

Public relations magazine SAISEI Oh! MIYA

わたしたち常陸大宮済生会病院と
皆ざんを結ぶ広報誌

さいせい
済生

あおみや



特集

新人看護師、頑張っています!

- マンモグラフィ装置更新
- 新任ドクター紹介
- 栄養科通信「夏バテ予防レシピ」
- Oh!miya topics ほか

2022
第27号
夏号

社会福祉法人 済生会支部 茨城県済生会
常陸大宮済生会病院

まらり☆ナース

新人看護師、 頑張っています！



◇4月に入職した新人看護師の研修内容をご紹介します。

4月



多職種合同入職オリエンテーション
では病院概要などの他、基本技術の
研修を行いました。

6月



摂食嚥下障害について言語聴覚士より講義を受けました。
また、新人同士患者役になり実際に食事介助を行いました。



新人さんから一言

☆入職して3か月経った今の気持ちを教えてください

- ・はじめは何もできず、分からない事ばかりでしたが、少しずつできることが増え患者さんとの関わりに、やりがいや楽しさを感じています。
- ・病棟の雰囲気にも慣れ、看護師として働く自覚と責任を感じています。
- ・プリセプターや先輩方が優しく指導してくれるので、安心して働けます。



☆入職して感動した事、うれしかったことはなんですか？

- ・患者さんから「ありがとう」の言葉をいただいたときです。
- ・採血後、患者さんから「痛くなかったよ」と声を掛けてくださったことです。
- ・患者さんに名前を覚えてもらったことです。
- ・患者さんから「看護師さん」と呼ばれたときはとてもうれしく、あこがれていた看護師になれたのだと実感したことです。
- ・先輩から「このところ、良くできていたね」「頑張っているね」と褒められたことです。

☆今後の抱負をお聞かせください

- ・自分と接することで、患者さんが心を開き、笑顔になってもらえるように頑張ります。
- ・初心を忘れず、患者さんの心に寄り添う看護をしていきたいです。
- ・早くチームの一員として働けるように頑張ります。



プリセプター（新人指導）から一言

☆入職して3か月経った新人さんの様子はどうですか？

- ・少しずつ仕事に慣れてきて、笑顔がみられ、積極的に頑張っています。
- ・患者さんと明るく笑顔で接することができ、スタッフとの会話も増えてきています。
- ・出来ることも増え、やりがいを持って仕事に向き合っているように感じます。

☆新人さんとの関わりで、うれしかったことはなんですか？

- ・指導した技術やケアが上手に行えるようになったことです。
- ・指導した内容をきちんと振り返り、それを活かし、次の行動につなげられていた時、うれしく思いました。
- ・日々成長が見られ、頑張っていることが伝わってきて嬉しかったです。

☆新人さんへのメッセージをお願いします

- ・疲れがたまってくる頃だと思います。息抜きをしながらストレスをためずに、一緒に頑張っていきましょう。
- ・これからも覚えることが沢山あると思いますが、今の頑張りが今後の自分の成長へつながっていくと思いますので頑張ってください。
- ・新しい環境で学ぶことが多く、不安もある事だと思います。それを一人で抱え込まず、私たちや先輩に頼ったりして、共に成長していきましょう。感謝の気持ちを忘れずに・・・。



今年度から教育担当として主に新人教育、臨床実習に携わる事になりました。新人の教育を強化しフォローすることで、新人看護師が少しでも早く病棟に馴染むことが出き、着実に看護を学ぶ環境を作る役割として今年度から開始となりました。主任業務との兼務ですので思うように進まないところもありますが、7名の新人の笑顔とやる気にこちらが元気をもらいながら進めています。今年度の新人は、やる気があり、指導に対しても素直さがみられるのでこれからの成長を楽しみに感じています。当院の理念にもある「患者中心の医療」を目指し、看護の楽しさ、やりがいを共に見つけながら一緒に成長できればと思います。

看護主任 石井 ひと絵

マンモグラフィ 装置更新



この度当院では、マンモグラフィ装置（キャノンメディカルシステムズ社製 MAMMOREX Peruru DIGITAL）を導入し、2022年7月1日より運用を開始しました。

