

あなたに合ったリハビリと一緒に考えます！

通所リハビリテーション

介護老人保健施設 ふれあいの丘

通所リハビリテーションは、要介護認定を受けている方で、リハビリテーションの必要性が高い方や、医療的ケアが必要な方がご利用頂ける日帰りのサービスです。「ふれあいの丘」の理学療法士・西村兼さんにお話をうかがいました。



●関節運動（理学療法）

め細やかな個別リハビリテーションを提供しているところです。

さらに、介助方法のアドバイスや福祉用具の選定、住宅改修の提案など、安全で快適な生活を送るためのお手伝いを行っています。最近では、復職希望の方には職場訪問を行うなどの、復職支援も行っています。

幅広いニーズに対応

きめ細やかな個別リハ

「当施設の特徴は、経験豊富な医師と看護師がいることで、医療的な管理（経

患者様一人ひとりに寄り添って

身体が調子が悪い時「何科を受診したら良いのか？わからない」と迷った経験。春木医師にお話をうかがいは無いでしょうか？そんな悩みを解決してくれる「内科でお力になれるこ

この「人」に聞く



山田 春木 (やまだ はるき)

茅ヶ崎中央病院 副院長
【総合診療内科、肝臓・骨粗しょう症外来】
日本内科学会認定医・指導医 日本肝臓学会専門医・指導医 日本消化器病学会専門医・指導医 著書『先生、どうやってヤセたんですか？』など

「また、それ以外にも、病院で検査しても『心臓は大丈夫です』『胃腸は大きな分野で、内科で出来ること丈夫です』『血液にも異常がありません』などと言われ、しかし身体の不調はよくならない、悩みは解決しないという方のお力になれると思います。」「私は平成28(2016)年3月までは、新宿の400床超の総合病院でC型肝炎350人、B型肝炎130人、原発性胆汁性肝硬変20人、自己免疫性肝炎15人を診てきました。」「茅ヶ崎中央病院の『肝臓外来・骨粗しょう症外来』では、長年肝機能異常と言われて来て、くわしい説明を受けたことのない方、山田にゆっくりお悩みを相談したい方の、予約をお待ち



●調理実習（作業療法）

男性女性を問わずに楽しく、1日をおすごしいただいております。

最近、転びやすくなった、むせやすくなったなどの症状が気になる方、施設見学も可能ですので、相談室までお気軽にお問合せください。一緒に有意義な時間を過ごしませんか？」

介護老人保健施設「ふれあいの丘」は、通所リハビリテーション、入所サービス

スやショートステイなどを提供しています。取材協力 介護老人保健施設ふれあいの丘 0467・548111（代）

●言語理解訓練（言語聴覚療法）

ショートステイ、施設見学を好評受付中です 湘南ふれあいの園 湘南東部



●個別リハビリの提供

湘南東部総合病院に隣接する有料老人ホーム、「湘南ふれあいの園 湘南東部」では、ショートステイ、施設見学を積極的に受け入れております。鈴木施設長にお話をうかがいました。

幅広いニーズに対応

「当ホームは協力病院である湘南東部総合病院に隣接し、日ごろの定期受診や緊急時の受診など、医療面でも安心していただける

ホームです。人工透析が必要な方の送迎対応もお任せください。

また、当ホームは介護専門型有料老人ホームです。

そのため、要介護度の高い方や認知症の方も安心して暮らしていただけます。理学療法士も常駐し、入居後の個別リハビリテーションにも力を入れています。

ショートステイのご利用や資料請求、ご見学など、お気軽にお問い合わせください。施設の見学を希望される方には送迎もいたします（対象は茅ヶ崎市内）。



入居のタイミングやポイントについても説明。希望者にはセミナー後の施設見学にも対応します。定員20名。お申し込みは、お電話で 同施設（0467・5716050）まで。

無料セミナーのお知らせ 1月28日開催
これで安心！ 老人ホームの選び方

湘南ふれあいの園 湘南東部



セミナー会場
湘南ふれあいの園 湘南東部
〒253-0083 茅ヶ崎市西久保745
申し込みは TEL. 0467-57-6050

湘南ふれあいの園 検索

～行事食を手軽につくり楽しみ 旬の食材を添えて冬の健康管理～



○ブリはこの季節たっぷりとった脂がふくまれる不飽和脂肪酸のEPAやDHAやビタミンEも豊富に含まれます。EPAは血中コレステロール低下・血液の流れを良くし血栓をできにくくし、動脈硬化や心筋梗塞の予防効果があるとされています。

