健康生活お役立ち新聞

求人情報も満載!
湘南版
2025年5月
No.110

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

茅ケ崎中央病院

女性治療のラインナップ
どの世代も頼れる優しい診療
婦人科・乳がん・下肢静脈瘤の専門外来

茅ケ崎駅北口から徒歩5分の茅ケ崎中央病院（茅ケ崎市茅ケ崎2の2の3 ☎0467・86・6530）では、女性の日常的な不調から専門治療まで幅広く対応する「ウイメンズセンター婦人科」のほか、乳がんを中心に扱っている「乳腺外科」、女性に多い足の血管の病気を専門的に診断・治療する「下肢静脈瘤センター」があります。それぞれを紹介します。

取材協力

ウイメンズセンター婦人科

今春、本館2階に移転リニューアルしました。静かな落ち着いた空間で、どの世代の女性もリラックスして受診できる環境があります。

ウイメンズセンター婦人科では、子宮頸がんの前がん病変や悪性腫瘍のほか、子宮筋腫、子宮内膜症、卵巣嚢腫、骨盤臓器脱（子宮脱、膀胱瘤、直腸瘤）、月経異常、生理痛を扱っています。女性の一生に起こり得る幅広い悩みを支える診療科です。

高度な専門性で確かな診断

診療は、産婦人科の専門医資格をもつ5名の医師がチームで行なっています。さらにそれぞれの医師が、婦人科腫瘍専門医、内視鏡技術認定医、細胞診専門医などの資格をもち、連携によって多彩な分野を網羅しています。手術では、【腹腔鏡手術】【子宮鏡下手術】【膣式手術】【vNOTES(腟から行なう腹腔鏡手術)】などの低侵襲な方法を取り入れています。担当医は、次のように話しています。

担当医師より

「確かな診断と高度な医療とともに、患者さまの意思を大切にした診療を心掛けております。がん診療では、初めて受診されたその日のうちに検査（MRIやCTなど）ができる体制があり、診断から治療方針の決定までスピーディーに進めていきます。また【子宮鏡検査】も院内で行なっていますので、迅速で正確な診断によって、早期の治療につなげています。

更年期治療では、女性ヘルスケア専門医によるホルモン採血、骨密度測定、頸動脈エコーなどを組み合わせて診断し、不調を改善して動脈硬化や骨粗鬆症の予防などの健康課題にも対応しています。

現在、【骨盤底筋リハビリ外来】の開設準備中です。骨盤底筋のゆるみや衰えによる尿漏れ、腟の違和感、頻尿、便秘など、日常生活に悪影響を及ぼす症状を、理学療法士と連携したプログラムによって改善を目指す専門外来です。また、デリケートゾーンに関する【女性ウェルネス相談外来】も計画しています」。

同院☎0467・86・6530

乳腺外科

AKIHIRO MURAYAMA
乳腺外科
茅ケ崎中央病院 乳腺外科部長
村山 章裕 医師

「乳がんは、かつて乳房を切除する手術を標準治療とされていた時代がありました。私はその時から、乳房を温存する治療を中心に、首都圏で診療を行なってきました。

当院は駅から近く、また都心からの利便性もよく、女性にとって優しい通院環境だと思います」

がんの三大治療が可能

「乳がんの診断には、マンモグラフィーや乳腺超音波、造影MRI・CTなどの検査に加え、組織検査で診断の確定を行なっています。

進行した状態で乳がんが見つかった場合、当院にはPET-CTがありますので、がんの転移検索も可能です。その患者さまにとって、本当に最適だと考えられる治療方法を検討していきます。

患者さまのお気持ちに寄り添いながら治療方針の提案を行ないますが、当院は、がんの三大治療である外科的手術、化学療法、放射線治療の全てが可能ですので、種々のがん治療を組み合わせることができます。特に転移がんに対しては、『サイバーナイフ』によってピンポイントな治療を可能にしています」。

同院☎0467・86・6530

乳がん検査
- マンモグラフィー
- 乳腺超音波
- 造影MRI・CT
- PET-CT
- 組織検査

乳がん治療
- 手術
- 化学療法
- サイバーナイフ(放射線治療)

