



# 平塚市民病院

地域医療支援病院 災害拠点病院 神奈川県がん診療連携指定病院

広報誌

Vol.48  
Autumn 2024

私たちは、市民の健康を守り、地域医療に貢献します

# SMILE!

~毎日笑顔で~ **スマイル**



## 『命』をつなげる

特集 第1回 キッズ病院お仕事体験2024  
「救命救急センター24時」

看護のこころ Vol.20 「一日看護体験」

10月に着任した医師を紹介します

第12回 感染管理室ニュース 知っておきたい感染症「マイコプラズマ肺炎」

職場紹介 医事課①

健康スマイルレシピ Vol.14 災害備蓄品を消費しながら普段の食事に活用してみましょう

お知らせ 11月15日ブルーサークルフェスタ開催

①②

③

④

⑤

⑥

⑦

# 第1回 キッズ病院お仕事体験2024 「救命救急センター24時」

7月27日（土）に、小学校4～6年生を対象とした「キッズ病院お仕事体験2024『救命救急センター24時』」を開催しました。このイベントは、今回が第1回目の開催になります。

当日は事前応募（86組）から抽選で選ばれた18組の親子が救命救急センターのスクラップ（医療用ユニフォーム）に着替えて参加しました。三つのグループに分かれて、スタンプラリーを行いながら様々な体験をしました。

次年度の開催もお楽しみに！

## ぱい菌から身を守ろう!

「感染症にうつらない、うつさない」ために正しい手の洗い方を学びました。



きれいに洗えているかな?

## 心臓マッサージをやってみよう! AEDをつかえるかな!?

人形を使って心臓マッサージやAED体験をしました。



なかなか体力がいるんだなあ

## ヒトが出す「音」をきいてみよう!(聴診)

聴診器を使って人の身体から出る様々な音を聴きました。



人間の身体はいろいろな音があるんだね!

## 呼吸をするための管をいれてみよう! (気管挿管)

口から気管にチューブを入れて肺に酸素を送る気管挿管を体験しました。



管が入った、すごい!

キッズお仕事体験については、病院ホームページをご覧ください。



## 身体の中をみてみよう!(超音波)

超音波を使って心臓が動いている様子を見ました。



超音波ってこんな風に見えるんだ!

## 血圧をはかってみよう!(血圧測定)

聴診器と血圧計を使って血圧を測ってみました。



初めての血圧測定

## ECMOとERを見学してみよう!

救命救急センター(ER)を見学しました。  
体外式膜型人工肺「ECMO」の説明を聞きました。



これがERなんだ!

## 災害派遣車両にのってみよう! DMATって何だ?

災害医療派遣チーム「DMAT」の車両を見学しました。DMAT隊員から写真を見ながら実際の活動の話を聞きました。



DMATのユニフォームを着たよ

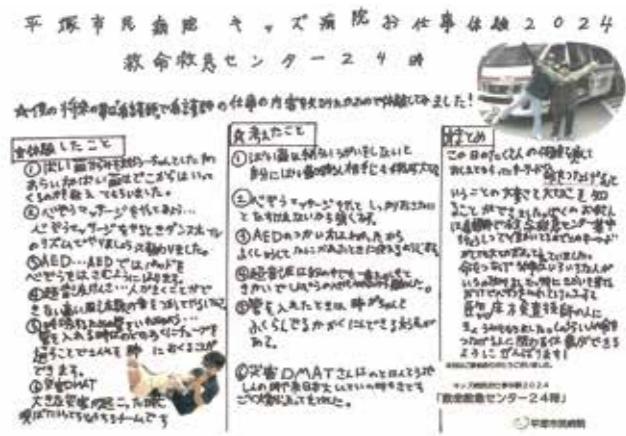
## 病院食ってどんなかな? ~平塚市民病院のおいしい病院食~

クイズ形式で管理栄養士から栄養や病院での食事について学びました。



ABCどれかな?

## 参加者からいただきました!



参加したら年生からいただきました。ありがとうございます!



## 看護のこころ

### Vol.20 一日看護体験



8月9日（金）、22日（木）に一日看護体験を開催し、37名の中高生が参加しました。一日看護体験は、看護師や医療職を目指す若者に、よりその夢を強くもってもらいたいとの思いから、現場（病棟）での見学体験を行っています。

ユニフォームは、その職業に憧れるポイントの一つでもあると思い、スクラブ（医療用ユニフォーム）に着替え、一日看護体験がスタートしました。付き添いでいらした親御さんが、お子さんの姿を写真撮影されている様子もみられました。

#### 手洗いきちんとできるかな

感染管理認定看護師から手洗いの正しい方法について学びました。蛍光塗料を用いて行います。教えてもらったあとに30秒かけて手を洗いましたが、それぞれに洗い残しがあり、改めて手洗いのポイントを知ることができました。



