

Sakura さくら



Photo：薬剤部のスタッフ

国境を越えるケア。 私たちの頼れる仲間。

異国の地で、患者さんと向き合い、医療の現場に飛び込んできた海外出身のスタッフ。文化も言葉も違う環境で働く中で、どんな想いで日々ケアを届けているのか。今回、彼らの看護・介護観をインタビューしました。



インドネシア

看護師 アンサー リカヤンティ

回復期にある患者さんの「できるようになった」を一緒に喜び、前向きな気持ちを支えられるよう努めています。笑顔と声かけを大切にし、安心できる看護を心がけています。退院後の生活を見据えた看護を大切にしています。



看護師 ハジャル

痛み・息苦しさなど患者さんそれぞれが抱える問題に共感し、信頼関係を深めていくことで、患者さんの不安感を軽減することが重要です。インドネシアと文化的・宗教的に違いはありますが、看護師として大切な役割は同じです。まだまだ日本語がわからないことがいっぱいありますが、患者さんからじっくり話を聞き、何に不安を感じているか具体的に把握していきたいです。



看護師 フィトリアナ クスマワルダニ

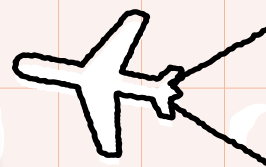
日々患者さんやご家族の方々と関わる時間は私たちにとって大切なひとときです。治療や処置だけでなく、心に寄り添うケアを大切にし、安心して入院生活を送っていただけるよう努めています。仕事は時に大変な時もありますが、患者さんの笑顔や「ありがとう」の言葉は私にとって何よりの励みです。これからも一人ひとりの気持ちに寄り添い、少しでも安心して過ごしていただけるよう心を込めて看護します。



介護福祉士 アリ アリヤナ

患者さんが安心して入院生活を送れるようにいつも笑顔で丁寧な対応を心がけています。

小さな気づきも大切に、チームの一員として支えになれるように努めています。



介護福祉士 ヘルミ ヌルラ

患者さんが安心してリハビリテーションに取り組めるよう、笑顔で思いやりのある対応を心がけています。

日本での経験を通して成長し、より良い介護を提供できるよう日々努力しています。



介護福祉士 ウィンヤタナートウン

ミャンマー

患者さん一人ひとりに寄り添い、安心して過ごしていただけるよう笑顔での対応を心がけています。小さな変化にも気づけるよう、日々学びながら丁寧なケアを大切にしています。これからも思いやりの心を忘れず、患者さんに信頼される介護を目指していきたいと思います。



介護士 リズキー ヘラマワン

患者さんの世話をするのが好きなので、やりがいを感じています。仕事中は事故などがないう、細心の注意を払っています。



介護士 サンイライン

患者さんの尊厳を守り、安心して生活していただくために、丁寧な声がけと説明を行い、相手のペースや気持ちを尊重しながら安全に配慮した介助をしています。また、プライバシーへの配慮とともに、小さな変化に気づけるよう日々観察しながら対応しています。

教えて! ドクター

地域包括医療病棟のご紹介

「治療はしないといけない、でも入院すると寝たきりになってしまうのでは…」そんなときに力を発揮するのが、私たち地域包括医療病棟です。



地域包括医療病棟って？

地域包括医療病棟は、2024年から新設された「治療もできる・リハビリテーションもできる」機能を持つ病棟区分です。

誤嚥性肺炎や尿路感染症、心不全、脱水症など、高齢の方に多い病気に幅広く対応し、点滴や抗生剤などの一般的な急性期治療を続けながら、リハビリテーションや栄養管理、口から食べる支援を行っています。

実は急性期病院では、リハビリテーションの提供時間が1日20〜

365日リハビリに対応

40分ほどに限られる場合が多く、特に土日は大幅に減ってしまうことが少なくありません。

一方、当病棟では1日平均1時間20分前後のリハビリテーションを365日休まず提供しています。

高齢の方は短期間の入院でもADL（日常生活を送るための機能）が大きく低下してしまうため、私たちは治療とリハビリテーションを同時に進め、筋力や体力を落とさず、廃用症候群（動かないことで体が弱ること）を徹底的に防ぐことを目標としています。

