



認知症アルツハイマーデーイベントを開催しました



9月は世界アルツハイマーデー月間です。認知症への理解と本人や家族への制度の充実を目的としています。

当院では、9月11日(水)に敬老の日イベントとして、当院2階にある亀戸東長寿サポートセンターと共催で、認知症アルツハイマーデーイベントを開催しました。

コロナ禍は人が集まるようなイベントは行うことが出来なかったので、大がかりなイベントは4年ぶりです。

イベントは、認知症当事者の高木正巳さんと飯塚正義さんの講演、当院 野田和男医師による講義、KOTO生き体操という盛りだくさんの内容でした。

高木正巳さんは、認知症になると同じ話を何度もしてしまうけれども、同じ病気を持つ仲間として、前聞いた話と違うところはどこかと考えながら、何度でも同じ話を聞くようにしていると話されていて、もっと当事者が集まれる場づくりをしてほしいとの意見をおっしゃっていました。

飯塚正義さんは、認知症と診断され最初はショックを受けたけれども、奥様と一緒に色々なところに参加して、認知症を知ること、認知症への認識が変わり、闘うのではなく仲良くやっとうこうと考えるようになった、不具合はあるけど世界が広がったと話されていました。

野田和男医師は認知症基本法や認知症の予防、薬剤についての講義でした。認知症の予防に地中海スタイルの食生活が効果があるとのことで、皆さん熱心に聞き入っていました。

最後には全員でKOTO生き体操を行い、解散となりました。

飯塚正義さんには趣味で撮影された素敵な写真掲示もしていただき、掲示期間中には、写真の前で立ち止まって写真に見入る患者さんが多くいらっしゃいました。

久しぶりのイベントでしたが、盛況に終えることが出来ました。また今後もこのようなイベントを企画していきたいと思います。



東京消防庁城東消防署主催の自衛消防訓練審査会に参加しました

2024年7月12日、城東消防署における自衛消防訓練審査会に当院自衛消防隊(今年度は看護師及び経理課職員で構成)が出場しました。

自衛消防訓練審査会とは、災害発生時における事業所の自主防災力の向上を目的とした審査会で、地域の様々な事業所が集い、日頃の訓練の成果を披露する場で当院は例年参加しております。

今年度の自衛消防隊は、他事業所が素晴らしい技術を披露する中、優良賞を受賞しました。



防災管理委員会主催の消防訓練を行いました

2024年8月8日、夜間の火災発生を想定した消防訓練を行いました。コロナ禍以降、2度目となる本格的な訓練実施となりました。数か月前からシナリオを作り準備を進めてまいりましたが、当日は想定通りには行かず、いくつもの課題が見つかりました。今回の反省点を定期的な訓練の場で活かし、知識の共有をはかり、災害時における実践力向上を目指し職員一丸となって取り組んでまいります。



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。



健康管理センターからのお知らせ

当院健康管理センターでは平日の午前中に、会社の健康診断や、個人でもお受けいただける人間ドックや、生活習慣病予防健診、就職時の健康診断などを実施しています。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、血液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）を実施しております。区から受診券が送付された方が対象の、とてもお得な検診です。当院では「基本健康診査」「大腸がん検診」「前立腺がん検診」「胃がんリスク層別化検査」「胃がん内視鏡検診」「乳がん検診」を【予約制】で行っております。区から送られた【受診券シール】を必ずお手元に、お電話でご連絡ください。

電話番号 03-3637-0945 (直通)

受付時間 平日13:00~16:30にお願いいたします。

城東つれづれ日記 No.8



8月下旬、まだまだ真夏の暑い盛りに博多へ食い倒れに行ってきました。行きの飛行機では機内ライトをレインボーカラーにするサプライズがあり、幸先の良い旅の始まりです。着いてまず食べたのはホルモン焼き。ぶりんぶりんのマルチョウに食べ応えのあるサガリ、どこの部位かもわからないホルモンたち。何かわからなくても美味しい！夜は焼き鳥。撮り忘れちゃいましたが、つくねの美味しさに思わずガッツポーズ。朝ごはんには早起きをしてごぼ天うどん。朝定食って最高ですね。暑くて行く予定のなかったもつ鍋も結局我慢できずに食べちゃいました。

