

ひだまり

2022
10月
 Vol.139
Take free
ご自由にお持ちください

巻頭言

J.M.Sのご案内

特集

乳がん検診を受けていますか？

ピンクリボンウォーキング開催

T M G F i t からのお知らせ

メタボ予防改善教室のご案内

地域医療公開講座レポート

研究業績

「塩分控えめ」健康レシピ

看護学校だより

地域のクリニック

教授の世界旅三昧

シーガルスニュース

ラグビーニュース

新型コロナワクチン接種のご案内

地域医療公開講座のご案内

12 11 10 09 08 07 04 03 02

One for All, All for One.

一人は皆のために、皆は一人のために



ラグビーワールドカップ 2021(playing in 2022) ニュージーランド大会女子15人制日本代表に YOKOHAMA TKM の永井彩乃選手が選出され、横川秀男理事長から花束を贈呈されました。女子日本代表(サクラフィフティーン)としての永井彩乃選手の今後の活躍にご期待ください。

「コロナ禍における当健診センターの近況について」

戸塚共立メディカルサテライト健診センター センター長

きたやま かずき
北山 和貴



当健診センターは2007年9月に戸塚共立メディカルサテライトの5階と6階の2フロアを使用しスタートしました。当時は事務員、技師、看護師などを合わせても10人に満たないスタッフで健診業務を行っておりました。

私が健診センター長として赴任した2009年4月には年間の総受診者数は7,000人程度で透析部門が多くの部分を占め、二次検査外来や巡回健診部もありませんでした。現在は施設健診センター、二次検査外来、巡回健診部から構成され、スタッフも90名以上にまで増えてきました。2021年度の受診者数は施設総受診者数26,923人、人間ドック診者数8,233人、巡回健診受診者数44,737人、二次外来受診者数6,669人となっております。

2020年の新型コロナウイルス感染症の感染拡大に伴い健診業務の中止や緊急事態宣言による外出自粛により多くの方が健診の受診を見送られる事態となり受診者数も減少しておりましたが、その後は順調に増加に転じております。しかし2022年6月からの第7波の影響でご本人やご家族の感染、職場での濃厚接触者認定などにより健診が受けられないケースが非常に多くなってきています。1年間に約97万人の方に新たに悪性腫瘍が発見されると言われておりますので可能な限り健診を多くの方に受けていただきたいと思っております。

予防医学の観点から早期発見・早期治療が大切ですが、病気にならないための生活習慣改善が重要と考えられております。当センターでは健診結果をもとに専門

の管理栄養士が生活指導を行っております。健診結果を有効に活用するためにも生活指導をお受けいただくことをお勧めいたします。また巡回健診部を中心に各種予防接種の接種業務を行っております。新型コロナウイルスワクチン接種をはじめインフルエンザ、B型肝炎など多くの方にご利用していただいております。健診受診の際には是非ご利用ください。

新型コロナウイルス感染症の拡大が止まらない状況ですが、当健診センターは健診専門施設で病院併設ではなく感染対策も徹底して行っておりますので健康診断の受診をご希望の方は是非ご利用ください。

スタッフ一同心よりお待ち申し上げます。



戸塚共立メディカルサテライト健診センター

☎0120-733-153 (予約はガイダンス1番)
平日/9:00~16:00 土曜/9:00~12:00

[公式ホームページ▶](#)



■ 検診の種類

人間ドック、脳ドック、定期健康診断、一般健康診断、生活習慣病健診、特定健診、乳がん検診、婦人科検診

10月 / 2022年 16日は...

多忙な平日をお過ごしの方へ
 女性の皆様へ

日曜日
 乳がん検査
 を
 受けられる日です。

10月16日(日)に乳がん検診が受診できます

J.M.S(ジャパン・マンモグラフィセンター)は子育て・介護・仕事・家事などで忙しく、平日に乳がん検診を受けられない女性が、日曜日に受診できるよう、毎年10月第3日曜日に乳がん検診を受診できる環境づくりへの取り組みです。

全国の医療機関と認定NPO法人J.POSHが協力して実施しています。



当日は女性医師、
 女性技師が担当いたします

乳がん検診コース

- ①エコー検査 税込3,960円
- ②マンモグラフィ検査+エコー検査 税込8,360円
- ③視触診+マンモグラフィ検査+エコー検査 税込9,900円

その他にも当日限りの検診コースをご用意しております。
 また横浜市がん検診もご利用いただけます。尚、乳がん検診は完全予約制です。
 まずはお電話にて、お気軽にお問い合わせください。

