

健康生活お役立ち新聞

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

求人情報も満載!

横浜版

2025年10月

No.107



ふれあい東戸塚ホスピタル
総合診療科
本間 和夫 副院長

Q. インフルエンザの予防接種をする、インフルエンザにかからないのですか?
A. (本間副院長) インフルエンザのワクチン接種は、感染を完全に防ぐものではありませんが、症状を抑える効果や重症化を防ぐ効果が認められています。インフルエン



ふれあい東戸塚ホスピタル
総合診療科
栗原 和男 医師

Q. インフルエンザが流行ザワクチンは接種後2〜3週間抗体ができて、約5か月間効果が持続します。予防接種が例年、10月から始まるのはこのためです。10月に接種しても、インフルエンザが流行するシーズンをカバーできるからです。

■ふれあい東戸塚ホスピタル
045-827-2637(代)



ふれあい横浜ホスピタル
産婦人科
小林 藍子 医師

「子宮頸がんは、20代後半から罹患が増え、30代後半から40代にかけて最も多くなり

当院の子宮頸がん検診は、女性医師が担当しています。検査に不安がある場合など

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

康心会汐見台病院
常勤 看護師を大募集!
月給240,200円〜
経験に応じて優遇
045-761-3581 (担当/総務課 赤岡) 磯子区汐見台1-6-5

産後の骨盤リカバリーと体調管理
女性の健康を守る骨盤ケア講座①
参加無料
ライフステージによる骨盤の変化を解説し、効果あるエクササイズを紹介。助産師が皆さまからの質問にもお答えします。
第1回は、妊娠中〜産後の方を対象にした講座です。
申し込み不要
講師 理学療法士 金坂 美絵子 (康心会汐見台病院 リハビリ科) 助産師 (康心会汐見台病院 産婦人科)
開催日 11/17 13:30~14:30 会場 横浜市屏風ヶ浦地域ケアプラザ
045-761-3581 (代表)

取材協力

流行してからでは遅い!

早めの予防接種で抗体をつける効果

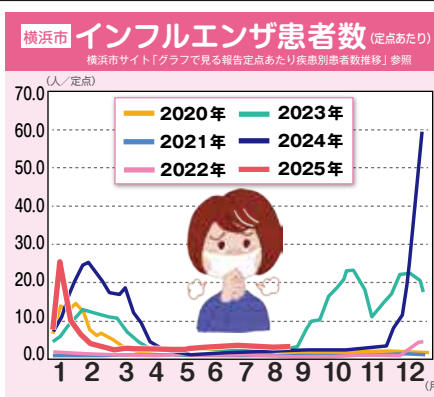
ふれあい東戸塚ホスピタル

予約制で各種の予防接種を行なっているふれあい東戸塚ホスピタルの担当医師に、インフルエンザについて話を伺いました。

予約制で各種の予防接種を行なっているふれあい東戸塚ホスピタルの担当医師に、インフルエンザについて話を伺いました。

してから予防接種を受けることはできますか?

A. (栗原医師) コロナ禍以前は、大体12月後半から1月にインフルエンザは流行のピークを迎える傾向にありましたが、一昨年は11月と12月の2回にわたって流行のピークがありました。また昨年は12月にピークを迎えましたが、流行の警報基準を大幅に上回る感染者が確認されました。今年の流行時期はまだわかりませんが、ワクチンは抗体ができて上がるまで時間を要します。ですから、早めの接種をおすすめしています。



インフルエンザを予防する有力な方法の一つに、ワクチン接種があります。もしも感染して発症した場合、重症化を抑えるために力を発揮します。インフルエンザは、ウイルスに感染してからすぐに発症するものではなく、感染後、1〜4日程度にわたって体内に潜伏

日々予防方法
インフルエンザでは、ワクチン接種は流行前に行なうことが効果的とされます。このほかにも予防のために、手洗いやうがい、習慣化し、マスクを着用して咳エチケットを守り、体の抵抗力をつけるために十分な栄養とバランスのよい食事をとり、適度な湿度環境を意識しましょう。

