

専門医による「リハビリテーション専門外来・装具外来」のご案内

「リハビリテーション科」と聞くと、療法士との機能訓練をイメージされるかもしれませんが、しかし、リハビリテーションは訓練だけではなく、医師による投薬調整や注射による動きの改善、義肢や装具の作製や調整、環境調整などを通じて、「日常生活のしやすさ」を医学的な視点から総合的にサポートする診療科です。

このようなお悩みはありませんか？

- ・飲み込みの不安（むせる、食べにくい、肺炎が心配）
- ・手足のつっぱり（脳卒中などの後遺症で筋肉が固まって痛む、動かしにくい）
- ・義肢や装具の悩み（今使っている義足や装具が合わない、古くなった）
- ・今後の不安（退院後のリハビリをどう続けるべきか、専門家の意見を聞きたい）
- ・体力の低下（年齢とともに力が落ちてきたが、どうすべきか知りたい）



受診のご案内

診察日：毎週 木曜日・金曜日

※義肢装具の診察・調整は木曜日のみ



まずはご相談ください。

患者様が地域でいきいきと暮らせるよう、リハビリテーション専門医と一緒に考え、生活を支えます。

OSE活 始めました♡

「患者様により良い医療をお届けするために、まずは私たち自身が最高のチームでありたい」。そんな想いから、当院では現場力を高める活動「OSE活（オセ活）」に力を入れています。今回は、笑顔と改善が生まれる3つの取組みをご紹介します。



01 感謝をカタチに 「サンキューカード」で 広がる褒めあい文化

部署の垣根を越えて、日々の「ありがとう」をカードに綴って贈りあっています。掲示板には、手書きの温かい言葉がぎっしり！「助かったよ」「あの時の対応、素敵だったね」。言葉にすることで、チームの絆がぐっと深まっています。

02 現場の声をすぐカタチに！

「OSE アップデート」



玄関前が寂しい…
と職員から提案が

よし！季節の花を植えて
少しでも癒されてもらおう！



「もっとこうすれば患者様が快適になるかも」という現場の気づきを、スピーディーに業務改善に活かす提案制度です。小さなしつらえの変更から大きな効率化まで、職員一人ひとりが「クリエイター」として病院をアップデートしています。

03 輝く職員を全力で称える

「OSE アワード制度」



「サンキューカード」を多くもらった職員、多く書いた職員に対しての月間表彰を行っています。また、1年で最も輝いた取組みを称える「年間アワード」を開催しています。選ばれた職員だけでなく、全員でその努力を称えあう時間は、私たちの大きな原動力。互いを「推し」あう文化が、より質の高いケアへと繋がっています。



多職種地域連携勉強会開催のご案内

第2回多職種地域連携勉強会を開催します。

本勉強会は、医療・介護・福祉など多職種が連携を深め、地域における支援体制の充実を図ることを目的としています。第1回目は看護部長による病院紹介や院長による講話、病院見学などを行いました。

第2回目も日頃の課題などを共有し、顔の見える関係づくりを構築する機会にしたいと考えております。

現在、開催日時や内容等詳細は調整中です。決定次第、改めてご案内いたします。皆様のご参加をお待ちしております。

第1回勉強会の様子



Smile きっちゃんのご案内

Smileきっちゃんは就労支援施設「クローバー」が就労支援の一環として運営しており、お弁当作り・販売、子ども食堂の開催など様々な取り組みを行っています。

■お弁当の販売

瀬尾記念慶友病院では、毎週、月曜日・水曜日に玄関でお弁当の販売を行っています。日替わりで心を込めたお弁当をお届けしています。

お弁当の盛り付け作業は、施設の利用者さんが担当しており、その売上はすべて利用者さんの工賃として還元されています。



■子ども食堂

施設では毎月第4土曜日に、「Smileきっちゃん子ども食堂」を開催しています。

平日14時～16時には、地域子どもたちにおやつを提供する「Smileコイン」の取り組みも行っています。

その他、フードバンクぬまづの運営を行うなど、食を通じて地域の支え合いを大切にしています。これからもSmileきっちゃんは、「働くこと」と「地域を支えること」を大切にしながら、笑顔が広がる取り組みを続けていきます。

Smileきっちゃん（一般社団法人マンパワー）

電話：055-923-2311

ホームページ：<https://www.manpa.net/>

連載 第6回

薬局長の豆知識



春は「肝(かん)」が乱れやすい季節

春は、気温が上がったり下がったりと不安定で、自律神経が乱れやすい季節です。

精神面では、神経質になったりイライラしたり、怒りっぽくなったりします。

身体面では、めまい、頭痛、耳鳴り、不眠、歯ぎしりなどの症状が出ます。

漢方では、神経の高ぶり、気の高ぶりを「肝が高ぶる」と表現します。

このような症状を治すのが抑肝散（よくかんさん）・「肝を抑える」という漢方薬です。



抑肝散 54

漢方薬は症状と体質から選ぶため、『抑肝散』は季節にかかわらず使用しますが、春の不調に出番の多い漢方薬です。

抑肝散は薬局・ドラッグストアでも購入できます。

心身不調の際には、販売先の薬剤師・販売登録者への相談をおススメします。



春の献立紹介



「旬の鯖で、春を感じるやさしい一皿」 鯖のやわらか煮 ～菜の花あなかけ～



材料（2人分）

- ・鯖切り身 2切れ
- ・菜の花 1/2 束
- ・だし 200ml
- ・薄口しょうゆ 小さじ2
- ・みりん 小さじ2
- ・片栗粉 小さじ2

栄養たっぷり!

「菜の花」「鯖」

- 食物繊維
…腸内環境を整える
- ビタミンD
…骨の健康によい!
- ビタミンC
…免疫力を高める
- カルシウム・鉄
…貧血予防

作り方

- ①鯖は下処理をする。
- ②だしと調味料で弱火で煮る
- ③菜の花はさっと茹でる
- ④煮汁に水溶き片栗粉でとろみをつける
- ⑤鯖と菜の花にかける



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）

地域包括医療病床：32床

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）



【編集・発行】瀬尾記念慶友病院 ポップPR委員会
発行：2026年4月1日 無断転載禁止