お問い合わせ・ご予約はこちらから

戸塚共立メディカルサテライト健診センター

☎0120-733-153 (予約はガイダンス1番)

平日/9:00~16:00 土曜/9:00~12:00

[公式ホームページ▶](#)



戸塚共立第1病院附属サクラス乳腺クリニック

☎045-869-6888

平日/9:00~16:00 土曜/9:00~12:00

[公式ホームページ▶](#)





10月はピンクリボン月間です



乳がん検診を 受けていますか？

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 岡本 直子 (おかもと なおこ) 医師

資格: 医学博士 / 日本外科学会専門医 / 日本乳癌学会乳腺専門医
検診マンモグラフィ読影認定医 / 乳がん検診超音波検査実施・判定医師



毎年10月は、「乳がん早期発見ピンクリボン運動」の強化月間で、ピンクリボンは、乳がんの正しい知識を深め、早期発見・早期治療の重要性を呼びかける世界共通のシンボルマークです。

日本人女性の乳がん罹患数(年間)は、2018年には93,858人となり、部位別罹患数(女性)では最も多いがんとされています。その罹患数は年々増加傾向で、**生涯に乳がんを患う日本人女性は9人に1人**と推定されています。

一方で、乳がんは早期発見・早期治療で、完治が望める疾患でもあります。

今回は、乳がん検診・乳がん診療に携わる中で、受診者さまや患者さまからよく聞かれる質問について、

Q&A方式でお答えしていきます。

ぜひ、乳がんについての正しい知識を身につける月間にしていきたいと思います。

Q.1 マンモグラフィ検査は痛いと聞いたので抵抗があります。エコー検査だけで十分ですか？

A.1

乳がん検診は、視触診、マンモグラフィ検査、エコー（超音波）検査の組み合わせで行います。**現在、死亡率を減少させることが示されているのはマンモグラフィ検査**です。各自治体で実施されている対策型乳がん検診(40歳以上を対象に2年に1回)、任意型乳がん検診(人間ドック、健康診断等)でもマンモグラフィ検査を中心に行うことが推奨されています。

一方、40歳未満の方はエコー検査中心、後述のデンスブレストの方はエコー検査併用が望ましいとする意見もあります。ご自身がどのような検診が適しているか迷う場合は、受診される医療機関にご相談ください。

マンモグラフィ検査は、乳房を圧迫して行う検査のため、多少痛みを伴う場合があります。普段から乳房の痛みを感じやすい方は、月経直前の検査は避けていただき、月経後～排卵期前等にお受けになることをお勧めします。



検診でマンモグラフィ検査を受けました。

Q.2 結果で「高濃度乳房(デンスブレスト)」と書かれていました。私にはマンモグラフィ検査は必要ないということですか？

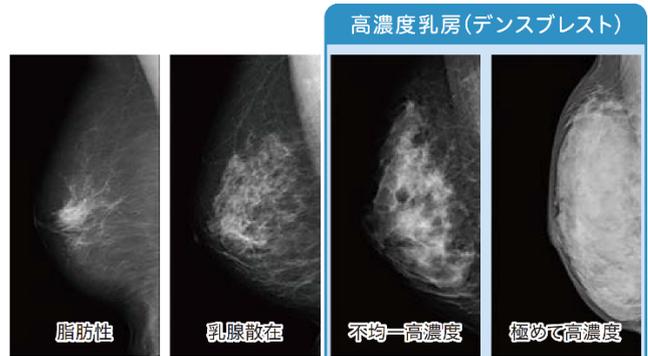
A.2

前述のQ1の通り、40歳以上の方にはマンモグラフィ検査中心の検診が推奨されており、また、マンモグラフィのみで検出される石灰化病変などもありますので、マンモグラフィ検査はぜひ、これからも受けていただきたいと思います。