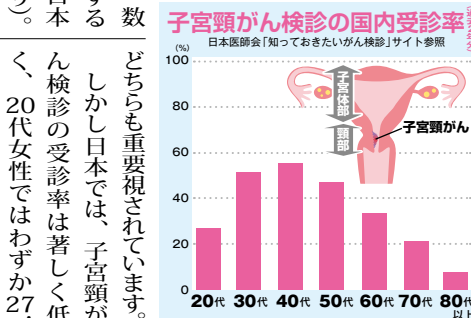
インフルエンザの流行に注意しなくてはならない季節になりました。横浜市では、昨年は年末にかけて大流行しました。

インフルエンザに感染したとしても、発症する可能性を低減させる効果がワクチンにはあります。また、感染して発症した場合でも、重症化を抑えるために力を発揮します。

警報基準値を大幅に上回るしています。その後、高熱や倦怠感などの症状が全身に現れます。横浜市内では、昨シーズンは12月から1月中旬に流行し、「注意報」を超えた「警報」が発令されました。感染者数は、基準値を大きく上回るものでした。

誰でも一度は感染する 子宮頸がんを防ぐ方法 ヒトパピローマウイルス対策

子宮頸がんは、ヒトパピローマウイルス(HPV)が原因であることがほとんどです。HPVは、性的な接触によって男性・女性を問わず感染する珍しいウィルスで、特に女性では、一生に一度は感染すると考えられています。治療しなかった一部に子宮頸部にHPVが感染すると約10%にウイルスが長くとどまり、その治療しなかった一部に「子宮頸部異形成」が出現します。これはがんの前段階の状態(前がん病変)で、数年後に子宮頸がんに進行する可能性のあるものです(日本産科婦人科学会サイトより)。



急募!
充足後、即終了
食事の配膳
選べる! 就業スタイル
常勤 非常勤
通勤リハ担当から常勤 非常勤
2駅どちらから徒歩3分
駅近
常勤 非常勤
車椅子介助
レクの企画
ボーナス 年3回
フル活用
医療費 0円
残業 0時間
介護士
ふれあい横浜ホスピタル 045-681-5101

医学講座
15名無料・予約順
日時 11月26日(水) 14:00 から
参加方法 事前予約で会場にて無料聴講
講師 西脇 薫 医師
帯状疱疹と帯状疱疹ワクチンについて
事前予約で参加が可能(電話受付)
会場 会場
最寄駅 最寄駅
JR関内駅 南口徒歩3分
伊勢佐木長者町駅 2番出口徒歩3分

外来治療センター（血液疾患・難病が主な対象） 二俣川から通院者専用バス 康心会汐見台病院

今年7月に開設した康心会汐見台病院の「外来治療センター」では、通院者の利便性を考え、二俣川駅からバスの運行を開始しました。

同院の新しい「外来治療センター」（難病・希少血液疾患センター）は、血液腫瘍・難病・希少血液疾患などを対象に、外来で継続的な治療を受けられるように整えられた専門部門です。2名の血液専門医（井上靖之医師、小杉成樹医師）が、血液疾患などを抱えていても、できる限り普段通りの日常生活を送り、安心感をもって、通院で点滴や注射などを続けられるための診療を行なっています。



康心会汐見台病院 部長 井上靖之医師
康心会汐見台病院 小杉成樹医師

最善を尽くすための 必要不可欠な極限想定

○…7月にオープンした「外来治療センター」で血液内科の専門外来を担当し、病棟診療（入院患者の治療も行なっています）。「センター」にある診察室や治療スペースだけでなく、病棟のクリーン

この「人」に聞く



小杉 成樹 医師

（こすぎ しげき）

康心会汐見台病院

【血液内科専門外来】

日本血液学会 血液専門医・指導医
日本臨床腫瘍学会 がん薬物療法専門医・指導医

での赴任が多く、「当院のクリーンルームの新設には、今まで担当してきた病室の経験を活かし、患者さまのより良い療養のためにいくつか提案しました」と話す通り、閉鎖空間にならないように考えた窓や、転倒などによる外傷を避けるためのバリアフリー化（ベッド周りに段差がない）が施された病室環境が予定されています。○…血液疾患は、10万人都市で換算すると5〜10人の割合で罹るとされています。「この割合は糖尿病などに比べると、とても低いように見えます。しかし、血液疾患はある日突然発症するので、この5〜10人の中にいつ自分がカウントされるかわかりません。だからこそ、できるだけ早期に発見し、一律な治療だけではなく、その方に適した医療を提供できるように努力しています。『あの時、こうしておけば』という事態を招かないために、最悪を考えて最善を尽くすことを胸に刻んでいます」。

