



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10月発行

Vol.45

じょうとう

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



副院長就任のご挨拶

えぐち やわら
東京城東病院 副院長 江口 和

このたび、2025年10月1日付でJCHO東京城東病院副院長を拝命いたしました江口和と申します。1999年に新潟大学を卒業後、千葉大学関連病院にて研鑽を積み、2019年からは千葉大学寄附講座の特任准教授として臨床・教育・研究に携わってまいりました。2024年4月より当院に赴任し、現在に至っております。

私の専門は脊椎外科で、これまで900例を超える脊椎手術を執刀してまいりました。当院でも初年度から年間100件以上の脊椎手術を実施し、高齢の患者さまにやさしい低侵襲手術の普及に力を注いでおります。地域の皆さまの健康寿命の延伸に少しでも貢献できればと考えております。

当院は1954年開設の亀戸診療所を前身とし、長きにわたり地域に根ざした医療を提供してまいりました。江東区・江戸川区においては高齢化率が20%を超え、年々高齢者医療のニーズが高まっております。また、新型コロナウイルス感染拡大時にはコロナ専門病院として地域を支える重要な役割を果たしましたが、その影響に加え、物価高騰や人件費上昇により、経営的には非常に厳しい状況が続いております。

しかし、この困難を「ピンチをチャンス」ととらえ、副院長として病院の再生と発展に尽力してまいります。当院は規模こそ大きくありませんが、介護老人保健施設を併設し、急性期から回復期・慢性期まで一貫した医療を提供できる強みを持っております。今後も全職員と力を合わせ、地域の医療機関とも連携を深めながら、「信頼され、選ばれ続ける病院」を目指して努力を重ねてまいります。

今後とも、皆さまのご指導ご鞭撻を賜りますよう、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。

新任のご挨拶

あべ よしひろ
手外科センター 阿部 圭宏

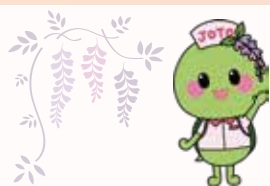


はじめまして。この度「手外科センター」設立のために、東京城東病院で勤務させて頂くこととなりました、阿部圭宏と申します。センター長の斉藤先生には研修医の頃から色々ご指導を頂いており、少しでもお役に立てれば良いな、と思います。

出身は兵庫県の淡路島です。生粋の田舎育ちの私が、人生も終わりの見えた今になって「死にたい位に憧れた花の都、大東京」の病院に勤めることになったのも感慨深いものがありますが、皆様のご援助を得ながら慣れていきたいと思っています。趣味は歴史関係の読書、音楽鑑賞、オンラインゲーム、そして自動車弄り、ほかツーリングなどです。ヤフオクやアリエックで買ったパーツを、自分で出来る範囲でコツコツと組み込んでチューニングしています。

同じ趣味の方がいたらお気軽に声をかけて下さい。

定年まで10年ほどですが、手外科センターを軌道に乗せて次世代に引き継ぎするのが自分の仕事だと思っています。今後ともよろしくお願いいたします。



敬老の日のイベントを開催しました

JCHO東京城東病院 & 亀戸東長寿サポートセンター より



今年度も当院と亀戸東長寿サポートセンターの共催で、まだ夏の陽ざしが残る 9月17日(水)、敬老の日イベント「しっかり食べて元気に生活」を開催しました。今回は34名の皆様にご参加いただきました。講演は、当院の消化器外科医師、言語聴覚士、管理栄養士と亀戸東長寿サポートセンターの保健師が行いました。参加された皆様、それぞれに真剣に耳を傾けられ、メモをとったり隣りの参加者と語り合ったりと、熱気に溢れた1時間を過ごされました。

今後も皆様に身近なテーマでコラボ企画を開催してまいりますので、ぜひお気軽にご参加ください。



笑顔が咲いた納涼会

～附属介護老人保健施設より～

2025年8月5日(火)、恒例の納涼会を行いました。

午前と午後の部に分かれ、職員が神輿を担いで入所の皆さまの間を練り歩いた後、皆で一緒に東京音頭と炭坑節を踊りました。神輿が通ると「わっしょい! わっしょい!」と元気な声がかかりました。懐かしの踊りが始まると、皆さま、一緒に口ずさんだり手拍子を取ったり…。音楽と掛け声に合わせて、笑顔で腕を、体を動かしていらっしゃいました。



昼食は大人気のラーメン、おやつはお待ちかねのスイカです。届いた瞬間、皆さまのお顔がほころんでいました。盛夏のなか、賑やかで涼やかな、楽しいひとときとなりました。



自衛消防訓練審査会(東京消防庁城東消防署主催)に参加しました



2025年7月15日(火)アリオ北砂の屋内駐車場で、城東自衛消防訓練審査会が開催されました。当院からも自衛消防隊(今年度は健康管理センターと附属介護老人保健施設職員の2名で構成)が出場しました。

