



四っ葉の クローバー

No.74

令和8年4月1日発行

医療法人北斗会

奨学金制度のご案内
職員募集

宇都宮東病院

胸部X線読影支援システム更新！
新しい健診車を導入しました
おもいやり駐車スペース設置のお知らせ
糖尿病友の会「おはな」

宇都宮シルバーホーム

レクリエーションを開催しました

ななつ星食堂

旬のレシピ紹介～春野菜のスープ～

メディカルフィットネス

かんたんエクササイズ

このみ保育園

保育参観（発表会）をおこないました



▲ 教えて！現場のお仕事 ▲
作業療法士について
リハビリの専門家





教えて！現場のお仕事

作業療法士について

リハビリの専門家



作業療法士になるために

作業療法士になるためには、まず高校卒業後に主に大学や専門学校といった養成校に進学する必要があります。そこで3年または4年間かけて必要な技能や知識を学び、国家試験の受験資格が得られます。その後、年に1回行われる国家試験に合格すると厚生労働大臣から作業療法士の免許が交付され、作業療法士となります。

作業療法士の仕事

作業療法士の仕事は病気や怪我、精神障害、発達障害により、日常生活に支障を抱える方々に対し、心身の状態を確認する「評価」を行い、リハビリのプログラムを実施します。

具体的には筋力や関節の測定、認知機能の分析、生活動作の問題点抽出、必要な福祉用具・サービスの選定などです。そして、作業療法士がリハビリを行う中で重要視している大きな分類分けとして、主に4つの事があります。

- 1 運動や感覚、認知などの心身の機能改善を目指し、起き上がる、座る、立つ、食事する、排泄するなどの**基本動作が行えるようにする事**。
- 2 洗濯、掃除、買い物、公共機関の利用、趣味活動などの複雑な**応用的動作能力が行えるようにする事**。
- 3 住み慣れた場所で地域活動や趣味の場への参加を促し、孤独を防ぎ、**生活の質を高められるような社会適応の支援をする事**。
- 4 家庭や職場の関係者との調整、ライフスタイルの再設計、必要な福祉用具の選定や使い方の指導を行い、「**その人らしい生き方**」を支援する**環境調整をする事**。

これらを念頭に日常生活におけるあらゆる「作業」を通じて訓練や指導を行っています。

資格取得について

臨床、教育、研究、管理運営などの専門分野において、高い能力を持つと認められた作業療法士に作業療法士協会が独自に定める基準と研修制度によって運用される「認定作業療法士」という認定資格があります。この資格を取得する事で自分の専門性を客観的に証明できるだけでなく、活躍の幅が広がり、キャリアの可能性を大きく広げる事ができます。

当院（当施設）における作業療法士の活動

介護医療院は要介護者の長期療養・生活をする施設です。多くの場面で理学療法士と業務が重なる事がありますが、当院の作業療法士は食事の際の姿勢調整、クッションや車イスの調整、寝返りから起き上がり、立ち上がりなどの基本動作訓練、筋力低下や関節が曲がっている方に対する機能訓練などを行っています。

このように日々、入所者様の問題点を評価し、問題の解決に向けて機能訓練を行う事で、入所者様の生活の質（QOL）の向上に努めています。

胸部X線読影支援システム更新!

当院は、2月に東洋テクニカ社のAI技術を用いた胸部X線読影支援システムの『ClearRead XR』を導入しました。その特徴をご紹介します。

① 1枚の胸部X線画像から骨組織透過処理技術により胸部の骨組織のみを消して、鎖骨や肋骨の影に隠れた肺結節を確認しやすくします。

② 現在と過去の胸部X線画像を引き算し、変化があった部分を強調(黒く)します。



『ClearRead XR』は診療・健診・人間ドックなどで撮影した胸部X線画像に対して、*ディープラーニング技術を用いて画像処理を行います。また、診察時および画像診断時に病変の見落としを防ぎ、より精度の高い医療を提供していきます。

*ディープラーニング(深層学習)とは、データの特徴を自動的に学習するAI技術で、膨大なデータからパターンを自動抽出できる点が大きなメリットです。

新しい健診車を導入しました

令和8年2月に新しい健診車を導入しました。メーカー側との協議を重ね、利便性と安全性を重視し、高齢の受診者様も安心してご利用いただける設計となっております。これまで以上に皆様の健康推進に貢献してまいります。



間口が広く、乗り降りがスムーズ



観音開きのため両手で手すりが掴めます!

