

医療法人社団哺育会 桜ヶ丘中央病院

広
報
誌

さくら通信



vol.

14

2022

spring

sakura public relations magazine

contents
01 新入職員挨拶 / 03 大和市特定健診・がん検診のご案内 / 04 地域の連携先紹介
05 さくら健康体操 / 06 栄養科レシピ

公式LINE始めました /

LINE 公式アカウント

友だち 募集中

@875psfcq
うれしい情報をLINEでお届け!



令和4年4月1日(金)

当院に新しい職員が入職

令和4年4月1日(金)当院に新しい職員が入職しました。

リハビリテーション科14名、看護部8名、検査科1名、栄養科1名、地域連携課1名、経理課1名、医事課2名の計28名です。

どうぞ、よろしくお願いいたします。



Message from New Staff

看護部 平本 愛

1日でも早く仕事に慣れていけるよう、職員や患者様の名前と顔を覚え、日々積極的に学び、努力していきます。先輩方のように患者様に信頼される看護を提供できるよう、笑顔を決やさず、目標をもって頑張っていきます。新入職員一同、どうぞよろしくお願いいたします。

リハビリテーション科 佐藤 瑛大

少しでも早く職員の方や患者様に顔と名前を覚えていただけるように、積極的に行動していきたいと思えます。患者様に元気を与えられる存在になれるように頑張りたいと思えます。よろしくお願いいたします。



我しました。



検査科 東みのり

先輩方のように、正確で迅速な検査を行える一人前になれるよう、努めていきたいと思ひます。よろしくお願ひいたします。

医事課 赤平奈緒

積極的に仕事を学び、少しでも早く慣れたいと思ひます。チームの一員として、精一杯頑張りますので、よろしくお願ひいたします。



大和市特定健診・がん検診を受けましょう!

大和市では、生活習慣病の早期発見、早期治療を目的とした特定健診、がんの早期発見により死亡率や罹患率を低下させることを目的としたがん検診を実施しています。通常よりも安い費用で受診できる・アフターフォローとして特定保健指導を受けられる、などメリットがたくさんあります。当院では特定健診は予約不要、がん検診も一部の検査は予約不要で受けられますので、普段病院に行く機会のない方も是非この機会に受けてみてはいかがでしょうか?(令和4年度受診券と保険証を必ずお持ちください)尚、結果は後

日来院し、医師から説明後に結果票をお渡します(郵送は行っていません)。

年に一度の健康診断、受診して自分の健康状態をチェックすることから始めましょう。尚、今年度は受付時間が変更になりますのでご注意ください。

毎年、健診が終了する最終月は他の月に比べ約2倍混雑します。待ち時間も最終月は2〜3時間待ちとなります。混雑緩和と待ち時間緩和の為に分散受診にご協力をお願いします。

特定健診(長寿健診)・肺がん検診・大腸がん検診・胃がん検診

胃がん検診は当日診察し検査予約のみとなり、後日検査となります。

	月	火	水	木	金	土
午前	○	○	○	○	○	○
午後	○	○	○	○	○	

乳がん検診(超音波検査・マンモグラフィ)

超音波(エコー)検査は予約制となります(お電話で予約可能です)。

※水曜日～金曜日の午後は結果説明は行っていません。

	月	火	水	木	金	土
午前	○	○	○	○	○	○
午後	○	○	○※	○※	○※	

子宮がん検診

子宮がん検診は予約制となります(お電話で予約可能です)。

※第1土曜日は診察開始9:30～となります。

	月	火	水	木	金	土
午前	○	○		○	○	○※

受付時間

【午前】8:00～11:30(土曜12:00)まで(診察開始9:00～)

【午後】14:00～15:30まで(診察開始14:30～)

※結果説明は比較的空いている午後にお越しください(午前は長時間お待たせする可能性があります)。

検査内容

《がん検診》

●肺がん検診

当日肺のレントゲン撮影を行います。

●大腸がん検診

当日検便容器をお渡ししますので、ご自宅にて採取して後日持ってきてもらいます。

●胃がん検診

当日は診察室に入り、胃の検査の説明を受けてもらいます。診察終了後、検査の予約を取ります。

●乳がん検診(マンモグラフィ)