参加後、「災害発生時のイメージを描きながら練習して本番に臨んだものの、他事業所の素晴らしい技術に終始圧倒されました。当院から毎年職員が参加することで、意識向上に繋がることを実感しました。」「2号消火栓の訓練は難しくないのに、院内で訓練を行う際は、ぜひ気軽に参加して技術を身につけてほしい。」と感想を寄せてくれました。





亀戸東 長サポだより

(長サポ: 長寿サポートセンター: 地域包括支援センター)

公開講座を開催しました

8月8日(金)、東京城東病院健診センターにて、東京城東病院整形外科医江口和医師に、講演をしていただきました。「腰痛予防と健康長寿延伸の秘訣～ウォーキングのすすめ～」と題し、41名の地域の方が参加し、活発な質疑応答もあり、学びの多い会となりました。



講義では、「腰痛の治療は診断が最重要である。サルコペニア(加齢性筋減少症)の指標は、「握力」だと18kg以下である。1日8000歩の歩行を目指しましょう。日常生活で、筋力トレーニングを楽しみながら続ける工夫(江東区「こうとう健康チャレンジ」*1やMETs*2)もポイントである」と、示唆に富む内容でした。

参加者からは、「腰痛予防の方法が分かった」、「有酸素運動後に筋肉トレが良いと分かった」等の反響がありました。

講演会終了後、希望者は体組成計で筋肉量を測定し、「筋トレしなくちゃね」とご自身の状態を振り返る良い機会になったと思います。

この夏は、猛烈な暑さが続きましたが、これからの季節はウォーキング等運動も行いやすい時期になります。皆さんも日常でできる筋トレやウォーキングの機会を意識的に作って、筋力や体力の維持をしてくださいね。

*1 こうとう健康チャレンジ: スマートフォンを利用し、日常生活の歩数やイベント参加等でポイントを付与することで健康づくりに取り組む健康イベント

*2 METs: 運動や活動の強度を表す単位。一日の運動量の目安を考えるときに用いられる。

亀戸東長寿サポートセンターは、江東区から委託を受けて、江東区亀戸7、8、9丁目に住む高齢の方と特定の病気で介護保険を申請する40歳以上の方の相談窓口です。介護・介護予防・認知症・権利擁護等の相談を行っています。

ご相談は、お住まいの地域の担当の長寿サポートセンター(地域包括支援センター)にご相談ください。

亀戸東長寿
サポートセンター

【場 所】東京城東病院 2階

【電 話】03-5875-3451

【相談時間】月～金 9:00～18:00 土曜 9:00～15:00 (定休日 日曜日・祝祭日・年末年始)

循環器内科のご紹介

2025年7月より「医療法人社団東京ハートサミット 東京心臓不整脈病院」より、循環器内科の先生をお迎えし循環器内科専門外来を開設しました。

血圧が高い、胸苦しい、脈が乱れる、足がむくむ等ありませんか？

受診ご希望の方は電話予約の上、ご来院ください。(紹介状等は不要です)

外来日

- ①第2、4水曜日
- ②第1、3、5月曜日

受付時間

13:30～15:30

医師紹介

- ①東京心臓不整脈病院院長 鵜野起久也(うの きくや)先生
- ②東京心臓不整脈病院循環器内科科長 白井隆一(うすい りゅういち)先生

予約方法

内科外来へお電話ください
月曜日～金曜日 祝日除く
03-3685-1431(代)



健診案内

No.45

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、胸部・腹部CT検査、骨密度検査、動脈硬化検査、及び血液による腫瘍マーカー検査、リウマチ、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。

