

Public relations magazine SAISEI Oh! MIYA

わたくしたち常陸大宮済生会病院と
皆さんを結ぶ広報誌

さいせい
済生

お！おみや



特集 新しい仲間を迎えて

- 新入職員紹介
- 入職一年が過ぎて(令和6年度入職者座談会)
- 栄養科通信「春のレシピ」
- Oh!miya topics
- 整形外科の診療について ほか

2025 

第38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7年度入職者に「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 ……



外科 部長

下平 健太郎

- ①家庭菜園
- ②鍋、カレー
- ③常陸大宮の外科疾患でお困りの方々に貢献できるよう頑張りますのでよろしくお願いします。



整形外科 部長

白畑 航

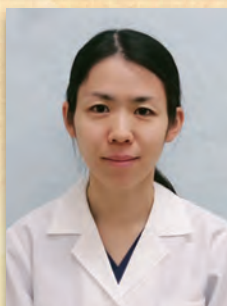
- ①ゴルフ
- ②寿司
- ③地域の皆さんにより良い医療を提供できるよう努めてまいります。よろしくお願いいたします。



外科 医員

増子 駿

- ①ドライブ
- ②焼き肉、ラーメン
- ③5年ぶりに戻ってきました。これからも常陸大宮の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します。



内科 医員

田丸 智子

- ①テニス
- ②果物
- ③常陸大宮の皆さんの力になれるよう、頑張ります。よろしくお願いします。



内科（循環器内科） 医員

大澤 匠

- ①ランニング
- ②寿司
- ③4月から内科で勤務させていただくことになりました。専門は循環器内科になります。地域の皆さまのお役に立てるよう努めてまいります。よろしくお願いします。



整形外科 医員

沼田 ほあし

- ①クライミング、登山
- ②そば
- ③整形外科の常勤医として参りました。けがや痛みを診ます。少しでもみなさまのお力になれば幸いです。



内科 医員

森松 仁毅

- ①旅行、地図を眺める
- ②ピザ
- ③地域の皆さんの暮らしに寄り添った診療を心掛けてまいります。お気軽に声をおかけください。



内科（総合診療科） 医員

小畑 絢

- ①散歩
- ②チョコレート、アイスクリーム
- ③地域の方々の健康維持に少しでも貢献できるように誠心誠意診療します。よろしくお願い申し上げます。



内科 医員

笹井 亜弥

- ①料理
- ②なす、お寿司
- ③地域の皆様のお役に立てるよう頑張ります。



看護部 2階病棟

久保井 二葉

- ①ゲーム
- ②アイス
- ③患者様にとってより良い看護を提供できるよう学び、技術を高めていきたいです。よろしくお願いします。



看護部 2階病棟

鈴木 ほのか

- ①ドライブ
- ②いちご
- ③入職したばかりで覚えることが多く不安ですが、日々学びを深め知識技術を磨いていきます。よろしくお願いいたします。



看護部 3階病棟

丹下 風花

- ①家族旅行、推し活
- ②ラーメン
- ③患者様に寄り添い、笑顔で親身に向き合える看護師を目指して頑張っていきます。よろしくお願いいたします。



看護部 3階病棟

吉沢 美穂

- ①コストコの新商品チェック
- ②ホルモン
- ③患者様に安心していただける看護を目指して、知識や技術だけではなく思いやりを持って関わっていきます。よろしくお願いいたします。



看護部 4階病棟

坪 沙祐里

- ①ドラマ鑑賞
- ②チーズケーキ
- ③患者さんの立場に立ち、寄り添う姿勢を大切に、初心を忘れずに温かいサポートを心掛けていきます。よろしくお願いいたします。



看護部 4階病棟

落合 愛瑠

- ①HIPHOPの曲をきくこと
- ②いちご
- ③患者様だけでなく、ご家族の方にも寄り添いながら、看護を提供していきたいです。よりよい看護を提供できるよう知識と技術を身につけていこうと思います。