○ごぼうは晩秋から冬が旬になり、水溶性、不溶性共に食物繊維を含みます。加齢になると便秘がちになります。食生活にとり入れ、便秘の予防に役立ててください

●食材は1人分

●1食分・カロリー-667Kcal・塩分4.7g
【恵方巻き】米65g・ミツカンすし酢13cc・きゅうり10g・乾しいたけスライス1g・上白糖1g・醤油3cc・かんぴょう煮(市販)10g・厚焼きたまご25g・桜でんぶ3cc・開き寿司えび(5g・2枚)・しそ1枚・焼き海苔1/2枚

【ぶりとごぼうのうま煮】ぶり80g・ごぼう50g・しょうが1.5g・料理酒5cc・みりん8cc・上白糖8g・醤油10cc・だし汁35cc・いんげん5g

◆恵方巻き

①白米に市販のすし酢を入れる ②食材：①胡瓜は細切りにする(食べやすいように)②かんぴょう煮物(市販)・・・(汁は切る)③乾しいたけはもとどし、市販かんぴょうの汁で煮る・・・(汁は切る)④厚焼き卵(市販)使用 ⑤すのこにのりを準備し①をのせしそ、桜でんぶ、寿司えび②の具をのせ手前に引きよせるように巻いていく

◆ぶりとごぼうのうま煮

①ブリは3切に切る。臭みとるために熱湯をかける。ごぼうは皮をたわしでこすり洗い、食べやすい大きさに切り水にさらし酢水にさらし水を切る。②なべに煮汁(醤油10g/酒、味醂、砂糖各9g/だし汁35g/生姜1.5g)を合わせ煮たて、①を入れ落とし蓋をして 中火で15分程度煮る途中2～3度煮汁を回しかけながら煮る ③②を皿に盛りインゲンを添える

監修・料理 管理栄養士：穴田 律子

～茅ヶ崎駅・市役所・中央公園・イオンそばで大変 便利です！！～ 賃貸マンション『ソシエ式番館』入居者様募集中！



《設備》
・駐車場有(16,200円～)
・オートロック
・管理入日勤
・追い炊き
・エアコン付

●家賃105,000円～ ●管理費10,000円
●間取り2SDK～3LDK ●専有面積56.10㎡～
●物件住所 茅ヶ崎市茅ヶ崎2-1-38
(株)メディカルヘルスクラブ
〒253-0041 茅ヶ崎市元町2-1-9 TEL0467-82-1563

正 非 支援相談員・介護職・事務職 茅ヶ崎駅

充実の職場環境であなたをお待ちしております！

【職種】①支援相談員 ②介護職 ③事務職

【給与】給与は経験10年の例

① 276,100円
② 256,700円
介護福祉士 時給 1,200円
夜勤 18,500円
③ 244,500円



★車通勤可能 非常勤は曜日・勤務時間応相談
茅ヶ崎駅より無料シャトルバス利用可

医療法人社団康心会 介護老人保健施設 〒253-0073 茅ヶ崎市中島1220

ふれあいの渚 0467-84-6650 (担当：総務課イナガキ)

正 非 栄養士・調理師 茅ヶ崎駅

【職種】①栄養士 ②調理師

【給与】①②例) 経験10年

月額給与 192,300円
時給 950円～

★勤務地 湘南ふれあいの園 (茅ヶ崎市茅ヶ崎)
★交通費支給(上限月額5万円)
★非常勤は、週3日勤務以上(シフト制)

有限会社リード商会

連絡先：茅ヶ崎市茅ヶ崎元町5-20
☎0467-84-6571 問い合わせ：加藤・岩上

正 介護福祉士・介護士 茅ヶ崎駅

有料老人ホームで働いてみませんか！介護専用型なのでスキルアップも目指せます！

【職種】①介護福祉士 ②介護士

【給与】① 時給 1,100円～
夜勤 18,500円～
② 時給 1,000円～
夜勤 17,000円

※夜勤専従も募集中！
★車通勤可能(有料) 曜日・勤務時間応相談
茅ヶ崎駅前から無料シャトルバス利用可

施設名称 介護付有料ホーム

湘南ふれあいの園 湘南東部

〒253-0083 茅ヶ崎市西久保745
☎0467-57-6050 (担当：鈴木)