また当院では、誤嚥性肺炎の疑



「口から食べる」を最後まで

いで入院された方の約半数に嚥下造影検査を実施し、「口から食べる」ことを最後まで支えます。

その結果、2025年度の現時点で在宅復帰率（自宅ほか、施設も含む）約9割、退院時のADL低下率はわずか2〜5%と、高い成果を上げています。

地域の救急医療を支える

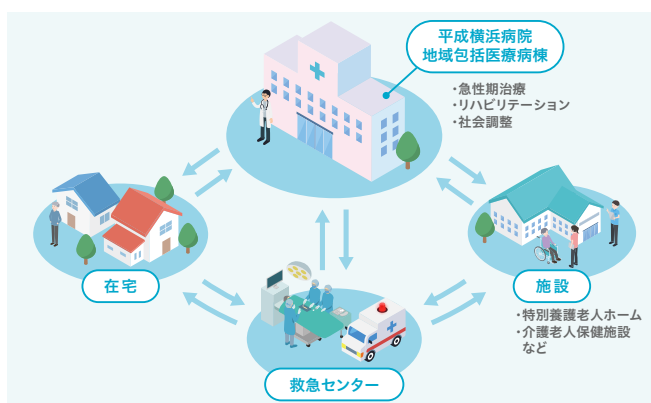
そしてもう一つの特長が、救急車の受け入れです。

地域の救急要請にも積極的に対応し、高度急性期病院と共に地域の救急医療を支える病院として診療しています。

単に転院を受けるだけの病棟ではなく、地域の急性期医療の一翼を担う存在として、日々診療にあたっています。

「リハビリテーションの病院というイメージだけど大丈夫？」と不安に思う方もいるかもしれませんが、当院では画像検査・血液検査を24時間体制で実施し、医師・看護師・リハビリスタッフ・栄養士・

歯科医師・歯科衛生士などの多職種が連携して治療を行っています。リハビリテーションが得意な病院だからこそできる急性期診療を心がけています。



私たちは最先端の高度急性期医療は行えませんが、高齢の方が本来に必要な「丁寧な診療と生活へのリハビリテーション」を、毎日休まず続けています。

これからも、地域のみなさまと共に。平成横浜病院は、「自分らしく生きる」を支える病院であり続けます。

整形外科に新しい ドクターが加わりました!

今秋、整形外科に前田 皓医師が着任しました。以下、前田医師からのコメントをご紹介します。

「目の前の患者さんを幸せにすること」をモットーに、日々の診療にあたっています。出会ったすべての患者さんが笑顔になれるよう、丁寧で温かい医療を心がけています。持ち前の笑顔と明るさで、患者さんはもちろん、共に働く仲間や地域の方々にも笑顔が広がるような、明るく温かい雰囲気づくりに貢献していきたいと考えています。



整形外科 前田 皓 (Maeda Mamoru)

外 来 担 当 表					
	月	火	水	木	金
午前	前田 皓	松本 淳一朗	赤松 智隆	浅野 駿介 町田 治郎 外澤 正一(予約制)	門田 唱平
午後	秋山 豪介	笠間 文哉	外澤 正一	佐藤 雅経 町田 治郎	山口 さやか

【外来受付時間】午前 8:30～11:30／午後 12:00～16:30 【休診日】土・日・祝日・年末年始

未来のナースへ一歩 中学生・職業体験レポート



将来ナース・プラクティショナー(NP)を目指す中学3年生が、当院で職業体験を行いました。バイタルチェックやギプスを巻く体験、「飲み込みが弱い方のために飲み物へとろみをつける介助」などを体験。生徒さんは「医療の現場を間近に感じられた」「看護師は大変な仕事だと思っていたけれど、笑顔が多くて安心した」「患者さんと直接触れ合うバイタルチェックが一番楽しかった」と、目を輝かせて話してくれました。



↑先輩看護師のアドバイスを真剣に聞く生徒



↑整形外科医の腕を練習台にギプスカットに挑戦する様子

当院のスタッフも、この職業体験を通し、地域との連携や教育に貢献する大切さに気付かされる1日でした。若い世代が医療に親しみ、現場の人や空気に触れることで、将来の進路を具体的に描くきっかけになります。患者さんを支える看護師の姿を見た経験が、未来の医療を担う一歩につながることを願っています。



女性の健康応援キャンペーン

あなたと、あなたの大切な人のために 年に一度の人間ドック・健康診断を。

これからの季節は、気温の変化や乾燥、冷えなどにより、体調を崩しやすい季節です。
ご自身の健康を見直し、未来の自分への贈りものとして人間ドック・健康診断を受けてみませんか？平成横浜病院 総合健診センターでは、女性のみなさまが安心して受診できるよう、充実した体制を整えています。



写真は健康ランチの一例です



○当健診センターの特長

- 1 女性専用エリア
プライバシーに配慮した安心の環境
- 2 充実の検査内容
乳がん・子宮がん検診にも対応
- 3 選べるコース
午後から受診できるドックコースもあり
- 4 健康ランチ付き
人間ドック受診者には、管理栄養士監修のランチを提供
- 5 安心のフォロー体制
平成横浜病院と連携しているため、万が一の場合も安心



ご自身の健康診断は受けていても、配偶者の方はいかがでしょう。特に40代以降は、症状がなくても体の中で変化が始まっていることがあります。「忙しいから」と先延ばしにせず、年に一度の健診で生活習慣病やがんなどの早期発見・予防につなげましょう。

当センターでは、配偶者の方も受診できるコースをご用意しています。大切なご家族と一緒に、健康を見直すきっかけにしてみませんか？

料金の案内

検査項目	料金（税込）
子宮頸がん検査	5,500 円
3D マンモグラフィ検査	9,900 円
乳腺超音波検査	5,500 円
セットコース	料金（税込）
①子宮頸がん検査 ② 3D マンモグラフィ ③乳腺超音波検査	18,500 円
① 3D マンモグラフィ検査 ②乳腺超音波検査	15,000 円

