



四っ葉の クローバー

No.69

令和7年1月1日発行

宇都宮東病院

胃がん検診を受けましょう！
歩いて学ぶ糖尿病ウォークラリー開催
世界糖尿病デーイベント開催
病院代表電話の自動音声案内導入のご案内

宇都宮介護医療院

秋祭りをおこないました

このみ保育園

親子ミニ運動会

ななつ星食堂

「彩り御膳」冬メニュースタート！



理事長 新春のご挨拶

撮影地：湯西川温泉かまくら祭

撮影者：山口



＜教えて！現場のお仕事＞
心理職の資格と業務について





新春のご挨拶

医療法人 北斗会
理事長 藤沼 澄夫

新年明けましておめでとうございます。理事長として初春を迎えられたことを職員および関係者の皆様に心より御礼申し上げます。さらに北斗会の医療サービスを受けられた方々およびご家族の皆様方におかれましては、つつがなく新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

さて、新型コロナウイルス感染症に対するワクチンが昨年秋より再開されました。宇都宮市在住の方で65歳以上の高齢者は自己負担2,000円で接種することができます。高齢者は重症化リスクを軽減する、命を守る選択肢として皆様に接種していただきたいと考えております。

新型コロナウイルス感染症は、いまだに根絶されることはなく周期的な流行があり、引き続き感染対策が必須です。今後も法人として感染対策を十分に行った上で、医療・福祉サービスを切れ間なく行ってまいります。本年も皆様が安心してご利用できる施設の維持に努めてまいりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

北斗会の医療サービス向上

宇都宮市の胃がん検診において、70歳以上の宇都宮市在住の方は無料で胃カメラが受けられるようになりました。郵送されてきた受診券を見ていただいて、当健診センターにお電話をいただければ、検査の予約が可能ですので、がん検診の受診券が届きましたらぜひご利用ください。なお、当院では昨年4月よりAI技術を導入した新しい胃カメラを一部導入しました。いまやAIの技術は人間の能力を超えたレベルまで進化しております。胃カメラの領域でも胃癌発見に人工知能であるAIを併用することにより、見逃しの少ない検査法として期待されています。

今年4月からは人間ドックや健診のデータと当院外来の電子カルテとの連携が向上し、健診から診断・治療への橋渡しがスムーズになります。

人材の育成と働きやすい職場環境の整備

医療法人北斗会にとって、最も大切なものは人材です。これからの北斗会のためにも新しい人材を常に受け入れ、法人内部での人事交流をはかりながら組織を活性化していくことは必要不可欠です。北斗会を支えてくださっている多くの職員、スタッフおよび関係者の皆様が「北斗会で働いて良かった」、「北斗会を利用して良かった」と思ってもらえるような組織をこれからも目指してまいります。北斗会の信念である「よりよい医療を地域の方へ」を実践していくためには、引き続き人材育成や働きやすい職場環境整備などを通じて、さらなる医療サービスの向上を目指します。これからも皆様方、職員や関係者のご意見、ご指導を賜りながら、一步一步、北斗会の発展のために進んで行きたいと思っております。

末筆になりますが、皆様方のご多幸を心より祈念し、私の新年のご挨拶とさせていただきます。



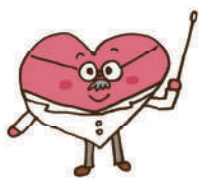
＜ 教えて！現場のお仕事 ＞

心理職の 資格と業務について



こんにちは！メンタルケアセンターの吉澤です。
今回は心理職に関わる『臨床心理士』と『公認心理師』の資格と、
それぞれの業務の目的について簡単にお話します。

「前から臨床心理士って耳にしたりするけど、何をしてる人なの？」

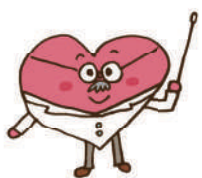


はい。確かに『心の問題』というテーマがメディアで取り上げられたりすると、記事やコメンテーターなどで見聞きすることがありますよね。

『臨床心理士』は昭和63年(1988年)に『日本臨床心理士資格認定協会』の発足に伴い資格化されました。主に、養成課程のある大学院を修了すると受験資格が得られます。これがなかなか大変でして…

さて、業務としては ①査定 ②面接 ③地域援助 ④調査・研究 を専門的に行います。詳しく話すと長くなるので、端的に①～③は「心の問題を抱える人の特徴について心理検査や面接を通して理解が深まることや、それを踏まえて関係を築きながらその人の特徴や環境に応じた支援や援助を行うこと」と言えるでしょう。④はより専門的な話になってしまいますが、私個人としては外勤先のクリニックに協力を依頼しているところです。感謝。

