

末年始の帰省も見合わせた人が多かった人の中には、忘年会を知らない人もいて、古き良き「昭和」の社会が終わったと嘆いている人もいます。パンデミック後に社会人となった人の中には、忘年会を知らない人もいて、古き良き「昭和」の社会が終わったと嘆いている人もいます。パンデミック医療の現場でも影響があり、入院患者さんへの面会制限は、デジタルデバイスに慣れていない高齢者には不便で混乱を与えるものでし



新年あけましておめでとうございます。新型コロナウイルスが感染症5類となつてから初めての新年、久しぶりに以前のようなお正月を迎えた方も多かったのではないのでしょうか？歴史を振り返ってみても、パンデミックは社会に大きな影響を与えてきましたが、このコロナ禍においても、長年続いていた日本の慣習に大きな影響を与えました。冠婚葬祭のイベントは激減し、学校行事も大幅な縮小を強いられ、当たり前だったお盆や年

## 新年の挨拶

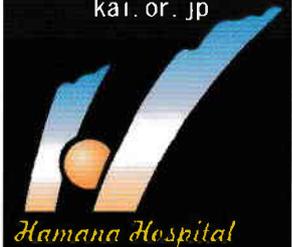
浜名病院 病院長 及川道雄



浜名病院広報委員会

令和6年1月  
230号

浜名病院ホームページ  
<http://www.hamana-kai.or.jp>



Hamana Hospital

### 浜名病院の理念

浜名病院は人間的な温かみにあふれた医療と介護の先進病院として、地域の皆様に「安心と信頼」を提供する。



た。新型コロナウイルスが「人の繋がりを断ち切るウイルス」と呼ばれるのも納得します。

さて、浜名病院はどのように変わったのでしょうか？コロナ禍で日本の医療のデジタル化の遅れが露見しました。それに対して、浜名病院はシステムを完全に電子化しました。令和5年3月には、湖西市、医師会と医療連携締結を行い、一体となって地域医療を支える方向性を確認しました。パンデミックで明らかとなった現在の医療体制の問題点を改善すべく、国は「地域医療構想」を掲げております。それは地域の病院、診療所、介護施設などが連携を深め、一体となって地域医療を支える構想です。各々の施設が、提供できる医療介護サービスを確立し、強みを生かして支えあうことが必要となります。当院の強みの一つは、種類の違う医療介護のサービス部門を抱えており、医療と介護の橋渡しも含めたサービスを提供できることです。また、現在整形外科部門の人材が充実しており、年間手術件数は5年前の17件から、380件に増加しております。

コロナ禍が明けて、日本の医療が再構築される時代がやってきました。浜名病院は、将来も地域の医療を支え続ける存在であり続けるようにスタッフ一同努力いたします。今年も宜しく願います。

※上の写真は、数年前まで選手として参加していた、レイクハマナトライアスロン大会の写真です。今はメディアカルボランティアチームドクターとして協力しています。  
(2023年6月25日開催 レイクハマナトライアスロン2023)

# 新入職員ご挨拶



こでまり  
介護福祉士  
マツイ クミ  
**松井 久美**

〈趣味・特技〉  
和太鼓



外来  
外来・病棟秘書兼通訳  
シマブクロ  
**島袋 ゆり**

〈趣味・特技〉  
海外映画・ドラマ鑑賞



西病棟  
ケアワーカー  
ナカムラ アケミ  
**中村 明美**

〈趣味・特技〉  
読書(漫画を含む)、  
YouTubeを観ること



1病棟  
介護福祉士  
ハセガワ タモツ  
**長谷川 保**

〈趣味・特技〉  
写真を撮ること、  
散歩



1病棟  
看護師  
ヒラヤマ ユカ  
**平山 由佳**

〈趣味・特技〉  
料理、カラオケ



1病棟  
看護師  
サトウ ミナ  
**佐藤 美奈**

〈趣味・特技〉  
旅行

## 健康講座を開催しました

11月20日(月)、健康講座を開催しました。今回の講座内容を少しご紹介します。

### 『足の健康を保とう』 浜名病院 膝関節センター部長 古橋 亮典 医師

膝関節表面の軟骨のすり減りや半月板の変形・断裂により、関節内に炎症が起きたり、関節が変形したりして痛みが生じる、変形性膝関節症という疾患があります。

その治療法としては、生活習慣のアドバイスや痛み止めの処方、筋肉内注射、足底板の処方などがあります。それでも改善しない場合は手術を検討します。

▼変形性膝関節症の手術 下記のような方法があります。

高位脛骨骨切り術(HTO)

人工膝関節単顆置換術(UKA)

人工膝関節全置換術(TKA)

術式によって、耐用年数・可動域・入院期間等が異なります。画像検査(レントゲン・MRIなど)や問診等を行い、手術方法を提案いたします。特に、人工膝関節単顆置換術(UKA)は、他の術式と比べて身体への負担が小さく、可動域も良好です。