● 講師を招いた勉強会



● 病棟ラウンド（回診）

委員会の取り組み

褥瘡（床ずれ）治療中の患者様、または、皮膚が弱く褥瘡のリスクの高い患者様に関して、医師を始め、看護師、理学療法士、作業療法士、栄養士、薬剤師、患者様の了承を得て、病室に直接チームでお伺いします（第2・4金曜日15時）。治療方法や食事関連、使用するマットレス・ポジショニングの工夫など、さまざまな観点から診察し、患者様のご意見を踏まえながら、チーム全体で対策を検討します。

病棟ラウンド（回診）

更に、医事課、総務課も加わり、それぞれの専門的視点から所見を述べるカンファレンス（会議）を開催し、評価をしています。

委員会のメンバー



● チームのカンファレンス（会議）

チーム医療

褥瘡の新規「0」を目指して 職種や委員会の連携を深めています

茅ヶ崎新北陵病院

茅ヶ崎新北陵病院では、入院患者様の褥瘡予防・治療を円滑に行うために、職種や委員会の垣根を越えて連携を深めています。取り組みについて、外来課長の関谷美智代さんにお話をうかがいました。（褥瘡（じよくそ）…床ずれのこと。高齢者や寝たきりの患者様が、かかりやすい）

を指導します。

・**医師** 患者様ひとり一人の状態を総合的に評価し、適切に他職種を指導しています。

・**看護師** 入院病棟の各階から、代表者が委員として出席しています。

病棟の全患者様を褥瘡経過評価用スケール（DESI・N・R）で評価し、リスクのある方には早期よりエアーマットや体圧分散マットレスの使用を検討し、適切な環境作りを実施しています。

・**栄養士** NST（栄養サポートチーム）と連携をとり、患者様の摂取栄養量だけでなく、嗜好や食べやすさなど栄養に関する総合的アセスメント（評価）を行い、栄養面から褥瘡を予防します。

・**理学療法士** 褥瘡部分や褥瘡リスクの高い部分への徐圧の工夫を検討します。また、ベッド上や車椅子上での、安全で安楽な体位

栄養チームとの連携

また、褥瘡対策委員会は、NST（栄養サポートチーム Nutrition Support Team）と連携しています。NST委員会でも、褥瘡のある方やリスクの高い方を取り上げ、NSTラウンドで検討、その内容を各病棟の委員、更に褥瘡対策委員会と情報の共有を図っています。

褥瘡や、褥瘡以外の難治性潰瘍（糖尿病性潰瘍などによる傷）は、入院されている患者様の新たな苦痛となります。高齢者や寝たきりの患者様は褥瘡になりやすく、一度発症してしまうと完治に時間がかかります。茅ヶ崎新北陵病院では今後、新規褥瘡発生「0」を目標に取り組みを続けま

公開講座 なぜ怖い？スポーツによる脳しんとう

第5回公開講座

2/4（土）10時～11時

脳を活かそう！認知機能検査を体験してみよう

脳しんとうは無害ではありません。スポーツの最中には、脳しんとうを起こしても気づかないことがあります。そのまま練習や競技を続けると、脳の働きが鈍ってきますから、ひどい事故を起こしてしま

す。そのコツを紹介しします。講師：片山 容一（湘南医療大学副学長、保健医療学部学部長）場所：湘南医療大学・問い合わせ：湘南医療大学・神奈川県横浜市戸塚区上品濃16-48 ☎045-821-0109 H P : <http://sums.ac.jp>（大学ホームページもしくはお電話にてお申し込みください）※講演会終了後に希望の方は校内の見学も可能です。



講師：片山 容一 副学長

一般入試直前対策説明会開催

湘南医療大学



対策会です。一般入試の学力試験や面接のポイントを徹底解説。また、ここまでの入試状況や、気になる倍率の予測についても、受験生目線でお話しします。ご家族や友達とのご来場も大歓迎です。ぜひご参加ください。日程：1月19日（木）13:30～15:00 詳しくはホームページ「湘南医療大学」で検索して下さい。