乳腺外科	月	火	水	木	金	土
午前	●	●	●	●		
午後	●					

担当部長より

下肢静脈瘤センター
センター長より

SUSUMU HIRANUMA
下肢静脈瘤センター長
茅ケ崎中央病院 心臓血管外科部長
平沼 進 医師

「下肢静脈瘤は、比較的女性に多く、足の表面に血管が瘤のように膨らむ様子が特徴的な疾患です。当センターでは、このような症状や足のむくみ、だるさを抱えている方に、専門治療を行なっています」

医療用靴下から手術まで

「診察では、まずは正しい診断が必要ですので、足の静脈に沿って超音波を当て、血液の流れの様子を評価します。下肢にお悩みをもつ全ての受診者さまがこの疾患の治療を要するとは限らず、症状の程度や超音波診断装置による評価をもとに、患者さまごとに適切な治療内容を提案していきます。

下肢静脈瘤であった場合、そのまま放置してこじらせてしまうと、広範囲に赤く腫れ上がって『うっ滞性皮膚炎』を併発したり、一部がただれて『潰瘍』になる場合があります。色素が沈着すると、頑固なシミのように残ってしまうこともあります。

治療では、医療用靴下（弾性ストッキング）の着用のほか、症状が強い方や進行が予想される方、または弾性ストッキングが合わない方には、カテーテル治療も行なっています。【高周波カテーテル治療】と【グルー接着剤治療】は、当院ではいずれも日帰り、もしくは1泊2日の入院で施術が可能です」。

同院☎0467・86・6530

下肢静脈瘤

下肢静脈瘤	月	火	水	木	金	土
午前				●		
午後		●				

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
LINE お友だち登録募集中!!
ふれあい健康友の会 検索

(ホームヘルパー2級)
介護福祉士・介護職員初任者研修修了者
介護士さん大募集!
年間休日124日
ボーナス4カ月分/年(昨年実績)
医療法人 大樹会(社団) 介護老人保健施設
ふれあいの桜
お気軽にお問合せください。
介護福祉士 月給例 常勤 22.5万円～ 時給例
介護士 非常勤 1350円
0466-86-9311
藤沢市遠藤446-1
(無料バス通勤できます!)
sakura-rk@fureai-g.or.jp
緑に囲まれた、広くきれいな老健で一緒に働きませんか？
ブランクのある方でも、しっかりサポートいたします。
年間休日とボーナスは常勤

2025年2月 新病棟 東館オープン
看護師・看護補助 大募集
茅ケ崎中央病院
茅ヶ崎駅北口から徒歩5分
ご応募はお電話かHPから
0467(86)6530
CHECK!!!
■保育所あり
■単身用の入居住宅あり
などなど

医学講座　事前申込不要・無料

日時　6月30日(月)14:00から
参加方法　WEB上で視聴(オンライン受講)
講師　湘南東部総合病院 消化器内科 小松 弘一 院長

消化器疾患のお話し(仮題)

4月に新しく着任した当院の小松院長が、便秘や胸焼けなどの身近な症状のほか、胃や肝臓をはじめとする消化器の病気について解説します。さらに、日々各家庭でできる健康維持の方法や、病気の予防、日常生活のポイントまで紹介していきます。

動画サイトでの視聴になります
こちらから湘南東部総合病院の公式サイトを確認できます
スマホ／タブレット／パソコンなどを使って当日にリアルタイムで聴講

お問合せ
湘南東部総合病院
☎0467-83-9111(代表)
茅ヶ崎市西久保500

医学講座　どなたも参加無料

日時　6月26日(木)14:00～15:00
参加方法　WEB上で視聴(オンライン受講)
講師　茅ケ崎中央病院 心臓血管外科 部長 平沼 進 医師

下肢静脈瘤 ～基礎から最新グルー治療まで～

足の血管トラブル「下肢静脈瘤(かしじょうみゃくりゅう)」は文字通り、静脈が瘤(こぶ)のように膨らんでしまう病気です。しかし、それは病気の本質ではないことをご存じですか?下肢静脈瘤の正体に迫りながら、日帰り手術も可能な最新の治療法を紹介します。