江東区から送られた【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

診療担当医一覧

令和7年10月1日現在

診療科	診療時間	月	火	水	木	金	
内科	午前 受付診療 8:30～ 11:30	初診 / 予約	鎌田 勇樹【呼吸器内科】	多々良 礼音【血液内科】	長瀬 隆英【呼吸器内科】 9:00～	武藤 紗也加【腎臓内科】 9:00～	鎌田 勇樹【呼吸器内科】
			野田 和男【循環器内科】	齊藤 豊【腎臓内科】 9:00～	鎌田 勇樹【呼吸器内科】	河口 謙二郎【内科】 9:00～	野田 和男【循環器内科】
			坂部 日出夫【呼吸器内科】	竹内 ありさ【総合診療科】	野田 和男【循環器内科】	竹内ありさ【総合診療科】	坂部 日出夫【呼吸器内科】
			作田 敏明【糖尿病内科】 9:00～	坂部 日出夫【呼吸器内科】	坂部 日出夫【呼吸器内科】		江本 薫子【糖尿病内科】 9:00～
				松田 寿久【糖尿病内科】 9:00～			
	午後 受付診療 13:30～	初診 / 予約	作田 敏明【糖尿病内科】 13:00～15:30	松田 寿久【糖尿病内科】 13:00～15:30		河口 謙二郎【内科】 13:00～15:30	徳重 克年【消化器・肝臓】 14:00～15:45
			鎌田 勇樹【呼吸器内科】 13:00～15:30	相澤 直樹【循環器内科】 【第2・3・4・5週】13:00～15:30		渡邊 秀美代【内分泌・甲状腺】 13:30～15:30	竹内ありさ【総合診療科】 13:00～15:30
			臼井 隆一【循環器内科】 【第1・3・5週】		鶴野 起久也【循環器内科】 【第2・4週】		
						立石 晶子【リウマチ科】 9:00～11:30	
脳神経内科	午後	要予約					藤井 隆史 15:00～15:30
脳神経外科	午後	要予約					担当医師 13:30～15:30
泌尿器科	午後	要予約			1・3・5週 加藤 藤子 2・4週 飯田 優輝		
皮膚科	午前 受付診療 10:00～11:30 午後 14:00～15:30					吉岡 勇輔	
消化器科・外科	午前 受付 8:30～ 診療 9:30～	初診 / 予約	清水 香【消化器一般】	徳重 克年【消化器・肝臓】	濱野 美枝【消化・肝胆脾】	清水 香【消化器一般】	濱野 美枝【消化器・肝胆脾】
			阪井 守【消化器・肛門】		阪井 守【消化器・肛門】	本田 善子【消化器・ヘルニア】	本田 善子【消化器・ヘルニア】
	午後 受付13:30～ 診療14:00～	要予約		佐藤 裕一 9:00～	徳重 克年【消化器・肝臓】		徳重 克年【消化器・肝臓】
				徳重 克年【消化器・肝臓】	徳重 克年【消化器・肝臓】		徳重 克年【消化器・肝臓】
専門外来 ヘルニア 肛門	午前受付 8:30～ 診療 9:30～	初診 / 予約	阪井 守【肛門】		阪井 守【肛門】	本田 善子【ヘルニア】	本田 善子【ヘルニア】
整形外科	午前 受付8:30～ 診療9:00～		斉藤 忍	中馬 敦	中馬 敦	小林 倫子	江口 和
			小林 倫子	斉藤 忍	斉藤 忍	阿部 圭宏	阿部 圭宏
			阿部 圭宏	江口 和	江口 和	八田 宗粋	八田 宗粋
			辛 熱日	肥留川 恒平【第1・3週】	肥留川 恒平【第1・3週】	辛 熱日	神谷 光史郎【第4週】
	午後		橋本 瑛子【第2週】 14:00～16:00	八田 宗粋【第2・4・5週】	辛 熱日【第2・4・5週】	仲澤 徹郎	

●各料初診受付時間：8:30～11:30（内科は13:30～15:30も受付可。） ●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。●担当医師名の下は診療開始時間です。

じょうりゅうレシピ

45

ブロッコリーのくるみ和え



材料(2-3人分)

ブロッコリー …… 中1株(300g前後)
くるみ …… 12g(3-4かけ)

調味料(A)
マヨネーズ、粉チーズ …… 各大さじ2
オリーブオイル …… 小さじ1
しょうゆ …… 小さじ1/2

粗挽き黒胡椒 …… 適量

作り方

- ① ブロッコリーは小房に分け、好みの固さに塩茹でする。(分量外)しっかりと水気を切って冷ます。
- ② くるみは包丁で細かく刻む。
- ③ ボウルに冷ましたブロッコリー、くるみ、(A)を入れて和える。
- ④ 器に盛り、お好みで黒胡椒適量をかけて完成。

栄養量(1人分)

エネルギー …… 144kcal
たんぱく質 …… 6.7g
脂質 …… 11.8g
塩分 …… 0.7g
食物繊維 …… 4.3g

健康ひとメモ



食卓に彩りを添えてくれ、栄養価も高いブロッコリーの健康レシピをご紹介します。
ブロッコリーはビタミンCや葉酸が豊富で、免疫力の維持や血管の健康に役立ちます。食物繊維も多く、腸内環境を整え、便秘改善や血糖値の上昇を緩やかにする働きがあります。
また、くるみはオメガ3脂肪酸を含み、血圧やコレステロール値の改善、動脈硬化の予防など、血管の健康に役立ちます。ぜひ作ってみてください！

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：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・・・

城東病院のナースステーションからは東京スカイツリーがよく見えます。季節や時間、天候により様々な景色を楽しむことができ、休憩中の小さな楽しみになっています。暑さも落ち着いてきたので新たな景色を探しにお出かけするのもよいですね。体調にお気をつけてお過ごしください。
看護師 高野

