

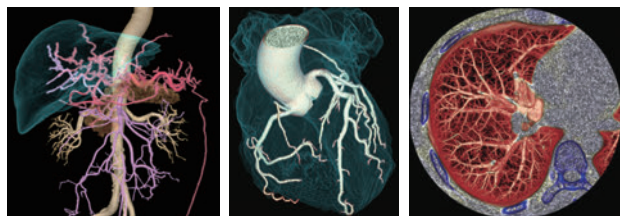


新型CT

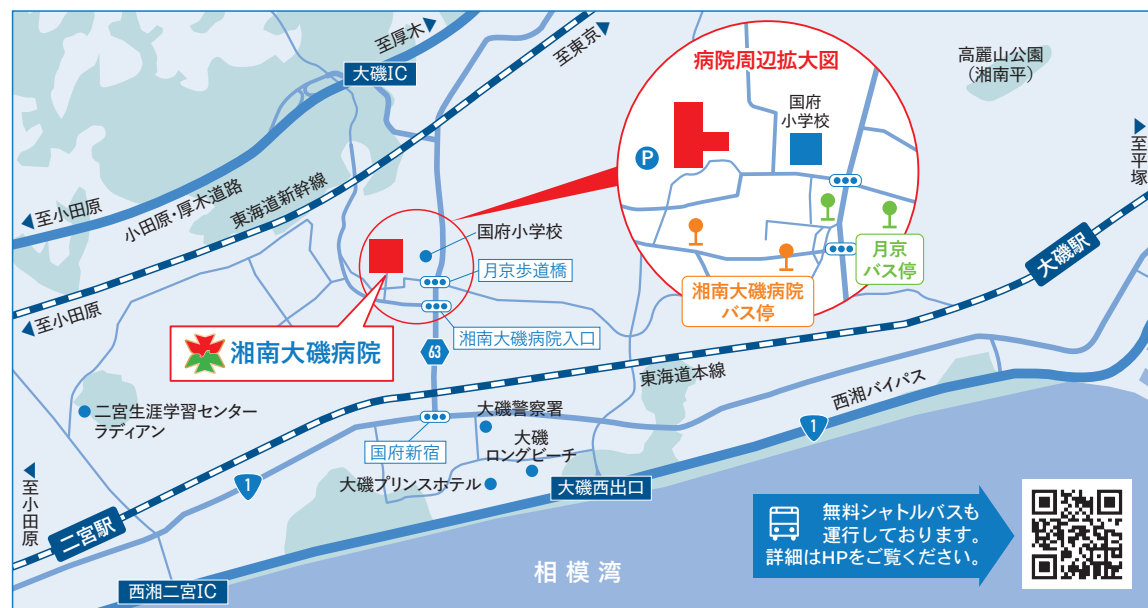
装置が稼働開始しました。

GE HealthCare社製の最新CT装置「Revolution Vibe」を導入しました。

従来のCT装置では、心臓や肺などの動く臓器の撮影が弱点とされていましたが、新型CTは広範囲を高速に撮影することができるため、救急・小児・高齢者といった息を止めたり、じっとしているのが難しい患者さんでも、短時間に、より診断しやすい画像を撮影できるようになりました。また、心臓の検査だけでなく、脳の損傷や出



血の有無、内部出血、骨折部位などについても迅速に確認することができるため、早期の診断・治療方針の決定にも効果を発揮します。



大磯の風

OISO no KAZE

vol.
04

2026
Summer

Take
Free

【特集】

地域の皆さまへ
安心して相談できる外科を目指して

診療科 PICK UP 呼吸器内科、形成外科

|看護部より| **食中毒**

|リハビリテーション科より| **肩関節周囲炎(四十肩・五十肩の肩甲骨体操)**

|栄養管理室より| **正しく飲んで脱水予防**



安心して相談できる 外科を目指して

・ 地域に根ざし、まず相談できる外科へ ・



当院外科は、「地域に根ざした、身近で頼れる外科」を目標に診療を行っています。お腹の痛みやけがなどの急な症状から、がんをはじめとする専門的な治療まで、幅広い疾患に対応しています。困ったときにまず相談できる外科でありたい——それが私たちの願いです。