車内後部に 更衣室 3ヶ所設置

宇都宮シルバーホーム レクリエーションを開催しました

昨年のクリスマスに、職員によるハンドベル演奏と聖歌隊の合唱を行いました。毎年クリスマスの夜は、職員が聖歌隊として入所者の皆様に心のこもった歌のプレゼントをお届けしています。今回は歌に加えてハンドベル演奏も行いました。

クリスマスの夜の厳かな演奏に入所者の皆様は、目を輝かせて一曲一曲想いを巡らせながら聴き入っていらっしゃいました。あまりの感動に涙するご利用者様もいらっしゃいました。

サンタクロースやトナカイも登場し、楽しいレクリエーションとなりました。



聖なる夜にハンドベルと歌のプレゼント

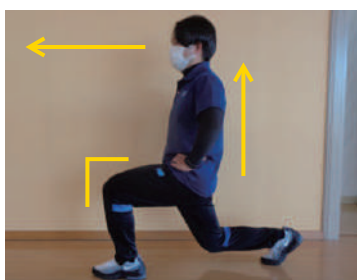


メディカルフィットネス **かんたんエクササイズ**

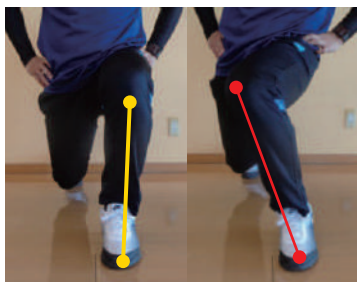
桜が咲き始め、徐々に暖かくなってまいりました。日頃から運動習慣を身に付けて、健康な身体で新年度を迎えましょう。

今回ご紹介するのは脚のトレーニング「片足踏み込み運動」です。脚の筋肉を鍛えることでダイエット効果や膝痛、ロコモ(下肢筋力の低下)予防にもなります。

ご自宅で実践していただき、日常生活でも積極的に脚を動かしていきましょう。



正しいフォーム(全身)



正しい膝の向き 誤った膝の向き

1. 両足を揃えて立ち、手は腰の位置
POINT!! 背筋をまっすぐに保ち、視線は常に前方であること
2. 上体をまっすぐにキープしたまま、片足を大きく一步前に出す(前足の膝角度は90度を目安に。苦手な方は下ろせるところまでOK!)
POINT!! 踏み込む際、前足のつま先を正面に向け、膝が内側に入らないようにする
3. 前に出した足で地面を蹴り上げ、元の位置に戻る
→左右繰り返す
POINT!! 勢いをつけず、ゆっくりと腰を下ろすこと

厚生労働大臣認定健康増進施設
メディカルフィットネス

Club Energie TEL 028-660-1655

糖尿病・健診センター3F ◆営業時間 月～土 9:00～21:00 ◆休館日 日曜・祝日・第2木曜

宇都宮東病院 おもいやり駐車スペース設置のお知らせ

当院では、栃木県が実施する「おもいやり駐車スペースつぎつぎ事業」に協力し、正面玄関前に「おもいやり駐車スペース」を新たに設置いたしました。「おもいやり駐車スペース」は障害や病気等により、外出時に歩行に配慮が必要な方が利用するための駐車場です。このスペースを必要としている方が安心して利用できるよう、皆様のご理解とご協力をお願いいたします。



駐車スペースを利用する際は、利用証をルームミラー等にかけて外から見えやすいようにご掲示ください。



※栃木県では、障害者、難病患者、妊産婦などすべての県民が、積極的に社会参加できるよう生活環境を整備しています。協力施設や事業の詳細につきましては、栃木県ホームページよりご確認ください。

ななつ星食堂 旬のレシピ紹介～春野菜のスープ～



春野菜のスープ

材料一人分 エネルギー: 183Kcal

たんぱく質: 5.8g	糖質: 9.0g	脂質: 13.4g	塩分: 2.23g
-------------	----------	-----------	-----------

- スナップエンドウ 40g
- 玉ねぎ 20g
- にんじん 20g
- キャベツ 50g
- ウインナー 30g
- オリーブ油 4g
- 水 250ml
- コンソメ 2.5g
- 食塩 0.5g
- こしょう 少々

