



「副院長就任挨拶」



令和5年4月1日付で城東病院副院長に就任致しました濱野美枝と申します。どうぞ宜しくお願い致します。

この場をお借りして一言ご挨拶を申し上げます。私は平成3年に東邦大学を卒業後、東京女子医大消化器病センターで外科として研鑽を積んで参りました。当時はまだ女性外科医は少なく患者様に受け入れてもらえるのが不安でしたが、思っていた以上に患者様が信頼を寄せてくださり、そのおかげもあって今まで外科医として頑張ってきました。

私が医師になった頃は毎日当然のように病院に寝泊まりし、まるで合宿のようでしたが諸先輩方、また診療に携わることで患者様に色々なことを教えてもらい、医師としての基礎を叩き込まれた気がします。今そんなことをしたらたちまち大問題になってしまいますが、今となっては貴重な体験でした。(よく思い出せないかもしれませんが、)平成14年に東京女子医大に帰局、平成21年から東京女子医大八千代医療センターで10年勤め、かれこれ20年近く大学勤務をしてきたことになりましたが、八千代では地域との結びつきが強く、そこで地域医療を身を持って学んだ気が致します。専門は肝胆脾ですが、胃や大腸といった消化管や内視鏡治療、他に栄養療法にも関わり、広く治療を行ってきました。

城東病院には令和元年から勤務しております。実は平成9年から2年間勤務していたこともありとても懐かしいところです。

当院の特徴としては横のつながりが広く、他科の医師はもちろん、看護師、検査技師、理学療法士・作業療法士、薬剤師、管理栄養士、医療ソーシャルワーカー(MSW)などコメディカルともすぐ顔が見える距離感で仕事ができおり、各種専門医療スタッフによるチーム医療を実践できているところがいいところであると思っております。

当院はこの2年間コロナ専門病院として機能しており、その間通常の診療がほぼストップしてしまい、皆様には大変お困りのこともあったかと思えます。ただ、コロナ禍で病院としての別の使命を果たせたのは良い経験でした。離職せず、病院勤務を続けてくれたスタッフには感謝しています。ただ、そうは言ってもコロナ専門病院の間は手術や一般入院ができず、思うような医療ができなかったため、随分もどかしい思いをしてきました。しかし、ようやくコロナ禍も明ける気配をみせ、当院でも少しずつ通常の診療を再開しております。

まだまだ課題は多いのですが、この地域を支える病院として近隣の皆様と連携をとりながら、しっかりとした医療を行い、また少しでも患者様に寄り添える医療ができるよう努力していきたいと思っております。改めて皆様のご指導、ご支援のほど宜しくお願い申し上げます。

JCHO東京城東病院 理念・基本方針

(理 念) 地域の皆様に必要とされる安全な医療・福祉の提供に努めます

- (基本方針)**
- 1 患者さまの権利と人格を尊重し、患者さま中心の医療を実践します。
 - 2 チーム医療を推進し、最善の医療を提供します。
 - 3 リスク管理と安全な医療を推進し、真実の公表をします。
 - 4 医療連携を積極的に推進します。
 - 5 地域の皆さまの健康管理を通じ、社会への貢献を目指します。
 - 6 健全な経営に努め、職員が誇りを持てる職場づくりをします。



新任のご挨拶



整形外科医師 武田 拓時

令和5年4月から整形外科に赴任した武田拓時（タクト）と申します。
未曾有の事態となった、新型コロナウイルス感染症の影響もあり、当院の置かれている状況はここ数年間で目まぐるしく変化したと伺っております。

それに伴い当院が本来の機能を果たせなくなり、地域住民の方々にご不便をおかけしたことがあるかもしれません。
本年度に入り、新型コロナウイルス感染症のフェーズは変わりつつあるように思います。私個人のみでは大変微力かもしれませんが、地域の運動器疾患診療の再充実の一助になればと思います。
どうかよろしくお願い申し上げます。

薬剤部長 宮本 大介

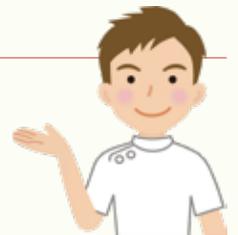
令和5年4月より、JCHO 東京城東病院に赴任いたしました薬剤部長の宮本です。私は「東京都で生まれ」ましたが、物心つく前に千葉県に転居し、前任地の JCHO 千葉病院から異動となるまで一度も千葉県から出たことがありませんでした。しかしながら、「東京都で生まれ」た私の本籍は江東区大島にあり、何か浅からぬご縁を感じながら勤務しております。