サイトから事前申込み
ネット接続できる端末をお手元に
当日に端末を使って視聴

お問合せ
茅ケ崎中央病院
☎0467-86-6530(代表)
茅ヶ崎市茅ヶ崎2-2-3

介護老人保健施設・ふれあいの丘

介助量を減らす動作も伝授

通所リハビリテーション

緑に囲まれた行谷（茅ヶ崎市北部）の地にあり、藤沢市や寒川町からも近い介護老人保健施設「ふれあいの丘」では、通所リハビリテーションの利用者を募集しています（介護保険利用）。

取材協力
心身機能に効果的な体操

通所リハビリテーションとは、普段は自宅で介護を受けている高齢者が定期的に施設へ通い、介護の専門スタッフから、心身機能の維持・向上に効果的なリハビリテーションなどを受ける介護サービスです。同世代との交流を通して、高齢者の社会的な関わりが増える場でもあります。

施設スタッフのお話を紹介します。

自宅を想定した訓練

「当施設には、リハビリの専門職種である理学療法士、作業療法士、言語聴覚士がおり、利用者さまそれぞれの状態を分析し、お一人おひとりに適した個別のリハビリテーションを提供しております。

例えば動作のリハビリでは、ご自宅の環境を想定したより良い動きの訓練を行なっています。このほかにも、歩行の訓練や、ご自宅でご家族が行なっている介助場面や介護負担を軽減する姿勢のレクチャーもあります。

施設内にはトレーニングマシンもありますので、スタッフからの指導だけでなく、自主トレーニングも可能です。利用者さまごとのメニューを作成しております。

自転車こぎの自主トレーニング

当施設にはリハビリ療法士のほか、看護師や介護福祉士、専属の相談員がおります。医療や介護に長い経験をもつスタッフが、リハビリやレクリエーションを通して利用者さまがより良い自宅生活を送れるように、支援をしております。お問い合わせやご相談は、お気軽にご連絡ください」。

■ふれあいの丘
☎0467・54・8111（代）
茅ヶ崎市行谷583の1
（前・茅ヶ崎新北陵病院の建物）

この「人」に聞く

今まさに見えている外表面トラブルを解決

前田 藍 医師

（まえだ あい）

湘南東部クリニック

【皮膚科・形成外科】

○…週5日の外来と、手術を担当しています。「体の外表面のトラブルは誰でもすぐに目につき、心配が止みません。悩みの部分が大きくなるたびに不安が増し、傷痕も残るようになります。それを考えた時に、安易に『大丈夫ですよ』と声を掛けることではなく、医師として正確な情報をお届けすることを大切に考えています」。

○…開頭手術を受けた祖母の長期入院によって幼少期から医療が身近にあり、湘南高校を卒業後、医学部に進学。以前から興味があったのは肝臓や胆嚢、膵臓の外科部門でしたが、移植技術の習得時に経験した縫合術や外表面の専門医療に魅了されました。「検査数値によって状態が知れる内臓などとは異なり、皮膚は常に患者さまの目に触れられる治療部位。責任感に身が引き締まる」と、明るい声で意欲的に語ります。

○…福島の病院を経て昨年着任し、湘南地域への帰郷となりました。「当院には診療科間に隔たりがないので、その患者さまにとって必要と考える医療を一つの病院内で提供しやすい関係にあります。皮膚のトラブルで受診された患者さまでも、内臓系に問題がみられる場合は内科の専門診察、骨の異常が疑われる場合は整形外科というように、連携による治療効果は大きく、患者さまのために活用していきたい」と明朗に話しました。

安定の仕事
医療・介護系施設での
消防設備点検
✓経験により給与を考慮 ✓多数の資格所有者は厚遇！
募集会社 (株)エフ.アンド.ユアライフ
本社所在地：神奈川県茅ヶ崎市円蔵370
応募先 FandY@fureai-g.or.jp
☎0467-84-6680
必須 甲種消防設備士 普通自動車免許

