



横浜東邦病院

医療法人社団 嘉明会



# うめだより



## 病院理念

1. 人間愛にみちた医療を目指します。
2. なにより質の良い医療の提供につとめます。
3. 地域に根ざした病院でありつづけます。

# 齋藤 敬院長補佐が副院長に就任致しました



齋藤 敬 副院長



## ご挨拶

2023年6月に横浜東邦病院副院長を拝命しました整形外科の齋藤敬です。梅田院長が開院から44年間続けておりました外来診療を5月で勇退され、引き継ぐ形で私が外来診療を行っております。

専門は膝関節、股関節で、人工関節手術をおこなっておりますが、外傷や一般整形外科の診療もおこなっております。外来では一人一人の患者さまの症状を伺い、病状の変化を見逃さないように心がけております。そのため患者さまには予約でもお待ち頂くことがございます。それに見合うだけの診療をおこなって患者さまには体だけでなく心の安心を与えてあげられるように邁進して参ります。どうぞよろしくお願い致します。



## Information



### 新エコー機器導入！

当院では新超音波検査装置“Canon Aplio”を導入致しました！旧装置に比べて基礎画像の描写が良くなったため、各臓器の病変に対する診断能力が高くなることが期待できます。

更に血流を浄化するドップラーのモードが複数搭載されており、高解像度の組み合わせにより特に血管系の評価に対する性能が向上しました。

超音波検査を必要な際は是非当院の新装置をお試しくださませ！



### マイナ保険証 利用開始

当院にてマイナ保険証をご利用いただけるようになりました。受付前に読み取り用の機械がございます。ご利用になる方は受付スタッフにお声がけ下さいませ。



# Topics



## 当院の理学療法士が外部勉強会を開催しました

5月12日、上大岡駅直結の“ひまわりの郷 音楽ルーム”にて当院理学療法士が外部勉強会を開催致しました。

当講座は当院でリハビリを受けられた患者様からの強い要望により実現しており、歌・ピアノ・三味線など様々な形で音楽を嗜まれる方がいつまでも楽しく続けていくため、負担を改善するための運動や姿勢を勉強する会となっております。

基礎編と応用編の2部構成となっており、基礎編では資料を見ながら身体の仕組みについて勉強しました。続いて応用編では、実際に楽器を用いながら理学療法士が姿勢等の指導をしていきました。

参加者の方々からは活発に質問が飛び交う等、盛況のうちに講座は終了致しました。参加者の方々、少しでも長く音楽を楽しめることを願っております。



理学療法士：宮尾、友景、石渡、原田



## 地域ケアプラザで勉強会に参加しました

ほっこり別所という、別所地域ケアプラザが地域の方々気軽に通える勉強会を企画したというお話を頂き、当院は2月、4月、5月と3回参加させて頂きました。

2月と5月は管理栄養士の中澤、増田、澁谷による栄養講座を、4月には看護師の河合によるフットケア講座を開催致しました。2月には「腸活と免疫」についての講座が行われ、実際に炒り卵を作り振る舞われました。

4月のフットケアでは正しい爪の切り方についてクイズを用いて紹介しました。

5月には「適正な塩分量・減塩」についての講座が行われ、高血圧について説明を行った後に味噌汁を飲み比べて減塩の方法について紹介しました。

詳しい内容が気になる方は、当院ホームページのスタッフブログに掲載されておりますので是非ご覧下さい。



## 介護老人保健施設すこやか 開所21周年

施設長：津田征郎



横浜市営地下鉄「下永谷」駅から徒歩14分の場所に位置する当院の関連施設「介護老人保健施設すこやか」が7月1日で開所21周年を迎えました。

開所22年に向け一層努力して参りますのでこれから変わらぬご愛顧の程宜しくお願い致します。



## 近年スマート脳ドックが注目されています

当院ではスマートスキャン(株)による脳ドックを行っております。この検査は脳梗塞等の脳疾患の早期発見を目的としたものです。ご家族様の予約も出来る機能もございますので、お父さん、お母さんの健康管理にも最適です。

是非「早い・お手頃・正確」な健診をお申込みください。

・予約方法  
Web予約のみ(QRコードからご予約いただけます)