東京城東病院では、患者様を中心とした医療を実現すべく、コロナによって機会が減ってしまった地域の医療機関の皆様との交流を深めていきたいと思っています。また、医薬品安全対策や後発医薬品の利用推進、医薬品の安定供給維持などを通じて、安心・安全・安定した医療の提供を目指したいと考えています。まだまだ未熟な面も多いのですが、当院の薬剤部員一丸となって取り組んでいきますので、ご指導のほどよろしくお願い申し上げます。

看護部 副看護部長 後関 義之

東京城東病院の皆様へ

当院に受診される患者さま・ご家族のみなさま・地域住民のみなさま、初めまして令和5年4月より赴任しました男性の副看護部長の後関義之と申します。
右記イラストのように「イケメン」とはいきませんが……



今回、機会に恵まれ JCHO 東京城東病院で働くことをとても楽しみにしているところです。30年以上看護師としての経験をもとに、病院に入院している患者さま・外来受診される患者さまの安心で安全な医療・看護を提供する。また、地域住民のみなさまの健康な生活が送れるような関わりができるように努めてまいります。

また、感染管理が専門な認定看護師でもあるので、病院に来られた際には、お気軽に相談してください。この3年コロナとの闘いで、すべての人々大変だったと思いますが、過度に恐れることなく普段の感染対策（手洗い・咳エチケット等）また、免疫力を高めるための適切な食事・十分な睡眠をとることでほとんどが防ぐことができていると思います。

地域住民のための「JCHO 東京城東病院」で、働くよこびや誇りを持ちながら前に進んでいけたらと思います。また、みなさまから愛される病院になれるよう、患者さま・ご家族のみなさま・地域住民のみなさまには、今後ともご協力・ご支援の程よろしくお願い申し上げます。

臨床検査技師長 浅利 美穂子

地域の皆様こんにちは。令和5年4月より東京城東病院へ赴任いたしました浅利美穂子と申します。昨年度まで JCHO 千葉病院で6年間臨床検査技師長として勤務しておりました。前任地の前は東京城東病院にて勤務しており、縁あってまたこちらの病院で勤務できることを大変嬉しく思います。当院を離れた6年前とは病院の運営形態は変わりましたが、検査のプロフェッショナルとして最も重要な役割である精度保証された正確な臨床検査結果を迅速に報告するということは何ら変わっておりませんので、更なる信頼性の向上を目指し精進致します。そして、地域の皆様に支持され必要とされる病院づくりに尽力して参りたいと考えております。これからもどうぞ宜しくお願い致します。

副診療放射線技師長 小竹 学

地域の皆様、こんにちは。

この4月から東京高輪病院より転勤して参りました、診療放射線技師の小竹 学です。

3年間ほど江東区の豊洲地域に住んでおりましたので、今回この城東病院で勤務することになり、縁を感じております。

画像診断は、今最も発展が著しい分野の一つであり、より早くより詳細な画像が得られるようになり、健康診断からがんの診断に至るまで医療の現場に欠かすことはできません。

患者様の負担をできる限り少なく、質の高い検査・診断を受けていただくために新しい技術と知識を積極的に取り入れ、質の向上に日々努めていきたいと思っています。

地域の皆様に、安心、安全で質の高い、放射線検査を提供できるように、頑張っていきますので、今までと同様に、ご指導、ご鞭撻のほどよろしくお願い致します。

新年度を迎え新しい仲間が増えました



今年の桜は開花が早く、元気あふれる新緑の季節となりました。そして、東京城東病院に医師1名・診療放射線技師1名・作業療法士1名・事務職員2名、転勤異動職員9名、総勢14名職員が仲間入りしました。

新しい環境では分からないことも多く、皆様にご迷惑をお掛けすることがあるかもしれませんが、1日でも早くお役に立てるよう頑張っていますので、ご指導ご鞭撻のほどよろしくお願い致します。

<職種別の新しい顔ぶれ>

医師	1名
看護職	1名
薬剤部	2名
臨床検査科	2名
診療放射線科	3名
リハビリテーション科	2名
事務職	3名





健康管理センターからのお知らせ

当院 2 階の健康管理センターでは平日の午前中に、会社の健康診断、個人でもお受けいただける人間ドック・生活習慣病予防健診等を実施しています。また、健康診断のオプション検査として、頭部 MRI 検査や胸部 CT 検査、動脈硬化や骨密度検査、採血による腫瘍マーカー検査、リウマチや甲状腺の検査などを追加してお受けいただけます。

