

健康生活お役立ち新聞

発行所 (有)エフ.アンド.ユアライフ 〒253-0084 茅ヶ崎市円蔵370 電話(0467)58-5678

町田・
県央版

2023年1月

No.70

綾瀬厚生病院 泌尿器科

診察日

第1・5土曜日 午前

第3土曜日 午前・午後

泌尿器科
大瀧 達也 医師

☎0467-77-5111

神奈川県綾瀬市深谷中1-4-16

泌尿器科で診てもらえる症状を教えてください。

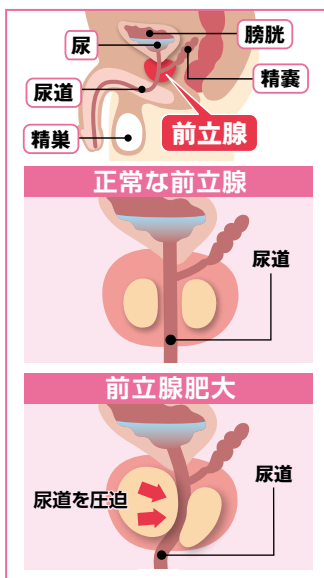
(大瀧達也医師)「排尿トラブル(頻尿/尿漏れ/残尿感/勢いが悪い/我慢できない)、膀胱炎の不安、尿の異常(赤い/白い/泡が混じる/異物混入)、

綾瀬厚生病院では、隔週の土曜日に「泌尿器科」の外來診察を行なっています。泌尿器科のスタッフに話を伺いました。

泌尿器科の診察日
(泌尿器科スタッフ)「第1土曜日の午前、第3土曜日の午前・午後、第5土曜日の午前です。男女問わず高齢者まで、幅広い年齢層を診察対象としています」。

腎臓から膀胱、精巣の病気まで
泌尿器科で悩みを解消！
隔週土曜日に外來診察

腎臓から膀胱、精巣の病気まで
泌尿器科で悩みを解消！
隔週土曜日に外來診察



「前立腺肥大」とは、膀胱の隣にある、男性特有の臓器「前立腺」が大きくなってしまいう症状です。前立腺肥大によって尿道が圧迫されると、頻尿になったり、尿の勢いが弱くなるといった排尿障害を起します。

泌尿器科で扱う症状の中に、「前立腺肥大」や「過活動膀胱」があります。どちらも排尿障害を抱え、受診者が多くなっています。

前立腺肥大や過活動膀胱によるリスク
排尿障害から腎臓病発症へ

臓器である「腎臓」に負担がかかり、「腎機能障害」を引き起こす可能性もあります。女性も抱える尿トラブル

前立腺肥大は男性特有の症状ですが、女性にも多くみられる泌尿器の症状に、「過活動膀胱」があります。急に抑えられない尿意や頻回の尿意を抱え、さらには、尿意に対してトイレが間に合わずに漏らしてしまうということも起こります。

この症状の原因には、脳神経疾患、脊髄疾患、糖尿病、尿路感染症、ホルモンの変化などが関係していますが、男性の場合は、前立腺肥大が影響して過活動膀胱になることがあります。過活動膀胱も放置すると、「慢性腎臓病」のリスクを高めます。排尿トラブルは、早めに泌尿科へ相談しましょう。



さがみ野中央病院 内科 内田 耕 医師

海老名市東柏ヶ谷にある「さがみ野中央病院」では、呼吸器疾患の診察を行なっています。担当の内田耕医師に、注意すべき咳の症状や咳の診療について、伺いました。

Q. どんな時に「咳」は出るのですか？
A. たばこの煙、埃などは気管支を刺激し、咳の原因になります。これらの刺激を避けることが、咳の予防には大切です。特に禁煙することは、咳の治療の前提になります。

Q. 長引く咳の主な原因を教えてください。
A. 肺に原因があるものと「肺炎」「肺がん」、気管支だと「喘息」「喘息」などがあります。

Q. 痰が出る咳には、どのような薬がよいのですか？
A. 痰をともしなう咳には、「かぜ薬」は効きません。痰を出しやすくする「去痰薬」

Q. 咳が長引く症状には、レントゲン写真を撮って、まずは肺炎や肺がんの可能性を見極める必要があります。

Q. 「咳喘息」は、どうして起るのですか？
A. 風邪による咳の場合は、一週間ほどでよくなりますが、花粉症や喘息、かぶれなどのアレルギーがあると、風邪の炎症からアレルギーによる炎症に移行するので、咳が長引き、咳喘息になる場合があります。

ふれあい健康友の会

入会金・年会費無料で、特別優待など各種サービスが受けられます

お友だち登録募集中!!