主な診療対象は、血液がん（白血病、悪性リンパ腫、多発性骨髄腫など）のほか、再生不良性貧血、特発性血小板減少性紫斑病、自己免疫性溶血性貧血などの難病・希少疾患、さらに鉄欠乏性貧血や血友病なども含まれます。

担当医は、「健康診断で血液検査の異常を指摘された方や、出血しやすい感じ、またはリンパ節の腫れが気になる方は、お早めに当院へおかけください。新しいクリーンルーム（無菌室）は、年内（予定）にも使用開始になります」と話しています。〈取材協力〉

利便性の向上と安心感

同センターに通院する患者のために、二俣川駅から専用バスの運行が始まりました。同院まで直通運行で、毎週木曜日に利用できます。これまで同院は、どの診



康心会汐見台病院
045-761-3581(代)
磯子区汐見台1の6の5

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!

必須 甲種消防設備士
普通自動車免許

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

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

いずれかの
免許必須

医療法人社団
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▶



保育園が無料!
車通勤もOK♪

横浜市内または湘南地域へ直行・直帰（10:00～17:00）

訪問美容

病院や介護施設の方に、理美容サービスを提供するお仕事です。

時給UPしました **2,100円** 詳しくはお電話で ☎0467-84-0167 (株)フォーライフ企画

必須 甲種消防設備士
普通自動車免許

医療相談員

MSW

詳細は、お電話などでお問合せください。
QRコードから待遇等をご確認の上、ご応募ください。

同院 ☎045-681-5101(代) ✉h-kimura@fureai-g.or.jp

ふれあい横浜ホスピタル

- 2駅（JR・地下鉄）から徒歩3分、通勤便利♪
- 社会福祉士の資格をお持ちの方
- 常勤または非常勤を募集

選考 書類 面接

湘南医療大学 横浜市戸塚区上品濃16-48 (最寄り：東戸塚駅)

研究費担当者を募集(所属・総務課)

「人のために生きる」未来の医療人を育成する大学でのお仕事です。

急募

普通自動車免許
所有者は尚可
研究費業務経験者は優遇

- 学生の成長を肌で感じることができる職場
- 研究に関する業務にご興味のある方は、ぜひご応募を!
- 駅から徒歩圏内。シャトルバスの利用も可能。

看護の現場を支え、患者さまを支える

パートタイム 看護助手

時給 **1300円** 医療費補助 保育所あり

看護助手免許が不要のお仕事です

ご応募・詳細 綾瀬厚生病院 ▶

湘南ふれあいの園 シニアホテル シリーズ

有料老人ホームは、介護が必要になってからお世話になる場所とは限りません。当施設サウスウイングは、自分らしい生活を継続できる住宅型ホームです。自由度の高い生活と、介護のクオリティを感じていただけたらと思います。

シニアホテル東戸塚サウスウイング
「東戸塚駅」無料シャトルバス **5分**

住宅型有料老人ホーム

シニアホテル東戸塚サウスウイング

☎045-820-2240

横浜市戸塚区上品濃16-15

交通アクセス

徒歩 JR東戸塚駅西口から15分
車 横浜新道「川上IC」または「今井IC」から5分(無料駐車場あり)

【施設概要】土地・建物の権利形態：通常借家契約・自動更新条項あり(契約期間2037.7.9迄)/敷地面積：6605.51㎡/延床面積：7515.79㎡(うち有料老人ホーム5422.14㎡/鉄筋コンクリート造・地上7階建)/住居の権利形態：利用権方式(返還金制度あり)/開設日：2007.10.1/5室募集(全112室)/入居一時金：1,700万円～3,200万円(1人)/管理費：163,429円～230,476円(1人)/食費：183食30日の場合(90食分)61,920円/入居資格：65歳以上の自立または要支援・要介護/事業主：(有)湘南ふれあいの園/広告有効期限：2025.12.31