・ 身近な症状から専門治療まで幅広く対応 ・

消化器外科では、胃や大腸、胆のう、膵臓、肝臓などお腹の病気全般を診療しています。胆石症や虫垂炎（盲腸）、ヘルニアなどの身近な病気から、肝臓がん・膵臓がん・大腸がんといった専門的な治療まで対応しています。検査から手術、術後のフォローまで一貫して行い、安心して治療を受けていただける体制を整えています。

また昨年度から、新たに血管外科が加わりました。下肢静脈瘤（足の血管がこぶのように浮き出る病気）や、足の血流が悪くなる閉塞性動脈硬化症、お腹の血管が拡張する腹部大動脈瘤などの血管の病気にも対応できるようになりました。足のむくみや痛み、しびれが気になる方も、どうぞご相談ください。



柏木 宏之 山田 美鈴 島田 英雄 中村 健司 古川 大輔
副院長 部長 名誉院長 部長 部長

・ 体にやさしい手術と安心の医療体制 ・

手術は、できる限り体への負担が少ない方法を選択しています。腹腔鏡手術などの低侵襲手術を積極的に取り入れ、傷が小さく回復が早い治療を心がけています。ご高齢の方や持病をお持ちの方でも安心して治療を受けていただけるよう、内科や麻酔科、リハビリスタッフと連携したチーム医療を行っています。

さらに、働き世代の方々にも配慮し、週末にも短期滞在手術を実施しています。鼠径ヘルニアや胆石症、下肢静脈瘤などでは、入院期間を短くし、できるだけ早く日常生活に戻

れるよう支援しています。平日は仕事や家庭の都合で時間が取りにくい方にもご利用いただけます。

「大きな病院に行かなければ治療できない」と思われがちな専門的手術も、地域で受けられる体制を整えることが私たちの使命です。地域の医療機関とも連携しながら、皆さまの健康を支えてまいります。

お腹の症状や足の血管のことで気になることがありましたら、どうぞお気軽に外科外来へご相談ください。私たちは、地域の皆さまに寄り添う外科であり続けます。

呼吸器内科

地域に寄り添う呼吸器内科

はじめに

「階段を上ると以前より息が切れるようになった」
「風邪は治ったのに、咳だけが長引いている」

こうした日常の小さな変化の中に、肺や気管支からの大切なサインが隠れていることがあります。当院の呼吸器内科では、風邪や長引く咳といった身近な症状から、専門的な呼吸器疾患の診断・治療まで幅広く対応し、地域の皆さまが毎日を健やかな呼吸で過ごせるよう支えてまいります。

当科の特徴

当科では、喘息、COPD（慢性閉塞性肺疾患）、間質性肺炎、睡眠時無呼吸症候群などの慢性呼吸器疾患をはじめ、肺炎などの感染症、肺がん等の胸部悪性疾患の診断・治療まで、呼吸器疾患全般に対応しています。

私たちが大切にしているのは、最新の医学的知見に基づく適切な診断と、患者さん一人ひとりの生活や思いに寄り添った治療です。病気だけを見るのではなく、その方の生活背景やご希望を丁寧に伺いながら、無理なく、その方らしく続けられる医療を一緒に考えていきます。

皆さまへ

「このくらいで受診していいのだろうか」と迷われる方も少なくありません。しかし、呼吸器の病気は早めに気づき、適切な診療やケアにつなげることがとても大切です。私たちは、病気を治療するだけでなく、地域の皆さまの健やかな日常を支える“呼吸のパートナー”でありたいと考えています。

また、現在の治療についてのご相談や、他院での診断・治療に関するセカンドオピニオン外来にも対応しております。受診に迷われている段階でも構いません。息切れ、長引く咳、痰、胸の違和感など、気になる症状がありましたら、どうぞお気軽にご相談ください。



呼吸器内科
日比野 真 副院長

形成外科

日常の気になる症状に応える形成外科



形成外科
松本 洋 医師

当院の形成外科では、日常生活の中で気になっているさまざまな悩みを、丁寧に診療しています。例えば、まぶたが下がって見えにくくなる眼瞼下垂は、視野が狭くなるだけでなく、肩こりや疲れの原因になることもあります。また、長年気になっていたほくろやしこりも、目立ちにくいきずあとで治療が可能です。さらに、歩くと痛む巻き爪も、比較的簡単な処置で痛みが和らぎ、外出や運動が楽になります。多くの治療は日帰り、または短期間の入院で行えます。生活の質を保つ医療として、形成外科は皆さまにとって身近な存在です。どうぞお気軽にご相談ください。

