



独立行政法人地域医療機能推進機構

東京城東病院

令和8年1月発行

Vol.46

# じょうとう

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



## 2026年を迎えて

東京城東病院 院長 中馬 敦

新しい年2026年を迎えました。皆さん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。

2026年は午年(うまどし)であります。本来の干支(えと)でいうと丙午(ひのえ・うま)とも言われています。丙午には「情熱と行動力で突き進む」「燃え盛るようなエネルギーで道を切り開く」という意味合いがあります。

城東病院では国からの要請で、一時期コロナ専用病院としてコロナ患者さんの入院に対応し、一般の患者さんの入院を受入れることができない状況でした。その後コロナの収束に伴い一般入院診療を完全再開しましたが、医師、看護師の不足により入院診療の受入れに限界がありました。その後医師、看護師ともに少しずつ充足し、現在は内科、外科、整形外科全ての診療科での入院受入れや、外科、整形外科の手術も可能となり、コロナ専用病院になる前の通常の診療に戻りました。

今後も全ての診療科において、地域の皆さんのニーズに応えられる、より良質で特色のある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。

昨今、日本全国の病院経営は非常に厳しい現状であり、城東病院も決して例外ではありません。苦しい状況ではありますが、丙午(ひのえ・うま)の意味「情熱・行動力・エネルギーで道を切り開く」気持ちで病院運営を進めてまいります。

そしてこれからも地域の皆さん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、職員一同チームワークを大切により一層精進していく所存です。

今年も皆さん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ひ申し上げます。

### JCHO東京城東病院 理念・基本方針

(理 念) 地域の皆さん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 患者さんの権利と人格を尊重し、患者さん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 地域の皆さんの健康管理を通じ、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。

# 手外科センター開設にあたって

当院では以前より手外科関連疾患に対し手外科専門医2名(斎藤、小林)を中心に対応してまいりましたが、2025年10月よりさらに1名手外科専門医(阿部)を常勤として迎えることになり、これを機に、より専門的かつ高度な手の外科診療を提供するため、2025年10月1日より「手外科センター」を開設する運びとなりました。

本センターでは、手指・手関節・前腕・上腕の外傷、変性疾患、神経障害、腫瘍など幅広い疾患に対し、診断から保存療法・手術・リハビリテーションまで一貫した治療を提供いたします。

外来は月曜から金曜日まで手外科専門医が少なくとも一人整形外来で診察を行なっており、リハビリも作業療法士を中心に入院、外来患者に対応しております。

今後も、地域の皆さまの健康と生活の質向上に寄与できるよう、スタッフ一同努めてまいります。



## いつも安全安心であるために

当院の3階には「医療安全管理室」と「感染管理室」があります。

今回、病院にある様々な部署の中でも特に皆さんにお会いする機会の少ないそれぞれの管理者が、普段の取り組みの一部をご紹介します。



安全安心を届けます！



医療安全担当  
(病棟ラウンド中)



リスクマネジメント部会(毎月開催)



感染管理担当  
「次の現場へ！」



ICT・ASTカンファレンス  
(多職種担当と意見交換)



附属老健も感染対策中！

こんにちは！私たちの部署では、常に医療の安全性を高めるために、院内における現行のシステムを見直してより適切な形に作り替えたり、定期的な院内ラウンドを実施したり、職員を対象とした研修を企画・実施したりしています。

ご来院の皆さんには、時代の変遷とともに快適性よりも安全性を重視した対応をお願いする場面が増えており、必要不可欠なこととはいえ心苦しく思っております。ご協力に感謝いたします。

今後も職員一丸となって真摯に課題に取り組み、より信頼される医療機関を目指し、成長し続けたいと考えております。

感染症との攻防も長期戦となっております。手洗い、うがい、場面に応じたマスクの着用で、一緒にこの冬も乗りきっていきましょう。引き続き、ご理解ご協力のほどよろしくお願い申し上げます。



## 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)

### TOKYO城東ウォーク！！ウォーキングが始まりました。

昨年7月からウォーキングイベントに参加されている12名の地域住民とともに、10月よりウォーキングの実践が始まりました。これまでには講義でウォーキングの方法や効果についてしっかりと学んできました。

