



独立行政法人地域医療機能推進機構

東 京 城 東 病 院

令和7年1月発行

Vol.42

じょうとう

〒136-0071 東京都江東区亀戸9-13-1 TEL:03-3685-1431(代)



2025 年を迎えて

院長 中馬 敦

新しい年2025年を迎え、皆様におかれましては今年一年心身ともに健やかに過ごされ幸多い年となるよう心よりお祈り申し上げます。

2025年の干支は「巳」ですが「乙巳(きのとみ)」とも言われています。乙巳(きのとみ)は「努力を重ね物事を安定させていく」「これまでの努力や準備が実を結び始める」という意味合いを持つ年とされています。

昨年は1月元旦から能登半島地震、その後日本各地(能登半島も含め)で台風などによる豪雨災害がみられました。災害で亡くなられた方々のご冥福をお祈りするとともに、現在も被災地での生活に苦労されている方々の1日も早く通常の生活に戻られることを願うばかりです。そしてこのような災害がいつどこで起きてもおかしくない、私たちの身近でも起こり得ることと肝に銘じ、備えることがとても大切に思います。

城東病院では国からの要請で、コロナ専用病院として2021年9月30日からコロナ患者様の入院に対応し、一般の患者様の入院を受入れることができなくなり、2022年10月からは限定的に一般入院受入れ可能となり、2023年8月1日からは一般入院診療を完全再開としました。その後も医師(特に内科常勤医)、看護師が不足して入院診療の受入れには限界のある状況であり、地域の皆様には、長い間大変ご不便とご迷惑をおかけし、誠に申し訳なく思います。

昨年4月から医師、看護師ともに少しずつ充足してきており、内科、外科、整形外科全ての診療科での入院受入れが可能、外科、整形外科の手術も可能となり、まだ十分ではありませんが、通常の診療に戻りつつあります。

今後も引き続き医師と看護師確保に努め、全ての診療科で地域の皆様のニーズに応えられる充実した診療、より良質で特色のある安全安心の医療ができるよう進めてまいります。併設の介護老人保健施設においても質の高い入所、通所サービスを提供してまいります。

そして、乙巳(きのとみ)の意味「努力を重ねる」ことを職員一同常に忘れることなく、地域の皆様に安全で温かい医療を提供できる病院であり続けるよう、精進していく所存です。

今年も皆様のご健康とご活躍をお祈りし、引き続きご指導とご支援をよろ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。

地域連携室の紹介

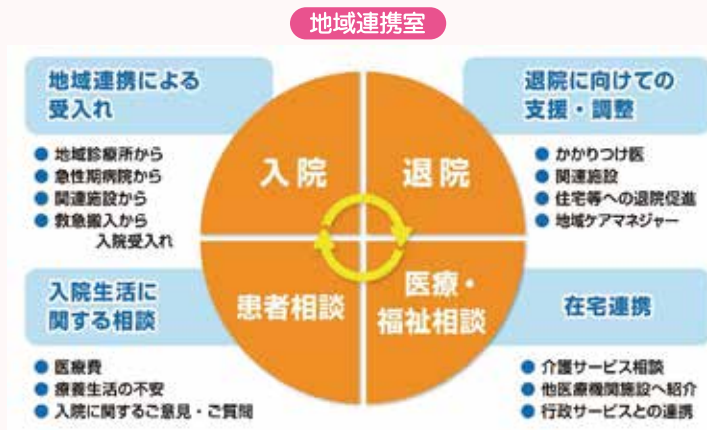
江東区をはじめ近隣の地域の地域包括ケアシステムに貢献できるよう、医療・介護・福祉をタイムリーに提供できるよう、医療機関や介護施設の方々との連携を強めていき、住み慣れた自宅での生活が続けられるよう支援いたします。

「地域連携室の役割について」

医療機関の機能分化が進むなかで、地域包括ケア病棟を有する病院として患者様に良質で効率的な医療を提供いたします。現在、看護師・MSW(医療ソーシャルワーカー)・担当事務員が日々病院と医療施設と介護施設等と連携しながら、働いています。

「地域包括ケア病棟について」

急性期治療後の患者様や、ご自宅で療養されている患者様等をお受け入れ在宅復帰に向けて支援を行う病棟です。地域の様々な医療機関や介護事業所等と連携し、患者様をサポートいたします。



地域連携室のモットーとして、患者様・ご家族・地域の方々に「城東病院に入院してよかった」と思っていただけのような、関わりを目指しています。

健診案内

No.42



お得な健診のお知らせです！

健康管理センターでは、今年も季節限定でお得な健診をご提供いたします。

※健康保険等の補助を利用されない「個人利用者様」に限ります。

1. 季節限定 日帰り人間ドック

対象期間：令和7年1月6日～3月12日
4月1日～4月30日
検査項目：身体計測・血圧測定・視力・聴力・眼底・心電図・尿検査・血液検査（脂質、肝機能、糖代謝、痛風、貧血、腎機能等）・腹部超音波・胸部X線・胃部X線・便潜血反応
検査料金：通常39,490円のところ⇒ **26,400円**(税込)