形成外科では

下記の病気を診察しております

- ☐ やけど
- ☐ 皮膚腫瘍
- ☐ 治りにくいきず
- ☐ 床ずれ
- ☐ ケロイド・きずあと修正
- ☐ 巻き爪
- ☐ たこ・うおのめ
- ☐ 眼瞼下垂症・睫毛内反症（逆まつげ）
- ☐ 腋臭症（わきが）

from
看護部

食中毒

『つけない』『増やさない』『やっつける』を学び、実践しましょう

今回は、食中毒についてお話します。人間にとって有害な微生物や毒性物質を取り込むことで起きる症状を食中毒と呼びます。

食中毒の原因は食中毒菌（細菌やウイルス）が食品の中で増殖することが主な原因です。食中毒菌は10～50℃の間で活発に増殖しますので、より注意が必要です。

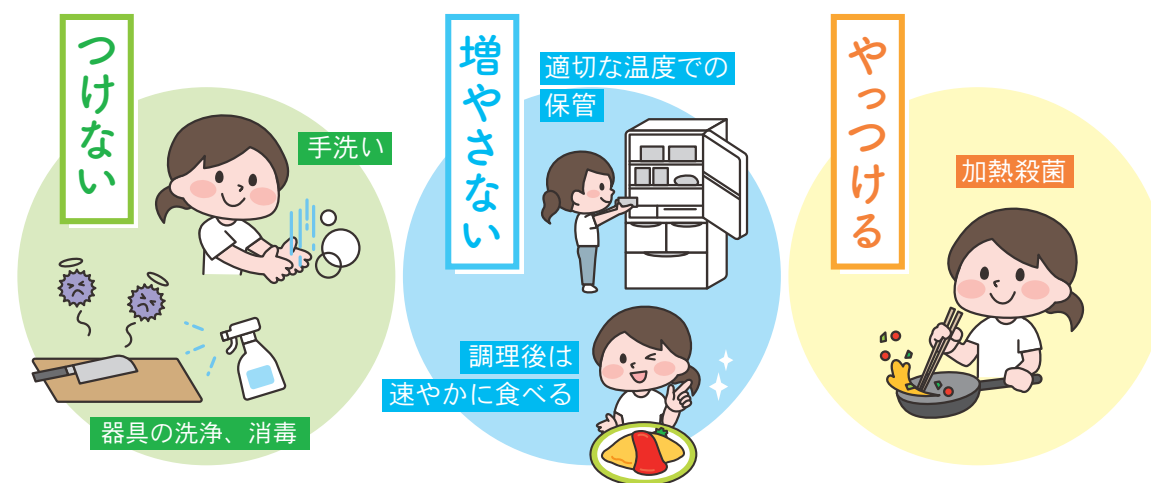
食中毒には予防三原則という対策があります。それは『つけない』『増やさない』『やっつける』というものです。『つけない』の項目では、肉や魚を扱うまな板や包丁についた食中毒菌を他の食材や調理器具につけないことが重要です。肉や魚を扱う調理器具を分ける、または洗剤で洗ってから他の食材を調理する、といった対策があります。『増やさない』では、常温で食材を放置しないという点が挙げられます。容器に詰めて小分けにする場合

も、出来立ての熱い料理を詰めてすぐに蓋をすると水蒸気がこもり、食中毒菌が繁殖しやすい環境が作られてしまいます。お弁当を詰めたり、小分けにして保存する場合は粗熱をとりましょう。『やっつける』はその名の通り、熱を加えて食中毒菌を退治する方法です。多くの食中毒菌は75℃以上で1分間加熱することで退治できます。この際、食材の中心まで75℃以上になるように加熱時間を調整してください。