当日マンモグラフィ撮影を行います。

●乳がん検診(エコー)※事前予約必要

当日乳腺エコー検査を行います。

●子宮がん検診(頸部)※事前予約必要

当日細胞を取る検査を行います。

●子宮がん検診(体部)

子宮頸部を実施時に、医師が必要と認められた方に行います。

《特定健診》

●基本検査

(問診、身体計測、血圧測定、尿検査、血液検査)

●詳細項目(医師が必要と判断した方に実施)

(心電図検査、眼底検査、貧血検査)

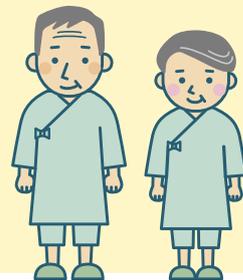
●追加健診

胸部レントゲン検査、肝炎ウイルス検査、前立腺検査

※胸部レントゲン検査(希望者に実施)

※肝炎検査(過去に検査をしたことがない方が対象)

※前立腺検査(50歳以上の男性が対象)



料金

《特定健診》

基本	全員	1,200円
胸部レントゲン	希望者	800円
肝炎	肝炎検査を受けたことがない方	1,000円
前立腺	50歳以上の男性	500円

《がん検診》

肺がん	40歳以上	1,000円
胃がん(胃カメラ・バリウム)	40歳以上	2,500円
大腸がん	40歳以上	700円
乳マンモグラフィ	40歳以上の女性	2,000円
乳エコー	30歳～39歳の女性	1,200円
子宮がん	20歳以上の女性	700円(体部まで2,500円)



地域の連携先紹介

今回地域で検査機器共同利用という形で連携させていただいている、ヒロクリニックを訪問させていただきました。

ヒロクリニックの院長 医学博士 三浦 洋司先生は当院の内科医師として勤務されておりました。2015年9月に桜ヶ丘でクリニックを開院されています。ヒロクリニックでは、迅速採血検査により、肝機能、腎機能、尿酸値、血糖値、HbA1c、炎症反応などのチェックが可能です。大和市の地域医療に貢献していきたいと日々患者さんと向き合っておられる中で、病院や地域の事業所と連携をさらに深めていきたいと今回お話をしてくださりました。当院とは患者さんの紹介、またCTやMRI、エコーなどの検査機器共同利用で連携をさせていただいております。



046-269-0020

〒242-0024 神奈川県大和市福田2-8-1
(正面に駐車場6台あり)

診療科目：内科・循環器内科



診察時間	月	火	水	木	金	土
9:30~12:30	○	○	○	△	○	○
15:00~18:00	○	○	○	△	○	△

休診日：木・祝・日

初診の受付は診療時間終了の30分前までになります。新型コロナウイルス感染症対策として診療時間を変更している場合があります。必ずお知らせ欄をご参照ください。

検査機器共同利用について

当院では、検査機器共同利用についてご案内させていただきます。

問い合わせ先：地域連携課(9:00~17:00)