「最近、公認心理師って目にするけど、何が違うの??」



時代が変わって、平成29年(2017年)に『公認心理師法』が施行されて「国民の心の健康の保持増進に寄与すること」を目的として定められた国家資格となります。臨床心理士との業務の違いをひと言で表すと「心の健康に関する知識の普及と情報の提供」を挙げることができます。ふた言になってしまいましたが(笑) つまりは、教育的な位置づけがなされています。

ちなみに、受験資格は大学(心理学部・学科)で所定科目を履修して卒業した上で、(1)所定大学院の科目を履修 または (2)所定施設で2年以上の実務経験 などです。



宇都宮東病院ではメンタルケア科や健診センターなどのオーダーにお応えしています。また、産業保健に関わるストレスチェックのデータ分析や企業・団体様からのご要望に応じた講演なども受け付けております。

他に、メンタルヘルス不調の予防やその向上を図るようなプログラムのご用意もございます。ご希望等がございましたら、メンタルケアセンターまでお気軽にお問合せください。

メンタルケアセンター

直通

TEL. 028-680-5033

昨年10月宇都宮介護医療院の1階フロアを会場に秋祭りを開催いたしました。

当日は気持ちのいい秋晴れに恵まれ、ご利用者様、ご家族様、地域の方々とたくさんの方に足をお運びいただきありがとうございました。

今回は専門職による介護相談コーナー、ご利用者様の日頃の様子をまとめたスライドショーの上映、職員による手作り作品展示コーナーなど、介護保険施設ならではの内容をご用意させていただきました。また、バザーや射的、ワークショップなどのイベントでは、ご利用者様やご参加いただいた皆様と共に楽しい時間を過ごすことができました。

バザーでは皆様がたくさんの商品の中から自由に選んでかごに詰め込んだり、射的ではご利用者様とご家族様で協力しながら的を狙う姿にとっても心があたたまりました。

そして最後には秋の夕暮れに開催を記念した花火が打ち上げられ大盛況の内に幕を下ろしました。

これからも地域の皆様にとって開かれた施設であり続けることができるよう、職員一同励んで参りますので宜しくお願い致します。

宇都宮介護医療院 秋まつり

バザーの様子



バザーは大盛況でした♪



職員による手作り作品展示



レジンアクセサリー作りは
子どもから大人まで大盛況♪



みなさん楽しみにしていた
花火の大輪！



お祭りといえば射的！
車椅子からでも楽しめます



宇都宮市民の方は、市の補助を利用して検診が受けられます。



胃カメラ受けましょう!!

宇都宮市にお住まいの
70歳以上の方 無料
無料で胃カメラ受けられます
【生活保護の方も無料で受けられます】※受診券が必要です

胃がんの早期発見に繋がります

ご予約の際は受診券をご準備の上→
宇都宮東病院健診センターへ

宇都宮市発行の受診券が必要です。↑

対象者 ▶ 40歳以上
検 査 ▶ ①胃内視鏡検査【胃カメラ】 どちらか
 ②胃X線検査【バリウム】 選択
費 用 ▶ 40歳以上：3,350円（自己負担）
 70歳以上：無料

初期の胃がんは自覚症状がほとんどありません。症状がなくても検診を受けることが重要です。「自分は大丈夫」と思いがちですが、「もっと早く検診を受けておけば・・・」とならないよう自覚症状のない時にこそ検診を受けましょう。

2021年に国立がん研究センターがまとめたデータによると、胃がんは早期発見の生存率が高く、ステージⅠで発見された場合の5年生存率は96.3%、10年生存率も90.9%となっています。

詳しくは下記へお問合せください。

宇都宮東病院 健診センター TEL.028-683-5771

予約
受付

月 水 木 金 9:00～16:00
火 土 9:00～12:00

第25回となりました「歩いて学ぶ糖尿病ウォークラリー」、当院は幹事病院として、「歩く」「学ぶ」「笑う」をテーマにクイズやゲームを企画しました。会場となったみずほの自然の森公園には、県内各地より約190名の参加者をお迎えすることができました。

患者様と医療スタッフがチームを組んでウォークラリースタート。診察室での雰囲気とは違って、ジャージ姿の医師や看護師は患者様にとっても新鮮な感じで、皆さんの表情がいつもに増して柔らかいような気がします。各チーム、クイズで悩み、ゲームで笑い、1時間のウォーキングを楽しんで頂いた様子でした。



東病院チームの集合写真

日頃の治療への取り組みと、チームワークが実を結びました～♪



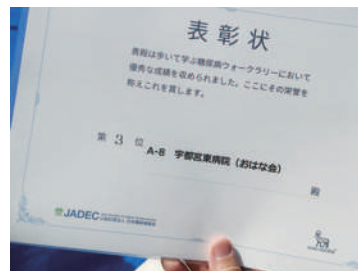
スタート!