看護スタッフ 募集
●常勤または非常勤
●看護師または准看護師
●通勤に無料バス利用
●医療費補助 など
詳しくはQRコードから
不安や痛みに心を寄せる仕事。
患者さまの支えになる温かなケアを一緒に届けませんか？
湘南東部総合病院 ☎0467-83-9111 茅ヶ崎市西久保500

急募 ワークライフバランスが良好！医療・介護施設でのお仕事です。
正社員 調理師または栄養士
◆60歳まで（定年制のため）◆社保完備、医療補助あり◆経験者、管理栄養士 優遇
書類選考なしで即、面接！
電話応募 (株)メディカルフーズ 会社所在地：茅ヶ崎市西久保500
☎080(9455)2394 担当／タケシロ
→面接→採用手続き→現場へ！
茅ヶ崎市内または湘南エリアの医療・介護系施設

経験ナシOK＋力仕事自信アリ
正社員募集！
長期勤続によるキャリア形成のため30～40代を積極採用
応募先 株式会社フォーライフ企画
☎0467-84-0167
〒253-0084 茅ヶ崎市円蔵370-20（北茅ヶ崎駅 徒歩7分）
※普通自動車免許必須
医療用品などの仕入れ・出庫管理・配送業務！※
未経験スタートの先輩多数

保育士
1,200円～ 時給 非常勤
経験により優遇
勤務地 綾瀬市、大和市、海老名市から選べる！
待遇 社会保険、労災、雇用保険など完備！※就業形態による
午後の勤務、大歓迎！
ふれあい保育園
お問合せはお気軽に
☎0467-88-1263（ふれあいグループ担当電話）
hoiku-jimu@fureai-g.or.jp

ふれあい鎌倉ホスピタル
コメディカル大募集
0467-23-1111
鎌倉市御成町9-5
kama-hos@fureai-g.or.jp
看護師／放射線技師／介護福祉士／ケアマネ（デイケア）（居宅）
勤務待遇
■年休日124日 ■2020年竣工の新病院
■ブランク明け歓迎 ■鎌倉駅徒歩3分
■ボーナス年4カ月分（昨年実績） ほか

ナーシングホーム元町から6月イベントのお知らせ
6月1日(日)－6月15日(日)
入居相談会（見学付き）
ショートステイ（短期の宿泊利用）

ふれあいグループ 検索

湘南ふれあいの園
介護付有料老人ホーム ナーシングホーム元町
16～34㎡のお部屋をご用意
お一人でもご夫婦（2名同室）でも利用可能な施設です
充実の内容：部屋増設／身近な介護／訪問リハ／生活訓練／通院付添
協力医療機関（茅ヶ崎中央病院）から現役の理学療法士・言語聴覚士が来館して入居者さまに提供する「個別リハビリテーション」がとても好評です。また、施設スタッフによる「生活向上訓練」など、暮らし全般において今ご自身でできることを末永く続けられる支援を行なっております。
まずはお申込みを！ お気軽にご連絡ください
ナーシングホーム元町
茅ヶ崎市元町10-3
☎0467-88-2500
sono-motomachi@fureai-g.or.jp
■JR茅ヶ崎駅まで……徒歩5分
■茅ヶ崎中央公園まで…徒歩5分
■イオンスタイルまで…徒歩30秒

特集

取材協力／湘南東部クリニック

まずは食事の見直しから！ 肌トラブルの回避方法

湘南東部クリニックには、外表面のトラブルを扱う「皮膚科」のほか、外科的な治療分野である「形成外科」もあります。担当の前田藍医師＝今号「この人に聞く」で紹介＝を中心に、受診者の悩みに対し、専門性を活かしたより良い解決のための診療を行なっています。

年齢を重ねると、男女ともに肌の乾燥やかゆみ、シミ、湿疹などのトラブルを抱えるようになります。加齢によって皮脂や水分量の減少、血行不良などが起こり、紫外線ダメージも蓄積されていくからです。

このトラブルを「年のせいだから」と諦めてしまう前に、生活習慣を見直して肌の健康を維持していきましょう。高齢者に多い肌のトラブルの原因と予防法について、湘南東部クリニックのスタッフのお話を紹介します。