入居者
さま
募集



取材協力

レントゲン検査の結果を伝える森岡医師

「当センターは、病気の予防や早期発見によって皆さまの健康を守るために、健康診断や各種の検査を専門的に扱っている施設です。通常の一般的な健康診断や、詳細な健康診断である人間ドック、生活習慣病を予防するための健康診断のほか、

ふれあい横浜ホスピタル健康管理センターには、内視鏡医による胃カメラ検査や医師の面談が受けられるコースがあります。スタッフのお話を紹介します。

オプシオンで胃の粘膜検査が可能 内視鏡専門医による人間ドック ふれあい横浜HP健康管理センター



中年に差し掛かる40代くらいから、生活習慣に起因する病気の発症が多くなります。高血圧、脂質異常、高血糖などによって、がんや脳卒中などによって、がんや脳卒中などによって、

フォローの充実さは大事 受けて終わりにしない健診選び 医師や保健師の面談の有無

現代は、便利な社会生活によって30代以下の若年層であっても、乱れた生活を送っている人は少なくありません。中年世代と同じように「生活習慣病」に注意する必要があります。具体的な改善方法を知ることは、生活習慣病に気を付けるために何から始めればよいかわからないと、その一つは「健康診断を受ける」ことです。健康診断よりも検査項目が多い「人間ドック」でもよいでしょう。自分の体の今の状態が数値や画像でとらえることができるので、血糖値やレントゲン写真などから、具体的にどのような生活内容を改善すべきかがわかります。医師や保健師による面談があれば、明確な改善方法を得られるでしょう。また、人間ドックのコースによっては、将来に発症するリスクが高い疾患について知ることができるものもあります。

「詳細な健康診断である『人間ドック』では、さまざまなオプシオンが選べます。例えば、専門の医師が内視鏡を使って食道・胃・十二指腸の粘膜を観察

横浜市の特定健診・がん検診などの受診も可能です。病院『ふれあい横浜ホスピタル』の一部に施設を構えている病院併設型健診施設なので、もしも受診結果に「要再検査」があった場合でも、同じ建物の異なる階の病院で、精密検査や専門治療を受けることができます。併設していることで、密な連携があるからです」

当日の結果をもとに、森岡淳医師Ⅱ写真Ⅱや保健師が直接説明します。数値や画像結果から、現在の生活習慣についてどのようなことを改善すべきかを、具体的にアドバイスします。日々のちよつとした工夫ですぐに実行できるポイントなどを伝え、無理なく続けられる健康づくりをサポートしています。

し、胃がんや潰瘍、ポリプの有無を調べる検査（胃部内視鏡検査）があります。苦痛が軽減するように、鎮静剤を使用しながら行ないます。人間ドックの受診後には、

けるために何から始めればよいかわからないと、その一つは「健康診断を受ける」ことです。健康診断よりも検査項目が多い「人間ドック」でもよいでしょう。自分の体の今の状態が数値や画像でとらえることができるので、血糖値やレントゲン写真などから、具体的にどのような生活内容を改善すべきかがわかります。医師や保健師による面談があれば、明確な改善方法を得られるでしょう。また、人間ドックのコースによっては、将来に発症するリスクが高い疾患について知ることができるものもあります。

茅ヶ崎看護専門学校 学校説明会

11/25 16:00~18:00
12/16 16:00~18:00
12/23 16:00~18:00

お申込み
茅ヶ崎看護専門学校
茅ヶ崎市今宿390
入試相談室
☎0467-86-6011

第3回 AO入試
試験日 12/13 土 (発表 12/23)
受付 11/25 火 ~12/5 金
社会人もエントリー可!

