

# ほっと はーと

## CONTENTS

- 2 新上三川病院 マスコットキャラクター紹介
- 3 医療安全週間のとりくみ／消化競技大会参加
- 4 薬剤科だより／栄養科通信
- 5 第2回 復職・就労支援意見交換会／看護師によるサイフの119
- 6 リハビリだより 訪問リハビリほっとニュース
- 7 きずな
- 8 プチ脳トレ／病院案内



# 新上三川病院 マスコットキャラクター紹介

## プロフィール Profile

名前：しらっぴー

職業：医師(しらさぎ)

特徴：丸々とした見た目で、みんなから可愛がられている。  
いつも自身の持ち合わせている旗で意思表示をしている。



▲なぜか尾っぽは鳥らしくない  
「巨樹」の葉できている。



このたび、新上三川病院の  
マスコットキャラクターとして  
就任しました。

今後、様々な場面で登場し  
ます。みなさま、どうぞよろし  
くお願いいたします。

## 医療安全推進週間のとりくみ

「医療安全推進週間」は、厚生労働省により患者の安全を守ることを中心とした総合的な医療安全対策活動の一環として推進されています。

今年度は、令和7年11月23日(日)～11月29日(土)の1週間が推進週間と定められており、当院でも医療安全対策を推進する取り組みを実施しました。

今回は、医療安全をテーマとした百人一首を各部署にて作成し、掲示いたしました。

当院ではこうした取り組みを通して、日頃より院内での医療安全対策に対する意識を高めています。

医療安全委員会



## 消火競技大会に参加



石橋地区危険物保安協会・石橋地区女性防火クラブ連絡協議会主催による第49回消火競技大会が2025年10月21日に開催され、当院も参加しました。この大会は地域における防火意識の高揚、初期消火技術の向上を目的とし毎年開催されています。

当院代表として2名の職員が本大会に参加しました。今回は全27チームが参加し、技術の正確さと迅速さを競いました。これまで消火作業の経験がなかった2名でしたが、練習を重ね準優勝という結果を残すことができました。

今後もこのようなイベントへの参加を通して、院内の防火・防災意識を高めていきたいと考えています。 総務課 海老原

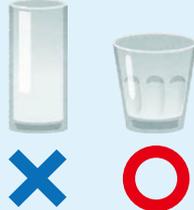
# お薬が飲みづらい！ そんな時の解決法



お薬を飲む際に飲み込みづらさを感じてしまうことはありませんか？  
 少しの工夫や、剤形変更などで悩みが解決することがあります。  
 今回はその一部をご紹介します。

## コップを換える

くちの大きいコップの方が、縁が鼻に当たらず、上を向く必要がないため飲みやすいです。



## お薬の形に着目する

効果が同じでも、小さいサイズのお薬、唾液や少量の水分で飲めるお薬、貼るタイプや注射薬など選べる場合があります。  
 飲み込みに不安がある際は、医師や薬剤師に相談してください。



## オブラートを使う

オブラートには、紙状や袋状、ゼリー状のものがあります。図は、紙状のオブラートを使った飲み方の例です。

お薬をオブラートの中央に乗せ、端をねじって包み込みます。



コップに水を浅めに張り、お薬を包んだオブラートを浮かべて、水ごと飲み込みます。



不安な場合は、コップに浮かべたオブラートを、スプーンでゆっくりとすくい上げ、口に含んでから水で飲み込みます。

薬剤科 小林



# 年末年始の行事食

## 大晦日

お品書き

- 年越しそば
- 胡瓜とわかめの酢の物 ●みかん



患者さまからの

声

海老天がサクサクでした



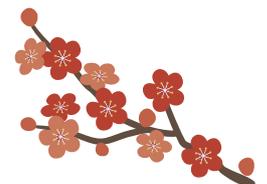
天ぷらを美味しく揚げるコツ

- 天ぷら粉を使用する  
天ぷら粉は蛋白質の少ない薄力粉にでん粉などをバランス良く配合することで蛋白質量を少なくしている為、粘り気がでにくくサクサクと仕上がります
- 揚げる温度は180℃
- 具材は冷たい状態のまま揚げる

## 元旦

お品書き

- 赤飯
- おせち料理  
赤魚・蒲鉾・伊達巻き・黒豆  
きんとん・紅白なます・清まし汁



栄養科 根岸

# 第2回 復職・就労支援意見交換会

令和7年9月1日東京品川病院にて第2回復職・就労支援意見交換会が開催されました。午前は「ある日突然、障害を負った自分」という仮想の状況を通して、就労や社会参加の課題を見つめ直しました。互いの意見に耳を傾けながらKJ法を用いて多様な視点を共有する時間となりました。