- ・CT検査(単純のみ)
- ・MRI検査(単純のみ)
- ・超音波検査(単純のみ)
- ・ABI
- ・インプラントCT
- ・SAS

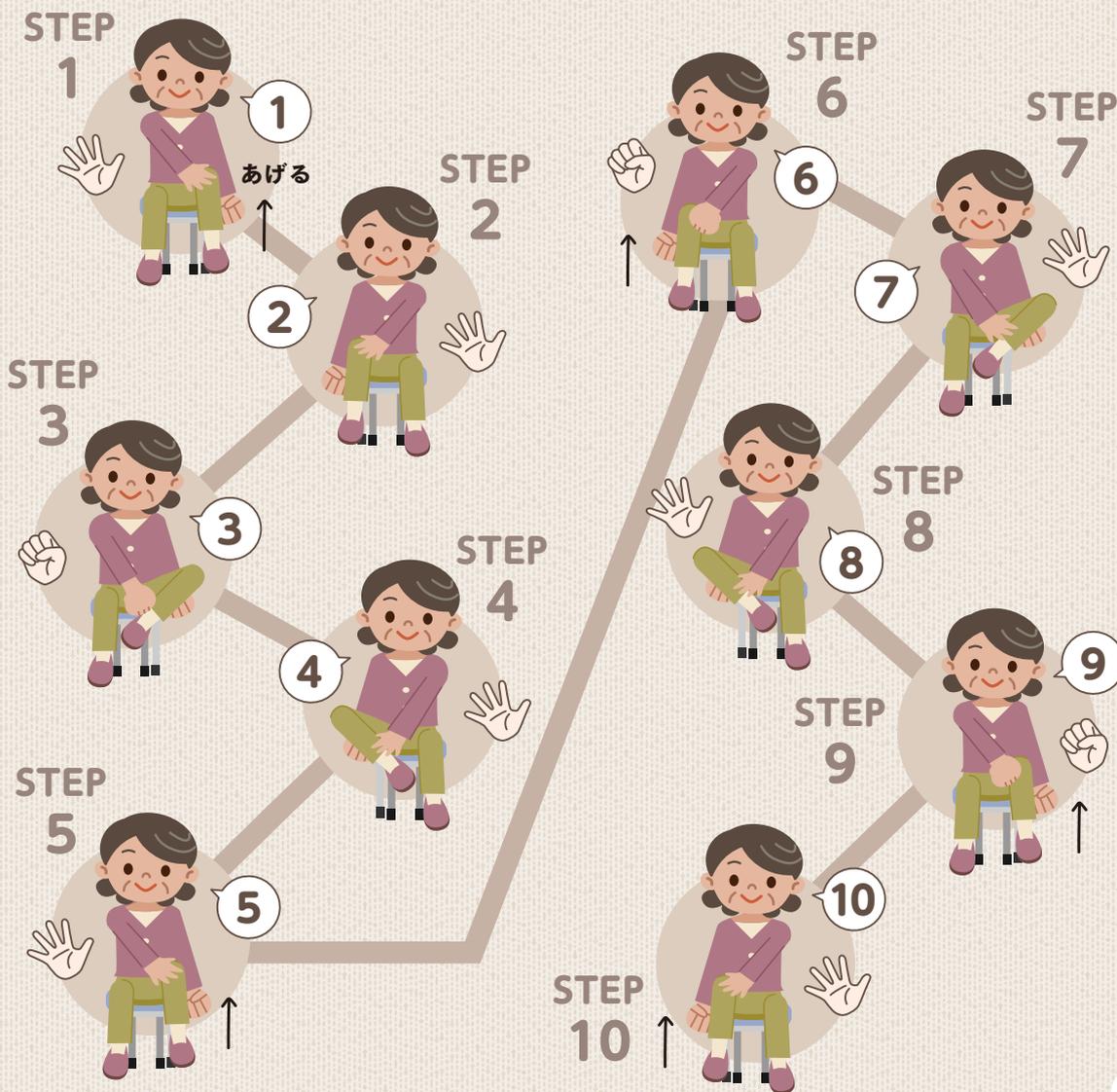
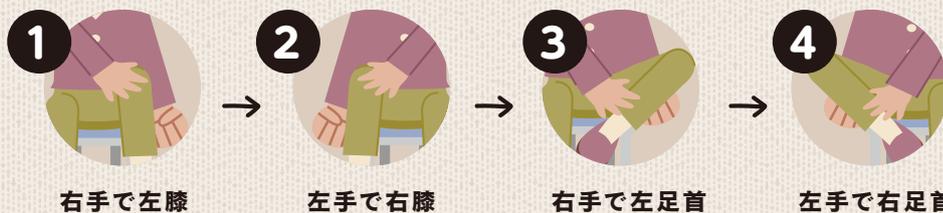
検査機器共同利用実績

