



たのわ図書館ストーリー vol.2

たのわ図書館のオーナーが繋いでいく本棚物語

戸塚駅から徒歩7分にあるONE FOR ALL 横浜のシェア型図書館「たのわ図書館」。昨年12月にオーナー登録をされた櫻木華奈子さんの本棚をご紹介します。櫻木さんは戸塚共立第2病院に勤務する医療ソーシャルワーカー(MSW)で、主に患者さま、ご家族さまに受診や受療の援助、退院支援を行っています。櫻木さんのオーナー登録へのきっかけは、櫻木さんが本が好きであること、またご主人であり小説家のサクラ・ヒロさん(第33回太宰治賞を受賞)の作品を地域の方々に紹介したいという思いで、ご縁をいただきました。そんな櫻木さんの本棚テーマは「FIKA(フィーカ)」。スウェーデン語で「甘いものを食べながらコーヒーを飲むひと時」という意味があるそうです。そんなテーマにあわせて櫻木さんがセレクトした本を通じて、訪れた皆さまと豊かなひと時を共有できたら、そして本棚オーナー同士の交流の機会にも恵まれて、「個人としても世界観が広がったように思います」と語ってくれました。



櫻木華奈子さんがお薦めする小説「タンゴ・イン・ザ・ダーク」

温かみのあるFIKA(フィーカ)のコーナー



たのわ図書館オーナーを募集中!

オーナー登録は月額3,000円(税込)ですが、今なら期間限定キャンペーンで解約まで、月額2,500円(税込)でご登録いただけます。またオーナー限定のご利用特典もございます。

本を借りるには?

初回登録料500円(税込)で2回目以降は無料で本を一人上限5冊、2週間まで貸出しいたします。

たのわ図書館

横浜市戸塚区戸塚町 157-3
(戸塚小学校隣)
☎045-871-7831
開館時間: [平日]9:00~17:00
[土日祝]9:00~17:00
休館日: 年末年始(12/29~1/3)

Follow me!

SNSで最新情報をお届けしています!



広報誌ひだまり 2024(令和6)年3月26日発行

発行/横浜未来ヘルスケアシステム 企画広報室 TEL 045-865-0900 神奈川県横浜市戸塚区戸塚町157-3 1F 3階 C1スクエア3階

本誌配布についてのお問い合わせは TEL 045-865-0900

2024 3・4月 Vol.149 [春風号]

Take free ご自由にお持ちください

ひ

だ

ま

り

One for All, All for One.

一人は皆のために、皆は一人のために



柏尾川の桜並木

横浜未来ヘルスケアシステム(YFHS)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
	戸塚共立いずみ野病院	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	大田池上病院	TEL 03-3752-1111
	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
クリニック	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
	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	
関連事業	戸塚共立透析クリニック(人工透析)	TEL 045-869-4737
	戸塚共立訪問看護ステーション	TEL 045-866-0121
	大田池上訪問看護ステーション	TEL 03-3752-0151
	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	

赴任して3ヶ月

戸塚共立レディースクリニック 院長
やっづか まさし
八塚 正四



「巻頭言」、改めて調べてみたら、書籍や雑誌の最初に書く言葉や文章とありました。これは自主投稿よりもむしろ依頼されて執筆するもので、私にも経験があります。雑誌「小児外科」2005年7月号の“小児の腸軸捻転症の病態と治療”という力作17編の特集で、その巻頭言のタイトルは“腸回転異常症と上部消化管造影”としました。この簡潔明瞭な題名は、実は本文を何度も苦心して推敲し終えた末につけたもので、今でも気に入っています。

ところで、2022年に創立60年を迎えた戸塚中央メディカルケアグループ(TMG)の広報誌「くたかけ」は、2024年新年号で通算179号を数えます。一方、1993年TMGに参入した旧医療法人柏堤会、現横浜未来ヘルスケアシステム(YFHS)が昨年30周年記念式典を催されたことは記憶に新しいところです。YFHSの広報誌「ひだまり」も通算150号に迫り、どちらもグループ職員はもとより手にとられた地域の方々にとっても、広く動向を知る手段として重宝されているに違いありません。TMGおよびYFHSを代表する二大広報誌の企画制作発刊に永年携わって来られたスタッフの皆様には、この場を借りて心から労いたく存じます。



さて、「戸塚共立レディースクリニック」は2017年に医療介護複合施設“ONE FOR ALL 横浜”内に開設され、分娩数は2023年末で3,100件を超え、妊娠・出産といった女性ならではの多様なご相談やお悩みに応じて、心のこもった優しい診療提供を目指しています。妊婦健診、分娩、帝王切開、母乳外来などをはじめ、婦人科がん検診にも対応しております。院内イベントには、プレママサロン、母親学級やヨガ教室、ご夫婦揃って参加頂けるHappy-Birthクラスなどの他、2023年12月からは赤ちゃんの顔立ちや表情が見て取れる「医師による妊娠23週～30週の赤ちゃんの4Dエコー外来」を開設しました。また、従来の無料送迎巡回バスに加えて、2024年2月1日より新たに周辺主要駅(戸塚、港南台、本郷台)経由の無料送迎車両を運行、より一層の利便性を図ることとしました。

当クリニックのお産は助産師主体の自然分娩で妊婦さん方にはご好評を頂いており、産科・小児科・小児外科といった専門性の高い周産期医療の医師らとともに安全で安心なお産を支えていきたいと考えております。引き続き、「One for all, all for one.」のもと、一人でも多くのお母さん方やご家族の方々から愛される施設でありたいと願っておりますが、それには訪れて来られた方々を裏切らない、失望させないことが極めて大切と心得ます。