10月からは月に1回参加者が集まり、病院職員や亀戸東長サポ職員見守りの下、みんなで30分ほど高速高架下や川沿いを歩きました。変わりゆく季節を感じながら、参加者同士会話をしながらそれぞれのペースで歩き、みなさんとても楽しそうでした。

参加している方々のなかには自身の生活習慣にウォーキングを取り入れ、毎日歩いている方もいらっしゃいました。

近ごろはウォーキング日和の日々が続いています。

ウォーキングはご自身のペースで気軽に始められる運動です。

みなさんも一緒にウォーキングを続けて、2026年も健康で！元気に！過ごしていきましょう！！

※TOKYO城東ウォーク！！:今年度初開催しているウォーキングイベント。年間を通して、月1回集まり、ウォーキングを通して元気に過ごせるように実施している介護予防教室です。

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)

# 第10回 JCHO地域医療総合医学会が開催されました

JCHO地域医療総合医学会が2025年11月28日(金)・29日(土)の2日間、パシフィコ横浜で開催され、500題を超える研究発表がありました。当院の発表演題は以下の通りです。

『入院早期から患者・家族の意向を踏まえた退院支援の取り組み』看護部

『放射線科集計(東日本地区)の活用に関する報告と考察』診療放射線科

『誤嚥性肺炎予防に向けた当院の取り組み～飲み込質問シートの運用』栄養管理室

『嚥下機能低下利用者に向けた水分補給ゼリーの導入』栄養管理室

『当院における生活習慣病指導の現状と今後の課題』外来

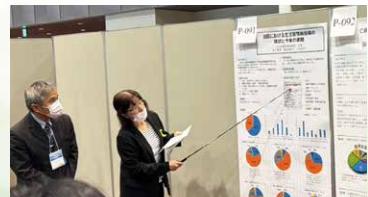
『介護老人保健施設におけるスキンテア予防～ベッド柵・車椅子フットレストの工夫～』老健

濱野副院長、江口副院長も座長として大役を果たされました。

JCHOグループ病院の様々な取り組みに触れ、とても充実した時間となりました。

今回の学びを、皆さんに還元できるよう努力していきます。

外来看護師長 中田紀子



## これぞれ日記 城東



私は当院に入職してから結婚・出産・育児というライフイベントを迎えるました。そして出産を機に男性看護師として、城東病院初の育児休業を取得させていただきました。(この年、当院は出産ラッシュだったそうです。)

普段から夜間勤務を経験していますが、それでも子どもの寝かしつけなどに苦労し、なかなか睡眠時間を確保することが難しかったです。しかし久しぶりの長い休暇をいたしましたことで、心身共にリフレッシュし、育児に向き合うことができ、充実した日々を過ごすことができました。また当院は、子どもを育てながら仕事をしている職員が大勢います。育児休暇に入る前に、先輩ママさん達からたくさんのアドバイスをいたしましたことも、私にとって貴重な経験でした。チームとして仕事をしていく上で、職員どうしの助け合いが大切であることを実感しました。

病棟看護師



## 薬の豆知識 No.43

### 2種類以上の点眼薬をさす間隔と工夫

点眼剤が2種類以上ある場合は、それぞれの間隔を5分程度あける様にしてください。一般に、点眼液は投与後すみやかに眼表面から消失するので、5分程度の間隔をあければ相互に

与える影響はかなり少なくなると考えられています。この間隔が十分でないと、先に使用した点眼液を、後から使用した点眼液が洗い流してしまう恐れがあります。

よくある問題に、5分間隔をあけずに「連續で点眼」をしたり、「5分待つうちに別の事を始めてしまい、2番目の点眼薬をさし忘れてしまう」ということがあります。その様な場合、1日3回点眼するならば、「食前」と「食後」に分けて点眼、あるいは「夜」の点眼を「入浴前」と「就寝前」の様に、工夫して別のタイミングに点眼すると、次の点眼のための待ち時間をなくす事ができます。点眼順序に特に決まりはありません。ただし、一般に水に溶けにくく吸収されにくい懸濁性点眼液は後から点眼することが望まれます。また、点眼後にゲル化する製剤や眼軟膏は他の点眼剤の吸収を妨げるおそれがあるため、最後に点眼するようにしましょう。