どれも美味しくてひたすら食べて食べて食べまくり。まだまだ行きたいお店がいっぱいあるので来年もまた行きたいです！

経理課 戸ヶ崎



亀戸東長寿サポートセンター



皆さんこんにちは。亀戸東長寿サポートセンターです。

地域の高齢者の総合相談窓口として江東区から委託を受けて営業しております。前回は昨年12月にこの広報誌で紹介させて頂きましたがあらためまして「当院2階にセンターがあります！」介護保険や福祉サービスといった制度を中心に生活上の困りごと等を広く受け付けております。亀戸7丁目～9丁目にお住まいで65歳以上の方が対象となっておりますのでお気軽にご相談下さい。また地域の方向けに介護予防や認知症予防といった取り組みなども行っています。

毎月第3水曜日14時～14時40分には病院2階検診センター前にてKOTO活き粋体操（介護予防体操）を行っています。江東区在住で参加ご希望の方は是非ご相談下さい。その他、地域の介護予防の拠点となる亀戸ふれあいセンターにて毎月第4水曜日14時半～15時半に認知症家族会も行っています。認知症の方を支えるご家族のお悩み等を当事者同士で情報共有できる場となっております。その他様々な地域活動も企画しておりますので興味のある方は是非お問い合わせください。

病院内にある包括支援センターとしての特徴を生かし、医療・介護・地域に垣根のない支援が提供できるよう今後とも取り組んで参りたいと思っておりますのでどうぞ宜しくお願い致します。

認知症サポーター養成講座(江東区民対象)を開催しました

2024年9月11日

認知症サポーターには、認知症に対する正しい知識と理解を持ち、地域において認知症の人やその家族を見守ることが期待されています。

今回は6名が受講し、熱心に意見交換され、たいへん有意義な時間となりました。

講座を修了した方には「認知症サポーターカード」をお渡ししました。

(亀戸東長寿サポートセンター)



診療担当医一覧

令和6年10月7日現在

診療科	診療時間	月	火	水	木	金	
内科	午前	初診 / 予約	鎌田 勇樹 8:30~11:30	多々良 礼音 8:30~11:30	長瀬 隆英 9:00~11:30	加納 永将 9:00~11:30	鎌田 勇樹 8:30~11:30
			野田 和男 8:30~11:30	齊藤 豊 9:00~11:30	鎌田 勇樹 8:30~11:30	橋野 伸 8:30~11:30	野田 和男 8:30~11:30
			坂部 日出夫 8:30~11:30	橋野 伸 8:30~11:30	野田 和男 8:30~11:30	津田 恭彦 8:30~11:30	坂部 日出夫 8:30~11:30
			井上 祥子 9:00~11:30 【糖尿病】	坂部 日出夫 8:30~11:30	坂部 日出夫 8:30~11:30		江本 薫子 9:00~11:30 【糖尿病】
				松田 寿久 9:00~11:30 【糖尿病】			
		予約のみ				立石 晶子 9:00~11:30 【リウマチ】	
	午後	初診 / 予約	井上 祥子 13:00~15:30 【糖尿病】	河口 謙二郎 13:00~15:30	富士原 仁 13:15~15:00 (奇数月第3休診)	河口 謙二郎 13:00~15:30	徳重 克年 14:00~15:45
			鎌田 勇樹	松田 寿久 13:00~15:30 【糖尿病】	橋野 伸	渡邊 秀美代 13:30~15:30 【内分泌・甲状腺】	
				相澤 直樹 13:00~15:30 【第2・3・4・5週】			
脳神経内科	午後	予約のみ				藤井 隆史 15:00~15:30 【脳神経内科】	
脳神経外科	午後	予約のみ				担当医師 13:30~15:30	
皮膚科	午後				吉岡 勇輔 14:00~15:45		
消化器科・外科	午前	初診 / 予約	清水 香 9:30~11:30	徳重 克年 9:30~11:30	濱野 美枝 9:30~11:30	清水 香 9:30~11:30	濱野 美枝 9:30~11:30
			阪井 守 9:30~11:30		徳重 克年 9:30~11:30	本田 善子 9:30~11:30	本田 善子 9:30~11:30
				佐藤 裕一 9:00~11:30 (予約)	阪井 守 9:30~11:30		徳重 克年 9:30~11:30
	午後	予約のみ		徳重 克年 14:00~15:45	徳重 克年 14:00~15:45		徳重 克年 14:00~15:45
				青山 圭 13:00 【乳腺】			
整形外科	午前		斉藤 忍 9:00	中馬 敦 9:00	中馬 敦 9:00	中馬 敦 9:00	江口 和 9:00
			小林 倫子 9:00	斉藤 忍 9:00	斉藤 忍 9:00	仲澤 徹郎 9:00	神谷 光史郎 9:00 【第4週】
			担当医【第2・4】	江口 和 9:00	江口 和 9:00	小林 倫子 9:00	
				肥留川 恒平 9:00 【第1・3週】	肥留川 恒平 9:00 【第1・3週】	担当医 9:00	
				萩原 義信 9:00 【偶数月第3週】			