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
 JR戸塚駅から徒歩7分 戸塚小学校隣

平日 午前…8:30～12:00 / 午後…13:30～16:30 土曜 8:30～12:00
 休診…日曜・祝日・夜間・年末年始・土曜午後

ワイフス YFHSインフォメーション 能登半島地震募金活動のご報告とお礼

令和6年能登半島地震で被災された皆様ならびにご家族の皆様にご心よりお見舞い申し上げます。1月23日(火)から26日(金)まで横浜未来ヘルスケアシステム(YFHS)では能登半島地震募金活動をJR戸塚駅橋上改札で実施しました。法人所属のアスリート(YOKOHAMA TKM・ニッパツ横浜FCシーガルズ・アステム湘南ウィクトリアス)を中心に、戸塚共立第1病院の職員も駆けつけて募金活動を行いました。多くの皆様にご協力いただいた義援金838,847円は日本赤十字社戸塚区地区へお渡ししました。皆様のあたたかいご支援、ご協力に感謝申し上げますとともに、被災地の一日も早い復興を心よりお祈り申し上げます。



毎年恒例のクリスマス会を開催 よこすか浦賀病院

12月9日(土)に横須賀市のボランティア団体・アンダンテによる「トーンチャイムコンサート」を院内で開催しました。また12月13日(水)には院内保育所でクリスマス会を開催し、サンタクロースが子供たちにプレゼントを届けて、楽しい1日となりました。そして12月22日(金)には各病棟の入院患者さまにスタッフ特製のクリスマスプレゼントをお届けしました。当院では、すべての患者さまに「よこすか浦賀病院で良かった!」と思っただけのよう、心温まるイベントを今後も企画してまいります。



クリスマス会を開催 戸塚共立いずみ野病院



12月25日(月)に戸塚共立いずみ野病院としては4年振りとなるクリスマス会を開催しました。看護部による「ハンドベル演奏」や「ラインダンス」、「ワン・ツー体操」、リハビリスタッフによる「人間まちがい探し」、そして当院の脳神経内科医でジャグリング世界チャンピオンでもある古谷正幸医師による「皿回しショー」も披露しました。入院中の患者さまに季節のイベントを院内で楽しんでもらいたい気持ちで、スタッフ一同クリスマス会のために練習を重ねてまいりました。当日は患者さまの楽しそうな笑い声や大きな拍手を受けて、スタッフ一同も感動に包まれました。

防犯講習会を開催 戸塚共立いずみ野病院

12月22日(金)に当院で防犯講習会を開催しました。泉警察署の生活安全課より3名の講師をお迎えして、院内受付の周辺でさすまたを使用した護身術の実技と実演を行い、その後会議室に移動して、防犯対策や泉区の犯罪発生状況、またサイバー犯罪対策などについての講演を受講しました。この講習会には25名の職員が参加して積極的に護身術の実技に取り組み、講演も受講し、万が一の時に、初期対応が出来るように実施しました。戸塚共立いずみ野病院では今後も防犯活動を続けてまいります。

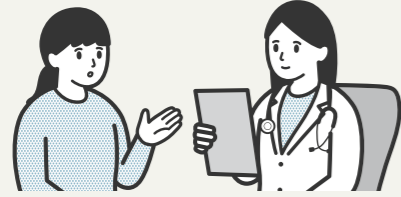




ブルーリボン
キャンペーン

地域の大腸がん死ゼロを目指して

～大腸がん検診のススメ～



TMG本部横浜支部 内視鏡診療推進室
消化器内視鏡技師
池宮城 薫(いけみやぎ かおる)



はじめに

1年前の3月、国内8か所で、神奈川県及び横浜市、そして横浜未来ヘルスケアシステムのシンボルカラーでもある「ブルー」で各地を彩るライトアップが行われていたことをご存知でしたでしょうか。ライトアップというと、乳がん啓発活動のピンクリボン運動が世界的には有名ですが、実は他のがんにも様々なシンボルリボン(カラー)や啓発月間が存在し、**3月は国際的な大腸がん(ダークブルーリボン)の啓発月間**になります。大腸がんの啓発カラーである「ブルー」で各地を彩るブルーリボンライトアップ(首都高速レインボーブリッジ、さっぽろテレビ塔、博多ポートタワー、東京都庁、京都市役所など)が昨年行われ、神奈川県総合庁舎も日本対がん協会の呼びかけに名乗りを上げて、ブルーリボンライトアップを行いました。



横浜日本大通りにある神奈川県総合庁舎で行われたブルーリボンライトアップ

まずは「大腸がん」について正しく理解しましょう!

① 大腸がんは日本人が患うがんの第1位、がん死亡数では第2位(女性は1位)です。

日本人の**2人に1人ががん**に罹患するという中で、胃がん、結腸がん、直腸がん、肝がんなどの消化器悪性腫瘍はその上位を占めています。2021年にがんで死亡した人は381,505人(男性222,467人、女性159,038人)で、**死亡数第2位(女性は1位)は大腸がん**になります。

2019年 罹患数が多い部位		1位	2位	3位	4位	5位
	男性	前立腺	大腸	胃	肺	肝臓
女性	乳房	大腸	肺	胃	子宮	
男女計		大腸	肺	胃	乳房	前立腺

2021年 死亡数が多い部位		1位	2位	3位	4位	5位
	男性	肺	大腸	胃	脾臓	肝臓
女性	大腸	肺	脾臓	乳房	胃	
男女計		肺	大腸	胃	脾臓	肝臓

出典: 国立がん研究センター情報サービス

② 早期の大腸がんには自覚症状があまりありません。だからこそ検診が大切です。

初期は症状がわかりづらく、また**検査に対する恐怖・不安・羞恥心から、発見が遅れてしまうことが多い**のも事実です。行政が推奨するがん検診の中でも、大腸がん検診は便潜血検査(検便)のみで負担の少ない検査ではありますが、乳がん検診よりも低い受診率となっています。

	大腸	胃	子宮	乳	肺
横浜市	12.8%	5.4%	26.5%	18.6%	10.0%
戸塚区	13.8%	5.6%	25.8%	20.7%	13.8%

出典: がん検診受診率 横浜市保健統計データ集

お体は一つですので、一部位の検査を受けて安心してしまいうには、大きなリスクが伴います。

ご家族のことを最優先にして、ご自分のことが後回しになる女性の皆さまこそ、各部位のがん検診をお受け頂きたいのです。早期発見のカギはまずは検診から。

40歳になったら年に1回欠かさず受けるようにしていきましょう!