ふれあい健康友の会 検索

募集 地域病院(さがみ野中央病院)の看護師

募集・・・看護師または准看護師 5名

勤務地・・・さがみ野中央病院 (相鉄線「さがみ野駅」から徒歩5分)

☎046-233-5110

応募はお電話またはQRコードから

いすれかの免許必須

保育園が無料! 車通勤もOK!

看護補助 求人 常勤 非常勤

人と接する仕事が好きの方にピッタリ! 安定した業界でぜひ活躍を。

常勤 175,800円/月 非常勤 1,250円/時

「介護職員初任者研修」修了者は尚可

ふれあい町田ホスピタル ☎042-798-1121

東京都町田市小山ヶ丘1-3-8

医学講座 会場：さがみ野中央病院 1階 リハビリテーション室

日時 2月22日(水) 14:00から

講師 さがみ野中央病院 消化器内科 反町 仁一 医師

参加無料

大腸内視鏡検査の必要性 ～便検査で大腸癌の見逃しはあり～

便の性状が変化しているような症状があり、それが大腸がんによるものであった場合は、すでに進行がんになっている可能性があります。大腸がんを早期発見するために、症状がない時から内視鏡検査を定期的に受けていく大切さを説明します。

お問合せ・ご予約 さがみ野中央病院 ☎046-233-5110 (代表) 神奈川県海老名市東柏ヶ谷6-20-20

会場(当院)にてお聞きいただく講座です

参加にはご予約が必要です。事前にお電話でお申込みを!

「さがみ野駅」南口から徒歩5分
「相模大塚駅」南口から徒歩8分

会場周辺の地図

医学講座 会場：綾瀬厚生病院 産婦人科棟4階 多目的室

日時 2月22日(水) 14:00~15:00

講師 綾瀬厚生病院 栄養科 桑原 典子 管理栄養士

参加無料

体に良い食べ物って何?～栄養疫学の観点から証明する体に良い食品～

「体に良い食品」とは、どのようなものでしょうか?裏付けとなる「証拠」があってこそ、確かな情報になります。当院の管理栄養士が、科学的根拠だけでなく、現時点で明らかになっている「体に良い食品」について、栄養疫学の観点から紹介します。

お問合せ・ご予約 綾瀬厚生病院 ☎0467-77-5111 (代表) 神奈川県綾瀬市深谷中1-4-16

会場への入場参加もできます(事前予約制)

事前にお電話でご予約された方は会場入場が可能です。

オンライン参加は、ホームページをご覧ください。

会場周辺の地図

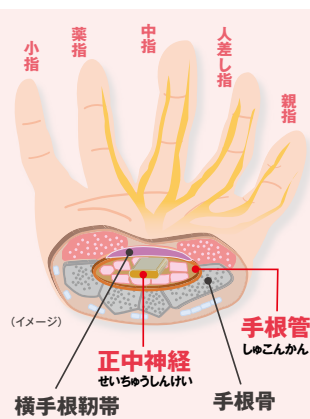
手のしびれ・手先の不自由さ

一度、手根管症候群の診察を ふれあい町田ホスピタル 整形外科

指先がしびれたり、手のひらに違和感はありませんか？その症状は、「手根管症候群」の可能性があります。ふれあい町田ホスピタルでこの診療を担当している小竹森一浩医師に今号「この人に聞く」で紹介に伺いました。

Q. 手根管症候群とは、手のどのあたりに生じる疾患ですか？

A. 「手根管」というのは、手の中で手首近くにある扁平な管です。幅2〜2.5cmほどのトンネル状のもので、手のひら側に位置しています（手の大きさなどに応じて個人差があります）。手の甲側と手の両



Q. では、正中神経の圧迫が、手根管症候群を起こす要因の一つなのですか？

A. はい。正中神経は、親指・人差し指・中指・薬指半分の手のひら側の知覚（触った感じや痛み、冷たさなどの感覚）のほか、親指を小指にくっつける動き（対立運動）などに大きく関係しています。手根管の中で圧迫されると、痛みやしびれを起こす

側は「手根骨」という骨に、手のひら側は「横手根靱帯」という靱帯に囲まれています。手根管の中には、指を屈曲させる腱が9本あり、「正中神経」も通っています。幅が4〜5mm程度の扁平な形の神経で、横手根靱帯のすぐ下を通り、これが何らかの原因で圧迫されると、手先や手のひらに痛みやしびれを起こします。