- ・ヒロクリニック
- ・小柳内科胃腸科
- ・須藤整形外科
- ・よつば整形外科
- ・大川原歯科医院
- ・横浜相原病院

コグニサイズとは

国立長寿医療研究センターが開発した認知課題 (Cognition) と運動 (Exercise) を組み合わせた、認知症予防を目的としたものです。第3回に引き続き、一人のできるコグニサイズを紹介します。

数字を数えながら からだタッチ+3の倍数でグータッチ



STEP 1〜10を繰り返し行いましょう



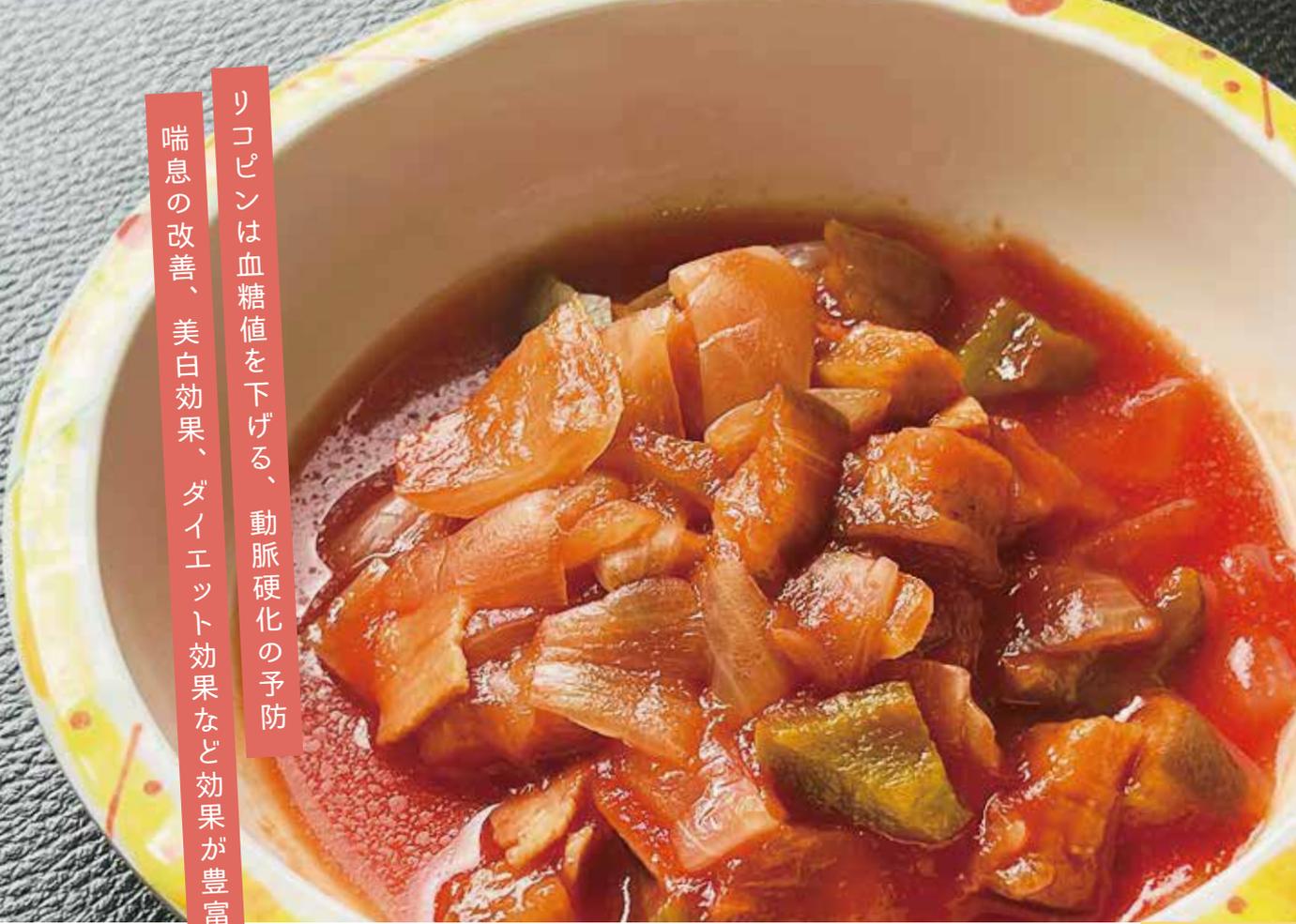
おかほら
理学療法士 岡原のアドバイス

少し難しい課題で、私も苦戦しました。手足をつかう全身運動にもなるのでぜひ行ってみたい下さい! なれてきたら触る場所の4カ所を変えてみてください。



参考.. 国立研究開発法人国立長寿医療研究センター認知症予防に向けた運動コグニサイズ他の運動についてはこちらをご参照ください。

リコピンは血糖値を下げる、動脈硬化の予防
喘息の改善、美白効果、ダイエット効果など効果が豊富！



ラタトゥイユ風 野菜のトマト煮

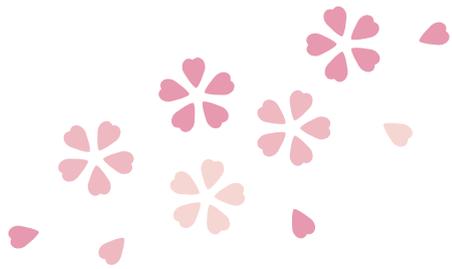
材料 (4人分)

長茄子	1本 (120g)
玉葱	中 1/2個 (120g)
ピーマン	中 1個 (40g)
ベーコン	2枚 (20g)
チキンコンソメ	1個
トマトケチャップ	大さじ2
トマトピューレ	大さじ4
塩	少々

ラタトゥイユはフランス南部のプロバンス地方の郷土料理です。本格的なラタトゥイユはオリーブオイルで野菜を炒め、ニンニクやセロリなどの香草を使います。今回はさっぱりと、低カロリーになるようにアレンジしたレシピになります。最近、トマトケチャップにリコピン濃厚と表示されているのを見たことがあると思います。