③ 大腸がんは早期発見・早期治療で治る病気です。

大腸がんの治療法は日進月歩です。**早期のステージ1であれば5年相対生存率は98.8%**。ほとんどの人が治ると期待できます。**進行してステージ4となると23.3%に下がります。**

早期発見に勝る「治療法」はありません。

戸塚共立第1病院消化器センターの2019年の実績では、残念ながら根治不能な進行がんとなってからの発見が20%と高確率でした。(直腸がんの場合、人工肛門となる場合もあります)「大腸がんで命を失う人が多いのはとても残念」と専門医は口をそろえます。

早期で発見できれば、手術室でお腹を切開することなく、通常の大腸内視鏡検査と同様に、内視鏡室にて肛門からスコープを挿入するだけで、眠っている間に処置が終了します。入院期間は短く、お体の負担や治療費も軽減でき、職場復帰もスムーズです。



内視鏡治療の方法

YFHS(横浜未来ヘルスケアシステム)の消化器チームは、地域の大腸がんゼロを目指しています!



この数字は何の数字だと思いますか?

1,865 5,561

この数字は、横浜市の3年間のコロナによる死亡数(1,865人)と大腸がん死亡数(5,561人)です。

同列に比較はできませんが、この3年間、市民の皆さまと共に闘ったコロナによる死亡に対して、大腸がんによる死亡数の多さが分かるかと思えます。横浜未来ヘルスケアシステムの消化器センター、健診センター、内視鏡室は、地域の皆さまの健康と暮らしを守るという熱い想いを掲げ、大腸がん死ゼロを目指し、日々進歩する内視鏡治療の技術を習得し、研鑽を積んでおります。また市民の皆さまには地域医療公開講座を、地域の開業医の先生方とは消化器病カンファレンスを実施して、消化器の病気や受診に対するハードルを下げるべく、啓蒙や研究活動など積極的な取り組みを行っています。



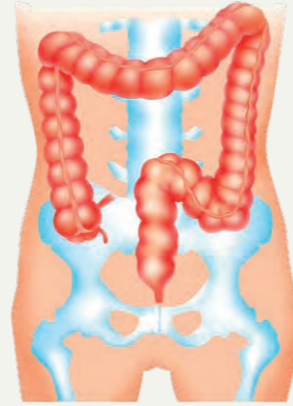
大腸内視鏡検査

超高齢化社会において、検診から救急、手術、緩和医療に至るまで、幅広い局面で多様な選択肢、可能性を市民の皆さまにご提供できる内視鏡医療の役割は非常に大きいと言えます。当施設ではご高齢な患者さまとご家族、また小さなお子さんのいらっしゃる働く世代の方々も、ご自宅近くで、精度が高く且つアットホームな顔の見える環境の中、検査から治療、フォローまでを一貫し、安心して受けていただけると自負しております。

戸塚共立第1病院では、**ウトウトと眠った状態となる鎮静剤の使用、女性医師による大腸検査、専門資格を有する医師と看護師による治療内視鏡(早期がん切除)**の対応が可能です。

それでもすぐに受診に踏み出せない方もいらっしゃるかと思います。

そうした方のために横浜未来ヘルスケアシステムでは地域医療公開講座を定期的に行っております。戸塚区役所やONE FOR ALL 横浜など地域の施設に出向き、分かりやすくご説明を行い、可能な限りご質問やご相談もお受けします。詳しくはホームページをご覧くださいの上、足を運んで頂けたら幸いです。また親身で温かな雰囲気も自慢の一つですので、検査に対する小さな疑問や不安は各施設までお気軽にお問合せください。コロナも落ち着きを見せ始めた今年こそ、皆さまでがん検診、内視鏡検査を受けましょう。



大腸の構造

☑️ ここで確認!危険なサイン(大腸がんの初期症状)とは?

大腸がんは早期の段階では症状がほとんどありません。下記の様な症状は大腸がんの初期症状と言われていますが、症状が現れた場合は進行していることもあります。一度検査を受けましょう!

- 便に血や粘液が混じったり、下血したりする(痔と自己判断しないこと)
- 下痢と便秘を繰り返す(便通異常)
- 便が細くなった、残便感、腹部膨満感がある
- 貧血症状がある
- 体重が減った



戸塚共立第1病院の消化器センターのご案内

各種専門医資格を有する経験豊富な常勤医師が在籍しており、術前から術後まで消化器疾患の患者さまをトータルに診ることができます。戸塚共立第1病院では、消化器専門の常勤医を中心に、予約や紹介による日々の検査から夜間休日の緊急検査など、あらゆる場面に対して適切な内視鏡診断・治療を提供できるよう努めており、平成23年12月より、日本消化器内視鏡学会認定の指導施設として新たにスタートしました。また大腸がん検査・治療・手術も積極的に行っておりますので、当院への受診を心よりお待ちしております。



戸塚共立第1病院
☎045-864-2501

横浜市戸塚区戸塚町116

平日 8:30~12:00 / 13:30~16:30

土曜 8:30~12:00



公式HP



X



Instagram

健康お役立ち情報 戸塚共立メディカルサテライト「目指せ!いきいき健康講座」のご案内

毎月開催中の戸塚共立メディカルサテライトの管理栄養士による「目指せ!いきいき健康講座」では、**生活習慣の改善**に繋がるバランス食のお話や現役アスリートによる運動の実践を行っております。参加ご希望の方はお電話にて(Zoom配信でもご参加いただけます)戸塚共立メディカルサテライトまでお気軽にお問い合わせください。

場所

ONE FOR ALL 横浜1階会議室
(戸塚小学校隣、旧戸塚区役所)