参考文献:参天製薬・松本薬剤師会

## 健診案内

## No.46



### 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8年1月5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8年1月13日～3月12日

4月9日～4月30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)

受付時間 平日13:00～16:30の間にお願いします。

# 診療担当医一覧

令和8年1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~	要予約				立石 晶子【リウマチ科】 9:00~11:30	
			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	合田 周平【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]		
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 菊子 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【消化器・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】
				佐藤 裕一 9:00~	徳重 克年【消化器・肝臓】		徳重 克年【消化器・肝臓】
	午後 受付 13:30~ 診療 14:30~	要予約		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~		齊藤 忍【手外科・上肢】	中馬 敦【股関節外科・下肢】	中馬 敦【股関節外科・下肢】	小林 優子【手外科・上肢】	江口 和【脊椎・脳髄】
			小林 優子【手外科・上肢】	齊藤 忍【手外科・上肢】	齊藤 忍【手外科・上肢】	阿部 圭宏【手外科・上肢】	阿部 圭宏【手外科・上肢】
			阿部 圭宏【手外科・上肢】	江口 和【脊椎・脳髄】	江口 和【脊椎・脳髄】	八田 宗粹【整形外科一般】	八田 宗粹【整形外科一般】
			辛 黙日【整形外科一般】	肥留川 恒平【整形外科一般】 [第1・3週]	肥留川 恒平【整形外科一般】 [第1・3週]	辛 黙日【整形外科一般】 [第1・3週]	辛 黙日【整形外科一般】 [第4週]
	午後		橋本 瑛子【肩】 [第2週]14:00~16:00	八田 宗粹【整形外科一般】 [第2・4・5週]	辛 黙日【整形外科一般】 [第2・4・5週]	仲澤 徹郎	

●各科初診受付時間：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。●担当医師名の下の時間は診療開始時間です。

じょうとうレシピ  
46

## ボルシチ～簡単具沢山きのこ入り～

材料(2人分)



作り方

- ① 鶏むね肉、ピーツ、じゃがいも、人参は一口大に切る
- ② 玉葱はスライス、エリンギは縦3cmの薄切り、にんにくはみじん切りにする
- ③ 鍋にバターを入れて熱し、にんにくを炒める
- ④ ③に鶏むね肉を入れ、両面に軽く焼き色がついたら玉葱を入れてしなりするまで炒める
- ⑤ ④にじゃがいも、人参を加えて軽く炒める
- ⑥ ⑤を入れて煮込む
- ⑦ 具材が軟らかくなったら、ピーツ(水煮の汁も使用)を入れて色を馴染ませたら塩、こしょうで味を調える
- ⑧ 器に盛りつけたら、サワークリームをのせてパセリを飾る

栄養量(1人分)

エネルギー……295kcal  
たんぱく質……23.7g  
脂質……8.7g  
炭水化物……30.5g  
食塩相当量……1.2g  
鉄……………1.5mg

健康ひと口メモ



ボルシチはウクライナ発祥の伝統的なスープ料理です。季節、地域や家庭によって具材を変えて作られています。今回は、エリンギ、ぶなしめじを入れて作りました。エリンギは、免疫機能を活性化するβ-グルカンを含むため感染対策として、ぶなしめじはオルニチンを豊富に含み、肝臓の解毒作用があるため、どちらもこの時期に摂りたい食材です。ピーツは鉄分、葉酸やビタミンCなど造血に必要な成分を豊富に含む食材です。サワークリームはヨーグルトでも代用できます。お試しください。

## 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・・・・・

新年あめでとうございます。本年の干支は”丙午”で、60年に一度巡ってくる特別な年です。

午(馬)は、前向きなエネルギー・成功・繁栄のシンボルとして長く親しまれてきました。特に縁起の良い言葉の一つとして知られているのが「馬九行く」。これは、物事がすべてうまくいくようにという願いが込められた語呂合わせだそうです。皆さんの一年が「馬九行きますように」。

看護師 野上