看護部 4階病棟

中村 広奈

- ①旅行、カフェ巡り
- ②とんかつ、カフェラテ
- ③患者さんに安心していただける看護が出来るよう、日々学びながら頑張りたいと思います。



薬剤科

石澤 優衣

- ①動画鑑賞、お菓子作り
- ②ハンバーグ
- ③患者様に安心して薬物治療をしていただけるよう、精一杯頑張りますので、よろしくお願いいたします。



リハビリテーション科

坂場 柚香

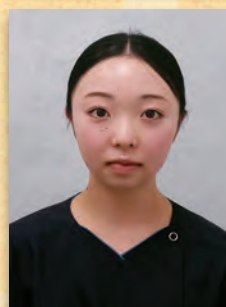
- ①散歩
- ②ハンバーグ
- ③一日でも早く仕事を覚えられるように頑張ります。よろしくお願いいたします。



リハビリテーション科

佐々木 飛翔

- ①野球
- ②ラーメン
- ③患者様がより良い生活を送れるよう、全力でリハビリ、機能回復に努めていきたいです。よろしくお願いいたします。



リハビリテーション科

小宮 一姫

- ①映画鑑賞、散歩
- ②トマト
- ③患者様に寄り添ったリハビリテーションが提供できるよう、精進していきます。よろしくお願いいたします。



栄養科

瀬谷 真由

- ①お菓子作り、編み物
- ②お好み焼き
- ③患者様に寄り添い、栄養面から支えられるように日々努力していきます。よろしくお願いいたします。



たときにやりがいを感じます。

篠原 事務の仕事は医師や看護師、コメディカルの方々とは違って患者さんと直接関わりを持つことは少ないですが、窓口に立っている時に、患者さんから「親切に教えてくれてありがとう」などと温かい言葉をかけていただけた時、この仕事を選んでよかったなと感じます。

また、先ほども言ったように、私にとっては全く新しい分野への挑戦になるので、どんどんと新しい専門的な知識を吸収することができていると実感できた時にもやりがいを感じます。

—— 休日はどのように過ごしていますか。

大串 家でゆっくり過ごしたり、実家に帰ったり。高校、専門学校時代の友達と遊んだりして過ごしています。

高橋 基本的には家にいることが多いです。あとは友達とご飯を食べに行ったり、



買い物に行ったりします。

海野 子供と遊んだり、社会人バスケットボールチームで練習や試合などに参加して汗を流しています。

篠原 自宅で本を読んだりゲームをしたりして過ごすことが多いですが、常陸大宮に引っ越してきてからまだ日が浅いのでこの街のことを知るきっかけにもなると思い、車で出かけることもあります。自然が豊かでとても気持ちがいいところが多いなと感じます。最近近所の公園に出掛けてみました。

—— 今後の目標をお聞かせください。

大串 不安に感じたり技術が不足していると感じる分野については、今後しっかりと学んでいき、知識を身につけていきたいです。

高橋 患者さんの1つの症状に捉われるのではなく、全身を観察し、根拠のあるアセスメントができるように日々勉強中



です。

さらに4月から整形外科の手術も始まるので、その手術前後の知識も深めていきたいです。

心電図を読むこと、薬剤を覚えることが苦手なので克服することも今後の目標です。

海野 患者さんが退院できるようにするには、何が必要なのか、「その人らしい」生活を送ってもらうためには何が必要なのかを考えながらリハビリをしていきたいです。

また、専門性や知識を高めていき、患者さん一人一人にあったリハビリテーションの提供ができるように努力をしていきたいです。

篠原 4月から社会人2年目になるので、1年間を通して学んできた業務を、より効率よく、ミスのないように行なえるようにしたいと思っています。ミスをしないということはもちろんですが、患者さんをお待たせする時間を少しでも短くできるように、スピードを意識して行動することも心がけていきたいです。

—— みなさんのお仕事は、非常に責任のあるお仕事だと思いますが、これから少しずつ経験を積んでいって、自信をつけていってほしいと思います。これからの活躍をお祈りいたします。