手洗い手順は厚生労働省ポスターより引用



#### ヘリポート見学

ヘリポートには一部の職員しかあがることができませんが、貴重な体験になると思い、実施しました。あいにくの天気でしたが、参加した皆さんも感動していたようで、素敵な笑顔でした。写真撮影をして記念にお渡しました。

#### 働く現場を見てみよう（病棟見学体験）

2~3人が一組になり、3A・3B・4A・4B・4D病棟で見学体験をしました。



#### 新人看護師と話してみよう

プログラムの最後には、新人看護師と話す時間を作りました。いつもは先輩に頼ることが多い新人看護師も、中高生からの質問にしっかり答えていました。参加者にはキラキラして見えていたと思います。



#### 参加者からの声

体験後のアンケートからは「現場を見せてもらえる病院はあまりないのでいい経験になった。」、「なりたい気持ちが弱くなっていたが、やっぱりなりたい！と強く思えた。」などの前向きな意見をいただきました。

#### みなさんの未来への第一歩になりますように☆

詳しい活動や採用情報は看護部ホームページへ

平塚市民病院 看護部

検索



## 10月に着任した医師を紹介します



橋元 奈津子  
内科 医長



齊藤 あむな  
小児科 医師



渡部 希美  
外科 医長



大沢 桃香  
外科 医師



松島 宏和  
心臓血管外科 医師



飯島 柚香  
整形外科 医師



江崎 文音  
形成外科 医師



白木 沙由理  
産婦人科 医師



板倉 彩子  
救急科 医師



“市民の健康を守り、地域医療に貢献する”医療を提供します

#### 感染管理室 ニュース

第12回

## 知っておきたい感染症

感染管理室長 石井 美千代

### 『マイコプラズマ肺炎』～長引く咳は要注意～

今年は8年ぶりにマイコプラズマ肺炎が大流行しています。マイコプラズマ肺炎は、マイコプラズマ・ニューモニアという菌による呼吸器感染症です。小児や若い人の肺炎の原因として比較的多く、8割は14歳以下ですが大人でもかかることがあります。比較的軽い症状に止まることが多いのですが、一部の人は中耳炎や髄膜炎などの合併症を併発したり重症化するため注意が必要です。

症状の特徴は長引く頑固な乾いた咳です。発熱、だるさ、頭痛などの症状で発症し、咳は熱が下がったあとも長期にわたって（3~4週間）続きます。感染してから症状が出るまでの期間（潜伏期といいます）が2~3週間と長いため、いつ感染したかがわかりづらい感染症です。症状が軽いと気づかずに出歩き、人にうつしてしまうことから「歩く肺炎」と言われます。感染した人の咳のしぶきを吸いこんだり接触することで感染するため、日常からの手洗いや咳エチケットが大切です。

マイコプラズマ肺炎に効果がある抗菌薬は一部に限られています。発熱が長期間続いたり、息苦しく咳が徐々にひどくなっている場合は、早めに医療機関で診察を受けるようにしましょう。



咳が出るときは  
咳エチケット!



## 職場紹介



# 医事課 ①

医事課長 田丸 勝巳

医事課は、総合案内、健康保険証確認、会計収納、入退院などの各種受付窓口業務と、診療費の計算及び保険請求業務のほか、地域の保険医療機関との連携を強化することで外来医療の機能分化を推進していく地域連携業務を行っています。

患者さんが来院した際、最初にお会いする部門が医事課です。来院された方が抱えている不安を少しでも和らげ、笑顔で親切丁寧な接遇を行うことに加え、臨機応変な対応を職員一同心がけて業務に取り組んでいます。また、患者さんが快適かつ円滑に診療を受けられるように会計待ち時間の短縮に努めているほか、費用、制度についても分かりやすい説明ができるように日々努力を積み重ねています。

当院では、マイナンバーカードによる健康保険証のオンライン資格確認を行っています。マイナンバーカードをカードリーダーにかざすだけで、スムーズに医療保険の資格確認ができます。みなさん、是非、ご活用ください。ご不明な点は窓口の職員までお尋ねください。