そのリコピンの効果・効能は強力な抗酸化力から得られ、血糖値を下げる、動脈硬化の予防、喘息の改善、美白効果、ダイエット効果などがあります。生のトマトより加熱した方が効果的とも言われています。是非お試しください。

作り方

- 1 茄子はヘタを切って皮を剥いて1.5cmの輪切りにして水にさらす。玉葱、ピーマンも一口大に切る。
- 2 ベーコンは1cm幅に切る。
- 3 材料と調味料を全て鍋に入れて煮込みます。



病院理念

「地域から信頼される、
思いやりと礼節のある、
患者さん中心の医療の実践。」

基本方針

- 1 患者さんの尊厳と権利を尊重します。
- 2 医療の質と安全の向上に努めます。
- 3 24時間体制の救急医療を実践します。
- 4 丁寧な説明と同意に基づく医療を実践します。
- 5 連携と協力により、地域に開かれた医療を提供します。

診療受付時間 Clinic reception time

	診療受付時間
午前	8:00 ~ 12:00
午後	14:00 ~ 15:30 (診察開始 14:30 ~) 健診
	12:30 ~ 17:00 小児科、眼科、脳神経外科、神経内科
	12:30 ~ 17:30 内科、外科、整形外科、皮膚科

※土曜日は午前中のみ

※小児科の予防接種の受付は午前中は11時、午後は16時までとなっております。

※診療科によって診療を行っていない時間帯や休診の場合がございます。

詳しくはホームページをご確認ください。

交通アクセス Traffic access



- 東名高速「横浜町田インターより40分」
- 小田急線「桜ヶ丘駅から徒歩1分」
- 新宿駅 ~ 桜ヶ丘駅 50分
- 藤沢駅 ~ 桜ヶ丘駅 17分
- 横浜駅 ~ 桜ヶ丘駅 33分 (小田急線：大和駅経由)