日本人を含むアジア人女性は、欧米人と比較して乳腺濃度が高い傾向があり、約8割の方が高濃度乳房(デンスブレスト)と言われています。

マンモグラフィ検査では、乳腺実質は白く描出され、高濃度乳房の方ほど、その白さは強い傾向にあります。

一方、乳腺腫瘍は白く検出されるため、背景の白さの程度により、実際に腫瘍が存在していても隠れてしまう可能性があります。そのため、前回の検診で「高濃度乳房(デンスブレスト)」と指摘された方は、次回検診ではマンモグラフィ検査とエコー検査の併用をお勧めします。



画像提供：NPO法人 乳がん画像診断ネットワーク

Q.3 乳がん検診で「精密検査を受けてください」という結果でしたが、私は乳がんでしょうか。心配です。

A.3

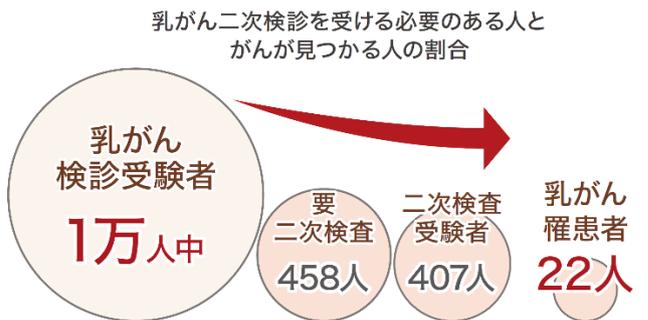
乳がん検診を受けて結果が出るまでも心配な気持ちがありますし、実際に「要精密検査」との判定結果がかえってくると、それだけで不安な気持ちになりますよね。

日本対がん協会が2015年に実施した調査では、1万人の方が乳がん検診を受診した場合、458人が一次検診で「異常あり」と判定され、精密検査(精査率5%)を受けるように判定されます。

このうち実際に精密検査を受けた方は407人で、22の方に乳がんが発見されました。つまり、精密検査になった方のうち、約5.4%の方が乳がんと診断されている割合でした。

精密検査になった方の多くは問題ないという結果になりますが、一部の方で乳がんが発見されることも事実です。

ご自身が大丈夫であるというを確認するためにも、精密検査となった場合は、必ず医療機関を受診していただきたいと思います。



引用：日本対がん協会

Q.4 精密検査ではどのような検査をするのですか？

A.4

乳がん検診でより詳しい検査が必要と判断された場合に、精密検査を行います。

精密検査では、必要に応じて、マンモグラフィ検査の追加撮影やエコー検査、MRI検査などの画像検査を実施します。画像検査の結果を受けて、一部の方で、組織検査(組織の一部を採取して顕微鏡で調べる検査)まで実施する場合があります。

組織を採取すると聞いただけでは、「痛そうで怖い」、「針を刺されるのが苦手」と心配される方がほとんどだと思いますが、局所麻酔をしてから行う検査ですので、「予想より大丈夫でした」との感想が多く聞かれます。このような検査が必要な場合は、担当医師からの説明をしっかりと聞いて、疑問点や不安な点を解消してからお受けいただきたく思います。

Q3の通り、精密検査をお受けになった方のうち、良性疑いで経過観察となる方がほとんどです。その場合でも、経過観察はとても大切になります。担当医師からどのようなタイミングで外来を受診したらいいかなど説明を聞いた上で、経過観察を継続していただきたいと思ひます。

Q.5 乳がん検診は何歳になるまで必要ですか？

A.5

特に年齢制限はありません。

年齢別の乳がん罹患率では、45歳頃より急増し、45～69歳にピークを認め、その後、横ばいか緩やかな減少傾向を認めます。80～99歳の罹患率は、むしろ40代前半よりやや高いくらいですので、負担のない範囲で継続していただきたいと思ひます。

また、乳がんにかかる方は、20～30代から増加し始めますので、どのような検診が望ましいか医師と相談して、ぜひ検診を受け始めていただきたいと思ひます。



Point

いかがでしたでしょうか？

最近、耳にされる方もいらっしゃると思いますが、「**プレスト・アウェアネス**」という言葉があります。ピンクリボン月間だけではなく、自身の乳房の状態に日頃から関心を持ち、乳房を意識した生活を送ることです。しこりがないか？いつもと違うところはないか？最後に検診を受けたのはいつだったかな？など、普段から気にかけて、変化に気がついたら、速やかに医療機関に相談することで早期発見に繋がります。

自分のため、ご家族のため、大切な方のためにも心がけていただけると幸いです。



戸塚共立第1病院附属 **サクラス乳腺クリニックのご案内**

〒244-0003 神奈川県横浜市戸塚区戸塚町4253-1 サクラス戸塚6階

TEL:045-869-6888 平日 9:00～16:00 / 土曜 9:00～12:00

公式ホームページ▶





10月はピンクリボン月間です

戸塚 de 探索! ピンクリボンウォーキング

健康支援センター TMGFit が毎年恒例の「ピンクリボンウォーキング」を開催いたします。
楽しく歩きながら乳がんの正しい知識や早期発見の重要性について理解を深めましょう!



