

Public relations magazine SAISEI Oh! MIYA

さいせい 済生

Hitachiomiya Saiseikai Hospital

わたしたち常陸大宮済生会病院と
皆ざんを結ぶ広報誌

お！おみや



特集 新しい仲間を迎え新年度スタート

- 新任医師・新入職員スタッフ紹介
- 入職1年が過ぎて～令和4年度入職者座談会～
- 栄養科通信「春のレシピ」
- Oh!miya topics ほか

2023 

第30号

春号

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



新しい仲間を紹介します!

令和5年入職者に「ちょっと」聞いてみました。



質問内容 ①趣味・特技 ②好きな食べ物 ③ひとことコメント



内科 医員

安達 伸

- ①スポーツ観戦
- ②高カロリー食品
- ③6年ぶりに戻って参りました。皆様の生活のお手伝いができるように頑張ります。よろしくお願いいたします。



外科・消化器科 医員

松浦 博和

- ①野球・スポーツ
- ②肉
- ③2年ぶりに常陸大宮に戻ってきました。地域医療を支えられるよう頑張ります。よろしくお願いいたします。



外科・消化器科 医員

草間 大輔

- ①サッカー
- ②レインボージュルリラ
- ③4月から外科に配属となりました。地域の医療に貢献できるように頑張ります。



外科・消化器科 医員

鈴木 貴道

- ①バスケット、Mr.Children
- ②寿司
- ③自治医科大学を卒業し、縁あってこちらでお世話になりました。安全・安心な医療を提供できるよう尽力します。



内科 医員

佐藤 清哉

- ①ダーツ、お酒
- ②寿司
- ③1年間お世話になります。総合診療医として地域に根付いた医療を提供したいと考えています。よろしくお願いいたします。



内科 医員

青島 あずさ

- ①映画鑑賞、楽器演奏(トランペット)
- ②ミルクレープ、びわ
- ③4月から半年間内科に所属します。短い間ですが、地域の方々に貢献できるよう医療を提供していきたいです。よろしくお願いいたします。



救急科 医員

澁澤 安友未

- ①映画鑑賞、地酒めぐり
- ②寿司、ラーメン
- ③4月から3ヶ月間救急科に配属となりました。地域医療に貢献できるように頑張りますのでよろしくお願いいたします。



看護部 2階病棟

川口 博城

- ①野球、バスケットボール、アニメ
- ②カレー
- ③1日1日を大切に、日々努力していきます。患者様を第一に考え看護人生を歩んでいこうと考えております。



看護部 2階病棟

根本 陽香

- ①ゲーム、カラオケ
- ②春菊
- ③社会人一年目として自分ができることを精一杯頑張っていきます。よろしくお願いいたします。



看護部 3階病棟

伊藤 知瑠音

- ①ゲーム ②オムライス、甘いもの
- ③患者様に寄り添い、温かい看護ができるよう、愛情と向上心を持って日々精進していきます。よろしくお願いいたします。



看護部 3階病棟

落合 このみ

- ①カラオケ、音楽を聴くこと
- ②カレーライス、うどん、おすし
- ③患者様1人ひとりの気持ちに寄り添い、安全で個別性のある看護を提供できるよう頑張ります。よろしくお願いします。



看護部 3階病棟

寺門 里紗

- ①バレーボール
- ②いちご・キウイなどのフルーツ
- ③患者様が安心してケアが受けられるよう、正確で適切な看護技術を身に付けることを目標に頑張ります。



看護部 3階病棟

横尾 なつみ

- ①古墳・城・神社巡り、野球をみる(テレビ)
- ②カレー、祖母の栗ようかん
- ③患者様の身体と心を支えられるように、常に患者様のありたい姿を考えながら看護を提供していけるように頑張ります。



看護部 4階病棟

坏 萌花

- ①料理 ②お寿司、スイーツ
- ③専門知識の習得や技術の向上に励み、患者さんやご家族の方に安心感を与えられるように日々学んでいきたいと思ひます。



看護部 4階病棟

大竹 さくら

- ①旅行、音楽鑑賞
- ②えび、メロン、枝豆
- ③地域の人々に寄り添い、温かい看護を提供できるよう笑顔で頑張っていきたいと思ひます。よろしくお願いします。



看護部 4階病棟

塩原 萌実

- ①旅行、ショッピング ②グミ
- ③夢である看護師になることができたので、これからは患者様1人ひとりに寄り添い安心感のある看護を行う事が目標です。



看護部 4階病棟

瀬谷 希

- ①LIVE参戦、ジブリグッズ収集
- ②お寿司、カレー、小籠包
- ③約2年ぶりに看護師として仕事復帰します。地域に貢献できるよう頑張りたいと思ひますのでよろしくお願いします。