受講生募集中

ふれあい医療福祉研修センター

一般入試・センター試験直前対策として、湘南医療大学では、「入試直前対策説明会」を実施。試験直前の準備・対策として最後の

資格を取得して介護職を目指しませんか？通信制なのでお仕事をしながら受講可能。資格取得後の就職はふれあいグループが全面的にバックアップします！

●介護職員初任者研修（1月開講コース）【日程】平成29年1月30日（月）～3月29日（水）来校日17日間（施設実習含む）【定員】20名（申込み先着順）【受講料】6万円（テキスト代込み）【申込締切】1月27日（金）
●介護福祉士実務者研修（2月開講コース）【日程】平成29年2月1日（水）～3月31日（土）全2日間別途事前課題あり）【定員】20名（申込み先着順）【受講料】8万円（テキスト代別）【申込締切】1月31日（火）【会場】茅ヶ崎リハビリテーション専門学校
●認知症看護研修 認知症ケア加算2の施設基準に対応する研修で、病院勤務の看護師の方対象です。【日程】平成29年2月8日（水）・10日（金）全2日間【定員】20名（申込み先着順）【受講料】6万円【申込締切】1月27日（金）【会場】湘南医療大学（J R 東戸塚駅より徒歩12分）
【問合せ】ふれあい医療福祉研修センター ☎0467-840576

平成29年度生募集 入試のご案内

学校法人湘南ふれあい学園

湘南ふれあい学園の各学校では平成29年度生の募集中です。医療・看護・福祉の勉強・資格取得に興味ある、みなさまの出願をお待ちしています。

◆湘南医療大学 一般入試（1期）出願期間：1/4（水）～1/24（火）試験日：1/29（日）試験科目：看護学【英・国・選択（数・1・化・基・生・基）面接【リハビリテーション学科】英・選択（国・数・1・化・基・生・基）面接 ※大学入試センター試験利用入試も実施しています。

◆医療ビジネス観光情報専門学校 医療ビジネス学科 一般入試・出願期間：1/12（水）～1/18（水）試験日：1/22（土）試験科目：小論文・面接

三年次編入学（Ⅱ期）【看護学科】出願期間：1/17（火）～1/27（金）試験日：2/4（土）
◆茅ヶ崎リハビリテーション専門学校 作業療法学科 一般入試・出願期間：1/14（水）～1/12（木）試験日：1/30（月）～2/10（金）試験日：1/18（水）

●湘南医療大学 ☎045-821-0115

●茅ヶ崎リハビリテーション専門学校 ☎0467-881-6611

●医療ビジネス観光情報専門学校 ☎042-744-9711

医学講座 1月30日（月）14：00～15：00 湘南さくら病院

栄養科 安藤 久美子 管理栄養士

知っておきたい高齢者の食事～安心・簡単レシピ紹介～

高齢者になるとあっさりした味付け、淡泊な食事を好むなど嗜好が変わる事がよくあります。基本は毎食、主食・主菜・副菜の料理をそろえて食事をすると栄養バランスが良くなります。



交通のご案内
○ JR茅ヶ崎駅北口・小田急線湘南台西口・神奈中バス「文教大学」行き終点より徒歩8分



● 交通のご案内
○ JR茅ヶ崎駅北口・小田急線湘南台西口・神奈中バス「文教大学」行き終点より徒歩8分

場所：湘南さくら病院 1F 作業療法室
茅ヶ崎市下寺尾 1833・問い合わせ：☎ 0467-54-2255

医学講座 1月25日（水）14：00～15：30

大和成和病院 外科部長 野尻 医師 外科 新川 医師

愛される地域医療 ～わかりやすい病院と診療所のカンケイ～

最近話題となっている地域医療について大和成和病院と成和クリニックの関係を例にわかりやすくお話しします。



交通のご案内
○ 南林間駅下車、無料シャトルバス



● 交通のご案内
○ 南林間駅下車、無料シャトルバス

場所：大和成和病院 1階 ロビー
大和市南林間 9-8-2・問い合わせ：☎ 046-278-3911（総務課）

正 非 保育士・保育補助 踊場駅

認定こども園新設につき
5名大募集！

【職種】① 保育士
② 保育士、保育補助

【給与】例）経験10年
① 213,400円
② 時給 950円

★横浜市営地下鉄「踊場駅」より徒歩7分
戸塚区で60年以上の歴史あるアットホームな幼稚園です。平成29年4月より幼保連携型の「認定こども園」となります

学校法人 湘南ふれあい学園
みどり幼稚園
〒245-0061 横浜市戸塚区汲沢 2-26-14
☎ 045-881-2301 問い合わせ：担当（入澤）

正 看護師実習指導者 茅ヶ崎駅

看護師実習指導者
講習会教員

看護師プランクある方も大歓迎！

【職種】教員（研修講師）
【給与】（月給例は、経験10年）
320,200円
★勤務形態応相談
年間休日数121日、賞与年3回、昇給年1回、社会保険完備、各種手当
必要資格：看護師、看護教員養成講習会修了