午後は事例検討を題材に「アクションマッピン

グ法」を実践。具体的な支援を意識してディスカッションを行いました。

各職種での考える視点は様々、3つの視点からの就労支援は入院している患者さまの大きな力になると思います。各病院のスタッフが各病院の就労コーディネーターと協力してよりよい退院支援ができればと感じた今回の研修会でした。

## KJ法 ～ 意見・アイデアをグループ化 構造的に整理

### 看護Team



### リハTeam



看護師による  
「貯めになる」  
おはなし



# サイフの119

今回は**銀行の手数料の節約方法**についてご紹介します！

**結論**からいうと、**ネット銀行を新しく作りその口座から手続きをする**というものです。  
銀行によりますが、口座開設は基本無料で手続きの無料の回数が異なります。

毎月振込や入出金で  
**手数料がかかっている人は是非お試し下さい。**



**ご自身に合った銀行がどのようなものか必ず調べてから  
口座開設をしましょう。** (2026年2月現在) ※注意 銀行名は仮の名前となっています。

銀行名	コンビニ・ATM 入出金	郵便系銀行 入出金	他銀行 振込手数料
A銀行	月2回無料 (イオン銀行は除く)	月2回無料	月3回無料 (三菱UFJ銀行は無料)
S銀行	月2回無料	月2回無料	月1回無料 ※1 生体認証ログインを 設定すると月5回にUP!

※1 S銀行特有の生体認証制によるログイン機能を設定するだけで他行振込回数が増える。  
● ネット銀行も別の銀行であれば複数の口座開設が可能。

**用途に合わせた銀行口座を開設し、上手に節約していきましょう♪**

# 訪問リハビリ **ほっと** ニュース

## Q1. 訪問リハビリを始めてよかったことを教えてください。

- A. 退院後の車イスでの生活環境を整え、身体機能訓練、日常動作訓練、歩行訓練等、訪問リハビリを始めて4年が経過し、車イスから現在では、杖での歩行が出来る様になりました。



▲ 趣味のお散歩



## Q2. 訪問リハビリを利用して、印象に残るエピソードを教えてください。

- A. 家から最寄り駅まで杖で行き、階段練習を行い降りる時に前のめりになって、転げ落ちそうになりました。リハビリの先生に「後ろ向きで降りた方が良い」と教えてもらいました。また、横断歩道を歩いて渡ることができました。

## Q3. 就労継続支援事業を利用して、よかったことを教えてください。

- A. 病気になって左半身マヒ、高次脳機能障害が残り脳神経外科担当医からは、「車免許は返納しなさい」といわれ仕事もできなくなり、落ち込みましたが就労支援B型事業所で働かせてもらっています。

仕事でのパン作りが楽しく、生活にもメリハリが出てきました。訪問販売もあるので、色々な方々と接することも出来たのでうれしかったです。仕事先は結城市にある「春風かおるパン屋」さんです。よかったら、足を運んでみてください。

訪問リハビリ責任者 布川



▲ パン作りの様子



▲ 春風かおるパン屋



# きずな

## 記憶に残ったエピソード



リハビリテーション科  
羽賀

ご病気になられてからベッド上で過ごす時間が長く、今までの生活に戻れないかもしれないという悲愴感や不安感を抱いていた方を担当させていただく機会がありました。つらい気持ちがある中でもセラピストとして近くに寄り添い、現状で出来ることは何かを一緒に確認し、少しずつできることを探していきました。その中で、できないと感じていた『歩くこと』が少しずつできるようになり、悲観的な感情から『家に帰って家族と一緒に食事をしたい』という希望に変わった瞬間がとても印象に残っています。退院後に家族と一緒に食事へ行けたとの報告があり、感謝の気持ちを伝えていただけたことが、今も自分にとってのやりがいに繋がっています。

### Q&A

**Q1** この仕事を選んだ理由を教えてください。

母も医療従事者であったことで、幼少期から病気、怪我に対して話をすることが多く、自分も専門的な知識を身につけ、周りの方を少しでも助けられるような職業に就きたいと思うようになりました。自分が骨折したことをきっかけに、リハビリ専門職を知り、その中でも生活に深く関わることができる作業療法士という職業に興味を持ちました。

**Q2** どうして新上三川病院を選んだのですか？

病院見学の際に、若いスタッフも多いことから活気があり、患者さまとの接し方や雰囲気の良さを感じました。また自分が興味を持っていた整形分野との関わりも深く、自分の成長に繋がりたいと考え就職を決めました。