Zoom配信



お申し込み(フリーダイヤル)

☎0120-733-153

平日9:00~16:00 土曜9:00~12:00
予約はガイダンス3番

次回開催

4月11日(木) / 5月9日(木) / 6月13日(木)

定員15名・参加無料



管理栄養士による講座



現役アスリートによるストレッチや運動の実践

戸塚共立メディカルサテライト健診センター

春の午後ドックキャンペーン **健診は完全予約制です**

キャンペーン期間 4月1日(月)~5月31日(金)まで

新年度も皆さまの健康をサポートいたします。期間中の午後に、人間ドックまたは午後総合健診を**特別価格**にてご提供いたします。ぜひこの機会にご利用ください。

人間ドック 通常価格47,300円(税込) **36,300円(税込)**

午後総合健診 通常価格35,200円(税込) **29,700円(税込)**

※胃部検査を血液検査で実施し、その他は人間ドックと同様の健診になります。

※人間ドックの胃部検査を胃カメラ検査へ変更される場合は、別途料金がかかります。

胃カメラ(経鼻/経口) 3,300円(税込)/鎮静剤使用料 2,200円(税込)

※キャンペーン価格のため、健康保険組合の補助等はご利用いただけません。

お申し込み(フリーダイヤル)

☎0120-733-153

平日9:00~16:00 土曜9:00~12:00
予約はガイダンス1番

公式
ホームページ



公式SNS



戸塚共立第1病院附属 サクラス乳腺クリニック

春の乳がん検診キャンペーン **検診は完全予約制です**

キャンペーン期間 4月1日(月)~5月31日(金)まで

キャンペーン期間中は通常より特別価格で乳がん検診を受けられます。ご自分のために、大切な人のために、この機会に乳がん検診を受けましょう!

①視触診+マンモグラフィー +エコー検査 通常価格12,650円(税込) **10,000円(税込)**

②視触診+マンモグラフィー 通常価格 7,150円(税込) **5,700円(税込)**

③視触診+エコー検査 通常価格 7,150円(税込) **5,700円(税込)**

ペア割引 (2名様合計・同日予約の方に限ります)

④視触診+マンモグラフィー +エコー検査 通常価格25,380円(税込) **18,000円(税込)**

※他のクーポンや割引料金とは併用できません。

お申し込み

☎045-869-6888

平日9:00~16:00 土曜9:00~12:00

公式
ホームページ



公式SNS



Reports 戸塚共立いずみ野病院 地域医療公開講座

12月14日(木)に戸塚共立いずみ野病院 整形外科の内田俊彦医師による「外反母趾と変形性膝関節の靴選び」の公開講座を開催いたしました。横浜市いずみ野地域ケアプラザと共催で行う公開講座は今回で3回目となり、外反母趾と変形性膝関節症を予防する靴の選び方、歩き癖の矯正、歩き方のバランスについて、歩行動画やレントゲン画像を活用しながら治療方法についてお話ししました。また参加された皆さまから多くのご質問もいただき、注目度の高い講座となりました。



動画や画像を活用して説明する内田俊彦医師

横浜未来ヘルスケアシステム
地域医療公開講座公式LINE

友だち登録で今後の公開講座情報をご確認いただけます。

戸塚共立第1病院 地域医療公開講座

12月27日(水)に戸塚共立第1病院 消化器内科の高木めぐみ医師による「内視鏡のお話」の公開講座を開催いたしました。内視鏡検査でできる治療として、上部消化管(胃カメラ)、下部消化管(大腸カメラ)治療の違い、早期の胃がん、大腸がんに対する内視鏡治療切除など、実際の内視鏡治療の画像をご確認いただきながら、理解を深めていただきました。講座を通して、内視鏡治療は苦痛と不安の少ない検査であることをお伝えすると、戸塚共立第1病院で内視鏡検査を検討したいというお声もいただきました。



公開講座中の高木めぐみ医師

戸塚共立第2病院 地域医療公開講座

12月28日(木)に戸塚共立第2病院 心臓血管外科の濱石誠医師による「心不全パンデミック時代の心不全治療 ～放っておけない心臓弁膜症～」をテーマに公開講座を開催いたしました。生活習慣病患者の高齢化により、超高齢化社会の日本では心不全を含む「心疾患」にかかりやすくなっています。心不全の高齢者が大幅に増加すると病院が患者を受けきれない可能性があることも解説しました。また心不全の治療は早期の介入が必要であること、心臓弁膜症の病態と治療、手術についても詳しくお話ししました。



公開講座中の濱石誠医師

戸塚共立いずみ野病院 予防公開講座

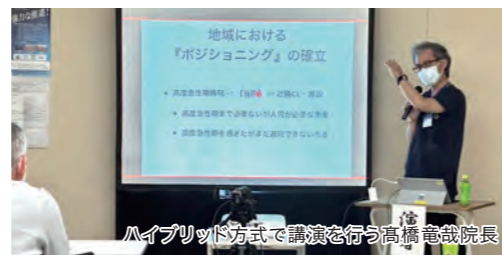
11月22日(水)に泉区役所にて、区民を対象にした「脳卒中再発予防講座」を開催いたしました。当院より回復期リハビリテーション病棟の看護師と管理栄養士が講師として参加しました。看護師からは脳卒中の再発予防に繋がる生活習慣のお話と簡単に楽しく取り組める体操をご紹介し、管理栄養士からはバランスの良い食事のとり方や減塩方法についてお話ししました。戸塚共立いずみ野病院では、今後も院内・院外を問わず、地域の皆さまのヘルスケアに繋がる社会貢献活動を積極的に行ってまいります。