●各料初診受付時間：8:30～11:30（内科は13:30～15:30も受付けます。） ●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。●担当医師名の横の時間は診療開始時間です。

じょんじょんピッツァ

パエリア ～地中海風～



地中海食は、健康的な食事として2010年にユネスコの無形文化遺産に登録されています

作り方

- あざりは砂を抜き、殻を流水で洗い、天然むきえびは背わたをとる。サフランを常温の水に20分浸しサフラン水を作る。にんにくと玉葱はみじん切りにしておく。
- マッシュルームはスライス、パプリカ、ピーマンは種を取り一口大にカットする。
- フライパンにオリーブオイルを敷き、②の具材と天然むきえびを炒め、塩、胡椒で味をついたら取り出す。
- フライパンにオリーブオイルを敷き、にんにくと玉葱を炒め、香りが立ってきたら米を入れて軽く炒め、サフラン水、コンソメ(顆粒)、ツナ缶を汁ごと加えて馴染ませる。
- ④の上からあざりをちらす。強火で加熱して沸騰したら蓋をして弱火で15分ほど加熱する。蓋を開け、③の具材をちらし、再び蓋をして火を止めて15分ほど蒸らす。
- 器に⑤を盛りつけ、レモンを添える。

材料 (4人分)

炊き込む	炒める
米 300g	天然むきえび 160g
にんにく 40g	マッシュルーム 60g
玉葱 120g	パプリカ(赤) 60g
オリーブオイル 24g	パプリカ(黄) 60g
サフラン 0.2g	ピーマン 60g
水 400ml	オリーブオイル 24g
ツナ缶(水煮) 120g	塩 3.2g
あざり(殻付き) 200g	胡椒 0.2g
コンソメ(顆粒) 2g	

・レモン(1/6カット)…15g

健康ひとメモ 是非、お試しください!

オリーブオイル、魚介類、野菜と果物(レモン果汁)を使用し地中海食の特徴を生かして仕上げました。
 *オリーブオイル:ポリフェノールの抗酸化作用が余分な活性酸素を抑えるためアンチエイジング効果が期待できます。
 *パプリカ:ビタミンA・C・Eには免疫力を高め、ウイルスや細菌から身体を守る働きがあります。
 *レモン(果汁):豊富なクエン酸が新陳代謝を促進するため、疲労回復を早める効果があります。
 *サフランはカレー粉、魚介類はシーフードミックスなど身近な食材を使っても良いですね。



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: <https://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・・・

今回は七夕イベント・防災訓練・アルツハイマーデーイベントを、まとめてイベント盛りだくさんでお届けします。この広報誌が発行される10月が、皆様が日本の秋を楽しむことができる気候であることを、心から望みます。

外科医師 本田 善子