皮脂や水分量、新陳代謝

（スタッフ）「高齢になると、肌の構造は変化します。例えば、皮脂や水分量の減少で乾燥しやすくなり、これまでになかった『かゆみ』や『ひび割れ』を生じるようになります。肌の新陳代謝のサイクルも衰えていくので、傷の回復が遅くなったり、皮膚が以前よりも薄い状態であることから傷が付きやすくなります。

これらのトラブルから肌を守るために、まずは生活習慣を見直してみましょう。

食事は、栄養バランスを意識した献立をとるようにしましょう。肌の新陳代謝を促進するビタミンAは、緑黄色野菜や卵、レバーなどに多く含まれています。いちごや柑橘類、ブロッコリーには、ビタミンCが豊富です。これは抗酸化作用によるシミの予防が期待できます。ビタミンEも大事な栄養素です。ナッツ類やアボカドに含まれ、血行を促進して肌の乾燥予防に効果的です。大豆製品のCMなどでも有名なイソフラボンには、女性ホルモンに似た働きがあるため、肌のハリを保つ作用があります。また、水分も大切な要素です。不足するとトラブルを招くので、特に高齢になったら意識的に水分を摂取しましょう。

肌のトラブルが起こる背景には、加齢による体の変化だけでなく、生活習慣の影響もあります。今回は食生活について紹介しましたが、適度な運動や、正しいスキンケアも大切です。年を重ねても、健康で整った肌を維持していくようにしましょう」。

体を守るバリア機能

湘南東部クリニックの前田藍医師は、「皮膚は体全体を守る大切なバリアです。湘南東部クリニックでは、湿疹、アトピー性皮膚炎、にきび、シミ、ほくろなどの一般的な皮膚トラブルだけでなく、手術によって解決を目指す形成外科の領域まで、幅広く対応しております。お悩み事は、当クリニックへご相談ください」と話しています。

湘南東部クリニック　茅ヶ崎市西久保117　☎0467-83-9192

		月	火	水	木	金	土
皮膚科	AM	—	●	●	—	●	●
	PM	●	—	—	●	●	—
形成外科	PM	—	●	—	—	—	●

皮膚科
■皮膚、皮下、軟部腫瘍（ほくろ、粉瘤、血管腫、ガングリオン、神経腫など）
■切創・挫創など一般外傷（けが）　■ケロイド・瘢痕（きずあと）
■熱傷・褥瘡・皮膚潰瘍　■陥入爪・巻き爪・爪変形　など

「湘南東部総合病院」行きバスのご利用を

看護の仕事も勉強も！ 体感できるオープンキャンパス

茅ヶ崎看護専門学校

ふれあいグループの全面的なバックアップによって、現場で求められる高い技術力を習得できる「茅ヶ崎看護専門学校」では、今年度もオープンキャンパスを開催します。当日は学校説明や個別相談のほか、看護師の職業体験も用意されています。同校のスタッフは、次のように話しています。

現役学生との座談会も

「オープンキャンパスでは本校の1・2年生が、参加者とお話ししたり触れ合いながら学校生活を紹介していきます。年の近い在校生ならではの視点で、参加者の皆さまの疑問に答えていきます。

看護技術から、在校生と本音で話せる座談会まで、『茅ヶ崎看護専門学校』を余すことなく実感できる充実の時間を提供いたしますので、看護の仕事に少しでも興味のある方は、ぜひご参加ください」。

今年度の入学者の中には、オープンキャンパスでの在校生との触れ合いが進学の決め手となった学生も多く、看護師を目指している先輩との交流は、夢に近づく一歩となります。看護の魅力は、茅ヶ崎看護専門学校のオープンキャンパスで体感を！