バランスエクササイズ



プレゼンター大須賀院長



東病院チームは総合3位

人間ドック専用ランチ
「彩り御膳」
冬メニューが
始まりました!



★★★★★

冬が旬の大根、カリフラワーやブロッコリーを豊富に使い、季節を感じることができるメニューとなっています。サラダや煮物に使用することが多い大根を今回はフライにしました。低カロリーにもかかわらず、食べ応えのある一品となっています。

ほくほくの大根フライ



宇都宮東病院
糖尿病センター

世界糖尿病デーイベント開催

インスリンを発見したカナダのフレデリック・バンティング博士の誕生日である11月14日は、国際糖尿病連合(IDF)と世界保健機関(WHO)が定めた国際デーとして、世界的に糖尿病についての疾患啓発についての取り組みが行われます。

日本における「世界糖尿病デー」は2024年から『World Diabetes Day』(ワールドダイアベティスデイ)に変更されました。これは糖尿病という病名からイメージされる偏見や差別(スティグマ)を払拭するためのアドボカシー活動※の一環です。

当院でも昨年11月にイベントを開催し、大須賀院長より、2024年から3年間の世界共通テーマである『Diabetes and well-being』(糖尿病とウェルビーイング)について講話をいただきました。他にも「ダイアベティス(糖尿病)カルトクイズ」「災害時の心得と食事について」「顕微鏡から分かる尿検査について」「体組成測定」などを行い、多くの方の啓発に役立つことができました。

糖尿病の方も、そうでない方も、このイベントを通して糖尿病について正しく知り、健康に少しでも役立てていただきたいと思います。あなたも少しだけダイアベティス(糖尿病)に関心をもってみませんか?

※アドボカシー活動とは

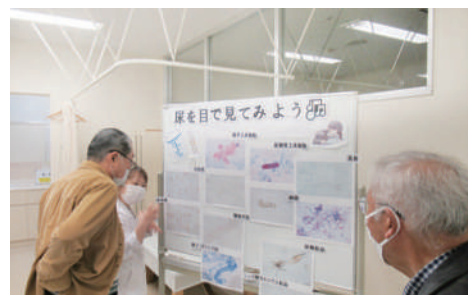
糖尿病の正しい理解を促進する活動を通じて、糖尿病をもつ人が安心して社会生活を送り、人生100年時代の日本でいきいきと過ごすことができる社会形成を目指す活動のこと。



院長講話『糖尿病とウェルビーイング』



いつか来る大災害
～そんな時食事はどうする?～



『尿を目で見てみよう』

昨年12月より、当院では電話対応サービス向上のため、代表電話（028-664-1551）の自動音声によるご案内を開始致しました。

音声案内に従い、ご希望の窓口の番号を押してください。音声案内の途中でも操作可能です。

代表番号 **028-664-1551**



にかけると音声案内が流れます。
ご希望の窓口の番号を押してください。

お問合せのケース	窓口番号
外来診療・入院に関するお問い合わせ	1
人間ドック・健康診断に関するお問い合わせ	2
その他のお問い合わせ	3

※他の電話対応により電話に出られない時は、
お掛け直しいただくことがあります。
※夜間・休日は警備当直者をご対応いたします。

何卒、ご理解とご協力をお願いします。

このみ保育園

親子三二運動会

大好きなパパやママとたくさんふれあい、かけっこやダンス、親子競技など元気いっぱい参加することができました。可愛い小さな体で頑張る姿に保護者から笑顔と拍手が溢れ、職員共々、成長を喜び合うことができました。ご褒美の大きな金メダルにキラキラと目を輝かせる子どもたち。保育園の楽しい思い出がまたひとつ増えました！