以前の装置と比べ、下記の点でさらに患者様に対してより快適に検査を行えます。

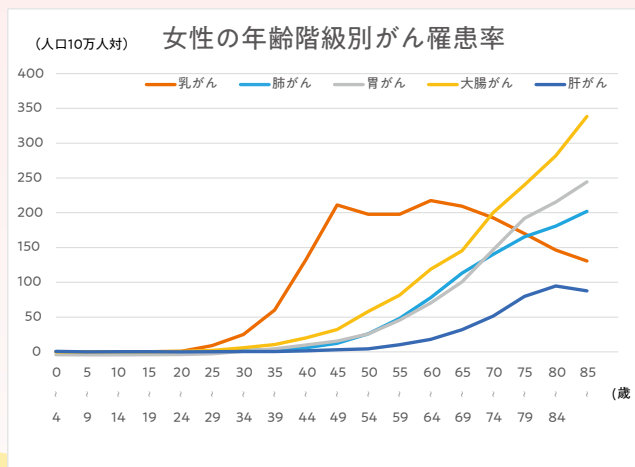
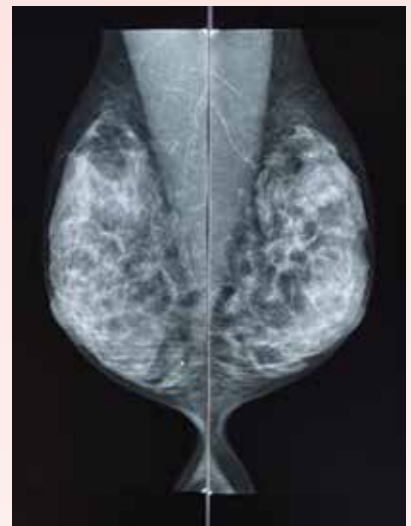
- ①「痛みの少ない」圧迫システムが採用されており、痛みの低減と確かな乳腺の伸展が可能です。
- ②見やすい画像で、日本人女性に多い高濃度乳房もさらに診断しやすくなります。

マンモグラフィ検査では乳腺は白く、脂肪は透けて黒く映し出されます。がん病変は乳腺と同じく白く描出されるため、乳腺が多い高濃度乳房では小さながん病変は乳腺に隠れてしまいます。

日本人女性の乳がんにかかる人数はがんの中で最も多く、今や9人に1人が乳がんになる時代です。死亡者数は年間1万5千人に迫っています。特に壮年期（30歳から64歳）女性の死亡原因のトップになっており、働き盛りを襲う“がん”ともいえます。乳がんにかかる人数は増えていますが、早期に見することで、90%以上が回復をめざせます。

乳がんの症状としてあげられるのは、乳房のしこりやひきつれ、くぼみ、血液を含む分泌物が出る、痛みなどです。しかし、これらの症状がすべて乳がんに結びつくわけではなく、他の病気である可能性もあります。

普段から自分の乳房状態を知り、上記の症状以外にも「何かおかしい」「いつもと違う」などと感じたら、迷わず医療機関を受診することをお勧めします。



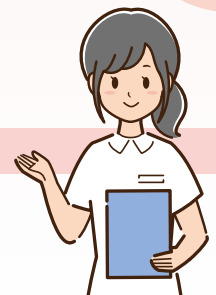
出典：国立がん研究センターがん情報サービス「がん登録・統計」



出典：国立がん研究センターがん情報サービス「がん登録・統計」

当院はマンモグラフィ認定医師と認定撮影技師が在籍しております。
検査は、すべて女性技師が撮影を行っていますので、安心してご来院してください。

放射線技術科 久保田 明日美



新任ドクター紹介

先日赴任しました「新任ドクター」及び同じく入職しました「看護師」を紹介します。



小児科 部長
鏑木 陽一郎

- (1) サッカー・フットサル・バンド活動
- (2) カレー
- (3) 7月から小児科部長に就任しました。日々皆さまから学び、子どもたちに還元できるように、責任をもって精進します。小児について、お気軽にご相談ください。



救急科 医員
樋口 遥水

- (1) ヨット (2) ラーメン
- (3) 筑波大学救急科の outgoing で参りました。地元は沖縄県那覇市ですが、筑波大学に進学し以降茨城県にも長く、第二の故郷と思っています。地域の医療に貢献できるようがんばります。よろしく願いいたします。

これからよろしく
お願いします。



Check!