茅ヶ崎看護専門学校は、11月と12月の学校説明会を平日の夕方に開催しますⅡ左表参照。土日に予定がつかなくても、参加しやすい日程になっています。開催当日は、学生たちの普段の学校生活の様子を見るこ

平日夕方の学校説明会は 日常を知る絶好の機会

茅ヶ崎看護専門学校
とができ、放課後の雰囲気も体感できます。
将来を思い描ける
同校のスタッフは、次のように話しています。
「平日の夕方に学校説明会を開催することで、茅ヶ崎看護専門学校のリアルな日常と生活感を知っていただく絶好の機会になると思っています。看護学生になった姿を自身でしっかりとイメージするために、大事なことだと考えているからです。
本校の受験者は、ほとんどが学校説明会に参加されています。説明会では入試対策や面接試験のポイントだけでなく、学費や奨学金についても丁寧に伝えます。この春に入学を検討している方のか、看護師について興味がある高校1・2年生の方、社会人の方、看護師になろうか迷っている方まで、どうぞご参加ください。参加には予約が必要ですので、公式ホームページまたはお電話でお申し込みください。」

相手の笑顔をつくる 誇りある介護福祉士の仕事

医療ビジネス観光福祉専門学校

高齢化が進む日本では、介護の力が社会を支える大切な基盤となっています。その中心として活躍する専門職が、「介護福祉士」です。国家資格の一つです。
介護福祉士は、介護を必要としている人の食事や、入浴をはじめとする日常生活を支え、気持ちに寄り添い、その人らしい暮らしを守る専門的な仕事です。
介護福祉学科で将来の介護福祉士を育成している「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。
活躍の場は次々と広がる
「介護福祉士は、人と人との関わりを通して『ありがとう』という心からの感謝の言葉をいただくことができる貴重な職業です。その言葉は何よりのやりがいであり、自

茅ヶ崎看護専門学校
茅ヶ崎市今宿390
☎0467-866011

分の存在が誰かの支えになっていることを実感できます。
本校では、学生に介護の専門的な知識と技術を身に付けていきます。医療や福祉の現場では、実力ある人材が求められるからです。その専門性をもって、将来にわたって安定して働くことができます。

経験を重ねることで、現場のリーダーを務めたり、ケアマネジャーとして活躍する道もひらけるでしょう。地域に貢献することもできると思います。人の暮らしと笑顔をつくる誇りある仕事について、着実なスキルを本校で習得しませんか。

茅ヶ崎看護専門学校
茅ヶ崎市今宿390
☎0427449711
相模原市南区上鶴間本町3の18の27 町田駅から徒歩1分

急募 調理師 または 栄養士

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。
◆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

(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!

東戸塚エリアまたは横浜市内の医療・介護系施設

おそうじ好き

シニア活躍
パート 時給1162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:磯子区,戸塚区,中区などの医療施設または学校での清掃業務
お問合せ...リード商会 清掃事業部 ☎080-7646-1764(菅原)

シニア応援! 植栽スタッフ募集

経験者優遇
医療機関の敷地庭園や草花のお手入れ
ふれあいファーム
詳しくは ☎0467-88-1263
recruit@fureai-g.or.jp まで!
勤務地:戸塚区上品濃
年齢制限なし 時給1162円 パート(非常勤) 必要な資格なし

看護補助のお仕事

介護職員初任者研修(旧ホームヘルパー2級) 常勤 スタッフ 数名
資格不問 非常勤 スタッフ 数名
給与などの詳細、ご応募はこちら▼
ふれあい鶴見ホスピタル
横浜市鶴見区東寺尾4-4-22
☎045-586-1717
tsurumi@fureai-g.or.jp

合格の先に、 薬剤師としての道がある。

出願受付いよいよスタート!
総合型選抜Ⅱ期
学校推薦型選抜Ⅱ期

薬学部 総合型選抜Ⅱ期(併願可)

Ⅱ期 11/23(日) ▶ 課題文型小論文・面接試験・書類審査 (多面約・総合評価)
出願期間 11月1日(土)~11月14日(金)

薬学部 学校推薦型選抜Ⅱ期(一般公募型(併願可)・指定校型)

Ⅱ期 12/14(日) ▶ 課題文型小論文(一般公募型のみ)・面接試験・書類審査 (多面約・総合評価)
出願期間 11月21日(金)~12月5日(金)

湘南医療大学は
薬剤師を目指す学生への 経済的サポートを実現します!
入試事務室 〒244-0806 神奈川県横浜市戸塚区上品濃16-48
お問い合わせ ☎045-821-0115 nyushi@sums.ac.jp

195万円
169万円
湘南医療大学
Shonan University of Medical Sciences