年齢・性別問わず、どなたでもご参加いただけます。

指定した写真と同じ風景を探して写真撮影! クイズで乳がん知識UP 乳がん「しこり」触体験

日時 10月28日(金) 9:30~12:00

場所 ONE FOR ALL横浜 1階スタジオ(旧戸塚区役所)

受付時間 9:30~10:30 いつでも! ※ただし最終ゴールの受付は12:00まで

持ち物 飲み物・汗拭きタオル・筆記用具・写真撮影ができる機器(カメラ、携帯等)
身につけられるピンクの物(Tシャツ、タオル、帽子等)
※柏尾川周辺のコースを、ご自身のペースでウォーキングしていただきます

参加にあたって

- ・新型コロナウイルス感染症対策を徹底しております。
- ・当日雨天の場合は中止とします
- ・荷物は自己管理をお願いいたします。
- ・動きやすい服装と靴でお越しください。



Instagram

ホームページ

参加無料 要予約

ご予約・お問い合わせは

健康支援センター TMGFit
☎045-862-2282 平日 9:00~16:00



健康運動指導士による 出張運動教室を募集中!!

健康支援センター TMGFitの健康運動指導士が企業や地域の皆さまの健康づくりをお手伝いします。

企業の方へ 健康づくりセミナーで従業員の活力UP!経営力向上!

地域・介護施設の方へ 地域ケアプラザ、自治会等のお集り、病院や老人ホームへ出張します!

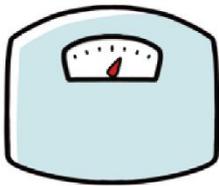
詳しくは ☎ 045-862-2282 (平日 9:00~16:00) までお気軽にお問い合わせください。

詳細は



管理栄養士による

メタボ予防・改善教室の ご案内



日時 10月13日(木) 11月10日(木)
午後2:30~4:00

場所 ONE FOR ALL 横浜1階会議室
(戸塚小学校隣り、旧戸塚区役所)
※新型コロナウイルスの感染拡大状況によりましては中止となる場合がございます。

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~午後12:00
予約はガイダンス3番

参加無料(どなたでもご参加頂けます)

定員15名

動きやすい服装でお越しください

ONE FOR ALL横浜の地域交流施設(旧戸塚区役所)で毎月開催中の「メタボ予防・改善教室」では、メタボ改善に繋がるバランス食のお話や運動を行っています。参加ご希望の方はお電話にて戸塚共立メディカルサテライト健診センターまでお気軽にお問い合わせください。

Zoom配信も行なっております。



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。

食事バランスガイド

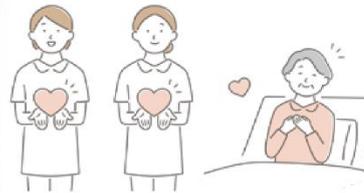
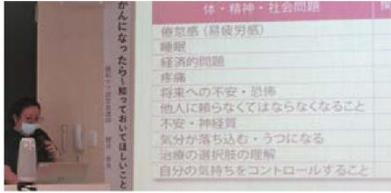


地域医療公開講座Reports

8月26日(金)開催 「がんになったら～知っておいてほしいこと～」

戸塚共立第1病院の緩和ケア認定看護師による公開講座を開催しました。

「がんになったらどんなことが起きるの？」をテーマにがんの治療法、がんになった時の治療費、緩和ケア(心と身体の苦痛を和らげ、生活の質(QOL)の改善を目的とした治療)、またがん治療と並行して行われる現在の緩和ケアについてお話しし、参加された方のご質問にもお答えしました。