看護部 4階病棟

飛田 彩菜

- ①映画鑑賞 ②海鮮
- ③新人看護師として分からない事も多いですが、患者様とご家族に寄り添いながら安心して安全な看護を提供できるよう頑張ります。



看護部 4階病棟

渡辺 愛理

- ①YouTube・Netflixをみる
- ②トマトのパスタ
- ③ご指導いただき先輩方や地域の方々のお力に少しでもなれるように明るく、一生懸命に頑張ります。よろしくお願いします。



事務部 総務課

綿引 亜梨紗

- ①スポーツ、お菓子づくり
- ②アイス、ティラミス
- ③職員が安心して業務に集中し、より良い医療を提供できるように環境づくりに努めてまいります。よろしくお願いします。



診療部 医療秘書室

森木 莉香子

- ①お菓子作り ②抹茶
- ③4月からも正職員として責任感を持ち、より一層業務に励んでまいります。よろしくお願いします。





石 放射線科は機械がいくつもあり、レントゲン、CT、MRIなどそれぞれ撮り方や撮影される画像が違いますので、学んで行くうちに改めて撮影の面白さに気づきます。また、機種によって苦手な撮影などがありますが、取り組んでいるうちにだんだん撮影が形になってきたなと感じると嬉しく思います。出来ることが増えて達成感があります。

菊池 学校で覚えた心不全における症状以外の患者さんがいて、なぜこの症状がでているのか分からず、先輩方に聞いてその症状について分かった時達成感がありました。

——今年一年過ごしてみてどうですか？

川又 まだ努力は足りないとはいいます。どの職種でもミスは出来ないで、小さいミスでも積み重なると大きい事故になってしまいますので、専門知識や技術を身につけて、看護師としてアセスメントできるようにしていきたいです。

菊池 自分もアセスメント力がまだ足りないです。知識は勉強で積み重ねられますが、まだ活かしきれていないので、どのくらい経験すれば出来るようになるか分からないですが早く一人前になれるよう努力が必要だと思います。



小坏 いろいろ経験させていただいたので、1年前に比べたら出来ることが増えたと思います。1年を通して感じたことは、医療は安全か安全ではないかどうかが大それたことです。みんな目指したいゴールは一緒だと思いますが、そのゴールにたどり着くまでの自分の考えが本当に正しいかどうか、その判断が付かないのでそこに関してはまだまだ足りないと思っています。

——普段、ストレスをどのように発散してきましたか？

菊池 サイクリング（ロードバイク）をやっています。天気の良い日には走りに行ったりします。アウトドア派なのでランニングもしますが、運動が基本ストレス発散になります。また、看護師は平日休みになったりするので、雨の日には、カラオケやランチにも行ったりします。

川又 買い物や一人キャンプ、最近ゴルフを始めたのでゴルフ練習に行ったりしています。先日は、御前山のゴルフ場に行つて、父とコースを回ってきました。

石 仕事がある日は、ゆっくりする時間がないですが、休日はあまり外出しないで家で何もせずゆっくりするのが好きです。

小坏 実家暮らしなので、仕事が終わった後でも家族とよくおしゃべりします。おしゃべりすることがストレス発散かもしれません。

——最後に、看護師の二人は4月から先輩になりますが、何か不安とかありますか？

菊池 不安です。

川又 不安しかありません。

川又 まだ一人前にもなれていないので…

——何が不安ですか？

川又 完璧だと思えるものが少ないので、先輩から質問があった時に100%の答えでないと先輩が失敗した時に自分の責任になるので、自分を成長させていかないと先輩から慕われないところです。

——皆さんは、コロナ禍で実習が思うようにできないという不安の大きい中入職され、体力的・精神的にも大変だったと思います。この一年は、先輩方からご指導いただき、充実した日々を送ることができたと思います。

——今日、お話を聞いてみると、皆さんの取り組む姿勢は頼もしく感じられ、今後、経験を積むことにより大きく成長することでしょう。これからの活躍を期待しております。ありがとうございます。