**Q3** 仕事をする上で大切にしたいことはありますか？

患者さまひとりひとりの人生や価値観を大切にし、病気になられたその後の人生を少しでもより良いものにできるような支援を心掛けています。『楽しみを見つけない、このような生活を送りたい』という患者さまの想いを尊重し、目標へと繋げていくことを日々大切にしています。

**Q4** 患者さまへのメッセージをお願いします。

リハビリは心身共につらいと感じられる場面があるかもしれませんが、無理なく継続できるリハビリの実施から、『やらされる』リハビリではなく、患者さまの心に寄り添い、今後の生活に繋がっていくようリハビリを一緒に考え、頑張っていけたらと思います。

my

## マイトレンド

最近ハマっていることをご紹介します

trend



### 旅行

大学時代にバイトで貯めたお金で、観光地やテーマパークに行くようになった経験から、旅行に行くことが趣味となりました。ご当地グルメなど旅行先で美味しいものを食べるのが自分にとっての幸せを感じる瞬間となっています。絶叫アトラクションが好きなので、今後の目標として全国のジェットコースターを制覇したいと考えています。景色が良く、雰囲気の良い空間にすることで精神的にもリフレッシュされ、生きる活力となっています！

基本方針

病院 手には技術  
理念 頭には知識  
患者様には愛を

① 安心・安全な医療

学問的、技術的に高い水準の安心・安全な医療を提供します。そのために必要な施設・設備の整備拡充に努めます。

② 段階別の医療を提供 急性期・回復期リハビリテーション医療

患者様 家族と医療情報を共有し、整形外科疾患患者様においては急性期治療から、その他リハビリを必要とする疾患患者様には回復期リハビリテーションから在宅までを支援するチーム医療を提案します。

③ 地域医療

地域の医療・福祉施設と密接な連携を図り、寝たきり「ゼロ」と在宅復帰を目標に、誰でも安心して利用できるリハビリテーション病院を目指します。

外来医師診療予定一覧表

令和8年2月現在

		月	火	水	木	金	土
整形外科	午前	高德 賢三 金谷 裕司 樋貝 保弘	大上 仁志 関矢 仁 阿部 一貴	金谷 裕司 倉林 寛 上本 宗唯	高德 賢三 金谷 裕司 檜山 秀平	大上 仁志 樋貝 保弘	当番医
	午後	高德 賢三 (関節専門) 澤村 英祥	関矢 仁 (関節専門)	大上 仁志 (脊椎専門) 木村 明德	高德 賢三 (関節専門)	関矢 仁 (関節専門)	
内科	午前					鶴岡 秀一	熊谷 雄治
	午後	大森 司 益子 貴史			柏木 誠史	鈴木 悠介	
脳神経内科	午前			宮田 五月			
	午後						
泌尿器科	午前					山口 圭一	
	午後			宮内 義史			
形成外科	午前						
	午後				西村 花奈		
物忘れ外来	午前						
	午後						
リウマチ	午前						
	午後	(隔週) 増淵 正昭					
痛風	午前						(第1週のみ) 近藤 清明
	午後						



問題

ひらがなを並び替えて言葉を作ってください。  
すべて読書に関わる言葉になります。

正解は、3P下に掲載しています。

- ①本に貼り付ける目印になるもの **んせふ**
- ②読書の途中に目印として挿むもの **りおし**
- ③本を書いたりする部屋のこと **さいしょ**
- ④数人で本を読むこと **しまわみよ**
- ⑤早く本をよむこと **くどそく**

患者支援センターから

患者支援センターでは、入院相談だけでなく、患者さま、ご家族さまのお困りごとについてのご相談窓口を設けております。お一人でお悩みに、ぜひご相談ください。

ご相談をご希望の方は  
患者支援センターまでお電話ください。

TEL 0285-56-7020  
FAX 0285-56-2028



一般社団法人 巨樹の会

新上三川病院

〒329-0611 栃木県河内郡上三川町上三川2360

TEL 0285-56-7111 FAX 0285-56-7165

https://www.kaminokawa-hp.jp/



診療科目

- 整形外科 ● リハビリテーション科 ● 内科
- 泌尿器科 ● 麻酔科 ● 放射線科 ● 形成外科

診療時間のご案内

月～金	午前	午後
受付時間	8:00～11:30	13:00～16:00
診療時間	9:00～12:00	14:00～17:00
土曜日	午前	午後
受付時間	8:00～11:30	休 診
診療時間	9:00～12:00	休 診
休診日	土曜日午後・日曜日・祝祭日・年末年始	



● JR宇都宮線石橋駅下車  
関東交通バス  
新上三川病院前で下車  
徒歩1分

● 新国道4号線  
上三川交差点を真岡方面  
(県道47号)へ1.3Km  
付近交差点を北へ約400m