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。



認定看護師の櫻井春美さんは「緩和ケア」の普及と啓発に戸塚共立第1病院緩和ケアチームにて取り組んでいます。

8月30日(火)開催 「白内障について考える」

戸塚共立第1病院附属さくらクリニックの倉持雄一医師による公開講座を開催しました。

白内障の原因や症状、見え方のシミュレーション、種類と予防法、白内障手術前後での見え方、また手術の手順や方法、手術後の視機能以外でのメリットなど講演しました。

白内障の発生率は80代以上ではほぼ100%と言われており、長寿国である日本では非常に身近な眼の病気です。講演終了後には、今後白内障手術を検討されている方から多くの質問が寄せられました。

今後も眼科の疾患や治療法、予防法について地域の皆さまに理解を深めていただく為にも定期的に地域医療公開講座を開催いたします。

※地域医療公開講座は感染症対策を講じて開催しております。



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
勝谷 洋文	医局 (整形外科)	2022年6月3日	超実践! 超音波ガイドドインターベンションセミナー2022 足部編～距腓関節～	コミカミノルタジャパン オンラインセミナー
勝谷 洋文(演者) 木下 大輔 鈴木 英一		2022年6月18日	「第5甲足疲労骨折に対する 髄内screw固定術後plantar gabの影響」	joskas-jossm 2022 (第14回 日本関節鏡・膝・スポーツ整形外科学会) (第48回 日本整形外科スポーツ足学会学術集会)
西澤 昌子(演者) 岡本 直子 飯塚 美紗都 佐藤 亜矢 高野 裕子	医局 (乳腺外科)	2022年7月1日	演題 「Trastuzumab + Pertuzumab療法にて 長期奏効を得たHER2陽性転移再発乳癌の3例」	第30回 日本乳癌学会学術総会
山本 栄美子	戸塚共立 レディースクリニック	2022年7月16日～ 2022年7月31日	シンポジウム 診療所委員会産婦人科有床診療所で 薬剤師ができること ～病棟業務・薬剤管理指導を中心に、業務改善について～	第5回 日本病院薬剤師会 Future Pharmacist Forum (WEB開催) 主催:一般社団法人日本病院薬剤師会 薬事日報(2022年8月1日)掲載
小澤 安里沙(演者) 細田 矢佳 鈴木 唯 山本 栄美子		2022年8月21日	産婦人科クリニックにおける 薬剤管理指導業務改善の取り組み	日本病院薬剤師会 関東ブロック第52回学術大会
野口 英一	TMG本部横浜支部	2022年7月7日	病院等における 風水害BCPマニュアルの作成について	日本病院学会



栄養価(1人分)

エネルギー 139kcal
 たんぱく質 6.6g、脂質 7.1g、塩分 0.9g、
 炭水化物 14.9g

材料(2人分)

- さつまいも…1/4本
- 豚肉うす切り…2枚
- たまねぎ…1/4個
- しいたけ…1.5枚
- にんじん…1/6本
- 油揚げ…1/2枚

【調味料】

- 油…小さじ1/2杯
- だし汁(昆布・かつお)…260ml
- 味噌…小さじ2杯

作り方

- ① にんじん、さつまいもはいちよう切り、しいたけはスライス、玉ねぎ、油揚げ、豚肉はひと口大に切ります。
- ② さつまいもは水にさらし、油揚げは熱湯をかけます。
- ③ 鍋に油を熱し、豚肉を炒めます。豚肉の色が変わったら、他の野菜を加えます。
- ④ 具材に火がまわり、さつまいものふちの色が変わってきたらだし汁を加えて火を強めます。
- ⑤ 沸騰してきたら火を弱め、さつまいもがやわらかくなるまでふたをして煮ます。
- ⑥ さつまいもがやわらかくになったら油揚げを入れ、味噌を溶きます。
- ⑦ ひと煮たちさせて出来上がりです。

豆知識

塩分を控えるという汁物を控えがちですが、汁物も具沢山にしたり、だしをしっかりとすることで塩分を控えることができます。今回はさつまいもの甘味や油のこく、しいたけの旨味によって、塩分控えめでも美味しく食べ応え十分なレシピとなっています。これから温かい料理が美味しい季節、ご家庭の献立に取り入れてみるのはいかがでしょうか。