ご予約・
お問い合わせは
こちら

健診予約センター

☎ 045-860-1888



背中伸ばし体操



Step1

両手を胸の前で組んでしっかり伸ばします。

5秒保持



Step2

両腕をゆっくり上に上げて背筋を伸ばします。
顔を下げないように。

体幹側屈体操



5秒保持

Step1とStep2を
数回繰り返します

Step1

両手を組んで
しっかり上に
伸ばします。

Step2

ゆっくりと横に体ごと
倒し、体の横側をスト
レッチします。

両足上げ

椅子に深く腰掛け、
背中を背もたれにつ
けます。



両足を閉じ、同時にゆっ
くり上げてゆっくり下ろ
します。
余裕のある人は、背中を
背もたれから離れた状態
で行います。
上半身が前かがみになっ
たり後ろに反ったりしな
いように注意しましょう。

※ 当院では地域のみなさまの健康サポートを目的として「健康長
寿サポート外来」を設置しています。各種検査や体力測定、診察を通
して、今後の生活改善に向けた指導を行います。くわしくはリハビリ
テーション科外来(☎045-860-1764)までお問い合わせください。

かんたん 健康体操

Simple
Health
Exercise

リハビリスタッフがご紹介！

第4回

自宅でできる健康体操

寒い冬を 健康に乗り越えるため 運動習慣をつけよう

これからの季節、寒さが厳しく
なると日頃の運動習慣や外出
の頻度が減ってしまい、運動不
足になりがちです。

加齢とともに心身の活力が低下
した状態のことを「フレイル」と
いい、運動機能や認知機能の低
下から生活に影響が出てしまう
可能性があります。

しかし、フレイルは適切な対策
をすればまだまだ心身の向上
が可能な状態でもあり、正しく
治療・予防することが大切です。
そんなフレイルにならないよう
に、今回はおうちでできる体操
を紹介します。座りながらでもで
きるようなものなので、体を動
かす習慣をつけるためにもぜひ
やってみてください！

「おうちで健康づくり」
動画シリーズを
YouTubeで公開中！



あなたの「薬」をトータルサポート！ — 病棟担当薬剤師、をご存知ですか？ —



当院の薬剤部では、各病棟に専任の【病棟担当薬剤師】を配置しています。

医師や看護師、リハビリスタッフなど、多職種と連携することで、薬剤師の専門性を活かしチーム医療へ参加しています。

入院を機にした薬の見直し

入院は、病気の治療が一番の目的ではありますが、【必要な薬】と【不要な薬】を分別する良い機会ともなります。

病気に対して、さまざまな医療機関の診療科にかかるうちに、いつの間にか薬の種類が増えたり、症状がなくなっているにもかかわらず服薬を続けたりしている場合があります。

「食欲がない時に飲んでいた漢方を、今も飲み続けている」「いつ処方してもらったかわからないが、ひとまず飲んでいる」「眠れないからと睡眠導入剤をたくさん処方してもらったが、朝方体がだるい」など、患者さんの状態はさまざまです。

入院時には、薬剤師がお薬手帳の情報、患者さんやご家族から日頃の症状、服薬状況などの情報を一つひとつ確認します。その情報を元に、医師へ提案を行い、患

者さんに合った最適な薬物治療を提供できるように取り組んでいます。

正しい服薬継続のためのサポートと退院後支援

最適な薬物治療には、正しい【服薬の継続】が欠かせません。錠剤が飲み込みづらい患者さんには、口の中で溶けるような薬や、液体の薬など飲みやすい剤型への変更を提案をしたり、「昼」は仕事や外出が多く飲み忘れる患者さんには、「朝」や「夕」へ服薬のタイミングを変更する提案などを行います。

退院後も、継続して薬を飲んでいただけるように、他の医療スタッフとも協力をしながら患者さんのサポートをしていきます。薬で困ったことがあればいつでもご相談ください。



無料送迎バスのご案内

- ・無料送迎バスをご利用の場合は、バス待合所「くるくる」をご利用ください。
- ・バス待合所「くるくる」は、戸塚パルソ出口「モリフルーツ」さん横付近になります。
- ・雨でも駅から濡れずに乗降場にお越しいただけます。



※バス停留所はございません。 ※土曜・日曜・祝日は終日運休となります。



医療法人 横浜平会

平成横浜病院
HEISEI YOKOHAMA HOSPITAL

- 【 受付時間 】 8:30～11:30 / 12:00～16:30
- 【 休診 】 土曜・日曜・祝日
- 【 病院代表 】 045-860-1777

info@yokohamahp.jp

yokohamahp.jp

〒244-0003 神奈川県横浜市戸塚区戸塚町550番地

- 【 健診受付時間 】 月～金曜 8:30～17:00
- 【 予約センター (人間ドック・各種健診) 】 045-860-1888