再来機



会計窓口

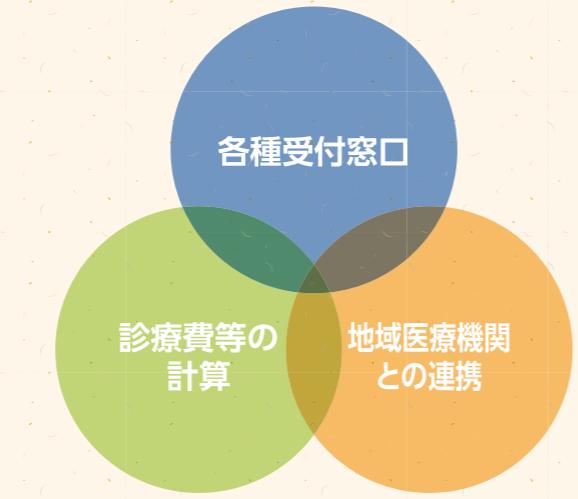


自動精算機

平日の時間外、土曜、日曜、祝日に関しては時間外窓口での受付になります。当院は、入院を必要とするような緊急性の高い患者さんを24時間体制で受け入れています。



救急外来窓口



## 健康スマイルレシピ Vol.14

### 当院の管理栄養士監修! 災害備蓄品を消費しながら 普段の食事に活用してみましょう

管理栄養士：片岡敦子

地震や台風などの災害に備えて、食料の備蓄が重要視されています。

家庭では、最低でも3日分、出来れば1週間くらいの食料を備蓄しておくことが必要です。

食品の備蓄は、普段食べているものを消費しながらストックする「ローリングストック」がおすすめ！

缶詰やカップ麺、レトルト食品などを少し多めに買い置きし、賞味期限が近いものから消費し、食べたらその分を補充していきましょう。

今回はサバ缶を使った、簡単スンドウブチゲを紹介します。

#### サバ缶スンドウブチゲ

##### お料理レシピ

材料（1人分）

サバ味噌煮缶	1缶 (約190g)
白菜キムチ	30g
大根	50g
絹ごし豆腐	1丁
青ネギ	適量
生姜（チューブ）	3cm

エネルギー：550kcal 塩分2.8g（1人分）

- 1 豆腐はひと口大に切る。青ネギは小口切りにする
- 2 大根の皮をむき、火が通りやすいように小さめにカットし、下茹でする
- 3 土鍋に白菜キムチ、大根、サバ缶は缶汁ごと入れる  
水2カップと生姜を加えて強火にかける
- 4 3の鍋が煮立ったら、1の豆腐を加え、蓋をして強火で煮る  
再び煮立ったら、青ネギをのせて出来上がり！



##### ポイント

- ・大根の代わりに、白菜でも美味しく作れます
- ・サバの生臭みを取るために生姜を入れるのがおすすめ。薄切りの生姜でもOK♪
- ・土鍋以外でも美味しく作れますよ

キムチに入っている唐辛子のカプサイシンの効果で血行が促進され  
身体がポカポカに温まります。是非お試しください！



## お知らせ 11月15日ブルーサークルフェスタ開催

11月14日は「World Diabetes Day(世界糖尿病デー)」です。当院では、11月15日(金)10時から14時まで1階東側正面玄関前のスペースで「平塚市民病院ブルーサークルフェスタ2024」と題して、糖尿病予防イベントの開催を予定しています。今年のテーマは『健康を自分で守るため、まずは知ることから』です。

血糖測定や身長・体重測定のほか、栄養士による栄養(食事)相談や薬剤師による服薬相談などを実施します。測定、相談などはすべて無料でどなたでも参加可能ですので、ぜひお気軽にご参加ください。

開催日月 11月15日(金) 時間 10時～14時 会場 1階東側正面玄関前



昨年開催時の様子

### 地図・交通アクセス

#### 【路線バスをご利用の方】

JR東海道線 平塚駅北口からバスで15分

平21、22、26、77金田公民館行き、市民病院行き、  
市民病院経由高村団地行き、市民病院経由東海大学行き  
「市民病院前」下車 運賃:現金、ICカード240円

伊勢原方面から平塚駅行「中原下宿」バス停下車、ヘルシーロード徒歩約20分

秦野方面から平塚駅行「南原」バス停下車、徒歩約10分

#### 【シャトルバス】

市内神田地区から市民病院へ便利なシャトルバスも運行しています。

[運行日] 市民病院外来診療日

[運休日] 土曜日、日曜日、祝日及び年末年始(12月29日から1月3日)

[運賃] 大人…1乗車260円

小学生、割引運賃適用者(※)…130円

未就学児…無料

現金 前払い(回数券、ICカードは使えません。)

\*身体障害者手帳または療育手帳をお持ちの方と、その介護者の方



#### 【車をご利用の方】

午前は、大変混雑しますので、できるだけ公共交通機関をご利用ください。

信号「平塚市民病院入口」から進入してください。

外来駐車場(有料)

[利用時間] 午前7時00分～午後7時30分

[料 金] 外来患者…入場後30分無料、同90分100円、以降すべて200円

一般…入場後30分無料、同90分100円、以降1時間ごとに  
100円加算(面会含む)

交通系電子マネーでの支払いが可能です。



Hiratsuka City Hospital

 平塚市民病院

救命救急センター 災害拠点病院 地域医療支援病院  
神奈川県がん診療連携指定病院

〒254-0065 神奈川県平塚市南原1-19-1

TEL : 0463-32-0015 FAX : 0463-31-2847

URL : <https://www.hiratsuka-city-hospital.jp/>

初診受付時間：午前8:30～11:00(初診及び予約外の方)

休診日：土曜日・日曜日・祝日 年末年始(12月29日～1月3日)