（インタビューアー 高橋薬剤科副科長）

濟生会表彰があり、当院では永年勤続者として次の方々が表彰されました。

皆さんおめでとうございます。

20年以上 看護師 大曾根 紫／看護師 荒木 祥子

10年以上 看護師 高畑 美帆／看護師 藻垣 侑美

看護助手 永井 由紀子／診療放射線技師 久保田 明日美

薬剤師 大曾根 鋭人／理学療法士 町島 里菜

昨年度入職者の中から4名に集まっただき入職後の一年についてお話を伺いました。

令和4年度入職者座談会

入職1年 が過ぎ



— 入職して1年が経とうとしています。が、コロナ禍で病院実習もあまりできていない状況の中、病院に入職されて病院の働くイメージはどうですか？

川又 人間関係では、先輩方は厳しく優しく教えてくれて環境的には恵まれたかなと思います。働いてみて失敗が続いたことが何度かあったりしましたが、その度にプリセプターさんがフォローしてくれて乗り越えて来られたかなと思います。**菊池** 実習の経験がなくて、1年生の時実習は1週間しかなく、3年生になって3週間実習を何度も行うスタイルですが、それがずっとできなくてほとんど病院に行けませんでした。いざ、病院で働いてみて、実習の時もいくつかの病院には行かせていただきましたが、その時は一人の患者の受け持ちを3週間見ていくというやり方ですが、病棟は看護師一人につき患者一人ではないのでその辺りでの対応が追いついていないです。看護技術的なところも学校の演習でしかやったことなく、経験がない中で覚えることが多く1年経っても課題が山積になっていきます。しかし、先輩方が優しく教えていただけるのでなんとか頑張れています。

石 コロナ禍でも、学校の実習は行くことができませんでしたが、実習の時は、放射線を照射できないなど、できる業務に限りがある状況でしたので、働くようになってその辺りが違います。責任感を持って出来ることが多くなったので、実習で学んだことを活かしつつ出来ることが増えたので病院では充実しています。

— 資格を取りその職種に就いてみて、びっくりしたことや新鮮だったことがありますか？



石 病院によってそれぞれ細かい違いはあるけれども実習に行っていたおかげで、病院の雰囲気や業務の流れなどが、この病院も同じような印象です。自分の中では、その違いやびっくりするようなことはありませんでしたので、違和感なく入れました。

川又 実習の時は、1人受け持ちで何週間と看ますが、病院では1人で数人の患者さんを見ることになるので、それが厳しかったです。点滴をするにも練習してから針を刺しますが、患者さんに針を刺すのは緊張しますし、何人もの患者さんに刺していると自己抜去する患者さんなど、時間との勝負になるところが苦労しました。

菊池 ここは急性期の病院になると思いますが、先輩方は急変の患者さんに対応しながら他の患者さんも見ています。自分も急変の患者さんに当たったことがあるのですが、急変の患者さんしか見えなくなり、優先順位が高い患者さんとなることで他の患者さんが疎かになってしまいます。学生時代は、急性期の病院に実習も行けなくて、どのくらい忙しいか経験していないところでした。

小坏 この病院で1カ月半実習させていただきました。今いる病棟でも実習を行いましたので・・・入職して変わった

としたら、ドクターや看護師など多職種の方との関わりが増えたところですね。

— 病院の感染対策で大変だったなと思うところはありますか？

川又 フル PPE において、消毒のタイミングや着脱が完璧にできるように指導されましたが覚えるまで大変でした。また、旅行が好きなので、コロナ前は旅行に行くことができていましたが、コロナ禍においては、旅行に行くことができなかったたのでストレスが溜まりました。

菊池 ちよつとも間違えてしまうと感染のリスクが付いてきますので、感染対策は大変でした。何かあるごとに消毒するので、手が荒れてしまいました。

石 患者さん1人につき手袋の交換を行い、救急にレントゲンを撮り行く時は、コロナの結果がわからない場合、感染対策をしっかりと行っていると思います。また、二階病棟にレントゲンを撮りに行く際は動線が決まっており、細かい感染対策を覚えるまで最初は大変でした。

— 一年経ってみて、仕事に対して新しい気つきはありましたか？

小坏 楽しいと思うところは、癌患者への疼痛コントロールで、麻薬を使うところですね。専門的なところに興味があります。

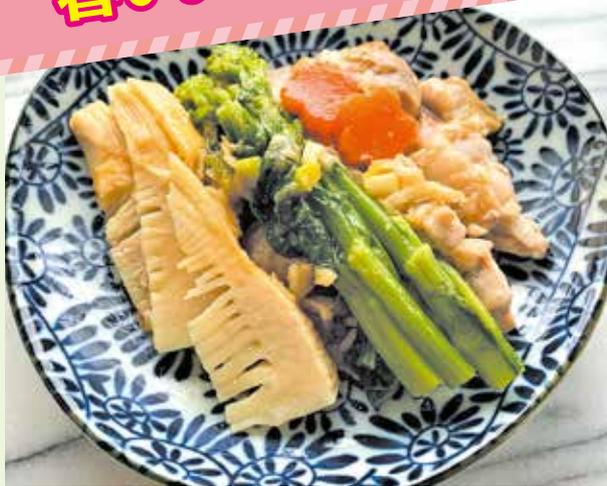




栄養科通信



春のレ=ピ



春野菜と鶏肉の葱味噌焼き

【材料】 1人分

| | |
|----------|------|
| 鶏もも肉 | 60g |
| タケノコ（水煮） | 30g |
| 菜の花 | 30g |
| にんじん | 10g |
| A 酒 | 小さじ1 |
| 塩胡椒 | 少々 |