・費用  
19,250円(税込)  
※2023/10/1～値上がり予定



## すこやかの紹介動画を作成致しました！

介護老人保健施設すこやかの紹介動画を作成致しました！新型コロナウイルスの影響で内部見学が出来ない為、動画を通してすこやかを知って頂きたいという思いから完成したのがこちらの紹介動画になります。普段知ることが出来ない「すこやか」の魅力が沢山詰まった動画になっておりますので是非ご覧ください。

動画はYoutubeにて公開中です。右記QRコードからは是非ご覧下さい！





## 新人看護師のご挨拶

たかぎ ゆうな  
外来看護師 高木 優菜



2023年7月から外来看護師として入職させていただきました高木です。  
外来での勤務は初めてで至らないことも多いですが心強い先輩方にご指導いただきながら頑張りたいと思います。  
宜しくお願いします。

きむ はるな  
4F病棟看護師 金 春菜



新しくリハビリテーション病棟へ入職した金です。  
皆さまのご指導のもと、早く仕事へ慣れるよう尽力致します。  
また、多職種の方々とのコミュニケーションを大切にし何事も勉強だと思い取り組ませていただきます。

## 栄養科だより

### 残暑を乗り越える旬なお食事 — 豚肉と秋野菜のデリ風サラダ —

まだまだ暑い日が続いておりますね。季節の変わり目は特に体調の崩しやすい時期となります。十分な休養と、適度な運動（熱中症には注意）、身体を労わるお食事により、厳しい残暑も乗り越えましょう。

疲労回復に欠かせないビタミンB<sub>1</sub>は豚肉に多く含まれ、ニンニクやニラ等に含まれるアリシンと一緒に摂ることで吸収率が上がります。また、さつまいもには、ストレスへの抵抗力を上げるビタミンCを多く含んでおります。

#### 【材料（1人分）】

- |   |   |                |      |
|---|---|----------------|------|
| A | { | 豚もも肉（脂身なし）     | 50g  |
|   |   | さつまいも（皮つき）     | 50g  |
|   |   | しめじ（石づきを除く）    | 40g  |
|   |   | ローストナッツ（食塩不使用） | 5g   |
| B | { | マヨネーズ          | 12g  |
|   |   | オリーブオイル        | 1.5g |
|   |   | にんにく（おろし）      | 0.5g |
|   |   | 胡椒 少々<br>塩 少々  |      |

#### 【作り方】

- ①Aを一口大にカットし、豚肉は茹でこぼし、他食材は焼き色が付くまで焼く。ローストナッツは粗くきざむ。
- ②①にBを加えて和える。
- ③皿に②を盛る。



※食事制限がある方はお気を付けください。

#### 【栄養価（1人分）】

エネルギー 268kcal たんぱく質 13.6g 食塩相当量 0.4g

## 相談室 地域連携室だより

当院の地域連携室では、回復期リハビリテーション病棟・地域包括ケア病床への転院相談、退院支援を行っております。

回復期リハビリテーション病棟、地域包括ケア病床では、365日休まずリハビリを行っております。

転院から退院まで、必要な患者様には各部署と協力、随時退院支援カンファレンスを開催し、ご家族様とも情報を共有し安心して退院していただけるように努めています。

回復期のリハビリ後に老健を検討している方でも相談可能です。

いつでもご相談お待ちしております。



医療相談員 中島・夏目  
TEL: 070-6423-8482

## 編集後記

うめだよりVol. 27を最後まで読んでいただきありがとうございます。

今年の夏は例年に比べて猛暑日が多く、厳しい残暑が続いておりますので、今回のうめだよりでは”涼しさ”をテーマにデザイン致しました。

夏を感じさせつつも涼しげな雰囲気を感じ取っていただくと、とても嬉しいです。

暦の上では秋ですが、まだまだ暑い日が続きます。皆様体調管理にはお気を付けください！



# 横浜東邦病院

医療法人社団 嘉明会

うめだより Vol.27

発行責任者:院長 梅田 嘉明

〒233-0008 横浜市港南区最戸1-3-16

TEL:045-741-2511 FAX:045-714-2520

URL:http://www.yokohama-toho.jp/

E-mail:info@yokohama-toho-group.org