2. 季節限定 レディース検診

対象期間：令和7年1月9日～3月11日
4月10日～4月24日 ※火・木のみ
検査項目：マンモグラフィ検査（乳房X線）・子宮頸がん検査
検査料金：通常8,902円のところ⇒ **8,250円**(税込)

1日の予約枠に限りがございます。あらかじめご了承ください。

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)
※平日13:00～16:30にお願いします。

爪切り外来

はじめました

このようなことでお困りの方いませんか？

- ◆ 自分で爪が切れない（目が悪い 腰が曲がらない 手に力が入らない）
- ◆ 巻き爪で普通の爪切りでは切れない
- ◆ 爪が厚くて切れない などなど.....

看護師が爪切りをお手伝いします！



外来日 木曜 午後 完全予約制

費用 自費診療となります

- 内容**
- 足爪切り1000円
 - 手爪切り500円
 - 足湯500円



※糖尿病神経症状がある方は糖尿病合併症予防のフットケアが対象になる場合があります
お問い合わせは JCHO東京城東病院
03-3685-1431 (内科外来)

どうぞご利用ください。

手と口元を守って 感染対策を

冬になると様々な感染症が流行してきます。インフルエンザウイルスやノロウイルス、ロタウイルスなどの感染性胃腸炎が代表的な感染症です。ですが、季節に関係なく今年は手足口病やマイコプラズマ肺炎といった感染症も増えています。



こうした感染症から身を守るため、私たち医療従事者が大切にしていることは、手指衛生とマスクの着用です。手指衛生は流水と石けんによる手洗いと、アルコール製剤などに代表される手指衛生剤での手指消毒を指します。アルコール製剤は多くの病原微生物に効果を示す反面、感染性胃腸炎の原因となるウイルスだと効果が低くなります。普段は確実に多くの病原微生物に効果のあるアルコール消毒を行い、下痢や嘔吐がある時には、流水による石けんでの手洗いを中心に行いましょう。また、マスクの着用も重要です。咳やくしゃみを伴う症状のウイルス感染は、飛沫によって周囲に飛散します。潜伏期間もあるため、自覚症状の有無に関わらず飛沫を周囲に飛散させないことや、飛散した飛沫を吸い込まないためにも人混みではマスクを着用しましょう。

感染管理室 尾ヶ口 徹



空き家になった実家の片付けを始めました。食品を含めたゴミの分別から不要品のまとめや掃除など、思ったよりも大変です。家族が集って賑やかだった頃が思い出され、少し寂しい気持ちになりましたが、そうも言っていられません。片付け要員も高齢者になり気力体力・時間など限られた中で行うしかないのです。

家の主には全部処分してと言われましたが、値が付くものがあれば介護費用の足しにしようと思い、買い取り業者に来てもらいました。着物、靴、時計など。ブランド品以外は驚安の買い取り金額でしたが、ゴミになるより、品物は誰かの役に立ち、私たちには多少のお金になったのでよいかと納得しました。我が家に戻り家の中を見回すと、実家以上の不要品が、(このままではマズイ!)「これ捨てていい?」「これ売れるかな?」と日頃から家族で声かけながら実家も我が家も片付けを続けていこうと思いました。(頑張らずに)

外来看護 上田順子



薬の豆知識 No.40

～お酒を飲んだ日の薬の服用は？何時間空けるべき？～

飲酒直後に薬を飲むと、相互作用で薬の効果が変化し、副作用が出ることもあります。とくに肝臓で代謝される薬の場合は、副作用が増えるリスクがあるので注意が必要です。

例えば、解熱鎮痛剤のアスピリンとアルコールと一緒に摂取すると胃にダメージを与え、アセトアミノフェンを含む解熱鎮痛薬との併用は肝機能障害を引き起こすリスクがあります。睡眠導入薬や抗うつ薬との組み合わせは、薬の効果が強すぎることによる精神的な影響や身体的な不調を引き起こすことがあるでしょう。ワーファリンなどの抗凝固剤との併用は出血リスクを高めます。とくに脳など重要な部位での出血は命に関わる危険性を持ちます。利尿薬とアルコールと一緒に摂取すると、血圧の急激な低下やめまいを引き起こす可能性もあります。