この他にも、調理前や食事の前に手を洗うこと、使用した調理器具は洗剤を使って洗い、よく乾燥させることも食中毒予防には大切な工程です。

最後に、一日に何度も繰り返す下痢や嘔吐といった症状がある場合は、医療機関の受診を検討してください。

食中毒予防の3原則



肩関節周囲炎

四十肩・五十肩の肩甲骨体操

思い当たる原因が無いのに、肩が痛い、腕が上がらないなどの症状が出たことがある方もいらっしゃるのではないのでしょうか。一般的に四十肩、五十肩と表現されることもありますが、医学的には肩関節周囲炎という名前がついています。

40代、50代の方に多く発症するという傾向はありますが、それ以外の年齢の方でも発症する可能性はあります。今上がりにくい方は改善のために、まだ大丈夫、という方も予防のために肩甲骨の体操を実施しておきましょう。

上記のような肩の痛みや肩が上がりにくい等の症状がある場合、**まずは、医療機関の受診をお勧めします。**

肩甲骨の体操

今回は、肩が上がりにくい方、予防したい方に向けてのトレーニングです。肩の痛みが強い方は、逆効果になりますので注意してください。

1

椅子に座り、両方の手のひら、肘をくっつけます。

2

手のひらを外側に向け、肩甲骨を寄せながら胸を開きます。

3

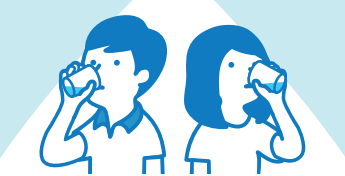
頭の後ろで手を交差させます。

4

手のひらを外側に向け、肩甲骨を寄せながら肘が脇腹につくくらいまで肘を下ろします。

1～4を一連の流れで10回程度

肩甲骨をゆっくり、大きく動かしましょう。

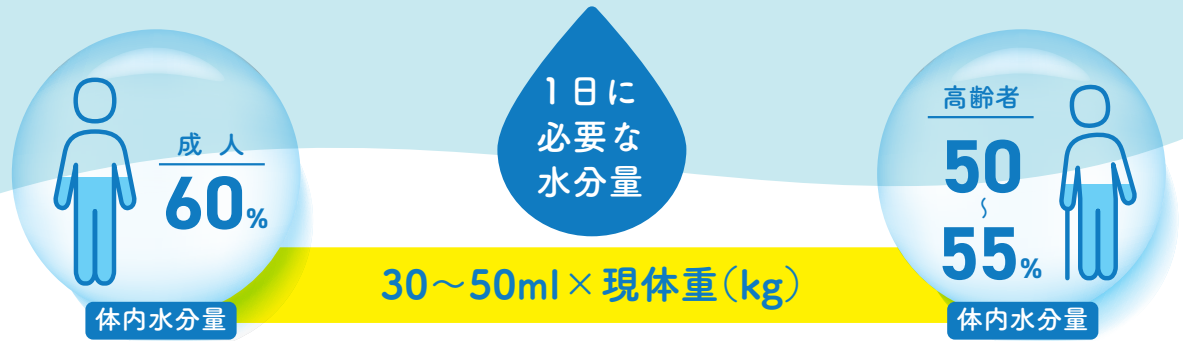


正しく飲んで脱水予防

だんだんと暖かく、汗が滲む季節になってきましたね。水分はしっかりとれていますか？

病院でも水を飲むよう勧められることが多いかと思いますが。年齢を重ねると筋肉量が減り、水分を蓄える力が弱くなるため、脱水になりやすくなります。また、食事量が減ると食事からの水分摂取が減ること、喉の渇きを感じにくくなることも摂る機会が減る要因ではないでしょうか。

すぐトイレに行きたくなくなるから飲みたくないと思う人もいますが、飲んだ水分が尿として出てしまいうるからこそ水分補給は大事です。



不足しないよう摂るために

こまめに飲んでクリア！

起きてすぐや寝る前、食事の時にコップ1杯から

牛乳や果物、夏野菜など水分の多い食品を摂ってもO

注意！ 食事を適切に摂っている方は、スポーツドリンクなどで意識して塩分を摂る必要はありません。高血圧症や心臓疾患をお持ちの方は特に塩分の摂りすぎに注意しましょう。

	塩分	水分
食パン1枚60g	約0.8g	約20ml
米飯150g	0g	約90ml
味噌汁1杯	約1.5g	-
スポーツドリンク500ml	約0.5～0.6g	-
経口補水液500ml	約1.2～1.5g	-