### 『元気に食べて健康長寿』 中北薬品 管理栄養士 鈴木 真帆 氏

骨を強くする食事についてのお話を聞きました。カルシウム(骨の主成分)、ビタミンD(カルシウムの吸収促進)、ビタミンK(骨形成を促進)を意識して摂りましょう。

### 普段の食事に + カルシウム !!

丸ごと食べられる小魚や小エビには、カルシウムが豊富に含まれています。

おすすめの  
組み合わせ

- ほうれん草のナムル + しらす干し
- ひじき炒め煮 + 干しエビ



今回の健康講座では、画像(レントゲン・MRI)や写真・スライドを用いた説明が、とても分かりやすかったです。また今年も、地域の皆様に医療・介護情報をお届けできる機会を作っていきたいと思っております。

## リハビリ実習生受け入れ

リハビリテーション技術室 奥澤 悠

リハビリテーション技術室では、年間約15名の学生を受け入れています。臨床経験5年以上のスタッフが2日間の研修を受け、学生が安全に介入できるように指導しています。指導する側のスタッフも、自分の知識や技術の見直しだけでなく、育成力、管理力を育てています。

研修中の学生が患者様・利用者様のリハビリ治療の補助や見学をさせていただき、お願いをすることがあります。可能でしたら、ご協力の程よろしくお願いたします。



## 看護師実習生受け入れ

浜名病院 看護部

昨年度より、当院は看護学生の臨地実習を受け入れています。今回は9月から、豊橋創造大学の保健医療学部看護学科の老年看護学実習を行っています。

入院中の患者様からお話を伺いながら、療養生活の充実を目的に、患者様に合ったレクリエーションを考え、一緒に行っています。また、先輩看護師よりアドバイスを受けて、患者様に合わせた日常生活の援助の方法を学習していきます。

豊かな体験から看護の心を育み、素敵な看護師になれるように、私たち看護師が指導しています。



## 訪問看護実習生受け入れ

訪問看護ステーションはまな 所長 前田 幸代

訪問看護ステーションはまなでは、2021年より、豊橋創造大学から看護学生の実習を受け入れています。未来の看護師・保健師の育成に向けて、スタッフ一同、そして利用者様の温かな励みにより、充実した実習となるよう努めています。学生さんの新鮮な気付きで、私達も改めて学ぶ事が多いです。(12月現在40名履修)

豊橋創造大学の学生さんをこれからも応援しています。  
「いつか、この学びが活きる事を願って」



季節の  
レシピ

## 白菜の黒ゴマ和え



材料  
(2人分)

- 白菜 … 2枚(大きめ)
- しらす … 大きじ2
- 人参 … 1/8本
- 黒ゴマ … 小さじ1
- 醤油 … 小さじ1
- みりん … 小さじ1/2
- ほんだし … 小さじ1/3

作り方

- ① 白菜は短冊切り、人参は千切りにする。
- ② ①を電子レンジでしんなりするまで加熱し、水気を絞って冷ましておく。
- ③ 調味料を混ぜ合わせ、黒ゴマ・しらす・②を加えて和える。



冬になると鍋物等でたくさん食べる白菜ですが、当院では副菜としても良く使用しています。熱を加えずに食べればビタミンを摂る事ができる他、辛み成分の一つである、イソチオシアネートという成分が含まれているため、抗炎症作用や殺菌作用があり、免疫力を高めて風邪の予防も期待できます。また胃腸を刺激して食欲を増進させる作用があります。



10月18日(水)に介護医療院こぶしにて、レクリエーション企画「運動会」を行いました。当日、ベッド上で過ごされている利用者様に「運動会を行うので、一緒に体を動かしましょう」とお伝えすると、「ベッドのままで良いから見学したい」と言っていただきました。運動会では玉入れと的当てゲームを行いました。玉入れでは、自分の手でボールを持ち、カゴをめがけて投げるなどして、ゲームに参加することができました。利用者様には「楽しかった」と喜んでいただけて、職員も一緒に楽しむ事ができました。玉入れや的当てゲームも想像以上に前のめりになって真剣に参加してくださいました。

通所リハビリテーションセンター

## こでまり

### 12月カレンダー

クリスマスのイメージを  
ポインセチアとロウソクで  
表現してみました。

### ステンドグラス風工作シク

フィルムにペンで絵を描き、  
アルミ箔を使ってキラキラを表現してみました。  
たくさんの方に参加して頂きました。



受付時間 午前 8:00 ~ 12:00 午後 1:30 ~ 5:30

診察時間 午前 9:00 ~ 12:00 午後 3:00 ~ 5:45

休診日 木曜日・土曜日(午後) 日曜日・祝祭日

時間外救急対応  
(専門外の場合がありますので、ご連絡ください。)

発行

浜名病院  
湖西市新所岡崎梅田入会地15番地の70  
電話 053-577-2333 (代)  
FAX 053-577-2483 (代)  
Mail info@hamanakai.or.jp  
編集：広報委員会 委員長：柴田



各診療において、受付時間および診察時間が異なる場合があります。詳しくは医事課までお問い合わせください。  
外来診療 医師当番表に関しましては別紙またはホームページでご確認ください。