

# SEOTIMES

2025.Spring No.5

瀬尾記念慶友病院

整形外科・リハビリテーションの瀬尾記念慶友病院ニュースレター「瀬尾タイムズ」



瀬尾記念慶友病院

## 当院の事務部門を紹介します！



### 医事課

病院の顔として丁寧な接遇を心掛けています！

スタッフ 12 名体制で対応しております。

患者様が来院した際、病院の中で一番初めにお会いするところが医事課となります。

来院された方が抱えている病気などの不安を少しでも和らげ、笑顔で丁寧な待遇を日々心がけています。

2024年12月からマイナンバーカードの利用が増えてきました。

持っているけど操作が分からない・・・難しそう・・・を感じている方もいると思います。受付のスタッフが一緒にお手伝いさせて頂きますのでお気軽にお声掛けください！

皆様に快適に過ごしていただけるよう  
院内の隅々まで目を配っています！

### 設備担当

設備スタッフ 1名、清掃スタッフ 4名で業務を行っております。  
清掃スタッフは、院内や敷地内の清掃を行い、来院される方に快適に過ごしていただけるように心がけています。  
設備スタッフは、病院設備の点検、保守、管理を行っており、病院機能の維持に努めています。また、防災管理者、廃棄物の管理、安全運転管理者とマルチに活躍しています。

### システム担当

医療データを管理し、  
セキュリティ対策を行っています！



当院は、医療の効率化と精度向上を目指し、2024年4月より電子カルテシステムを導入しました。また、ナースコールや内線電話等のシステムの入れ替えなどを行っています。システムトラブル対応、システムベンダーとの連絡など、新しいシステムがスムーズに運用できるように対応しています。  
近年多くなってきてるサイバー犯罪への対応の検討や、各種情報の取り扱いに対応する組織作りなども担当しています。

## 防災訓練を行いました！

沼津市は、海岸部から近い場所に立地しており、大地震発生時には津波の襲来が想定されています。また、近隣の住民等が津波から身を守るために一時的に避難する「津波避難ビル」に指定されています。いつ起るか分からぬ地震・津波から身を守るために、大地震・津波を想定した防災シミュレーション訓練を2024年11月に実施しました。シナリオを準備し、院内での実動訓練を行いました。訓練をしないと分からない点も多くあり、「分からないことが分かった」という有意義な訓練でした。

2024年5月に開催した病院祭では、「津波避難ビル」として、4階の避難場所を一般公開しました。市の危機管理課と連携し、実際に病院の外階段から4階まで登る体験には、多くの方に参加いただきました。

今後も地域防災の一助となるような取り組みを続けていきたいと思います。



「津波避難ビル」当院4階の避難場所



## 骨粗鬆症 研修会を開催しました

院内スタッフ向けに研修会「骨粗鬆症の基礎知識と骨粗鬆症治療薬について」を1月に開催しました。

骨粗鬆症とは、骨強度が低下し、骨折するリスクが高くなる病気です。日本での患者数は人口の約10%と推計され、骨粗鬆症による骨折は、寝たきり、慢性腰痛、要介護の原因にもなります。特に女性は閉経による女性ホルモンの急激な減少により骨密度が低下し、骨粗鬆症になりやすくなります。また、日本人の98%がビタミンDが不足しているという報告もあります。男女ともに、ビタミンDを多く含む食品やサプリメントを効果的に摂取し、骨の健康を保ち、骨粗鬆症を予防することが大切です。

骨粗鬆症の治療薬は、内服薬や注射薬などいろいろな種類がありますが、治療には時間がかかります。服用を継続することで、骨密度は徐々に上昇します。

自己判断でやめずに、医師の指示通り服用を続けることが大切です。



職員  
つり大会

## お魚いっぱい釣ったよ!!

当院では、初夏と晩秋の年2回、釣り大会を開催しています。日々の業務から離れて自然を感じることができ、職員間で親睦を深められる機会でもあるため、毎回多くの職員や家族が参加しております。釣り物は、アジ・サバ・イサキ・ソウダガツオ・タチウオなど、様々な種類の魚が釣れるため、参加した職員も満足と感激で船上はいつも笑顔で溢れています。釣り大会を通してリフレッシュした快活な職員一同で、今後も質の高い安全な医療を提供していきます。



## マンドリン演奏会を 開催しました！



入院患者様向けにマンドリンの演奏会を1月18日(土)に開催しました。「伊豆マンドリンアンサンブル」様16名のご協力のもと行われ、40名近くの患者様が参加してくださいました。

舞台ではどの年齢からも愛される名曲が9曲演奏されました。心地よいマンドリンの音色が流れるリズムをとり笑顔になる方、一緒に歌い出す方もいるなど充実した時間となりました。最後は「学生時代」という曲をマンドリンの演奏と共に患者様も一緒に歌い、演奏会は大きな拍手と共に終りました。参加した患者様から

「生演奏が良かった」

「最後に歌えて楽しかった」  
など嬉しい声を頂きました。



連載 第2回

## 季節の変わり目の 「春バテ」に注意！



春は約9割の人が心と体に不調を感じると言われています。この不調は「春バテ」かもしれません。予防と対策を十分に行い、元気に新生活を迎えましょう！

### 春バテの特徴

- ✓ 体がだるい
- ✓ やる気が出ない
- ✓ イライラする
- ✓ 目覚めが悪い
- ✓ 昼間眠くなる
- ✓ 夜眠れない

### 「春バテ」しないために自律神経を整えよう！

自律神経は、体の器官を調節するために「交感神経」と「副交感神経」がバランスを取り合いながら24時間働き続けています。しかし、春は、寒暖差や環境の変化などで神経のバランスが崩れ、「疲れ、だるさ、眠気、イライラ、めまい」などの不調が起こりやすくなります。

「春バテ」しないためには自律神経の働きを整えることが大切です。

### 5つのおすすめ栄養素&食材



**ビタミンA**：副交感神経を整える働きがあります

<豚肉、鶏肉、うなぎ、鮭、人参>

**ビタミンB1**：自律神経に作用します

<豚肉、かつお、卵、玄米ごはん、にんにく>

**ビタミンC**：ストレスを軽減するホルモンの生成を促します

<イチゴ、柑橘類、キウイ、パプリカ、ブロッコリー>

**ビタミンE**：自律神経の働きを整える働きがあります

<大豆製品、ナッツ類、ほうれん草、ブロッコリー>

**カルシウム**：イライラや不安を抑える働きがあります

<大豆製品、乳製品、小魚、小松菜>



## 瀬尾記念慶友病院

・整形外科・リハビリテーション科・内科・循環器科

〒410-0822 静岡県沼津市下香貫島郷 2773-1

TEL : 055-935-1511 FAX : 055-935-1333

JR沼津駅よりバス15分 「牛臥入口」下車徒歩1分

東名 沼津インター、新東名長泉沼津より20~35分

全病床：74床（うち個室5床）

地域包括ケア病床：32床（地ケア病棟入院基本料2）

回復期リハビリテーション病床：42床（回リハ病棟入院基本料1）



KEIYUHOSPITAL\_OFFICIAL