八潮中央総合病院　院外広報誌
YBJGA 005-36

ふれあい

2024 1月

発行:医療法人 社団協友会　八潮中央総合病院　　編集:広報委員会　〒340-0814 埼玉県八潮市南川崎845番地　TEL.0570-07-1131／FAX.048-997-2135



「患者さまとご家族が満足して帰っていただける病院を目指して」

八潮中央総合病院　院長 本間 恵

新年明けましておめでとうございます。

昨年も多くの患者さまに来院いただき心より感謝申し上げます。

ロボット手術も始まりペインクリニックも開設されるなど、昨年はステップアップの年となりました。多くの方々に当院へ期待をかけて頂いている一方で、外来の待ち時間が長くなるなどのご迷惑もおかけいたしました。引き続き慣習化したルールを一つ一つ現状に合わせ見直し、各科の診療力と療養環境の向上を追求し、患者さまとご家族に満足していただけるように努めてまいります。

本年も八潮中央総合病院をどうぞよろしくお願いいたします。

＼ベトナムからようこそ／

医療現場で学ぶ・働く 外国人技能実習生



NGUYEN THI TINH
グエン・ティ・ティン さん

11月から、当院の病棟内で新たにお一人の外国人技能実習生が働いています。期間は3年間です。
ベトナムから来たグエン・ティ・ティンさんは3A病棟に勤務し、慣れない環境の中がんばっています。
当院には昨年8月から、ベトナムから二人の技能実習生が働いており、これで3人になりました。
ティンさんの仕事ぶりを追ってみました。

※ 技能実習制度は、「技能実習」の在留資格により日本に在留する外国人が報酬を伴う実習を行う制度です。



先輩から業務の進め方についてアドバイスを受ける



病室のベッドメイキング



患者さまに合わせたお茶づくり

ひとことインタビュー

Q この病院についてどう感じましたか？

とてもきれいで、いろいろな機械がたくさんあって、とても便利な病院だと思いました。

Q 先輩や他のスタッフの印象は？

とても親切で、かわいいです。

Q 日本の言葉や習慣には慣れましたか？

今は慣れないけど、がんばります！

Q 日本の食べ物で好きなものは？

そばがおいしいです。柿もおいしくて好きです。

Q 今の目標は何ですか？

この実習が終了して一度ベトナムに帰ってから、また日本で働きたいです。

診療統計 2023年度 ( )内は月平均 4月～11月

外来患者数	113,528名(14,191名)
入院患者数	2,516名(314名)
退院患者数	2,487名(310名)
一日平均外来患者数	573.3名
救急搬入数	1,831件(228件)
紹介患者数	1,936名(242名)
手術件数　全身麻酔	629件(78件)
硬膜外・脊髄麻酔	128件(16件)

八潮中央総合病院の概要

名　称
医療法人　社団協友会　八潮中央総合病院

所在地
〒340-0814　八潮市南川崎845番地

設立年月日
昭和48年3月24日

建　物
鉄筋コンクリート造5階建・免震構造

認可病床数
250床(一般186床・緩和ケア14床・回復期リハ50床)

診療科目
内科、呼吸器内科、循環器内科、消化器内科、糖尿病内科、神経内科、内視鏡内科、人工透析内科、緩和ケア内科、リウマチ科、外科、呼吸器外科、心臓血管外科、消化器外科、乳腺外科、整形外科、脳神経外科、形成外科、小児科、皮膚科、泌尿器科、婦人科、眼科、耳鼻咽喉科、リハビリテーション科、放射線科、麻酔科(齋藤 勇一郎)

診療時間
平　日　9:00～13:00・14:00～17:30
〈受付時間〉　8:00～12:00・12:30～16:30
土曜日　9:00～13:00
〈受付時間〉　8:00～12:00

※日・祝日は休診。但し救急外来は24時間受付しております。

TOPICS

手洗い教室

11/6 中川小学校

11月６日（月）午前、八潮市立中川小学校において、同校1学年２クラスの児童を対象に「手洗い教室」を開催いたしました。

当日の講師は、当院感染対策委員会リンクスタッフ部会の放射線科・保坂主任、看護部・横山、医療連携相談室・須田の３人のスタッフがつとめさせていただきました。




11/7 松之木小学校

11月７日（火）午前、八潮市立松之木小学校において、同校１学年２クラスと支援学級の児童を対象に「手洗い教室」を開催しました。同校での手洗い教室は6年連続で開催しており、今回で全学年の児童を対象に開催したことになります。

