

新任医師ご挨拶

整形外科 一ノ瀬初美

令和6年4月に入职いたしました、整形外科の一ノ瀬初美です。静岡県内へ愛知県東部の病院を数年ずつ回りながら整形外科医としてのスキルアップをして参りました。浜名病院では、病院長の及川先生、人工膝関節センター長の古橋先生のご活躍により、整形外科の治療を受ける患者様が増えているとのこと、増員となりました。

わたくしは整形外科一般のほか、股関節、膝関節を専門に勉強しています。整形外科医師の中の女性の割合は少ないため、特に股関節については女性の患者様から、相談しやすいと言んでいただけることがあります。

診察の結果、大きな手術や特殊な機材を要する手術が考えられる場合は、対応可能な病院をご紹介することもございますが、手術になる前にアドバイスできる場合もございますので、気になる症状があるかたは受診していただけたらと思います。



浜名病院広報委員会
令和6年4月
231号
浜名病院ホームページ
<http://www.hamana-kai.or.jp>



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。



病院周辺MAP

また、今まで整形外科医として働いてきた中で、骨粗鬆症に気付かず長年過ごし、骨折してしまつてから整形外科にかかる患者様に多く出会いました。二度と骨折しませんようにと祈りながら骨粗鬆症の治療もしてまいりましたが、一度骨折してしまつと、痛みや動きの制限が残つてしまうことがあるため、骨折する前に骨粗鬆症の治療を始めるのが理想と感じています。一度骨折した後でも、その後に骨折を繰り返にくくするために骨粗鬆症の治療は有効です。だんだん背が縮んできた、背中が丸まってきた、更年期を過ぎた、転んだだけで骨折したことがある、若い頃に月経不順だった、これらに当てはまり骨粗鬆症の検査を受けたことのないかたは、受診・検査をお勧めいたします。

微力ながら地域医療に貢献できればと思います。これからどうぞよろしくお願いたします。



新入職員ご挨拶



医事課
事務
オグラ アカネ
小椋 茜
〈趣味・特技〉
食べ歩き



薬剤科
薬剤師
ヤマモト アスカ
山本 明日香
〈趣味・特技〉
スノーボード



1 病棟
准看護師
ナカムラ マナ
中村 真菜
〈趣味・特技〉
漫画を読むこと



1 病棟
看護師
オオツカ マサヒロ
大塚 正弘
〈趣味・特技〉
ウォーキング



1 病棟
看護師
アベ フミエ
阿部 史恵
〈趣味・特技〉
韓国ドラマや月9
にはまってる

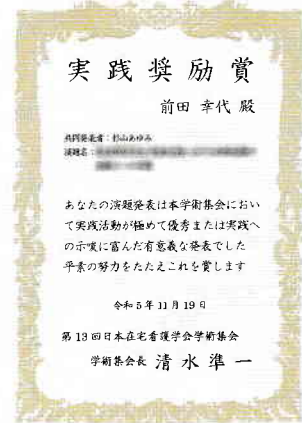
訪問看護ステーションはまな

日本在宅看護学会 第13回学術集会 実践奨励賞に輝く!

この学会は、病気や障害、加齢に伴う暮らしにくさをどのように調整すれば、その人らしく自分の居場所で暮らす事ができるのかを考える場でもあります。あらゆる支援、看護活動を研究したり、実践活動を報告して、よりよい方法に繋げています。

2020年から、参加している学会です。実は、当ステーション、多くの演題が申し込まれる中、毎年採択されているのです。そして、今年は所長の前田幸代と杉山あゆみが「実践奨励賞」を頂きました。

今後も地域医療の為に、励んでまいります。どうかいつでもご相談ください。



第13回日本在宅看護学会学術集会
テーマ
在宅看護、すぐそばに在る
2023年11月18-19日(二-三)
(オンライン配信:2023年11月16日-12月19日)
会場：クロスウェイ船橋(千葉機能都市)
学術集会長：清水 準一(東京医療保健大学看護学部 教授)
実行委員会：……

教育講演
前田幸代(筑波大学 教授)
急性期病院とともに連携する在宅看護の
人材育成とケアマネの役割
阿部史恵(東北大学 看護)
在宅看護実践におけるICTを活用した
医療職と地域との連携

シンポジウム
清水 準一、星野 謙吉、阿部 史恵
在宅看護実践の推進と人材育成
阿部 史恵、前田幸代、阿部 史恵
在宅看護実践の推進と人材育成
阿部 史恵、前田幸代、阿部 史恵
阿部 史恵、前田幸代、阿部 史恵

発表者
山田 幸子、阿部 史恵(日本看護学会協議会) 他
高齢ケアを育む在宅看護実践の
実践
阿部 史恵、前田幸代、阿部 史恵
阿部 史恵、前田幸代、阿部 史恵

申込費：10000円
年会費：13000円
学生・若手割引あり
学生・若手割引あり
学生・若手割引あり

お問い合わせ先：……
TEL: 0476-33-1111
FAX: 0476-33-1112
E-MAIL: info@jshn.jp
WEB: www.jshn.jp