<江東区区民健診>

今年度も 6 月より、江東区の各種健診（検診）が予定されています。当院では「基本健康診査」「乳がん検診」「大腸がん検診」「前立腺がん検診」「胃がんリスク層別化検査」「胃がん内視鏡検査」を実施する予定です。

江東区から受診券が送付された方が対象となります。予約制となりますので、受診券が届きましたら、お電話でご予約をお願いいたします。

ご予約、その他お問い合わせは、健康管理センターまで

電話番号 03-3637-0945 (直通)

受付時間 平日 13:00 ~ 16:30 お願いします



長引くマスク生活（加齢のためという噂も...）の為に、悲しいかな、顔のたるみに拍車が掛かってしまいました。以前は無かったマリオネットラインも出来てしまい呆然。

そこで思いついたのが、美容グッズを使用したセルフエステです。美顔器やシートパック、美容液等をテレビの通販番組で購入して使用しています。説明を聞いているとついその気になって購入してしまうんですね。でも中には効果がある物もあります。（あくまでも私個人の感想ですが。）

一番のお気に入り、抗酸化作用のあるフラーレンの入っているジェルです。これを塗るとお肌のハリが違います。一度買い足すの忘れてしまった事があったのですが、見事に元に戻ってしまいました。それ以来切らさないようにしています。あとは EMS 機能のある美顔器です。これを使うと目の大きさが違ってきます。シートパックはリフレッシュも出来てお肌の調子も良くなって一石二鳥です。手軽なので皆さんも是非お試しください。

努力が報われると信じてこれからも続けていきたいと思えます。



臨床検査科 浪川 薫

薬の豆知識 No.29

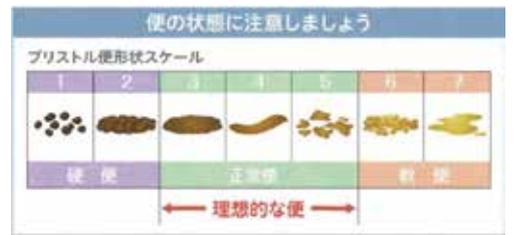
便秘のお話

(参考：持田製薬株式会社 資料)

便秘は多くの方が経験しています。目安として、週に 3 回以上の排便があり、形状が軟らかいバナナ状でしっかり排便ができれば、大腸が健康な証拠です。毎日しっかり排便があったとしても、便の量が少なく、硬かったり、残便感があってすっきりしないと感じた場合を便秘といいます。

主な原因は

- ・ 日常の水分量が少ない
- ・ 大腸で過剰に水分が吸収され便が固くなる
- ・ 大腸の動きが弱く便が運ばれない
- ・ 便意を我慢する習慣により、直腸の便反射が弱まる
- ・ 過度な小食やダイエットによる食事制限
- ・ ストレスによる大腸ぜん動運動の低下 等



Lewis SJ, et al. Scand J Gastroenterol 1997; 32: 920-924 転載による

便秘の原因と種類



まず食環境と生活習慣を見直しましょう。それでもダメならお薬を使いますが、ご自身の判断で市販薬を服用し症状を悪化させてしまう場合があります。

便秘薬には、腸内の水分に関して作用があり便を柔らかくする薬と、腸の動きを活発にして、排便を促す作用を持つ薬、それらを組み合わせた薬があります。医師の指示に従い、症状にあったお薬を処方してもらいましょう。