学校法人湘南ふれあい学園
ふれあい医療福祉研修センター
〒253-0061 茅ヶ崎市南湖 1-6-11
☎ 0467-84-0576（担当：小林）

正 非 看護師・薬剤師・伊豆稲取駅

PT・OT・ST

平成29年6月新病院開設予定
新病院開設に向け、スタッフ大募集中！

【職種】① 看護師 ② 薬剤師
③ PT・OT・ST

【給与】（月給例は、経験10年）
① 355,700円 ② 282,400円
③ 309,700円

★職員寮・院内保育所有ります！
★非常勤での夜勤専従等、多様な勤務内容も可能です。
★サーフィン・ダイビングなど趣味を満喫し、仕事も充実したい方に最適な職場です。

医療法人社団 康心会
伊豆東部総合病院
〒413-0411 静岡県賀茂郡東伊豆町稲取 17-2
☎ 0557-95-1151 担当：総務課（山田・高橋）

正 精神保健福祉士 下田駅

伊豆の自然豊かな環境の中で
充実した生活を送りませんか

【職種】精神保健福祉士
【給与】例）経験10年
249,500円

★職員寮有ります ★車通勤可
★無農薬自家菜園、釣り（磯、ルアー）
サーフィンなど趣味を満喫し
仕事も充実したい方に最適な職場です
★研修制度も充実しています

医療法人社団 辰五会
ふれあい南伊豆ホスピタル
〒415-0151 静岡県賀茂郡南伊豆町青市 848
☎ 0558-62-1461 担当：総務課（西川・鈴木）

正 非 精神保健福祉士・薬剤師 茅ヶ崎駅

看護補助・看護師
送迎バスあり

超過勤務0時間、定時退勤可能です！

【職種】① 精神保健福祉士 ② 薬剤師
③ 看護補助 ④ 看護師

【給与】（月給例は、経験10年）
① 249,500円
② 282,400円
③ 介護福祉士 時給 1,200円
介護士 時給 1,100円
④ 時給 1,500円～

*通勤費全額支給（上限50,000円）車通勤可
（駐車場無料）、非常勤は勤務時間応相談

医療法人社団 康心会
湘南さくら病院
〒253-0081 茅ヶ崎市下寺尾 1833
☎ 0467-54-2255（担当：神部）



澁谷 誠一郎 医師
(しばや せいいちろう)
茅ヶ崎新北陵病院 副院長
【内科】

「禁煙はもとより、食事摂取カロリーの適正化と脂肪燃焼を促す目的での運動療法が基本となります。高血糖や高血圧はそれぞれ単独で動脈硬化性疾患の発症頻度を高める要因ですが、多

数集まると相乗的な要因として内臓脂肪蓄積による肥満が共通の原因となります。

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

バランスの良い献立とは？

バランスの良い食事＝イコール「主食」＋「主菜」＋「副菜」



- 6つの基礎食品群を全部とれるように配置してみると、主食、主菜、副菜に配置するが出来ます。このバランスが大事です。
- 朝昼夕の量の配分は3：4：3が理想です。日本の伝統的な食形態『一汁三菜』は、ごはんや汁物に肉や魚、卵などのたんぱく質を補う主菜を一品、豆や野菜、海藻などミネラルやビタミン、食物せんいを補う副菜を2品組み合わせたバランスの良い形態なのです。(厚生労働省資料などをもとに澁谷 作成)

さまざまな生活習慣病のもととなるメタボリック症候群。改善でどのようなことが期待できるのでしょうか。茅ヶ崎新北陵病院の副院長・澁谷誠一郎医師にお話をうかがいました。

メタボを改善し、健康な期間を延ばしましょう

現在、高齢化の急速な進展に伴い、疾病全体に占めるがん、虚血性心疾患、脳血管疾患、糖尿病等の生活習慣病が約6割を占めます。また、生活習慣病の発症に重点を置いた取り組みが