第13回日本在宅看護学会学術集会事務局
〒270-0292 千葉県船橋市船橋1-1-1
船橋駅前ビル211 船橋駅前ビル 211 船橋駅前ビル 211

季節の
レシピ

菜の花の白和え

材料 (2人分)

- 菜の花 … 1袋(約 150g)
- 人参 … 1/8本(20g)

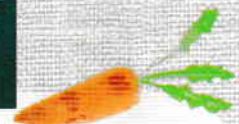
あえごろも

- 木綿豆腐※水切る … 1/3丁(100g)
- 醤油 … 小さじ2
- 砂糖 … 小さじ2
- 塩 … ひとつまみ
- 顆粒だし … 少々
- すりごま … 大さじ1



栄養価(1人分)

エネルギー	86kcal
たんぱく質	6.3g
塩分	0.9g



作り方

- 1 木綿豆腐はキッチンペーパーで包み、耐熱皿にのせラップをかけずに600Wの電子レンジで1分30秒加熱。粗熱が取れたら一口大に切り、ざるにのせて水切りする。
- 2 菜の花は根元を1cm切り落とし、半分の長さに切る。人参は千切りにする。
- 3 耐熱ボウルに千切り人参、菜の花の茎を先に入れ、残りを上にのせる。
- 4 3のボウルにふんわりとラップをかけ、電子レンジで2分30秒加熱し、すぐに冷水にとり水気を絞る。
- 5 ボウルに水切りをした豆腐をくずし入れ、あえごろもの調味料を加えて、泡立て器でなめらかになるまで混ぜ、4を加えてあえる。



POINT

たんぱく質を意識してとりましょう

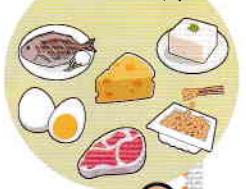
高齢者の低栄養や寝たきりの予防には、筋肉や赤血球などの材料になる「タンパク質」を毎日食べることがとても大切です。

65歳以上では、少なくとも1日に体重1kg当たり1g以上のタンパク質をとることが望ましいとされています(体重が60kgのひとなら60g)。

タンパク質が豊富に含まれる食品には、肉・魚・豆腐・卵・乳製品などがあります。

今回ご紹介した白和えは、タンパク質がたくさんとれる副菜です。菜の花以外にホウレン草や春菊、または人参のみでも美味しいです。ぜひお試しください。

タンパク質



技能実習生 日本の行事体験

2023年12月30日、技能実習生のジャスミンさんが、職員自宅で行われる餅つきに参加しました。

初めての餅つきは、杵を抱え、ちょっとコツも必要でしたが、ぺったんぺったんと頑張りました。きなこやあんこ、醤油、浜名湖の海苔、大根おろしなどでおいしく頂きました。また、七輪でマシュマロも焼きました。

貴重な体験、良かったです。



杵を振り上げて
ぺったんぺったん



マシュマロ



健診センターからのお知らせ

胸部検診（結核・肺がん検診）で分かる事

令和6年度の湖西市健診が4月から始まります。その中の胸部検診として胸部レントゲンを撮る検査についてのお話をしたいと思います。

胸部検診で分かる事は

- ①肺がん ②肺炎、結核、気胸などの呼吸器系の病気 ③心臓や大血管の拡大や狭窄などの異常
④鎖骨、肋骨の外傷後の骨折や損傷

などがあり、胸部レントゲンを撮る事で、肺がんだけでなく、胸部の健康状態を把握し早期に病気を発見するためにも、定期的に胸部検診を受ける事が重要です。

胸部レントゲンは痛みを感じることなく、短時間で完了します。

浜名病院健診センターでは胸部検診をはじめ特定健診や各種がん検診、骨粗しょう症検診など湖西市健診をすべて受ける事が可能です。

皆様に健康で幸せな日々をお過ごしいただくためにも、ぜひ定期的な健診を受けて頂きたいと願っています。



検診の
お申込み
お問合せ

浜名病院 健診センター TEL : 053-573-3700 FAX : 053-573-3711

受付時間：月・火・水・金 / 8 : 15 ~ 17 : 00

木・土 / 8 : 15 ~ 12 : 00

※日・祝日はお休みです

こぶし 福笑い

1月30日(火)に介護医療院こぶしにて、
レクレーション企画「福笑い」を行いました。
福笑いは、正月に遊ばれる日本の伝統的な
遊びなので、利用者様は昔の遊びを思い出
しながら、素敵な笑顔や真剣な表情で集中
して、阿亀やおたふく
など、阿亀や阿多福などの面を作成されて
いました。そして「凄く楽しかったよ」や
「いい気分転換になった」などとおっしゃっ
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

3月かしのり
美味しそうなちらし寿司は、
いかがですか。



看護実習生さんと
楽しい時間を過ごしました。



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。