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

令和6年度入職者座談会

入職1年 が過ぎて

リハビリテーション科

海野 淳輝

3階病棟

高橋 真琴

2階病棟

大串 奈海

事務部

篠原 さら



——入職して1年が経とうとしています
が、病院という環境で働いてみて、率直
な感想を聞かせてください。

大串 まずは、学生の時よりも責任感の
重みが違うことと、複数の患者さんを受
け持つので、その分の情報収集が大変で
あったりします。

それから、患者さん一人一人の特性を理
解し、それぞれに合わせた関わり方を考
えることも必要なので、そういうところ
が大変だと感じます。

高橋 入職前に想像した以上に大変でし
た。一年経った今でも緊張しながら働い
ています。

いつも先輩方に助けていただくことばか
りで、自分の力不足を感じています。そ
のため、もっと看護師として成長したい
と考えています。

患者さんを受け持つことがいかに責任の
あることかを学ぶことができました。

海野 ここに入職させて頂き、地域医療
の難しさをとても痛感しています。この
1年で、自宅に帰りたくても帰れない方
や、在宅のサービス調整をしてもすぐに
再入院してくる方など、様々な患者さん
の対応を経験をしました。

篠原 大学で学んできたことは全く別
の分野での就職なので、まずは病院とい
う環境に慣れるのにとて苦勞しまし
た。どの職員の方も毎日患者さんのため

に一生懸命業務にあたられていて、右も
左もわからないながらも病院で働くとい
うことは大きな責任が伴い、またやりが
いのあることなのだと感じました。

——当院に入職しようと思った理由を教
えてください。

大串 地域との関わりを大切にしている
所にひかれて入職しようと思いました。

高橋 家から近かったため通いやすいと
考えたからです。

海野 病院全体の雰囲気や温かさ、アッ
トホームな感じに魅力を感じたからで
す。

篠原 もともと医療系の仕事に興味があ
り、大学時代に色々調べていたところ、
会計業務という形で患者さんと関わるこ
とのできる医療事務という仕事に興味を
持つようになりました。大学が水戸に
あったということもあり、県央・県北地
区での就職を考えており、地域医療に密



着した病床数の多い常陸大宮済生会病院
で働きたいと考えるようになりました。

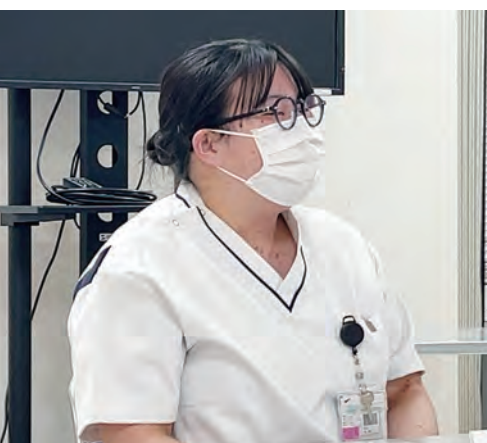
——仕事をする中で、やりがいを感じる
部分があれば聞かせてください。

大串 患者さんに「ありがとう」と言っ
てもらえたり、「あなたで良かった」と言っ
てもらえたりすることにやりがいを感じ
ます。

高橋 やっぱり患者さんに感謝の言葉を
かけていただいた時にやりがいを感じ、
もっと看護師としてできることはないか
と考えます。

技術チェックリストで自立をもらった時
や、できなかった看護技術ができるよう
になった時など、自分の成長を実感でき
たときにもやりがいを感じています。

海野 患者さん一人一人に合わせたリハ
ビリ内容の立案や、患者さんが退院でき
たとき、そして患者さんが望む「その人
らしさ」に向けて支援やお手伝いができ





栄養科通信



春のレシピ

簡単！春キャベツと豚肉のレンジ蒸し



【材料】1人分

- ・キャベツ・・・・・・・・・・・・・100g
- ・アスパラガス・・・・・・・・・・・・・1本
- ・豚ロース肉（薄切り）・・・・・・・・・・80g
- ・にんじん・・・・・・・・・・・・・1/3本
- ・塩こしょう・・・・・・・・・・・・・少々
- A 〔 ・醤油・・・・・・・・・・・・・小さじ1
・みりん・・・・・・・・・・・・・大さじ1
・酒・・・・・・・・・・・・・大さじ1
・ごま油・・・・・・・・・・・・・小さじ1