- (1) 趣味・特技
- (2) 好きな食べ物
- (3) ひとことコメント



3F 看護師
岡田 瑞季

- (1) アニメ・映画鑑賞
- (2) からあげ
- (3) 大阪から茨城県に。環境の変化に驚いています。生活や常陸大宮済生会病院で働けることが、とても楽しみます。日々精進いたしますので、よろしく願いいたします。

小児科夜間診療について

当院では、毎週木曜日（祝日・年末年始を除く）午後6時から午後9時30分まで小児科準夜診療を行っております。

夜間の急な病気ですぐに受診したい場合にご相談ください。

▶対象 15歳以下（中学生まで）

▶問い合わせ先

常陸大宮済生会病院
TEL 0295-52-5151



※薬剤の処方原則1日分のみとなります。診断書などの書類の発行や、十分な検査などは行えない場合があります。

また、月・火・水・金曜（祝日を除く）については、常陸太田市内において、こども夜間診療を行っておりますので受診が必要な場合にご利用ください。

（当番医等については、常陸太田市ホームページによりご確認ください。）



栄養科通信



夏バテ予防レシピ



栄養たっぷりタコライス

【材料】 1人前

ご飯	1人分
豚ひき肉	40g
大豆水煮	30g
しいたけ	1個
オリーブオイル	小さじ1/2
トマト	1/4個
レタス	1枚
シュレッドチーズ	10g
ケチャップ	大さじ1/2
醤油	小さじ1
酒	小さじ1
砂糖	小さじ1
塩こしょう	少々

【作り方】

- ① 玉葱はみじん切りにする。しいたけは石づきを取り、みじん切りにする。
レタスは千切りにして、トマトは角切りにする。
- ② フライパンにオリーブオイルをいれ、豚ひき肉、玉葱、しいたけを炒める。
ひき肉に火が通ったら、大豆とAの調味料を加えて炒める。
- ③ 器にご飯を盛り付け、レタス、②で炒めたもの、トマト、チーズの順にのせて完成！

今年も暑い夏がやってきましたね。ご飯はしっかり食べられていますか？
食欲が出ない暑い夏でも、さっぱりと栄養を補えるメニューのご紹介です。
タコライスは外食先でよく目にすると思いますが、入れる具材によって栄養が1度に補えるメニューになります。
今回使用した豚肉と大豆はビタミンB1が多く含まれており、炭水化物をエネルギーに変えてくれる役割があるとともに、疲労回復させてくれる役割があります。
チーズにはカルシウム、旬の夏野菜はビタミン、ミネラルが豊富です。
ご飯だけに偏らず、旬の美味しい時期にいろんな食材を食べて暑い夏を乗り越えましょう。

監修 栄養科 管理栄養士 黒羽 麻由

ご相談ください

無料低額診療事業

常陸大宮済生会病院では医療費にお困りの方に対し、【自己負担額の減額・免除】を行っています。
世帯の収入額や家庭状況等を考慮し、ご相談のうえ決定します。医療連携・相談室へお問い合わせください。

医療連携・相談室 医療ソーシャルワーカー ■ TEL: (0295) 52-5151

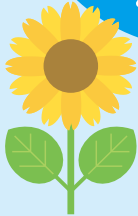
■ 受付時間: 【平日】8時30分から17時まで



Oh!miya topics

とびっくす

当院の様々な出来事をお届けします



第23回HMS開催



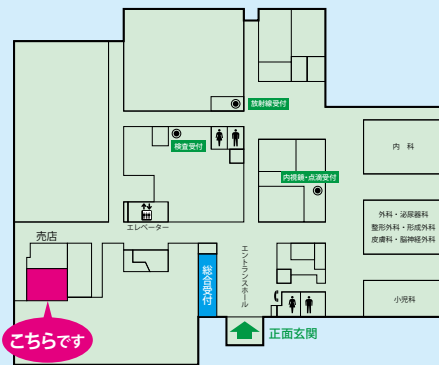
6月9日(木)に第23回HMS (Hitachiomiya medical session)を開催しました。院内の職員を対象に、今回も密にならないよう3会場でのWEB勉強会となりました。

医療連携・相談室



この度、医療連携・相談室が移転しました。引き続き、病診・病病連携、医療相談などお気軽にご相談ください。

移転先はこちら➡



病院まつり中止のお知らせ

「病院まつり」は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、今年度も中止とさせていただきます。楽しみにしていただいている皆様には申し訳ありませんが、ご理解のほどよろしくお願いいたします。

復職応援

結婚や育児等で現在看護職として働いていないけれど、もう一度看護師として働きたいと願う方の復職を全力で支援します。私たちと一緒に、住み慣れた地域で看護をしてみませんか？

こんな方、大歓迎!!!