「脳卒中再発予防講座」の様子

戸塚共立いずみ野病院 救急症例勉強会

1月24日(水)に戸塚共立いずみ野病院にて「救急症例勉強会」を開催いたしました。近隣地区の救急隊員の皆さまを対象に現地参加型とオンラインとのハイブリッド方式で実施いたしました。脳神経内科の高橋竜哉院長より、当院で受入れ可能な頭部疾患の詳しい説明と当院で行う認知症の新薬治療についてお話ししました。質疑応答の時間では救急隊員の皆さまから、多くのご質問をいただきました。戸塚共立いずみ野病院では、今後もこのような勉強会を通じて救急隊との連携を強化し、地域医療に貢献できるよう努めてまいります。



ハイブリッド方式で講演を行う高橋竜哉院長

戸塚共立いずみ野病院 エフエム戸塚にラジオ出演

12月6日(水)に当院の脳神経内科の古谷正幸医師がエフエム戸塚の「戸塚井戸端会議。」に出演しました。前半ではジャグリングの世界チャンピオンの経歴を持つ古谷医師の活動内容や医学との結びつき、医療とエンターテインメントの観点から、回復期病棟に入院してリハビリを行っている患者さまへのメッセージ、また後半は専門でもある嚥下障害(食べたり飲み込むことに関する問題)の症状や対策、当院の摂食嚥下機能評価について詳しくお話ししました。



ジャグリングの世界チャンピオンでもある古谷正幸医師とラジオMCの正村恵さん

ワイフス YFHSトレンド部 戸塚共立レディースクリニック 無料送迎車両 運行スタート

2月1日(木)より、戸塚共立レディースクリニックをご受診の方や予定入院、産後退院の方々の利便性向上の取り組みとして、戸塚駅/港南台駅/本郷台駅間 発着の無料送迎車両の運行を開始しました。運行は月曜日～土曜日(土曜日は午前中のみ)で、お付添いの方の同乗は1名まで可能で、駅のすぐそばを乗車場所にいたしました。車内には新生児など小さいお子様も同乗できるようチャイルドシートを1台設置しております。また送迎車両の遅延に関する情報は、戸塚共立レディースクリニックの公式X(旧Twitter)でお知らせいたします。



戸塚共立レディースクリニック 送迎車両

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

公式ホームページ
公式X

平日【月曜日～金曜日】

● 戸塚駅 ⇄ 戸塚共立レディースクリニック 往復便

	戸塚共立LC 出発	戸塚駅(戸塚区役所下)	戸塚共立LC 到着
午前			
①	8:35	8:50	9:00
②	9:05	9:20	9:30
③	9:35	9:50	10:00
④	11:05	11:20	11:30
⑤	11:35	11:50	12:00
⑥	12:05	12:20	12:30
午後			
⑦	14:30	14:45	14:55
⑧	15:00	15:15	15:25
⑨	15:30	15:45	15:55
⑩	16:00	16:15	16:25
⑪	16:30	16:45	16:55
⑫	17:00	17:15	17:20

● 港南台駅 ⇄ 戸塚共立レディースクリニック 往復便

	戸塚共立LC 出発	港南台駅	戸塚共立LC 到着
①	10:05	10:35	11:00

● 本郷台駅 ⇄ 戸塚共立レディースクリニック 往復便

	戸塚共立LC 出発	本郷台駅	戸塚共立LC 到着
①	13:40	14:05	14:25

土曜日

● 戸塚駅 ⇄ 戸塚共立レディースクリニック 往復便

	戸塚共立LC 出発	戸塚駅(戸塚区役所下)	戸塚共立LC 到着
①	8:35	8:50	9:00
②	9:05	9:20	9:30
③	9:40	9:55	10:05
④	10:10	10:25	10:35
⑤	10:45	11:00	11:10
⑥	11:15	11:30	11:40
⑦	11:50	12:05	12:15
⑧	12:20	12:35	12:45

2023年度 新入職員座談会開催 大田池上病院

大田池上病院では、今年度のES(従業員満足度)/CS(顧客満足度)委員会を立ち上げて、患者さま・職員の満足度向上に日々取り組んでおります。その活動の一環として、「大田池上病院 共通育成プロミス」を掲げて、新たに入職した職員が今後も安心して働き続けられる支援を推進してまいりました。2023年度に入職した18名の新入職員を中心に、「プロミス支援の実際と自身の成長について」をテーマに座談会を実施しました。この座談会を通して、入職された方が求めている詳細な支援の内容も明らかとなり、相互の理解も深めることができました。座談会から浮かびあがった課題をもとに、大田池上病院では、患者さま・職員の満足度の高い、風通しのよい職場環境を今後も整えられるよう、スタッフ一同邁進してまいります。



院内で開催した座談会の様子

大田池上病院 共通育成プロミス

- 職場内での呼び捨て呼称は致しません。
「役職名」や「さん」を付けることで威圧的雰囲気緩和につなげます。患者さまへの不安を軽減。第三者への不快感を軽減します。
- 質疑応答対応は、相手の目を見て行います。
どんなに忙しくても、作業を止めて相手と向き合い対応します。一度、どの様な意見も受け入れる環境・個人を尊重した環境に繋がります。

公式ホームページ
公式SNS



大田池上病院

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	
飯田 雅子	横浜未来看護専門学校	教務課	2023年11月10日	根拠がわかる症状別看護過程 改定第4版 ころからだの69症状・事例展開と関連図	南江堂
齋藤 暢	奥沢病院	臨床工学科	2023年12月19日	「フィラピー療法の有用性と評価について」講演	FIRAPY STUDY CLUB 第6回勉強会