Q. どのような時に、手根管症候群の症状に気付く人が多いのですか？

A. しびれや知覚障害が最も多く、初期に現れる症状です。しかし、これが出ない方もいらっしゃると思います。つまみ動作ができないこともこの病気の症状ですが、これが出ると、重症と考えられます。手のひらを合わせて、親指の付け根の筋肉のどちらからが痩せていること（筋萎縮）で気付く場合もあります。

ふれあい町田ホスピタル 042-798-1121 町田市小山ヶ丘1-3の8 無料シャトルバス・駐車場有

一面的な治療ではなく 幸せをアシストするために

〇…飲み薬や貼付薬、注射などの治療のほか、手術も行なっている「ふれあい町田ホスピタル」で、整形外科部長を10年以上務めています。「患者さまそれぞれの様子（基礎疾患や年齢

〇…ただ「その疾患を治す」という一点のための治療ではなく、患者の身体状況や生活スタイル、価値観などに寄り添った内容を重視し、「どの治療によって、患者さまが今後も幸せな人生を続けていけるかを熟考して、診療を行なっています」と語りました。

この「人」に聞く



小竹森 一浩 医師

（こたけもり かずひろ）
ふれあい町田ホスピタル
【整形外科】
日本整形外科学会 専門医

〇…外来では、上肢や外傷を中心とした「手外科」を多く担当。「手や指先のしびれ・痛み」に特徴をもつ手根管症候群は、ホルモンが関係して40〜50代の女性に多く発症する傾向にあります。これは正中神経が関係している疾患ですが、他には、肘部管症候群、腱鞘炎、バネ指、手指の骨折などを扱う分野です。

南林間・鶴間駅から徒歩5分
無料バス通勤可能。
マイカー通勤もOK！
保育施設を完備♪

勤務地
成和ナースング
プラザ 老健

ご応募はお電話
またはQRコードから！
TEL 046(272)1515

介護士・介護福祉士
優遇します！

土日祝日の勤務可能者
介護資格保有者 経験者

常勤・非常勤

常勤 スタッフ 1名募集

管理栄養士
キャリアによって優遇あり

経験者を積極採用

ふれあい町田ホスピタル

042-798-1121
（受付8:30〜17:00）
machida-hosp@fureai-g.or.jp

東京都町田市小山ヶ丘1-3-8（多摩境駅・南大沢駅・相模原駅から無料バス通勤可能）

看護補助
スタッフ大募集♪

常勤でも！
非常勤でも！

詳細はこちら↓

不安や迷いは一度、職場見学して考えてみませんか？

ご応募・お問合せ 綾瀬厚生病院 0467-77-5111（担当/南・今鷹）

家庭での看護経験を活かしたい…。
看護師の免許はないけれど、病院で働きたい。
やさしさと気遣いをもって仕事に臨みたい！
医療貢献がしたい！！

このような方は、
当院での看護補助の仕事をお考えください。

ふれあいグループ ～医療・介護・福祉・教育の関連施設（主に神奈川県内）でのお仕事をご案内～

お住まいと職場をマッチング!!

1 まずはご応募から 便利なQRコードでエントリーを！

2 ご連絡を差上げます ふれあいグループから追ってご連絡致します。

◆電話 ☎0467-88-1263 担当/金子・安野 でのお問合せ・ご応募もOK！

常勤・非常勤あり
たくさんの職種があります♪

介護士
ドライバー
人事/経理
などなど…

シニア活躍
おそうじ好きさん！

パート 時給1080円
常勤 要自動車免許

わたしたちと一緒に働きませんか？

勤務：横浜（戸塚区、磯子区ほか）や湘南エリアの医療・介護施設、学校での清掃業務

お問合せ…リード商会 清掃事業部 080-7646-1764（菅原）

求む！
看護師

選考 書類 面接

康心会汐見台病院（横浜市磯子区）

子育て世代から管理職世代まで募集
ケアミックス型の総合病院
経験に応じて給与は応相談
院内保育園を完備

詳細は、下記へお問合せください
同院 045-761-3581（総務課・赤岡）

勤務時間や待遇の詳細、
ご応募はこちらから→

介護付有料老人ホーム
シニアレジデンス町田

お元気な方も、介護が必要な方も、ここから新しいシニア生活が始まる――。

新年にセカンドライフを体感――。
見学会の参加者を受付中！

ゆったりとした時間が流れる
自然の光に包まれる

ラウンジで入居者同士の楽しい会話を満喫
四季の彩を感じる中庭など、共有スペースが充実

「施設」ではなく「住まい」を実感する満足な空間

急いで入居施設を探さなければならないなど、切羽詰った状態の方からのご相談にも、専属相談員が迅速・柔軟に対応し、スムーズな入居手配のほか、一時利用などにも、親身にお手伝いをさせていただきます。