講師は、放射線科・保坂主任、医療連携相談室・須田、栄養科・吉田、訪問看護ステーション・川崎の４人がつとめさせていただきました。




11/17 八潮幼稚園

11月17日（金）午前、八潮幼稚園（八潮市西袋）において、同園の5歳児の園児3クラス100人を対象に、クラスごとに「手洗い教室」を開催しました。



講師は、当院感染対策委員会リンクスタッフ部会のメンバーで、放射線科の保坂主任及び医療連携相談室の須田がつとめさせていただきました。

11/20 大曽根小学校

11月20日（月）午前、八潮市立大曽根小学校において、同校の支援学級の児童の皆さんを対象に「手洗い教室」を開催しました。



講師は、当院感染対策委員会リンクスタッフ部会のリーダーである放射線科の保坂主任がつとめさせていただきました。

11/27 青和幼稚園

11月27日（月）午後、青和幼稚園（八潮市八潮四丁目）において、同園の５歳児クラス２クラスの園児の皆さんを対象に「手洗い教室」を開催しました。



講師は、当院感染対策委員会リンクスタッフ部会の訪問看護ステーション・川崎及び放射線科・保坂主任の2名がつとめさせていただきました。

11/27 エンゼル保育園

11月27日（月）午前、やしおエンゼル保育園（八潮市八潮四丁目）において、同園の年長の園児の皆さんを対象に「手洗い教室」を開催しました。



講師は、当院感染対策委員会リンクスタッフ部会のリーダーである放射線科の保坂主任がつとめさせていただきました。

出前講座

11/16 伊草団地

11月16日（木）午前、伊草団地集会所において、当院リハビリテーション科職員によるヒートショック対策及び筋トレ・ストレッチ講座を実施しました。

講師はリハビリテーション科理学療法士の宮本と竹上の二人がつとめさせていただきました。




11/19 東部地域包括支援センター

11月19日（日）午前、やしお苑において、当院リハビリテーション科職員による「肩の痛みなぜなぜ講座」を実施しました。これは東部地域包括支援センター・やしお苑からの依頼を受け実施したもので、講師はリハビリテーション科理学療法士の竹上と小林の二人がつとめさせていただきました。




寄稿

2024 新春特別企画 わたしの健康法

新年にあたり、八潮市内外で活躍する皆様にそれぞれ実践している健康法をご紹介いただきました。読者の皆様が心身ともに健康な生活を送っていただき、充実した一年となりますことをお祈りいたします。

仕事と地域活動、そして…

八潮市コミュニティ協議会
会長 **原田 宰臣**



八潮市コミュニティ協議会は「住みよい地域社会」を目指して市内の全町会・自治会から協議会委員が選出され、花植え事業やどんぐりこままわし大会、表彰事業など毎年様々な活動を行っています。

私から皆さまにお伝えするような健康法はございませんが、強いて言えば、いつも現役で仕事をしていることと、地域活動・ボランティア活動に取り組んでいることでしょうか。昔から祭り好きなので、いろいろなお祭りに参加していると元気が出ます。そして、仕事が終わってからの晩酌は明日の元気の源ですね。

五感に刺激を与え、感動し楽しむこと

青少年育成八潮市民会議
理事 **榎本 加代子**



3年前に膝を痛め、再発防止のため脚の筋力をつける運動とウオーキングをしています。

休日にはいろいろなところに出かけリフレッシュしています。富士山を見て樹海を歩いたり、川のせせらぎや鳥のさえずりを聞き、木々や花の香りに触れながら自然の中を散歩したり、スポーツ観戦や音楽イベント、文化施設に出向いたり、美味しいものを食したりと、五感に刺激を与え、感動し楽しむことが私の健康法です。

また、青少年育成のボランティア活動を通して、いろいろな方と触れ合うことも、私の活力になっています。

内側にこもる時間を作る

八潮市女性相談員
進藤 優加



最近流行しているMBTI診断では、4つの指標のうちの一つに「興味関心の方向（外向または内向）」があります。外向型は色々な人と接することで、内向型は一人の時間を過ごすことでエネルギーが充足されると言われています。

私は内向型なのですが、仕事でヘトヘトになるとたくさん眠ったり、ぼーっとしたりなどして癒されることが多いように思います。地味な過ごし方ですが、自分の内側に意識を向けて休むことが私の健康法なのかもしれません。

草加八潮消防局 予防課主査
高津 雄一
石河 康彦

お二人の活躍はこちらから ▶



高津主査（写真左）、石河主査（同右）

私たち消防職員は、消防業務・救急業務を通じて24時間体制で、市民の皆さんの生命と財産を守る仕事に携わっており、そのためには職員一人ひとりがまず自分の健康に気をつけなければならないと思っています。私たち二人が日ごろ心がけていることを紹介させていただきます。

ストレスためず運動と睡眠

高津 雄一主査

無理せずストレスをためないように、自分の場合はジムで泳ぐことや筋トレがストレス解消法です。また、体の疲れをとるために、5分くらいでも軽めの有酸素運動を行い、睡眠時間はしっかり確保するようにしています。

高津主査は、昨年8月25日に北海道札幌市で開催された「第51回全国消防救助技術大会（水上の部・溺者搬送）」において、同消防局の里純哉主任（西分署消防係）をパートナーとして参加し、見事優勝しました。

毎朝歩く

石河 康彦主査

平日も休日も毎朝30分から1時間ほど歩くことを習慣にしております。ジョギングやランニングもよいと思いますが、私の場合は、大股で少し早めに歩くようにしています。筋トレを行ったり食生活に注意することも大切な日課です。

石河主査は、昨年6月24日戸田市で開催された「第39回埼玉県男子ボディビル選手権」において、クラス別優勝と総合優勝（オーバーオール優勝）に輝きました。

肩こり予防

八潮中央総合病院
副院長 **浅井 秀明**



私は肩関節を専門にしているため、外来で肩こりの相談を受けることが多く、そのたびに姿勢とストレッチの重要性を説明しています。私自身も気づいたときには、背筋を伸ばしたり、胸を張った状態で肘を後ろに引いた状態を20秒ほど維持するストレッチを心がけています。

通常人間の頭は約5kg程度なのですが、30°前かがみ（スマホを見る姿勢）になるとその重量が3倍以上の約18kgもの負荷になるという研究があります。ぜひ皆さんも姿勢には注意をして、こまめにストレッチをしてみてください。

上尾中央医科グループ　医療法人 社団協友会
八潮中央総合病院
〒340-0814 埼玉県八潮市南川崎845番地
TEL 0570-07-1131 FAX 048-997-2135
https://yashio-cgh.jp
病院ホームページ▶

日本医療機能評価機構認定