ワイフス
YFHS交友録

鳴戸部屋千秋楽祝賀会及び欧勝海
新十両昇進パーティーに横川秀男理事長が参加

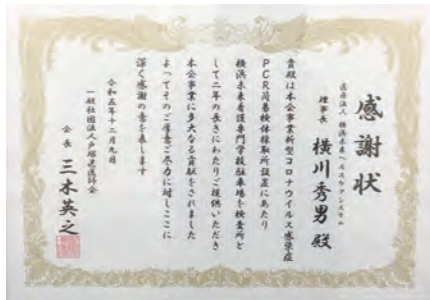
1月28日(日)に、鳴戸部屋の千秋楽祝賀会及び欧勝海(おうしょううみ)新十両昇進パーティーが浅草ビューホテルにて開催され、横川秀男理事長が参加いたしました。両国国技館で15日間に渡り、熱き戦いが繰り広げられた令和六年初場所の千秋楽と新十両に昇進した欧勝海の昇進を兼ねた記念祝賀会には大勢の角界関係者が集い、華やかな一夜となりました。今後の活躍が期待される欧勝海と鳴戸部屋の更なるご発展、力士の皆さまのより一層のご活躍を横浜未来ヘルスケアシステムは心より応援しております。



左から鳴戸親方、横川秀男理事長、欧勝馬関

看護学校だより 戸塚区医師会から感謝状を授与されました

12月9日(金)に戸塚区医師会より新型コロナウイルス感染症PCR簡易検査採取所として約2年に渡り、戸塚区医師会の事業に本校が貢献した功績を称えられて、横川秀男理事長に感謝状が授与されました。当校はコロナ禍の2020年6月から2022年6月まで学校駐車場を開放して、ドライブスルー方式のPCR簡易検査採取所として協力いたしました。



「芸術と文化」講義の一環としてコンサートを開催

1月25日(木)に1年生の「芸術と文化」の講義の一環として、当校校歌の作詞・作曲者でもあるシンガーソングライターのRiSAKOさんのコンサートを本校ロビーにて開催しました。バンド演奏にあわせたRiSAKOさんの伸びやかなボーカルが会場内に響き渡りました。コンサートの後半では、RiSAKOさんが歌う「You Raise Me Up」の間奏にあわせて、福島元彦学校長がサプライズで登場! RiSAKOさんと福島元彦学校長のデュエットで会場のボルテージは一気にあがりました。この日は1年生最後のイベントということもあり、まさに芸術と文化を感じられたアーティスティックな1日で、1年生にとっても印象深い講義となりました。



【春休み特別企画】新高校3年生対象 学校説明会開催

開催日時 2024年3月23日(土) 午前9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。 新高校2年生や社会人、保護者の方も大歓迎です!

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

公式ホームページ Instagram

「腸活」健康レシピ ～納豆と長芋のお好み焼き風～

戸塚共立メディカルサテライト 管理栄養士 大沢 静佳

材料(2人分)

- 長芋…200g ●キャベツ…90g ●人参…30g ●納豆…1パック(40～50g)
- 小麦粉…大さじ3杯 ●塩麹…小さじ2杯 ●白だし…大さじ1杯 ●ごま油…大さじ1杯

作り方

- ①長芋は皮をむいてすりおろし、キャベツと人参は千切りにする。
- ②ボールに①と納豆、小麦粉、塩麹、白だしを入れてよく混ぜる。
- ③ごま油をひいたフライパンに②を流し入れる。(※大きく丸く作っても、何個か作っても構いません)
- ④蓋をして弱火で5分焼く。蓋を開けて裏返し、蓋をしてさらに5分焼く。
- ⑤皿に盛り付けて完成。(※お好みで青のりや鰹節をかけても良いです)

豆知識

納豆だけに含まれる特有の酵素、ナットウキナーゼには、「腸内環境」を改善する水溶性食物繊維が豊富に含まれており、さらに腸の働きを整える効果も期待出来ます。また長芋に含まれるレジスタントスターチ(難消化性デンプン)や塩麹に含まれる麹菌にも整腸作用が期待出来る為、「腸活」が気になる方にお勧めのメニューです。

U 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

消化器内科・胃腸内科・糖尿病内科・一般内科・外科・小児科

すずき みちたか
院長 鈴木 道隆 先生

Q 先生の専門領域を教えてください。

A 専門は消化器疾患全般の診断・治療で、特に胃・大腸内視鏡検査に力を注いでおります。鎮静剤を使用した「苦しくない内視鏡検査」を行っておりますので、検査をお考えの方はぜひお問合せください。

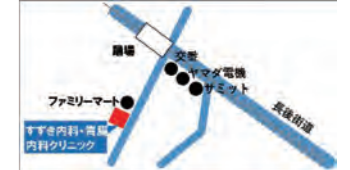
Q 診療方針を教えてください。また、患者さまへメッセージをお願いします。

A 消化器疾患以外にも、一般内科・外科・救急センターなど多彩な勤務経験を生かして、地域の皆様にとって頼れる「かかりつけ医」となるよう、誠心誠意頑張っていく所存です。よろしくお願いたします。

交通 電車でお越しの方…横浜市営地下鉄ブルーライン「踊場」駅 徒歩5分
車でお越しの方…
駐車場はクリニック前に2台、お隣の「ファミリーマート汲沢八丁目店・セイムス戸塚汲沢店」の裏に5台(「小泉小児クリニック」様と共用)あります。満車の場合は、近隣のコインパーキング等をご利用ください。

受付 9:00～12:30 所在地 横浜市戸塚区汲沢8-11-27
15:00～18:00 045-443-7117
※休診…火曜午後、水曜日、土曜午後、日曜日・祝日

公式ホームページ



人材育成Report モチベーションマネジメント研修を開催

1月23日(火)に職員を対象にした「モチベーションマネジメント研修」を戸塚共立第1病院で実施しました。講師に松尾明先生をお招きして、仕事のパフォーマンスを最大化する為にもモチベーションの維持に繋がる行動原理について学びました。横浜未来ヘルスケアシステムでは今後も法人職員のキャリア形成に繋がる定期的な研修を実施し、職員の人材育成を推進してまいります。



ワイフス YFHS(横浜未来ヘルスケアシステム)のSNSのご紹介!