個別相談も承っております

無料見学会を開催
セミナー 失敗しない老人ホームの選び方
予約制 2/4(土)～26(日)

施設で提供している当日の昼食をお召し上がりいただけます。（希望者に限り）

送迎対応が可能
少人数で開催
ご希望の開始時刻から

万全な医療サポート
地域病院「ふれあい町田ホスピタル」と同じ建物にある安心感

落ち着いた雰囲気
居室にはトイレとキッチンを全室に完備

介護サービスのクオリティ
自立の方から要介護の方までライフスタイルに合ったサービス

介護付 シニアレジデンス町田
東京都町田市小山ヶ丘1-3-8
フリーダイヤル 0120-86-6534

電車の方（無料シャトルバス利用）
京王相模原線「多摩境駅」・「南大沢駅」またはJR「相模原駅」から無料シャトルバス5〜10分
お車の方
多摩境通りと尾根幹線道路の交差点「小山長池トンネル南」の信号近く（無料駐車場をご利用ください）

交通アクセス
多摩境駅 コストコ JR相模原線 相模原駅
小山長池トンネル南 町田駅



理学療法士による歩行訓練の様子

「介護老人保健施設」とは、医療機関での治療を終了したものの、退院してから自宅で日常生活を送ることが困難な人が、入所（または通所）して必要なサポートやリハビリ訓練を受ける専門施設です。

東京都町田市にある介護老人保健施設「ふれあいの町田」では、リハビリテーションを継続して実施し、ADL（日常生活動作）を回復させていくことに力を入れることで、安心して自宅に戻れるようにするための効果的な内容を提供しています。

医療面にも強い

「ふれあいの町田」の特徴は、介護福祉士やリハビリ療法のほか、医師をはじめとする医療系のスタッフ（看護

入所や通所によって、日常生活に必要な身体機能などを向上させるためのリハビリテーションを提供する「老健」。今回は、東京都町田市にある「ふれあいの町田」を紹介します。

入所と通所どちらでも 介護と医療のトータルケア 介護老人保健施設ふれあいの町田



老健生活ではイベントも多彩

主に65歳以上の高齢者を対象にした施設は、種類がいくつかありますが、「介護老人保健施設」（老健）はその一つです。要介護1以上の介護認定を受けている人が入所でき、必要なサポートを受けられる施設です。

病院は治療のための環境

病院での入院生活は、治療や療養を目的としたものです。老健での入所生活は、自

入院との違い 日常生活への復帰が目的 自宅に似た環境で訓練

宅での生活をできる限り自立して送ることができるようにするためのものです。そのため、家庭環境に即した生活を送ることになり、例えば、食事は入院中のようにベッドではなく、食堂で提供されます。さらに、おやつがあったり、楽しいイベントが催される老健は多いです。

ショートステイという一週間程度の短い入所を利用できるところは多いので、興味がある施設は、ケアマネジャーに相談したり、実際に見学するとよいでしょう。

湘南医療大学附属
下田看護専門学校

第5回 一般入学試験

出願 1/24(火)~2/14(火)

受験日 **2/18(土)** 今年度ラスト!

科目 個人面接、計算・漢字問題

合格発表 **3/1(水)**

湘南医療大学附属
下田看護専門学校
静岡県下田市柿崎289
(イベント時は伊豆急下田駅から送迎バスあり)
入試事務局 ☎0558-25-2211
<https://www.shimodakango.ac.jp>

静岡県伊豆半島にある「湘南医療大学附属下田看護専門学校」では、今年度の最後の受験チャンスとなる第5回一般入学試験が、2月18日(土)に実施されます。

この入試科目は、「面接」と「筆記試験」になっています。

今年度のラスト入試 現在、願書受付中!