- 復職したいけれど、自信がない。
- こどもが小さいけれど、少しなら働いてみようかな。
- もう一度、自分の力をためしてみたい。 などなど・・・

対象者

これから復職を考えている方なら、どなたでもご参加いただけます。

参加費

無料

方法

- ・現在の医療・看護の状況(講義 30分程度) 施設の特徴(説明)
- ・看護の見学・体験(以下から選択できます)
- ① 半日見学コース
- ② 1日体験コース

問い合わせ

常陸大宮済生会病院 TEL: 0295-52-5151
看護部までお気軽にお問い合わせください。



令和4年7月

外来診療予定表

《受付時間》 8:30 ~ 11:00

[予約変更受付時間] 月曜日～金曜日（祝日を除く）13:00～17:00 お電話にて受け付けております。

		月	火	水	木	金	
内科	内科1	午前 新患	担当医	担当医	担当医	担当医	
	内科2	午前		畠山(10:30～)	大内(10:30～)	篠原(孝)(10:30～)	
	内科3	午前	永田	村松	秋山	仲田	
	内科4	午前	加藤	仲田	星(智)	中山(美)(10:00～) 第2・第3週除く	村越(10:00～)
	内科5	午前	仲野(10:00～)	中山(雅)(9:30～)		井上	
	内科7	午前	担当医[新患]	担当医[新患]	担当医[新患]	担当医[新患]	担当医[新患]
		午後		井上(禁煙外来) 予約制 (14:00～15:00)			
外科	外科1		小島	横山	担当医	小島	
	外科2	午前	千葉	篠原		菱川	
	外科3					篠原	
脳神経外科	午前	楠	楠	楠(もの忘れ外来) 予約制		楠	
	午後		岡崎(匡) (第2・第4週のみ)				
泌尿器科	午前						
	午後		担当医(第2・第4週)			担当医	
整形外科	午後	鈴木[予約のみ]		星(徹)[予約のみ]		細野[予約のみ]	
形成外科	午前	松本	松本		担当医	松本	
皮膚科	午前			倉持			
	午後			倉持			
小児科	小児科1	午前	鍋木	鍋木	鍋木	立川	
	小児科2	午前	担当医(10:30～)	立川	立川	立川 (第3週除く)	担当医(10:30～)
		午後	予防接種	予約	予約	予約	予防接種 乳健(月2回)

【小児科】 予防接種と乳児健診は完全予約制です。

【整形外科】【皮膚科】【泌尿器科】 受付時間 13:00～15:30

【整形外科】 予約の方と紹介状をお持ちの方のみ受付となります。

出前健康講座

依頼募集中

地域の皆さまの健康づくりを推進するため、
常陸大宮済生会病院の職員が皆さまのところへ
お伺いし、健康に関する講話や健康相談を行います。

■ 日時：応相談 ■ 会場：常陸大宮市内（ご用意いただいた会場へお伺いします）

■ 費用：無料 ■ 開催希望の1ヶ月前までにお申し込み下さい

お問い合わせ 0295-52-5151 総務課までお気軽にお問い合わせください。



社会福祉法人 済生会支部 茨城県済生会

常陸大宮済生会病院

〒319-2256 茨城県 常陸大宮市 田子内町 3 0 3 3 番 3

☎ 0295-52-5151 FAX 0295-52-5725

診療科目

内科 / 循環器内科 / 呼吸器内科 / 消化器内科
内分泌・代謝内科(糖尿病・脂質異常症) / 小児科 / 外科
消化器外科 / 整形外科 / 脳神経外科 / 泌尿器科 / 肛門外科
形成外科 / 皮膚科 / 放射線科 / リハビリテーション科 / 救急科

外来受付時間

午前 8:30 ~ 11:00 月～金 (祝日を除く)

* 診療科により受付時間・曜日が異なる場合がありますのでお問い合わせください。

休診日

土曜日、日曜日、祝日

予約の変更は

午後 1:00～5:00 月～金

☎ 0295-52-5151 予約担当



<http://ho-saisei.jp>

お知らせ・休診情報
最新情報はこちらで