【作り方】

- ① スナップエンドウは筋を取り、長さを斜め半分に切る。玉ねぎは薄切り、にんじんは薄いいちょう切り、キャベツは3cmの四方に切る。ウインナーは一口大に切る。
- ② 鍋にオリーブ油を中火で熱し、玉ねぎ、にんじんを炒める。
- ③ 油が回ったら水を加え、煮立ってきたら、コンソメを入れてふたをして10分ほど煮る。
- ④ スナップエンドウ、キャベツ、ウインナーを加えて混ぜ、塩、こしょうをふる。
- ⑤ 火を弱め、10分ほど煮て器に盛る。



糖尿病センター3F
TEL.028-664-1624

今回は、春が旬のスナップエンドウを使用したメニューをご紹介します。スナップエンドウの旬は3～5月頃、免疫力UPや美肌効果のあるビタミンCが豊富です。実がしっかり詰まって、さやがふっくらとハリのあるものは甘みがありおすすめです。

塩分が気になる方は、今回のように具材を多くしたり、減塩タイプの調味料を活用してみてもいかがでしょうか。



医療法人北斗会

奨学金制度のご案内



看護師・准看護師・介護福祉士を目指す方へ

当法人では、看護師・准看護師・介護福祉士を目指して勉学に励んでいる学生及び学校へのご入学が内定した皆さまを対象に、奨学金制度を実施しております。

現在、資格取得を目指し学校に通学中の方、もしくは高校生で今春学校に入学される方、入学見込みの方や各高校の進路指導の先生方もお気軽にお問合せ下さい。

※働きながら通学することも可能です

当法人は ☆病院・健診施設 ☆介護医療院 ☆介護老人保健施設 ☆グループホーム
☆在宅支援 ☆保育施設など幅広い分野で診療・ケア等のサービスを展開しております。

詳しくは人事担当 TEL.028-660-0825 にお問い合わせください。

宇都宮東病院
糖尿病センター

糖尿病友の会「おはな」のご紹介

糖尿病友の会「おはな」とは 

各種イベントを通して、患者様同士が情報交換したり、医療スタッフとより緊密な関係を築くことで、糖尿病治療のさらなる充実を図ることを目的としています。

会員特典

- ✿ 毎月「月刊糖尿病ライフさかえ」が届きます
 - ✿ 糖尿病教室の参加費が割引されます
- 年会費：3,600円（税込）
お申し込み：糖尿病センター外来受付

このみ保育園

保育参観（発表会）をおこないました

「嬉しい!楽しい!できた!」子供たちの成長が感じられる発表会になりました。



ひよこ組

園でのいつもの様子を見ていただくために朝の会からスタートしました。お名前を呼ばれると「は〜い」と元気よく手を挙げ笑顔も見られました。朝の歌やリズム遊びでは、子どもたちが大好きな歌に合わせて、拍手をして体を揺らしたりマラカスの音を鳴らしたりしました。園庭では、お友だちと一緒に砂場遊びや遊具などで楽しく遊びました。



うさぎ組

「やまのおんがくかい」を開催。それぞれ動物の帽子を被り楽器を持って舞台上で手遊びを披露しました。音楽に合わせて楽しそうに体を揺らすかわいい姿に、保護者の方から拍手がわきました。その後はお部屋とプレイルームに分かれてお人形やバランス遊具などで遊びました。



ぱんだ組

合奏「ぼくのミックスジュース」からスタート。練習の成果もあり、歌やダンス、劇遊びを披露することができました。劇遊び「おおきなかぶ」は、先生が教えてくれたセリフを真似したり、お友達と教えあったりして、保護者の方に観てもらえたことに大満足な子どもたちでした。



正職員・パート職員募集

※どちらでも相談可能です

- ・看護職（看護師・准看護師）
- ・介護職
- ・臨床検査技師
- ・薬剤師
- ・医療事務 他

ワークライフバランスの
両立が図れる職場で、
私たちと一緒に働きませんか。

ココ!が北斗会の
POINT!!