診療案内

★印は原則、事前にご予約が必要となります。（予約以外の診療も可能ですので受付にお申し出ください）

ご予約・変更受付 ☎028-613-6233（受付 平日14時～16時）

★印は完全予約制での診療となりますので事前にご予約ください。

【完全予約制】☎028-613-5505（受付 平日14時～16時）

※診療状況により診察時間が異なることがあります

診察場所のご案内

- 宇都宮東病院 本館
- 宇都宮東病院 糖尿病センター

診療科目	受付時間	診察時間	月	火	水	木	金	土
内科	★ 午前 8:30～12:30	午前 9:00～	●	●	●	●	●	●
	★ 午後 1:00～ 5:30 （新患受付は午後5:00まで）	午後 2:00～	●	●	●	●	●	
皮膚科	★ 午前 8:30～11:00	午前 9:00～				●		
整形外科	★ 午後 1:00～ 5:30	午後 2:00～				●		
禁煙外来	★ 随時お問い合わせください							
精神科（メンタルケア科）	★ 随時お問い合わせください							
糖尿病内科	★ 午前 8:00～12:00	午前 8:30～	●	●	●	●	●	●
	★ 午後 2:00～ 4:30	午後 2:00～	●	●		●		

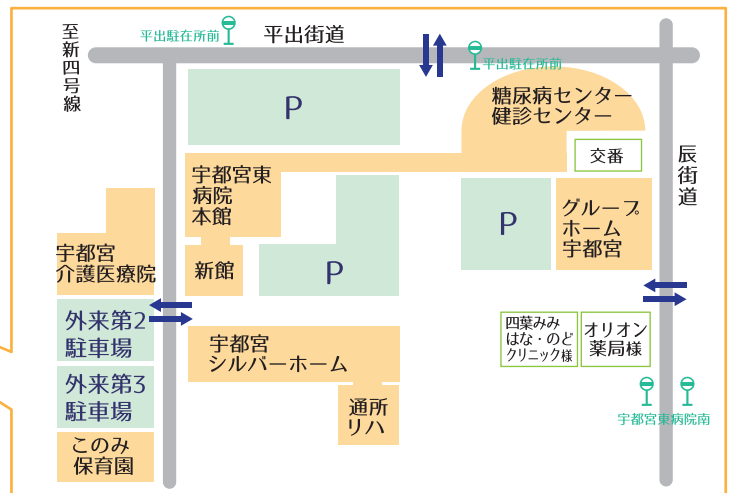
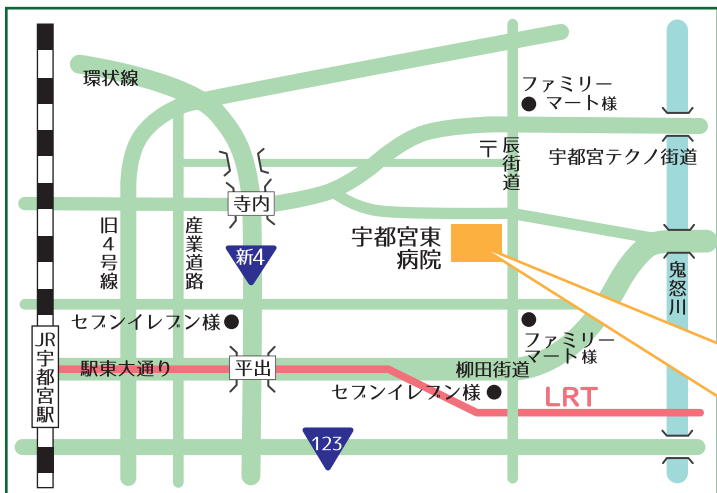
休診日 日曜、祝日、土曜午後、年末年始

面会 新型コロナウイルス感染対策のため
現在は面会を制限させていただいて
おります。詳しくはお問合せ下さい。
☎028-664-1551

人間ドック・健康診断のご予約はこちら

完全予約制 ☎028-683-5771

（予約受付 平日9時～16時、但し火曜と土曜は9時～12時のみ）



北斗会施設一覧

●宇都宮東病院	TEL.028-664-1551
●糖尿病センター	TEL.028-613-5505
●健診センター	TEL.028-683-5771
●巡回健診	TEL.028-683-3050
●宇都宮東病院訪問リハビリテーション	TEL.028-683-1166
●宇都宮介護医療院	TEL.028-661-1165

●宇都宮シルバーホーム	TEL.028-660-7800
●グループホーム宇都宮	TEL.028-689-6600
●宇都宮東介護相談センター	TEL.028-683-5305
●曙訪問看護ステーション	TEL.028-660-7803
●高根沢シルバーホーム	TEL.028-675-7877
●このみ保育園	TEL.028-680-5306

発行：医療法人北斗会 広報委員会

栃木県宇都宮市平出町 368 番地 8 TEL.028-664-1551（代） FAX.028-660-0819

詳しくはホームページをご覧ください **宇都宮東病院** **検索**