YFHS各施設の活動や取り組みを随時アップしております!是非フォローして下さい

Follow me

X(旧Twitter) Instagram

ワイフス YFHSウクライナ人道支援活動

ロシアの軍事侵攻を受けているウクライナに対する人道支援の一環として、横浜未来ヘルスケアシステムでは、戦闘で負傷した元ウクライナ軍兵士のレフォール・イーゴルさん(57)を昨年10月から約2か月間、傘下の病院に受け入れて治療とリハビリテーションを行いました。帰国前に行われたこのインタビューでは、イーゴルさんにウクライナ戦争での経験や祖国に対する思い、日本で受けた治療などについて伺いました。



聞き手
横浜未来ヘルスケアシステム 国際人材交流センター
高須賀茂文 顧問



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。



Q. イーゴルさんは、ロシアがウクライナに全面侵攻した2022年2月に志願してウクライナ軍に入られたそうですね？

イーゴルさん(以下、省略)

— その通りです。でも軍隊は今回が初めてではありません。最初は、まだウクライナが旧ソ連の一員だった時代に徴兵されて、陸軍に2年間在籍しました。20歳くらいの頃です。2回目は2014年、ロシアがクリミア半島とドネツク、ルハンスク両州に侵攻した時です。この時は志願して、1年半くらいウクライナ東部で戦いました。

Q. 今回入隊された時は、すでに50歳半ばだったのですよね。失礼な質問かもしれませんが、その年齢で軍隊に入るのは体力的に厳しくはなかったのですか？

— 確かに自分でも歳をとりすぎているとは思いました(笑)。でも戦時下のウクライナでは、そんなことを言っている余裕はありません。国を守りたいという気持ちはもちろんのこと、ロシア軍に自分の家族が殺されたり、自分の家が壊されることを考えると傍観者ではいられませんでした。また2014年以降、ロシアとの紛争で友達や親戚が何人も亡くなっているので、たとえ歳をとっていても、もう一度戦わなければならないと思いました。

Q. どんな部隊に所属していたのですか？

— 正規の陸軍ではなく、内務省に所属する国土防衛のための軍隊です。階級は一番下のただの歩兵でした。配属されたのは首都キーウの防衛部隊でした。



Q. その部隊には、同年齢の人がほかにいましたか？

— 同年齢やもっと上の人もたくさんいました。平均は45歳くらいだったと思います。みんな職業軍人ではなく、志願兵だったので前職はいろいろでした。私自身も戦争前は自分で小さな会社を経営していました。

Q. 戦争に行くことは恐ろしくはなかったのですか？

— 戦争に行くことが怖くない人はいません。それが普通です。でも戦闘が始まってしまうと、アドレナリンが大量に出て死に対する恐怖が吹き飛んでしまうのも事実です。

Q. 差し支えなければ、負傷した時の様子を教えてください。

— 構いませんよ。私が負傷したのは2022年3月12日に行われた戦闘でした。私たちの部隊がキーウを守っていたところ、ロシア兵が数十メートルまで迫ってきて、相手の顔がはっきり見えるほど近距離で撃ち合いました。敵の人数が圧倒的に多くて、勝てるかどうかわかりませんでした。1時間半くらい頑張りましたが、どうしても防衛線を維持できなくなってきたので退却しようとした時に、運悪く右脚の太ももを撃たれました。でも、撃たれた瞬間はひどい痛みを感じず、まるで誰かに棒で強く殴られたかのような感じでした。それからすぐに脚の感覚が無くなりました。戦闘中だったので自分で応急処置をしましたが、多量に出血していたので、すぐに止血していなければ数分で死んでいたでしょう。戦闘が激しく、病院にたどり着いたのは撃たれてから15時間以上もたってからでした。幸い弾は骨に当たらずに貫通していましたが、太ももの筋肉はかなり失ってしまいました。約100日間入院し、7回も手術を受けました。リハビリも1年以上やり、ようやく杖があれば近距離なら歩けるまで回復しました。



レフォール・イーゴルさん

Q. 日本でリハビリテーションを受けることになったきっかけは？

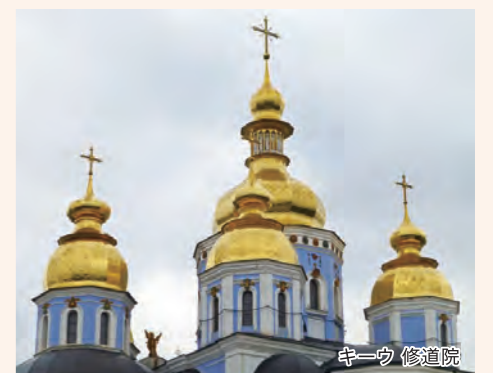
— 在日ウクライナ大使館が、日本でリハビリを受ける希望者を募集していたからです。私が横浜未来ヘルスケアシステムの病院で受けた治療とリハビリはとても効果があり、お陰様で来日前に比べてずいぶん楽に、しかも長い距離を歩けるようになりました。

Q. ウクライナに帰った後の計画は？

— さすがに今の体では軍隊に戻ることはできません。帰国後は軍関係のボランティアとして引き続き母国のために貢献するつもりです。

Q. 最後に、日本の人々へのメッセージをお願いします。

— 日本の皆さんがいつもウクライナを応援し、支援して下さることに対し感謝の気持ちで一杯です。日本は本当に素晴らしい国です。特に人々が優しく、誰もが(杖をついている)私を助けてくれようとしてくれるので、とても助かります。今回、私のつたない経験をお話することで、日本の方々にも自分の国を守ることの難しさと重要性を再確認して頂けることを心から願っています。



キーウ 修道院

Pick up 横浜市中学校給食メニューコンクールについて

12月18日(月)に横浜市庁舎にて「令和5年度 第4回中学校給食メニューコンクール表彰式」が開催されました。このコンクールは「中学校における食に関する指導及び中学校給食の推進」をテーマに横浜市教育委員会事務局が主体となり毎年実施しています。第4回目となる今年度は、昨年度の約2倍となる9,733名のエントリーがあり、コンクールの更なる充実を図って、市長賞をはじめ、食に関する関連団体や横浜市を拠点地とするスポーツチーム賞が創設されました。YOKOHAMA TKMもスポーツチーム賞として、メニューの審査に今年度から参加し、授賞式には牛之濱吉継局長、西山雄二TMGスポーツ特別顧問も出席しました。横浜にゆかりのある食材やレシピが評価されて、YOKOHAMA TKM賞は洋光台第一中学校 第2学年の古定美沙季さんが受賞しました。