看護学校だより オープンキャンパス・学校説明会を開催しました

8月、新型コロナウイルス感染症対策を講じて、オープンキャンパスと学校説明会を開催しました。入場時の検温と手指消毒にご協力いただき、同伴者は1名までと制約のある中での開催となりましたが、学校紹介や入試に関する説明会の他、校内見学、教員による講義体験を実施しました。また、在校生も参加して、インタビュー企画、希望者には在校生と交流できる場を設けました。今後も感染症対策を徹底して開催してまいります。



校内見学の様子(母性・小児看護実習室)



在校生インタビュー企画の様子

2022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 11/5(土) (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



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。

白旗なのはなクリニック

総合内科、訪問診療(内科、皮膚科、精神科)

りゅうたき けんじ
 龍瀧 憲治 院長

Q 先生の専門領域を教えてください。

A 総合内科です。医師を志した頃から臓器単独ではなく、全体を総合的にみる診療がしたいと思い、臓器別専門科ではなく、当時まで珍しかった総合診療科(総合内科)を選び、研鑽を積んで参りました。当時は「それは身体のどこを見てくれるのですか?」と聞かれたりすることもありました。しかしクリニックでの診療を目標としてきて、今はかかりつけ医として患者さまにとって身近な存在として関わっていると思います。また高齢化社会となり在宅診療でも『総合』という視点が強みであるとも思っています。

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 生活習慣病など患者さまに寄り添うこと、良きパートナーとして共に治療を行う、最善の治療を提供させていただくことをモットーとしています。特に訪問診療(在宅診療)については、ご本人、ご家族さまとの信頼関係を基盤に、ご本人の哲学、人生観を最大限に尊重いたします。そしてご入居施設、介護士、看護師、ケアマネージャーの方々とも対話を重ねて、ご本人にとっての最適解を求め最善を尽くすことを理念としています。また皮膚科医、精神科医による専門的な診療体制も確保しており、管理栄養士や薬学認定看護師も在籍し、栄養状態や生活の質の向上もサポートできるチームを作っております。

交通 【お車のご来院】トレアージュ白旗の平面駐車場および屋上駐車場220台の駐車スペースがご利用いただけます。屋上駐車場からはスロープで車いすでも安心です。

【公共機関のご来院・電車】小田急江ノ島線「藤沢本町駅」下車徒歩5分
 【公共機関のご来院・バス】神奈川中央交通「藤沢市民病院」下車すぐ、白旗神社の前

受付 月～金/9:00～19:00
 土曜/9:00～12:00

所在地 神奈川県藤沢市藤沢2-3-15 トレアージュ白旗2F

☎0466-55-2511

公式ホームページ



ナイアガラの滝、カナダ

じん ぼ いたる
神保 至

ナイアガラの滝は、五大湖の一つ、エリー湖から発する川が滝となる。その下流に架かるのがピースブリッジ(平和の橋)というアメリカ・カナダ国境の橋である。滝はアメリカ滝とカナダ滝の2つに分かれるが、どちらもカナダ側へ渡らなければ、まともに見られない。したがって、パスポートさえあれば、支障がない限り、アメリカからカナダに入国して観光することになる。昔、アメリカのピッツバーグに住んでいた時、日本から客人が来るといつも、片道400キロ車に乗せてカナダ側に入って日帰り観光をしたものだった。この川は、アメリカ側はバッファローという大都市を流れていて、工場地帯もあり、川が滝つぼに落ちて泡立って生じる泡が茶色に汚れていることが多かった。昨今はあの国でも排出基準が厳しくなっているのか、以前ほど汚い印象はない。ピッツバーグの学会に行ったとき、さすがに学生に見せようと連れてきた。世界三大瀑布はすでに制覇して久しい。(次回はトロント、カナダ)



ホテルから眺めたアメリカ滝(左)とカナダ滝(右奥)、紅葉も美しい



カナダ滝に向かって流れに対抗する遊覧船。水は以前よりきれいになった



ニッパツ
YOKOHAMA FC
seagulls

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。

現役サッカー選手が主催する **参加費無料** 幼児向けサッカー教室のご案内

サステナビリティ活動として、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、子どもたちの心身の発達と健康づくり、地域交流を目指して、戸塚区で幼児向けのサッカー教室を開催中です。



YFHS所属のニッパツ横浜FCシーガルズの選手たちが指導します。



日時:毎月第2/4火曜日 15:00~/15:45~
場所:ONE FOR ALL横浜1階(旧戸塚区役所)
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
10名の募集です。**