（葱味噌だれ）

| | |
|------|--------|
| 長ネギ | 30g |
| B 味噌 | 大さじ1 |
| みりん | 大さじ1 |
| 砂糖 | 大さじ1/2 |

【作り方】

- ①鶏肉をそぎ切りにして、Aで下味をつける。
- ②タケノコ、菜の花、にんじんを薄切りにする。
- ③長ネギをみじん切りにし、Bの調味料と混ぜ合わせる。
- ④クッキングシートに①・②を包み、③のタレをかける。
- ⑤フライパンに50cc程度水を入れ、④を水の上に置き5～8分程度加熱する。
- ⑥お皿に盛り付けて完成

寒さが和らぎ、暖かい春になりましたね。春になると色彩豊かな野菜が旬を迎えます。今回は春野菜を使ったメニューと旬の食材の選び方について紹介します。

菜の花

つぼみが開いていない、軸の中心まで緑色のものを選びましょう。



アスパラ

緑が鮮やかで、茎がしっかりしていて太くまっすぐなものを選びましょう。



タケノコ

皮が薄茶色で、穂先が黄色がかったものを選びましょう。



キャベツ

葉が鮮やかで、巻きのゆるいものを選びましょう。



4月は新生活を迎える方も多く、慣れない環境で特に食生活が乱れがちになってしまいますが、3度の食事をきちんと摂り、健康な体作りを心がけましょう！

監修 栄養科 管理栄養士 黒羽 麻由

Oh!miya topics

とびっくす

当院の様々な出来事をお届けします



協定締結式



3月24日（金）東京医科歯科大学において、東京医科歯科大学と常陸大宮市による茨城県北西部地域医療学講座協定締結式が行われました。令和5年4月以降も当院における常勤医が安定的に配置され、医師不足の改善と当地域の診療体制の強化など引き続き地域医療に大きく寄与することが期待されます。

地域連携会議



意見交換



手指衛生



防護具の着脱

感染対策向上のための地域連携会議が当院にて開催されました。近隣の医療機関・医師会・保健所等に参加いただき、COVID-19 対応における意見交換や個人防護具の着脱、手指衛生の演習を行いました。地域における感染対策の更なる推進が図られていくことを期待します。

辞令交付式



4月3日、辞令交付式が行われました。たくさんの新入職員を迎え、気持ちも新たに新年度スタート!!

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



令和5年4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 | 篠原(孝)(10:30～) | 大内(10:30～) | | 高石(10:30～) | |
| | 内科3 | 午前 | 永田 | 村松 | 秋山 | | 高石(9:00～) |
| | | 午後 | | | | | 高石(禁煙外来) 予約制(13:30～14:30) |
| | 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～) | | 篠原(孝)(10:30～) | |
| | 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] |
| 整形診察室 | 午前 | | | | 安達 | 仲田 | |
| 外科 | 外科1 | 午前 | 小島 | 横山(第3週除く) | 担当医 | 小島 | 菱川 |
| | 外科2 | | 松浦 | 篠原 | | 菱川 | 草間 |
| | 外科3 | | | 鈴木 | | 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(真)[予約のみ] | 安達 | 星(徹) | 相場 | 細野 | |
| 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 | 鍋木 | 立川 |
| | 小児科2 | | 担当医(10:30～) | 担当医(10:30～) | 立川 | 立川(第3週除く) | 担当医(10:30～) |
| | 小児科3 | | | 立川 | | | |
| | | 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】 受付時間 13:00～15:30 ※月曜日は予約の方と紹介状をお持ちの方のみとなります。

【皮膚科】【泌尿器科】 受付時間 13:00～15:30

来院の
皆さまへ

院内は必ずマスク着用をお願いします。

厚生労働省より令和5年3月13日より「マスクの着用は個人の判断が基本」となりますが、当院におきましてはマスク着用をお願いいたします。



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、年末年始

予約の変更は

午後 1:00～5:00 月～金

☎ 0295-52-5151 予約担当



<https://ho-saisei.jp>

お知らせ・休診情報
最新情報はこちらで