「2023年度の接遇標語が決定しました！」

2023年度 JCHO 東京城東病院の接遇標語が決定しました。

41 作品の応募の中から、以下の 4 作品が選ばれました。選ばれた標語と標語を作成した理由について紹介させていただきます。

4・5・6 月

「あいさつで 相手も自分も 心地良い」 手術・内視鏡室 齊藤絵美

あいさつをする事で両方気持ちよく過ごせると思うので、その様な職場を作って行きたいと思いました。

7・8・9 月

「ひとことで やわらぐ気持ち ありがとう」 臨床検査科 富田麻優

感謝の気持ち「ありがとう」を伝えることで、人間関係もスムーズとなると思いました。

10・11・12 月

「安全は 一人一人が 責任者」 医療福祉相談室 林やよい

一人一人が自覚をもってしっかり医療安全に取り組みましょう。

1・2・3 月

「自分から 動く気持ちが 第一歩」 医療福祉相談室 林やよい

気がついたらまず自分から動きましょう



より良い接遇ができるよう、職員一丸となって取り組んでいきますので、今年度もよろしくお願いいたします。

診療科	診療時間	月	火	水	木	金
内科	午前 初診 8:30~13:00 予約のみ 8:30~11:30	尾関 由美 9:00~	多々良 礼音 齊藤 豊 9:00~	長瀬 隆英	佐伯 公子 9:00~	西成田 進 9:00~
		野田 和男	坂部 日出夫	野田 和男	津田 恭彦 ~13:00	田中 顕道 9:00~
		坂部 日出夫	松田 寿久 9:00~ 【糖尿病】	坂部 日出夫	立石 晶子 9:00~ 【リウマチ】	野田 和男
	午後 初診 13:00~15:00 予約のみ 13:00~15:00	井上 祥子 9:00~ 【糖尿病】				坂部 日出夫
						関口 賢介 9:00~ 【糖尿病】
				富士原 仁 13:15~ (奇数月第3休診)		西成田 進
脳神経内科	午後 予約のみ 14:00~15:30					藤井 隆史 【脳神経内科】
						担当医師
脳神経外科	午後 予約のみ 13:30~15:30					
消化器科・外科	午前 初診/予約 9:30~11:30 予約のみ	清水 香		濱野 美枝	清水 香	濱野 美枝
			佐藤 裕一			太田 裕彦 【第1・3・5週】
	午後 予約のみ 13:00~		萩原 義信 【第3週】(整形外科)			
整形外科	午前 9:00~	齊藤 忍	中馬 敦	中馬 敦	仲澤 徹郎	中馬 敦
		武田 拓時	齊藤 忍	齊藤 忍	小林 倫子	武田 拓時
			小林 倫子	武田 拓時	武田 拓時	神谷 光史郎 【第2・4週】
			肥留川 恒平			佐久間 詳浩

●担当医の都合で休診の場合がございます。詳しくは、各科外来にお問い合わせください。
●赤は、女性医師です。 ●担当医師名の右側の時間は診療時間です。

じょうりゅうレシピ

～免疫力アップのための「腸」活レシピ!!～

サケの中骨缶と小松菜のチャーハン



栄養量 (1人分)
エネルギー 388kcal
たんぱく質 14.6g
脂質 9.7g
カルシウム 822mg

材料 (2人分)

- ・温かいご飯 300g
- ・サケの中骨缶 65g (1/2缶)
- ・小松菜 150g
- ・卵 2個
- ・ごま油 小さじ2
- ・醤油 小さじ1
- ・塩コショウ 少々

作り方

- ①小松菜は1cmの長さに切っておく。サケの中骨缶の汁は切っておく。卵は割りほぐす。
- ②フライパンにごま油小さじ1を入れ中火で熱し、卵を流し入れる。半熟状になったら一度取り出す。
- ③フライパンに残りのごま油を入れ小松菜とサケの中骨缶を炒める。
- ④小松菜に火が通り、サケの水気がなくなったらご飯を加えて炒め、卵を戻し入れ炒める。醤油、塩コショウで味を調え皿に盛る。

健康ひとロメモ 是非、お試しください!

骨粗鬆症レシピ第1弾(全4回)カルシウム①
近年60歳以上の5人に1人が骨粗鬆症と言われています。日本人の食事摂取基準を見ると、1日のカルシウム推奨量は女性(15～74歳)で650mg、男性(30～74歳)で750mgです。しかし、日本人のカルシウム摂取量の平均は500mg前後となっており、推奨量をなかなか満たしていません。今回ご紹介するレシピは1品で1日分のカルシウムを摂ることができます。サケの中骨缶はカルシウムがたっぷり摂れます。カルシウム補給に取り入れてみてください。



病院のご案内

〒136-0071
東京都江東区亀戸9-13-1
TEL: 03-3685-1431 (代表)
FAX: 03-3637-2739 (代表)
URL: <http://joto.jcho.go.jp>

- 都営新宿線「東大島駅」大島口より徒歩8分
- JR総武線「亀戸駅」東口「水神森」バス停から、小岩駅、今井、葛西駅行きに乗車「浅間神社」バス停下車 徒歩3分
- JR総武線「平井駅」都営バスにて東大島駅行きに乗車「小松川健康サポートセンター前」バス停下車 徒歩3分
- お車にて
首都高速中央環状線 船堀橋出口より5分
首都高速7号線 錦糸町出口より10分



..... 編集後記

新年度を迎え、新たな職員が着任されました。新型コロナウイルスも5月から「5類」に移行され、生活様式も以前の日常に戻りつつあります。また、ここからフレッシュな気持ちで業務や色々なことに取り組んでいきたいと思えます。



(総務企画課 (医事) 岡崎)