■茅ヶ崎看護専門学校
神奈川県茅ヶ崎市今宿3900
☎0467・86・6011
茅ヶ崎駅からバス「辻東」下車

将来性ある「介護福祉士」専門技術の着実な習得

医療ビジネス観光福祉専門学校

車椅子を使った介護実習の様子

町田駅から徒歩1分にある「医療ビジネス観光福祉専門学校」のスタッフのお話を紹介します。

「本校には『介護福祉学科』があり、支援を必要としている人に対し、専門的な知識と技術によって適切にサポートする介護のプロを養成しています。卒業生の多くは介護福祉士として働いています。介護・福祉の分野は社会に必要不可欠な領域であり、それを仕事とすることに対し、本校では、学生一人ひとりが主体的に取り組むことで、確実な技術を習得できるように指導しています」

長く続けられる仕事

「本校の多くの卒業生は、介護・福祉の専門職員として働く魅力を、『将来的に安定している』『介護福祉士としての需要を肌で感じている』と述べ、本校で身に付けた介護技術や専門知識が就業現場で役立っているようです。

介護福祉士は、働き方次第で勤務時間などの調整がしやすい職種です。ライフステージに沿って仕事を続けやすく、また年齢を重ねることに仕事の経験がそのまま人生に活かせることも、やりがいにつながります。結婚や妊娠・出産によってキャリアが途絶えたとしても、一度手にした介護の資格や技術は、常に社会に必要とされることは間違いないでしょう」。

■医療ビジネス観光福祉専門学校
神奈川県相模原市南区上鶴間本町3の18の27
☎042・744・9711
JR町田駅から徒歩1分

看護師免許が不要のお仕事です

看護の現場を支え、患者さまを支える
看護助手
パートタイム 時給1300円～
医療費補助 保育所あり
車通勤OK 駐車場無料
ユニフォーム貸与
ご応募・詳細　綾瀬厚生病院

未経験でも大歓迎
今の時代に重要視されている職種です。現場経験がなくてもご応募を！
介護のお仕事
募集 介護スタッフ
入所フロア担当……3名
通所リハビリ担当……1名
待遇
・常勤／非常勤の選択可能
・医療費の補助あり（勤務形態による）
・ボーナス年3回（同上）
・社会保険完備　など
給与などの詳細、ご応募はこちら▼
介護老人保健施設 湘南シルバーガーデン
平塚市袖ケ浜1-12（平塚駅南口から徒歩12分）
0463-23-7151　silver.g@fureai-g.or.jp

営業 湘南健康管理クリニック
主な仕事内容
自動車運転免許必須！
地域の関係機関や企業に、健康診断を案内するお仕事です。
地域への貢献度が高い職種です。
今回の募集は正社員チャンス!!
ご郵送ください　履歴書　職務経歴書
応募先（勤務地）
茅ヶ崎市茅ヶ崎2-2-3
茅ヶ崎駅から徒歩5分
0467-86-6570
kensin@fureai-g.or.jp

学問を感じる。キャンパスを感じる。
オープンキャンパス
薬学部　看護学科　理学療法学専攻　作業療法学専攻
6.14 SAT 10:00～15:00
■大学説明　■体験コーナー
■模擬授業　■学食ランチ体験
■入試説明　など　など
詳細・事前申込は公式サイトから
Feel the Campus
学校法人 湘南ふれあい学園　湘南医療大学 Shonan University of Medical Sciences
入試事務室　045-821-0115　nyushi@sums.ac.jp

健康生活お役立ち新聞

求人情報も満載！
湘南版
2025年5月
No.110
発行所　(株)エフ.アンド.ユアライフ　〒253-0084 茅ヶ崎市円蔵370　電話(0467)58-5678

自分ではわからない

症状なしの腎臓病を防ぐ方法

血液や尿の定期検査を

「慢性腎臓病」とは、腎臓の機能が徐々に低下していき、体中から老廃物や余分な水分の排出などを十分にできなくなる病気です。

慢性腎臓病（以下、CKD）の原因は、糖尿病や高血圧のほか、自己免疫疾患、遺伝性疾患などの多岐にわたり、現代では老化による発症もあります。進行すると「慢性腎不全」になり、生命を維持するために透析治療や腎臓移植が必要になります。