応募は右のQRコードから

サッカー教室の様子を
アップしています。

Twitterはこちらから



2022シーズン プレナスなでしこリーグ1部 開幕中

今後の試合日程

節	開催日	対戦カード	キックオフ	会場
21	10月10日(月・祝)	朝日インテック・ラブリッジ名古屋	13:00	ニッパツ三ツ沢球技場(ホーム)
22	10月16日(日)	スベランツァFC大阪	13:00	万博記念競技場

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。今後の試合日程をご案内いたします。

※詳しい試合日程や結果などは公式HPをご覧ください。

試合は
なでしこリーグ
チャンネルからも
ご視聴いただけます。

YouTube





TKM ラグビーニュース

日頃よりたくさんの応援をありがとうございます。
YOKOHAMA TKM は今後も全試合に全力で挑戦します。
そして横浜市戸塚区から女子ラグビー文化を発信し、
スポーツを通じた地域貢献活動を推進してまいります。



横浜市庁舎で「太陽生命ウィメンズセブンズシリーズ」のトロフィーを手にする選手たち

YOKOHAMA TKM が山中竹春横浜市長を表敬訪問

8月23日(火)にYOKOHAMA TKM 代表である横川秀男理事長、長谷部直子監督、チームディレクターの西山雄二特別顧問(TMG本部 スポーツ・健康推進室)、松永美穂キャプテン、内海春菜子選手、角川穂乃花選手が山中竹春横浜市長を表敬訪問しました。国内最高峰である女子7人制ラグビー大会「太陽生命ウィメンズセブンズシリーズ2022」での第1戦熊谷大会での優勝、年間総合3位(12チーム中総合3位)と創部11年目にして、最上位の成績を収めたことを報告しました。

山中竹春市長も高校時代、ラグビー選手であったことから意気投合した会談となり、「地元横浜のラグビーチームが優秀な成績を収められたことを誇りに思います。これからの15人制と来シーズンにも期待しています」と熱く語られました。



山中竹春市長を囲んでの記念撮影



終始、和やかな雰囲気での会談は行われました。

ラグビーワールドカップ2021 ニュージーランド大会女子15人制日本代表に永井彩乃選手が選出されました playing in 2022

YOKOHAMA TKM の永井彩乃選手が女子15人制日本代表(桜フィフティーン)としてワールドカップに出場いたします。日本代表としてニュージーランド大会に挑む永井彩乃選手の今後の動向にご期待ください。



女子15人制日本代表
永井 彩乃 選手

ラグビーワールドカップ2021 playing in 2022 大会公式期間 2022年9月25日(日)~11月上旬



8月29日開催の日本代表社行会にて写真右より 横川秀男理事長、長谷部直子監督、永井彩乃選手



横川秀男理事長から花束が贈られました



理事長室にて横川秀男理事長と永井彩乃選手



9月8日に ONE FOR ALL 横浜にて日本代表決定を祝して社行会が開催されました

3・4回目の接種はお済みですか？

新型コロナウイルスワクチン接種のご案内



当院では予約を受け付けることができません。

**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。**

戸塚共立第1病院

接種曜日	接種時間	接種人数
火・木 (祝日を除く)	12:00~13:00 (完全予約制)	最大 60名
土 (祝日を除く)	14:00~15:30 (完全予約制)	最大 90名

※平日は隔週 ※接種曜日は変更する可能性があります。

横浜市 新型コロナウイルスワクチン接種予約センター

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。

☎0120-045-112

(フリーダイヤル)



地域医療公開講座

次回開催のご案内「認知症を知る」

認知症の種類、医療の受け方、兆候が出た場合の検査方法などお話をいたします。

10月14日(金) 午前10時~11時 講師:認定看護師 太田寛子

【会場】ONE FOR ALL 横浜 地域交流施設 1Fスタジオ(戸塚駅から徒歩7分)



お申し込み方法

☎045-864-2501
(総務課公開講座担当)

応募フォーム

※ZOOM視聴でもご参加頂けます。
お申し込み時に参加方法をお選び
ください。



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

ＹＦＨＳ 総合サービスセンター TEL 045-865-1900 FAX 045-869-4603 MAIL yokohama_sc@tmg.or.jp