカバリー・ストーリー

～「ケガ」から見事復活!今シーズン活躍中のアスリートの物語～

#23/DF 小田川真奈 所属 戸塚共立第1病院 総務課

- Q** ケガの状態とケガの期間を教えてください。
- A** 前十字靭帯断裂を2回、2019年6月5日から2020年9月15日の間です。
- Q** 手術後の復帰に向けたトレーニングについて教えてください。
- A** 手術後は松葉杖や装具をつける為、あまり動くことが出来ませんでした。動けない間、膝周辺が固まらないようにマッサージしたり、患部以外のトレーニングを重点的に行いました。また徐々に出来ることが増えてくるとウォーキングから始まり、ランニングやウェイトトレーニングを行いました。リハビリ最後にはサッカーの要素が入ってきてステップやコンタクト、ジャンプなどを行い復帰となります。
- Q** リハビリ期間中に支えになった存在や目標とは?
- A** 支えになったものや存在はここには書ききれない程ありますが、家族の存在は大きく大切なものでした。また仲間やコーチ、トレーナー、戸塚共立第1病院・総務課の皆さん、戸塚共立第2病院の整形外科の勝谷先生にも声をかけていただいたことがすごく支えになりました。
- Q** リハビリ期間中に意識した食生活とは?
- A** 手術後はあまり動けないので、炭水化物を減らしてタンパク質を多く摂るように心がけました。その後ランニングやウェイトトレーニングが出来るようになってからは炭水化物もタンパク質も多く摂るように気を配り、毎日プロテインを飲むようにしました。
- Q** リハビリ中のメンタルの保ち方について教えてください。
- A** まず1年3か月ものリハビリ期間中ずっと前向きな気持ちを保っていた訳ではありません。嫌になる時や辛い時も正直たくさんありました。そんな時は家族や仲間自分の気持ちを伝えました。辛い時には「辛い」と言葉にするだけでも気持ちは楽になります。周りの支えがあったからこそ「頑張ろう!」と前向きな気持ちになり、復帰に向けたリハビリにも取り組みました。



## 2021 シーズン プレナスなでしこリーグ1部 開催中

今後のHOME戦日程 ※詳しい日程や結果等は公式HPをご確認ください。

節	開催日	対戦カード	キックオフ	会場
16	8月29日(日)	オルカ鴨川FC	15:00	ニッパツ三ツ沢球技場
19	9月26日(日)	日体大FIELDS横浜	13:00	ニッパツ三ツ沢球技場

現在開催中の「プレナスなでしこリーグ1部」にて、いつもご声援をいただきありがとうございます。今後のHOME戦の日程をご案内いたします。

試合は YouTube  
なでしこリーグチャンネル  
からもご視聴いただけます。



## TKMラグビーニュース



YOKOHAMA TKMは8月8日  
お陰様で創部10周年を迎えました

### 太陽生命ウィメンズセブンズシリーズ2021

6月26日・27日の鈴鹿大会で太陽生命ウィメンズセブンズシリーズの全試合が終了しました。チームとしてはベスト4に入ることを目標に戦ってきましたが、接戦を勝ちきれず、結果としては満足がいくものではありませんでしたが、大会を重ねる毎にチームとして成長を続けて、最後はどのチームともしっかりと戦う事ができました。来年こそはベスト4の目標を達成して、さらに優勝を目指して精進して参ります。遠方にも関わらず応援に来てくださった皆さま、また動画配信で応援していただいた皆さまに心より感謝申し上げます。



6試合中5試合でトライをとった演習選手  
戸塚共立第2病院 区事課



チームを引っ張り続けた松永美穂選手  
横浜未来看護専門学校



力強く立ち向かう畑井奏選手  
戸塚共立第2病院 区事課



華麗なプレーを見せる片山直選手  
戸塚共立第2病院 リハビリテーション科

### キャピタルウィメンズセブンズラグビーシリーズ 2021

6月20日に開催されたキャピタルウィメンズセブンズで公式戦デビューを果たした古澤涼風選手と田澤詩織選手をご紹介します。二人ともデビュー戦にて初トライを決めることが出来ました!今後の2人の新人選手の活躍に是非ともご注目ください。



古澤涼風選手(写真右)  
田澤詩織選手(写真左)

### キャンノンイーグルスがYOKOHAMA TKMを視察訪問しました



ラグビートップリーグのキャンノンイーグルスより永友洋司GM、井上聖人チームディレクター、育成・普及担当の湯澤奨平氏、和田拓氏がYOKOHAMA TKMの練習を視察訪問しました。キャンノンイーグルスとYOKOHAMA TKMは横浜スポーツパートナーズとして横浜市の小中学生にラグビー競技に触れあう機会を今後ともに創出して参ります。当日は横川秀男理事長、吉岡泰男特別顧問、本多哲也戸塚共立第1病院事務部長も参加して、両チーム同士で親睦を深めました。

## TKM fan clubのご案内

このたびYOKOHAMA TKMは10周年を迎えて、社会に広く開かれたチームを目指します。そして女子ラグビーを通じて社会に貢献し、日本を目指しつつ、日本代表をはじめ優れた選手を育成するべく努力いたします。また地域社会への積極的な参加、国際交流、青少年育成など多くの活動にもトライします。TKM fan clubはそのYOKOHAMA TKMの活動を支えて頂く会員組織です。女子ラグビーチームの応援をよろしくお願いたします!

入会のご案内



特典	会期:2021年4月1日~2022年3月31日	
	個人会員	個人プレミアム会員 法人会員
個人会員 年会費 ¥3,000(税込)/1口		
個人プレミアム会員/法人会員 年会費 ¥10,000(税込)/1口		
会員証のお渡し(1名様1枚)	○	○
特製ステッカー(1口1枚)	○	○
メールマガジン配信	○	○
選手直筆メッセージカード	○	○
オリジナルグッズ(1名様1点、先着200名様)	○	-
プレミアムグッズ(1法人様1点、先着50法人様)	-	○

## YOKOHAMA TKM スポーツ & ヘルスケア のご案内

横浜から世界へ情報発信  
地域に根付いたラグビーの発展に皆様のご支援を

NPO法人 YOKOHAMA TKM スポーツ&ヘルスケアの活動は、女子ラグビーチームYOKOHAMA TKMのサポートだけに限定されません。主な公益的な活動は次のとおりです。

- 1 地域の子供たちに対するラグビー育成促進事業
- 2 ラグビーの普及と選手の強化事業
- 3 ラグビー選手の雇用支援と情報の発信・収集など
- 4 外国人の選手や指導者の受け入れや指導者育成
- 5 企業や住民に対する健康教室の開催



皆さまのご寄付は、横浜市の「よこはま夢ファンド」へのふるさと納税(ふるさとチョイス)を通じて承ります。ご面倒でも「YOKOHAMA TKM スポーツ&ヘルスケア」と必ずご指定ください。ご支援いただいた金額から2000円を引いた分が、次年度の所得税・住民税控除の適用となります。