- ◎ 有給休暇完全取得推進中
- ◎ 時間外勤務ゼロを推進中
- ◎ 産育休が取得しやすい
- ◎ 敷地内駐車場無料
- ◎ 制服貸与
- ◎ 敷地内に認可保育園あり
(0歳~3歳)
- ◎ 職員割引制度あり院内
(レストラン・フィットネス)
- ◎ インフルエンザ等ワクチン助成あり
- ◎ 年間休日108日



見学やご質問等も随時受付しておりますので、お気軽にお問い合わせください。
詳細は医療法人北斗会 採用サイトをご参照ください。

お問い合わせ先：医療法人北斗会 事務部総務課 採用担当
TEL:028-660-0825 MAIL: jinji@hokutokai.or.jp

採用サイト



広報紙 終了のお知らせ



広報紙 四つ葉のクローバーをお読みいただき、ありがとうございます。
本号をもちまして、「広報紙 四つ葉のクローバー」は最終号となります。
2005年の創刊から20年。長年愛されてきたこの広報紙を通じて、
皆様と情報を共有できたことは、広報委員会としてもかけがえのない
経験でした。

今後はホームページにて、より速報性の高い情報を発信してまいります
ので引き続きよろしくお願い申し上げます。

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～	●	●		●		

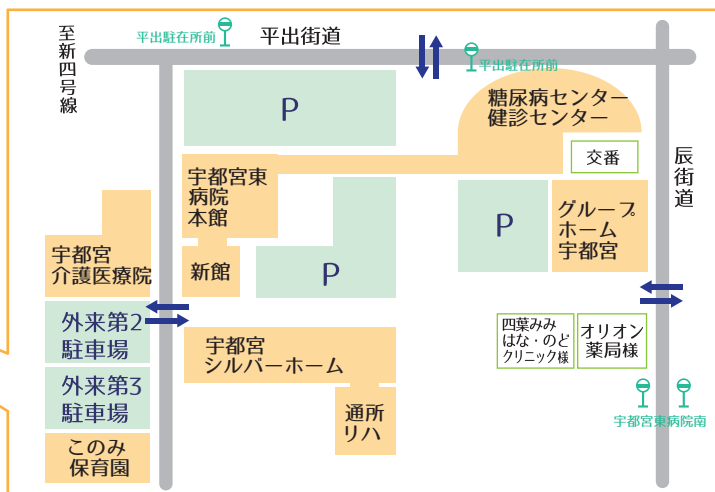
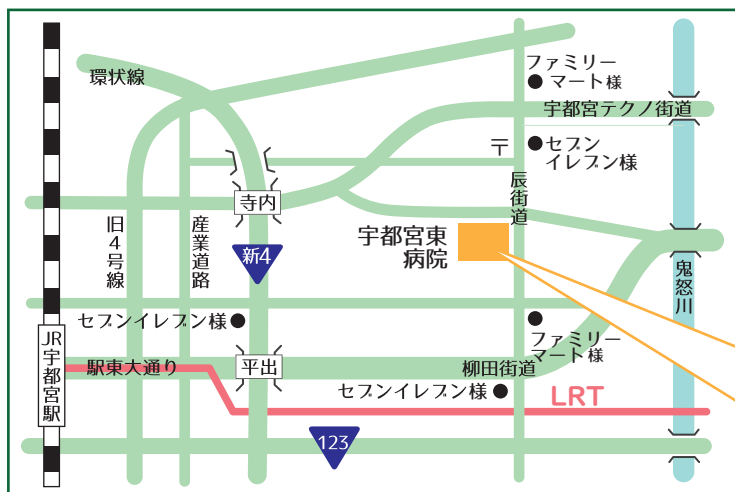
休診日 日曜、祝日、土曜午後、年末年始

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 | ●宇都宮シルバーホーム | TEL.028-660-7800 |
| ●糖尿病センター | TEL.028-613-5505 | ●グループホーム宇都宮 | TEL.028-689-6600 |
| ●健診センター | TEL.028-683-5771 | ●宇都宮東介護相談センター | TEL.028-683-5305 |
| ●巡回健診 | TEL.028-683-3050 | ●曙訪問看護ステーション | TEL.028-660-7803 |
| ●宇都宮東病院訪問リハビリテーション | TEL.028-683-1166 | ●高根沢シルバーホーム | TEL.028-675-7877 |
| ●宇都宮介護医療院 | TEL.028-661-1165 | ●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