【作り方】

- ①キャベツはざく切りにし、アスパラは根元の皮をむいて5cm程の斜め切りにする。にんじんは短冊切りにする。豚肉は5cm程の長さに切る。
- ②タッパーまたは耐熱ボウルに①のキャベツをしき、豚肉が一番上になるよう、その他の食材をいれる。豚肉に塩こしょうをふり、Aを食材にまんべんなくかける。ラップをして500Wで3分半レンジにかける。
- ③豚肉に火が通っているのを確認し、調味料がいきわたるよう、食材を混ぜ合わせる。※豚肉の赤い部分が残っている場合は、再度加熱してください。
- ④最後にごま油を香りづけ程度にかけ、器に盛る。

このレシピは、春野菜のやさしい甘みとごま油の風味で、塩分カットしています。

4月は新年度のはじまりでみなさん忙しい時期だと思います。そのため、なるべく簡単にしてくれるレシピをご紹介します。材料を切ってレンジにお任せするだけです。洗い物が少なく完成します。

旬のお野菜ですと比較的お手頃な価格になっていますが、近ごろお野菜の価格が高めでしたので、キャベツの価格が高ければもやしに代替も可能です。ぜひ作ってみてください。

旬のお野菜は栄養価が高く、食卓に彩りを添えてくれます。忙しい季節こそ体調を崩さないよう、お野菜とたんぱく質を積極的に摂りましょう。

監修 栄養科 管理栄養士 石川 真由

Oh!miya topics

とびっくす

当院の様々な出来事をお届けします



なでしこ健康講座 やっています!!

誰でも気軽に参加いただける無料の健康講座になっています。

当院メディカルスタッフが講師となり、肩こり解消や腰痛予防などを目的としたリハビリ体操や、薬剤師や管理栄養士による健康管理のお話など、折々に合わせたテーマで提供いたします。

今年度の会場および日時は以下のとおりとなっております。皆さんの参加をお待ちしております。

令和7年度の予定

会 場	四季彩館	ささの湯
日 程	6月11日	7月9日
	8月20日	9月10日
	10月8日	11月12日
	12月10日	1月14日
	2月18日	3月11日

時 間 全日午後1時30分から1時間程度

※日程は変更する可能性があります。

3月12日 in ささの湯



整形外科 診療時間変更のお知らせ【令和7年4月2日~】

整形外科の診療は、これまで午後のみ行ってきましたが、令和7年4月2日より午前も診療いたします。

曜日	月	火	水	木	金
午前	○	○	○	○	○
午後	△予約のみ	×	○	×	○

受付時間 午前：8時30分から11時まで 午後：13時から15時30分まで

※お電話での予約は受け付けておりません。受診を希望の方は、直接当院までお越しください。

※都合により変更になる場合もございます。

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	担当医
	内科 2	午前	担当医[新患]	田丸		市毛	
		午後			小畑[14:00～]		小畑[13:30～15:00]
	内科 3	午前	永田	村松	笹井	池知	仲田
	内科 4	午前	石田(岳)(10:30～)	仲田	星(智)	中山(美)[10:00～] 第2.第3週除く	村越(10:00～)
		午後		楠(直)[13:30～]	(リウマチ・膠原病) 萩原(第1.第3.第5週) 村田(第2.第4週)		
	内科 5	午前	大澤(10:00～)	中山(雅)(9:30～)	齋藤(10:30～)	篠原(孝)(10:30～)	
		午後					森松(禁煙外来) 予約制
	内科 7	午前 新患	担当医	担当医	担当医	担当医	担当医
		午後	森松				
	外科診療室	午前	加藤				
外 科	外科 1		小島	横山(第3週除く)	担当医	小島	小島
	外科 2	午前	増子	下平		下平	増子
	外科 3						
脳神経外科		午前	楠	楠 岡崎(匡) (第2.第4週のみ)			楠
		午後		楠(もの忘れ外来) 予約制			
泌尿器科		午後		担当医(2.4週)			担当医
整形外科		午後	白畑	白畑	沼田	白畑	沼田
		午後	鈴木(真)[14～予約のみ]		星(徹)		細野
形成外科		午前	松本	松本	岡田	松本	松本
皮膚科		午前			倉持		
		午後			倉持		
小児科	小児科 1		佐藤	佐藤	佐藤	佐藤	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～)
	小児科 3			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】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】【リウマチ・膠原病内科(水曜日のみ)】受付時間 13:00～15:30

【泌尿器科】受付時間 13:00～14:30

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 常陸済生会支部 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 (祝日を除く) 月～金
※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