湘南医療大学附属下田看護専門学校



同校での授業の様子

JR茅ヶ崎駅（東海道線・湘南新宿ライン・相模線）が最寄駅の「茅ヶ崎看護専門学校」（茅ヶ崎市今宿390）は、来年に開校30周年を迎える実績ある看護師養成校です。神奈川県をはじめとする医療系「ふれあいグループ」の病院・施設を中心に、これまで多くの看護師を輩出し、地域の人々の健康と幸せのために医療貢献する人材を育成しています。



国家試験に向けた壮行会(昨年の様子)

2023年度入学希望者へ 一般入試と対策講座を開催

茅ヶ崎看護専門学校

同校のスタッフは、「どんなに参加しやすい平日夕方の開催なので、お気軽にご参加ください。看護師への道を茅ヶ崎看護専門学校から始めませんか？本校の過去3年間における看護師国家試験の合格率は、全国平均を上回る結果を出しています。本校へ多くの方が入学されることをお待ちしております」と話しています。

看護師国家試験に向けて

毎年、同校では、看護師国家試験の受験を控えた3年生に向けて、「壮行会」が行なわれます。3年生は下級生からエールをもらい、これまでの集大成である国家試験を突破するために、勇気と決意を抱きながら頑張っている様子が見られます。

面接は個人面接で、人柄を重視する同校の校風が象徴されています。筆記試験は計算と漢字から出題され、シンプルな配分になっています。

同校のスタッフは、次のように話しています。「下田看護専門学校は、『なりたいたい』という気持ちをとても大切にしている看護師の養成校です。本校では、看護師を目指して頑張っている学生を、全力で応援しています。入試のほか、今後の学校説明会などの詳しい日程は、ホームページをご覧ください。」

同校での授業の様子

同校では、第2回一般入試を2月18日(土)、第3回一般入試を3月11日(土)に予定しています。内容は、基礎学力試験（長文読解・計算）と面接です。これに合わせて同校は、入学希望者（受験生）を対象にした「入試対策講座」を開催します。日には2月3日(金)と2月21日(火)で、どちらも16時~18時。入試の概要や対策、入試の手続き方法などを解説

同校のスタッフは、「どんなに参加しやすい平日夕方の開催なので、お気軽にご参加ください。看護師への道を茅ヶ崎看護専門学校から始めませんか？本校の過去3年間における看護師国家試験の合格率は、全国平均を上回る結果を出しています。本校へ多くの方が入学されることをお待ちしております」と話しています。

同校のスタッフは、「どんなに参加しやすい平日夕方の開催なので、お気軽にご参加ください。看護師への道を茅ヶ崎看護専門学校から始めませんか？本校の過去3年間における看護師国家試験の合格率は、全国平均を上回る結果を出しています。本校へ多くの方が入学されることをお待ちしております」と話しています。

年間休日121日! 鶴見ホスピタルで看護師募集!

シャトルバス乗り場

勤務病院 第二京浜 池谷戸

新子安駅

通勤に新子安駅などから無料シャトルバスの利用が可能。生麦駅からは、徒歩約10分です。

優遇します!

- 経験10年以上
- 管理職を目指す方
- レスピレーターを扱える方
- 療養病棟での勤務経験

これらの経験がない方でも是非ご応募ください!

詳細はこちら

応募・問合せ ふれあい鶴見ホスピタル ☎045(586)1717

介護士 常勤スタッフ募集

介護老人保健施設 ふれあいの町田

勤務 日勤・夜勤 (非常勤応相談)

資格 特になし

※介護資格所有者歓迎!

月給 175,800円~

+介護加算手当 ほか

待遇 医療費補助制度 など

応募連絡/電話またはメール

応募連絡後、履歴書を郵送

〒194-0215 東京都町田市小山ヶ丘1-3-7

採用担当 桑原・藤中 宛

☎042-798-2001

✉machida-rk@fureai-g.or.jp

求人 湘南東部総合病院

神奈川県茅ヶ崎市西久保 500

職種 **医療事務**

人数/資格 **3名/資格不問**

月給 **175,800円~**

電話 総務課・欠畑 ☎0467-83-9111

応募 インターネット QRコードから→

茅ヶ崎駅・香川駅・寒川駅または茅ヶ崎市内各所から無料シャトルバス運行中!

通勤利用 OK

未経験の方も! プロフェッショナルな消防設備士

になりませんか?

*職業訓練校(ビル設備関連)の修了生など

病院・施設・学校などにおける消防設備の点検や管理業務です。

会社名 **有限会社エフ.アンド.ユアライフ**

所在地/神奈川県茅ヶ崎市円蔵370

必須資格 **甲種消防設備士資格、普通自動車免許**

POINT!! 他種の消防資格の取得支援制度あり

待遇 ・経験により給与を考慮します
・多数の資格所有者は特に優遇!

応募 お電話で。☎0467-84-6680

湘南医療大学 薬学部 医療薬学科

一般入試Ⅱ期

の出願開始!

出願 **1月30日(月)~2月13日(月)**

試験日 **2月13日(月)・14日(火)**

学校法人 湘南ふれあい学園

湘南医療大学

お問合せ TEL 045-821-0115

入試事務局 MAIL nyushi@sums.ac.jp