CKDの怖いところは、初期にほとんど症状が現れないことです。しかし腎臓は正常に働いていないので、水分や血圧の調節が難しくなり、むくみが現れ、血圧が上がり、日常生活に支障をきたすようになります。慢性腎不全が悪化すると、だるさや吐き気、食欲不振、頭痛を抱く「尿毒症」の状態に進み、呼吸困難や出血なども出現するようになります。

クレアチニンやeGFR

CKDを防ぐためには、定期的に検査を受けることが有効です。血液検査（クレアチニンやeGFRの値）や尿検査で腎臓の状態を確認できます。特にeGFRは、近年のCKD患者の増加によって多くの医療機関で実施が定着してきました。腎臓の悪化を早くから発見できれば、塩分の制限や運動などの生活習慣の改善、また、腎臓機能を保護する作用が確認された薬を服用することによって、進行を遅らせることができます。

ふれあい鎌倉ホスピタル

全病棟で透析&リハビリ可能

取材協力

ふれあい鎌倉ホスピタルでは、透析治療を行なっています（担当・平林賢一医師）。透析室のスタッフのお話を紹介します。

同院の透析室の様子
取材協力

「ふれあい鎌倉ホスピタルでは、透析患者さまが安心して長期療養できる環境を用意しております。血液透析を行なっている方の入院では、3カ月以上は困難な病院が多い中、当院ではそのような期間にしばられることなく十分に療養できます。がん末期や指定難病など、複数の医療処置が必要な病状であっても入院での透析治療が可能です。

当院には複数の病棟があり、外来診療も行なっておりますが、全ての病棟あるいは外来にて透析治療を提供し、さらにリハビリテーションについても全ての病棟で可能です。入院しながら、一つの病院内で透析治療もリハビリテーションも受けられます」

ショートステイの利用も

「外来で透析治療を受けている方（通院透析患者さま）は、ショートステイの利用（短期入院）ができます。また、自力での透析通院が難しい方には、無料送迎（鎌倉市全域と周辺）を行なっております。

鎌倉と周辺エリアの医療ニーズに対応するために、当院は、医師だけでなく、看護師や臨床工学技士、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、などが連携し、患者さまごとに最適と考えられる医療を提案しております。ぜひ当院をご活用ください」。

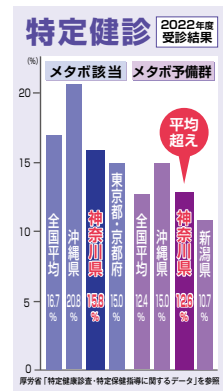
同院☎0467・23・1111
鎌倉市御成町9の5

神奈川県民の特定健診

メタボ予備群、平均超え

2022年度結果

メタボリックシンドローム（以下、メタボ）は、①内臓脂肪の蓄積によって腹囲が一定値を超え、かつ②「血圧高値」「脂質異常」「高血糖」の3項目のうち、2つ以上の該当者を指します。また、①を満たして②の項目の1つに該当する場合、「メタボ予備群」とされます。



当市を指します。

神奈川県は全国6番目の低さ（15・8％）でしたが、メタボ予備群では全国平均値の12・4％を上回る12・6％という結果が出ています。

すでに約16％は該当

厚労省による特定健診結果の集計では、メタボ該当率が最も高かった都道府県は沖縄県（20・8％）、最も低いのは東京都と京都府（ともに15・0％）で、全国平均は16・7％となりました。神奈川県は全

ふれあい平塚ホスピタル

健康な時こそ受診効果あり

今年度の「こくほの健診」6月開始

◇◇◇◇◇◇

平塚市の特定健診が受けられる「ふれあい平塚ホスピタル」。同院に寄せられる質問内容を、北見医師に紹介していただきました。

◇◇◇◇◇◇

【よくある質問❶】

なぜ、健康診断を受けなければならないのですか？受ける意味はありますか？

（北見医師）「健康診断は、自覚できない体の症状を数値で発見できる大事な手段です。国が推奨している『特定健診』は、メタボリックシンドロームを早期に発見し、大病を患う前に適切な治療につなげるための健康診断です。当院は、平塚市の特定健診『こくほの健診』の実施医療機関です。今年度は、来月の6月から開始します。ぜひお申込みください」。