前の段階であるメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)が強く疑われる者と予備群と考えられる方は増加傾向をたどっています。このような状況の中、国民の、生涯にわたって生活の質の維持・向上のために、糖尿病・高血圧症、脂質異常症等の発症、或いは重症化や合併症への進行の予防に重点を置いた取り組みが重要となつてきます。

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

「一汁三菜を基本とした食事」により、糖尿病、脂質異常症、高血圧など種々の生活習慣病が改善されます。しかし

医学講座 1月20日(金)13:30～14:30 (13:00 受付開始)

ふれあい平塚ホスピタル 兼坂 茂 医師

もっとよく知ろう！「むくみ」について～全身性浮腫のお話～

顔や手足が腫れる「むくみ」。主に両足がむくむ時は「全身性浮腫」が原因と言われています。心臓や腎臓の病気を知らせる「むくみ」について、当院副院長の兼坂医師が、皆様にわかりやすくお話しします。

● 交通のご案内
○ JR平塚駅南口 神奈川交通21番乗り場 14:15-16系統(約3分) 徒歩:12分
平塚市袖ヶ浜 1-12・問い合わせ: ☎ 0463-22-4105 (総務課)

医学講座 1月20日(金)14:00～15:00

茅ヶ崎新北陵病院 整形外科 豊原 益隆 医師

聞いて納得！良い運動機能の維持と強化とは？

日本の平均寿命と健康寿命の差は、男性9.13年、女性12.68年となっています。平均寿命と健康寿命の差を短縮するためには様々な対策と方法があります。「良い運動機能の維持」についてお話しします。

● 交通のご案内
○ 茅ヶ崎駅 香川駅より、無料シャトルバス

正 非 看護師・看護補助・サービス提供責任者・訪問介護員・PT/OT/ST・総務事務・医療事務

茅ヶ崎駅

空白のある方でもお気軽にご応募ください

職種	給与(月給例は、経験10年)
①看護師	355,700円
②看護補助	介護福祉士 256,700円 介護士 230,400円
③サービス提供責任者	276,100円
④訪問介護員	225,200円
⑤PT/OT/ST	309,700円
⑥総務事務	244,500円
⑦医療事務	時給 950円

★通勤費全額支給(上限50,000円)
★車通勤可(但し病院敷地外に個別に駐車場を確保した場合)
■アクセス平塚駅南口より徒歩 12分

医療法人社団 健働会
ふれあい平塚ホスピタル ☎ 0463-22-4105 (担当: 総務課 三村)

正 作業療法士・精神保健福祉士

沼津駅

都心まで約1時間！海沿いの街沼津で豊かな暮らしを

【職種】①作業療法士 ②精神保健福祉士
【給与】(月給例は、経験10年)
①作業療法士 309,700円
②精神保健福祉士 249,500円
★職員寮有ります ★都心まで1時間と交通の便が良く、海までは徒歩5分で、マリンスポーツも気軽にできます。★車通勤可 ★未経験者も歓迎致します
医療法人社団 静岡康心会
ふれあい沼津ホスピタル
〒410-0866 静岡県沼津市市道町 8-6
☎ 055-962-3530 (担当: 岩崎)

正 非 介護福祉士・介護士

茅ヶ崎駅 送迎バスあり

緑豊かな環境で「しあわせ」実感しませんか

【職種】①介護福祉士 ②介護士
【給与】(月給例は、経験10年)
① 256,700円 時給 1,200円 夜勤 18,500円
② 230,400円 時給 1,100円 夜勤 17,000円
★車通勤可能(無料駐車場あり) 非常勤は曜日・勤務時間応相談 最寄駅より無料シャトルバス利用可
医療法人社団康心会
ふれあいの丘
〒253-0007 茅ヶ崎市府谷602-1
☎ 0467-54-8111 (担当: ヤマヤ)

正 非 薬剤師・歯科衛生士・看護補助・調理補助

茅ヶ崎駅

丁寧な指導で未経験・空白有の方も安心

【職種】①薬剤師 ②歯科衛生士 ③看護補助 ④調理補助
【給与】(月給例は、経験10年)
① 282,400円 ②時給 1,000円
③時給 1,200円 夜勤 18,500円
④時給 950円
★車通勤可(無料駐車場あり)、無料送迎バスあり、非常勤は曜日・勤務時間応相談
医療法人社団 康心会
茅ヶ崎新北陵病院
〒253-0007 茅ヶ崎市府谷583-1 (担当: 馬場)
☎ 0467-53-4111 (代表)