お酒を飲んだ後に安全に薬を服用するには一般的には、最後にアルコールを飲んでから2～3時間は空けるべきとされています。

お酒を飲む予定がある場合、薬の服用には十分な注意が必要です。薬を服用する際は、お酒を飲むのは避けるか、十分に時間を置いてから服用しましょう。



診療担当医一覧

令和7年1月1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 野田 和男 8:30~11:30 坂部 日出夫 8:30~11:30 井上 祥子 9:00~11:30 【糖尿病】	多々良 礼音 8:30~11:30 齋藤 豊 9:00~11:30 橋野 伸 8:30~11:30 坂部 日出夫 8:30~11:30 松田 寿久 9:00~11:30 【糖尿病】	長瀬 隆英 9:00~11:30 鎌田 勇樹 8:30~11:30 野田 和男 8:30~11:30 坂部 日出夫 8:30~11:30	加納 永将 9:00~11:30 橋野 伸 8:30~11:30 津田 恭彦 8:30~11:30	鎌田 勇樹 8:30~11:30 野田 和男 8:30~11:30 坂部 日出夫 8:30~11:30 江本 薫子 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】 鎌田 勇樹	河口 謙二郎 13:00~15:30 松田 寿久 13:00~15:30 【糖尿病】 相澤 直樹 13:00~15:30 【第2・3・4・5週】	富士原 仁 13:15~15:00 (奇数月第3休診) 橋野 伸	河口 謙二郎 13:00~15:30 渡邊 秀美代 13:30~15:30 【内分泌・甲状腺】	徳重 克年 14:00~15:45
		予約のみ					藤井 隆史 15:00~15:30 【脳神経内科】
	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 阪井 守 9:30~11:30	徳重 克年 9:30~11:30 佐藤 裕一 9:00~11:30 (予約)	濱野 美枝 9:30~11:30 徳重 克年 9:30~11:30 阪井 守 9:30~11:30	清水 香 9:30~11:30 本田 善子 9:30~11:30	濱野 美枝 9:30~11:30 本田 善子 9:30~11:30
		予約のみ		徳重 克年 14:00~15:45	徳重 克年 14:00~15:45		徳重 克年 9:30~11:30
	午後	予約のみ		徳重 克年 14:00~15:45 青山 圭 13:00 【乳腺】			徳重 克年 14:00~15:45
整形外科	午前		斉藤 忍 9:00 小林 倫子 9:00 担当医 【第2・4】	中馬 敦 9:00 斉藤 忍 9:00 江口 和 9:00 肥留川 恒平 9:00 【第1・3週】 萩原 義信 9:00 【偶数月第3週】	中馬 敦 9:00 斉藤 忍 9:00 江口 和 9:00 肥留川 恒平 9:00 【第1・3週】	中馬 敦 9:00 仲澤 徹郎 9:00 小林 倫子 9:00 担当医 9:00	江口 和 9:00 神谷 光史郎 9:00 【第4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。

じょんじょんピザ

鮭とブロッコリーのグラタン

～骨粗鬆症を予防しよう！～

作り方

1. オープンは200℃に予熱しておく。
2. ジャガイモは、皮をむいて5mm幅に切り、レンジで3分加熱する。
3. 玉ねぎは薄切りにする。
4. ブロッコリーは、食べやすい大きさに切り、レンジで2分加熱する。
5. 鮭は骨を取り、一口大に切る。(もしくは一度焼いてほくしておく)
6. フライパンを熱し、バターを入れて溶かし、たまねぎ・ブロッコリー・鮭を炒める。
7. 全体に火が通ったら、小麦粉を加え、さらに炒める。
8. 粉っぽさがなくなったら、牛乳を加えてとろみが付くまで熟する。
9. とろみが付いたら、塩で味を調える。
10. 耐熱皿に、ジャガイモの半分を並べ、9を半量入れる。
11. 10にジャガイモの残りを並べ、9の残り半分を入れ、ピザ用チーズをかける。
12. 200℃のオーブンで15～20分程度焼き、お好みで黒こしょうやパセリを散らして完成。

栄養量 (1人分)

エネルギー..... 370kcal
たんぱく質..... 25.0g
脂質..... 17.0g
塩分..... 1.1g
カルシウム..... 301mg
ビタミンD..... 16.9μg
ビタミンK..... 57.8μg

健康ひとメモ

・寒くなると体を動かす機会が減り、運動不足になりやすいです。また、厚着をすることで動きにくくなり、転倒しやすくなるといわれています。今回ご紹介するレシピは、骨粗鬆症予防の強い味方である「カルシウム」と「ビタミンD」「ビタミンK」をたっぷり摂ることができます。

・鮭に豊富に含まれる「ビタミンD」は、カルシウムの吸収を助け、強い骨を維持します。また、筋力を高める働きがあります。ブロッコリーには「ビタミンK」が豊富です。ビタミンKは、吸収されたカルシウムを骨に取り込むのを助けます。「カルシウム」と「ビタミンD」「ビタミンK」を一緒に摂ることで、骨粗鬆症に負けない強い骨を作りましょう！



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

あけましておめでとうございます。今年の干支は巳(へび)です。へびは金運の家徴です。へびにあやかり日本の景気が少しでも良くなることを願っています。2025年も東京城東病院が皆様のお役に立てるよう頑張ってまいります。よろしくお祈りいたします。

医療福祉相談室 林