【よくある質問❷】

何かの症状が出てから病院に行くのでは、ダメですか？

（北見医師）「生活習慣病と言われる糖尿病や高血圧などは、初期には自覚症状がほとんどなく、健康診断で異常値が見つかったとしても、治療を始めない人もいます。しかし進行するとドミノ倒しのように健康状態が悪化し、重篤な合併症につながっていきます。そうなると、適切な治療が受けられない事態も起こり得るため、症状がないうちから病気の芽を摘んでいくことが大切です」。

【よくある質問❸】

健康診断の効果的な活用の仕方を教えてください。

（北見医師）「健康診断は、その時点でのご自身のお体の状態を知るだけでなく、定期的に受けることで体の経年変化も確認できるようになりますので、毎年、必ず受けるようにしましょう。『特定健診』は、40～74歳までの医療保険加入者を対象としています。当院では、この時に一緒に受けられる他の検査（オプション検査）も充実しています。『動脈硬化検査』（ABI検査）はその一つです。オプション検査は保険適用外になりますが、より詳しい健康状態を知ることができます。ぜひご活用ください」。

【よくある質問❹】

動脈硬化検査（ABI検査）では、何がわかるのですか？

（北見医師）「体の血管が硬くボロボロになってしまう『動脈硬化』という状態は、放っておくと脳や心臓の血管を詰まらせて、命の危機にさらされる可能性があります。ABI検査は5分程度で血管年齢を調べられるので、動脈硬化による死亡リスクの高い病気の危険度を認識でき、さらに、首の部分に電子測定器をあてるだけの『頸動脈エコー検査』をあわせて受けると、より正確な血管状態がわかります」。

取材協力

■ふれあい平塚ホスピタル
☎0463・22・4105（代）
平塚市袖ケ浜1の12

ふれあい平塚ホスピタル
総合診療科
北見 彰 医師

常勤も！非常勤も！ 看護師・准看護師 大募集♪
「認知症ケア」を学びたい。
ブランクがあって、再就職に不安が…。
とにかく早く復職したい!!!!
取得した免許がもったいない！
このような方は、働きやすい湘南さくら病院へ。
ご応募・お問合せ
0467-54-2255
（総務課・内田、真々田）
◀サイトに詳細あり。応募も可能
湘南さくら病院
茅ヶ崎市下寺尾1833

医学講座

視聴無料・申込制

日時 6月25日(水)14:00から
参加方法 Zoomでリアルタイム視聴
講師 湘南さくら病院 看護課長 野澤 敏昭 看護師

精神科の病院を知ろう

病院の診療科の中でも「精神科」に対し、他と異なる感情を抱く方もいらっしゃると思います。今回の講座では、当院が精神科専門病院である特性を活かし、精神科の歴史を振り返りながら、入院方法や精神科病棟での生活などをお伝えしていきます。

こちらのサイトから
事前申込みが必要
6月24日(火)11:00まで

当日、パソコンやスマホでご自宅視聴
＊Wi-Fi接続をおすすめします

お問合せ
湘南さくら病院
☎0467-54-2255（代表）
茅ヶ崎市下寺尾1833

医学講座

何度でも視聴無料

公開開始 6月24日(火)から
参加方法 WEB動画（自由に視聴）
講師 ふれあい鎌倉ホスピタル 神経・脳血管専門外来担当 小出 隆司 医師

神経難病を知ろう 筋萎縮性側索硬化症（ALS） その❷

筋萎縮性側索硬化症は、運動神経の障害によって手足が少しずつ動かなくなり、言葉や飲み込む力も衰え、発症から3～5年ほどで呼吸もできなくなる難病です。前回は症状が中心でしたが、今回は解明されつつある原因や治療法の開発について説明します。

スマホ／タブレット／パソコンなどを使って動画配信ページにアクセス
インターネット上で動画を視聴
不明点はお気軽にお問合せください
◀ふれあい鎌倉ホスピタル 動画配信ページ

お問合せ
ふれあい鎌倉ホスピタル
☎0467-23-1111（代表）
鎌倉市御成町9-5