山中竹春市長からYOKOHAMA TKM賞を授与される古定美沙季さん 左から西山雄二顧問、古定美沙季さん、牛之濱吉継局長



TKMラグビーニュース

YOKOHAMA TKMはラグビーを通じて健康的で豊かな地域発展に尽力するとともに横浜市の皆さまに愛されるチームを目指してチーム一同、全力で精進してまいります。



第4戦目試合後のYOKOHAMA TKMとサポーターの皆さま

OTOWAカップ第34回 関東女子ラグビーフットボール大会Report

11月12日(日)より開催の「OTOWAカップ第34回 関東女子ラグビーフットボール大会 Supported byアミノバイタル」にYOKOHAMA TKMが創部以来初の単独チームとして出場を果たすことができました。当初のチーム目標を達成することはできませんでしたが、本大会の結果を糧に、YOKOHAMA TKMはファンの皆様のご期待に応えられるよう来シーズンに向けて準備を進めてまいります。会場でのたくさんのご声援ありがとうございました。



第5戦目のYOKOHAMA TKM

第6戦目のYOKOHAMA TKM



第6戦目試合後のYOKOHAMA TKMとサポーターの皆さま

試合結果

第4戦 2023年12月10日(日)結果	YOKOHAMA TKM	33-31	横河武蔵野 Artemi-Stars
第5戦 2023年12月24日(日)結果	YOKOHAMA TKM	17-24	日本体育大学ラグビー部女子
第6戦 2024年1月6日(土)結果	YOKOHAMA TKM	22-24	立正大学アルカスバーバリアンズ

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。

2024シーズンが始まりました

1月23日(火)から新チームが始動しました。10名の新加入選手が加わり、29名のメンバーと新たな女性トレーナーやスタッフも増員して、2024シーズンに臨みます。昨シーズンは優勝争いを目前にし、最終順位は5位に終わりました。去年の悔しい思いをおおきな糧として、今シーズンは優勝を目指して、チーム一同、日々切磋琢磨してまいります。サッカーに日々集中できる環境に感謝しながら、応援して下さるサポーターの皆さまに「女子サッカーは楽しい!シーガルズのサッカーは面白い!」と感じて頂けるよう、また年間スケジュールに私たちの試合を組み込んでもらえるように!目標はおおきく、チームとしての存在感もサッカーも強化できるように成長してまいります。



©YOKOHAMA FC SEAGULLS

2024プレナスなでしこリーグ1部 開催期間 3月16日(土)~10月20日(日) 全22節

今後のHOME戦 ※詳しい試合日程や結果などは公式HPをご覧ください。

節	開催日	対戦カード	キックオフ	会場
2	3月23日(土)	静岡SSUポニータ	13:00	ニッパツ三ツ沢球技場
4	4月6日(土)	ASハリマアルビオン	13:00	ニッパツ三ツ沢球技場
6	4月21日(日)	日体大SMG横浜	13:00	ニッパツ三ツ沢球技場
8	5月4日(土)	スフィーダ世田谷FC	13:00	ニッパツ三ツ沢球技場

キャプテン・副キャプテンのご紹介

今シーズンのキャプテンに新井翠選手(戸塚共立第1病院所属)、副キャプテンには権野貴子選手(サクラス乳腺クリニック)、奈良美沙季選手が選出されました。

©YOKOHAMA FC SEAGULLS
2024シーズンも応援よろしくお祈りします
右から権野貴子選手、新井翠選手、奈良美沙季選手

#1/GK 新井 翠
あらい みどり
所属 戸塚共立第1病院 総務課

チームとしても個人としても「愛し愛される」シーガルズを目指して頑張ります!

#6/MF 権野 貴子
こんの たかこ
所属 サクラス乳腺クリニック 医事課

今季こそ優勝できるように、チームのために日々精進してまいります!

現役サッカー選手が主催する 参加無料 幼児向けサッカー教室のご案内

横浜未来ヘルスケアシステムに勤務する選手たちがサッカーの普及と教育、子供たちの健康づくりのために戸塚区で幼児向けサッカー教室を開催中です!

日時:毎月第2/4火曜日 15:00~/15:45~
場所:ONE FOR ALL横浜 1階(戸塚小学校隣) 地域交流施設スタジオ

対象:年少~年長さん(初心者大歓迎)

※サッカー教室は30分程度です。運動しやすい服装、靴(外履き)でお越しください。

教室は毎回先着15名の募集です。

応募は右のQRコードから



女子セブンズ 日本代表 Report

内海 春菜子選手

YOKOHAMA TKMの内海春菜子選手は女子日本代表(女子セブンズ)として1月26日~28日開催の「HSBC SVNS 2024 パース大会」に出場しました。「HSBC SVNS 2024」とは、7人制ラグビーの強豪国12チームが世界8ヶ国を転戦する国際サーキット大会です。今後も女子セブンズ日本代表及び内海春菜子選手の活躍にご期待ください。



写真右 内海春菜子選手

「第49回神奈川県タグラグビー大会」エキシビジョンマッチReport

1月28日(日)に一般社団法人神奈川県ラグビーフットボール協会主催「第49回神奈川県タグラグビー大会」が横浜スタジアムで開催されました。YOKOHAMA TKMはゲストとしてエキシビジョンマッチに出場し、当日は神奈川県内から数多くの小学生が集いました。タグラグビーを通して、小学生たちと直接触れ合う機会をいただき、感謝申し上げます。



YOKOHAMA TKMと小学生で記念撮影