

しょうなん メール



湘南鎌倉
総合病院
広報誌

ShonanKamakura General
+ Hospital

Vol. **33**
2009年 12月号

医療法人社団 愛心会 湘南鎌倉総合病院

発行／湘南鎌倉総合病院 〒247-8533 神奈川県鎌倉市山崎1202-1
TEL:0467-46-1717(代) FAX:0467-45-0190



写真のご提供
ありがとうございました

撮影：安永 克康さん
撮影場所：箱根美術館にて

Contents

- 2P 鎌倉市深沢地区老人クラブ主催
医療講演について
- 3P おうちで出来る！かんたん体操！
- 5P お知らせ
- 6P 一般外来診療受付時間ご案内



「生命を安心して預けられる病院」

「健康と生活を守る病院」



鎌倉市深沢地区老人クラブ主催 医療講演が行われました



地域担当 事務次長 服部 美幸

私は平成21年5月付けで、湘南鎌倉総合病院に地域担当次長として異動してまいりました。地域に貢献できる病院の構築を目的として、新たに作られた部署であります。

これまでも当病院は患者様のために医療を提供してきましたが、患者様はその地域に生活を営んでいる住民のお一人でもあり、その地域の人たちの生命や安全を守るのも病院の役割であり使命であると考えております。

その一つとして、鎌倉市深沢地区老人クラブ地区長である日野様より、医療と介護制度に係る知識を得たいとの要望があり、今年9月6日に老人保健施設かまくらにて、講習会を開催するに至りました。これは従来、医師や専門職が中心となる医療講演でしたが、医療や介護保険制度を利用することになったときに、必要な基本的知識やサービスを知る機会を設けることを目的としたものです。

講習内容は、介護保険制度について地域包括支援センター湘南鎌倉ケアマネージャーの宮谷清美さんより。在宅診療・在宅看護・在宅介護については地域連携室の木内室長から。多岐に渡る施設サービスについては私より説明させていただきました。

当日は100名以上のご参加をいただき、複雑で不明瞭であった制度や利用方法の要点を実務担当よりご説明差し上げました。長時間の講習会でしたが、一人の退出者も無く、熱心にご傾聴頂き、参加者様からはたくさんの感謝のお言葉を賜りました。これは湘南鎌倉総合病院に対する信頼感を改めて築いて頂けたことの証であると実感しております。

当病院は来年の22年9月に新築移転する運びとなっておりますが、これまで以上に地域との密接な連携が必要になると考えております。これからの病院経営として「住民参加」「住民監視」が謳われておりますが、病院と地域との結びつきを強固にして相互理解を得る為には、ボランティアの導入が必要不可欠となっております。

病院で働く私たちがボランティアの方々にいかに感動を与え、患者様に感謝されるボランティアの組織を構築できるか。それこそが私にとっての最大の使命であると認識しております。

これからも、皆様のご協力を切にお願い申し上げます。



医療講演の様子





かんたん体操！

『膝でお悩みのひとへ』

膝体操

リハビリテーション科 理学療法士／ 根本 敬

今月で3回目の『おうちで出来る！かんたん体操！』
今回は『膝』の体操です。膝痛でお悩みのかた、足腰が弱くなったと感じているかたにオススメです。
さあ、今日からはじめてみましょう！

基礎編

① まるめたタオルを膝下でつぶす

一度力を入れたら5～10秒保持します。
10～20回位やってみましょう。



チェック

このあたりに力を入れる感じで！

ポイント

② 腰掛け位で足をまっすぐ伸ばす

チェック

ゆっくり曲げ伸ばしを
20回位



③ 腰掛け位でのもも上げ



チェック

背すじをのばしたまま
20回位

応用編

④仰向けで足を 上へ持ち上げる



チェック

膝を曲げない
ように！
床から20cm位
まで持ち上げる。

20回

⑤横向きで足を 上へ持ち上げる



チェック

真横の姿勢で！
体を開かないように。

20回

⑥仰向けでお尻を上へ持ち上げる



チェック

体がまっすぐ
になるよう
に！

20回

⑦立位での膝の屈伸



チェック

お尻を突き出し
て、膝は前に出
さない！
背すじはまっす
ぐに！

20回

⑧立位でのかかと上げ



チェック

壁などにつかま
りながら背伸び。

20～30回

次回は2月。

『おうちで出来る！かんたん体
操！』も最終回です。

最後は『首の体操』。
乞うご期待！



『小さいことを積み重ねるのが、とんでもないところへ行く
ただひとつの道だと思っています。』

イチロー（日本：プロ野球選手）

Merry Christmas
オンコロジーセンター主催
クリスマスPARTY
開催のお知らせ

●対象の方●

当院オンコロジーセンターへおかけのりの方。または患者様の御家族の方とさせていただきます。

日時 2009年12月23日(水)

開場 13:30

開会 14:00 ~

場所 新館3階 リハビリ室

※ 参加費(お茶代等として)100円
当日に頂きます。

●お申し込み方法●

センターにて配布の参加申込書にご記入の上、オンコロジーセンターのスタッフまでお声掛けください。

お問合せ先

湘南鎌倉総合病院

オンコロジーセンター

スタッフまで

0467-46-1717

2009年も終盤にさしかかってまいりました。
年末年始の運営についてご案内致します。

●年内の通常運営は

12月30日水曜日の午前中まで

●年始の通常運営については

1月4日の月曜日から

となっております。

12月30日午後~年明けの1月3日までは救急内科、救急外科、救急小児科の救急体制での対応となります。救急は年末年始のお休みはございません。24時間診療しております。

湘南鎌倉総合病院
年末年始のご案内

患者様満足度
アンケート

アンケートの季節が
やってまいりました!

毎年2回ずつ行っております、『グループ統一患者様満足度アンケート』を行います。

皆様には、配布・回収等で御迷惑をおかけ致しますが、どうぞ御協力をお願い致します。

アンケート実施期間

入院患者様 12月10日~24日まで

外来患者様 12月14日~19日まで



アンケートのご記入にどうぞ協力ください。
よろしくお願い致します。

向上委員会



平成22年夏完成予定 移転先新病院のご案内

昨年より移転先の新病院の工事が始まりました。
完成は平成22年の夏頃。その後移転予定となっております。

最新の工事の状況は、受付1・2横の廊下に掲示されておりますので、よろしければご覧下さい。
追加情報などありましたら、お知らせ致します。

完成予想図

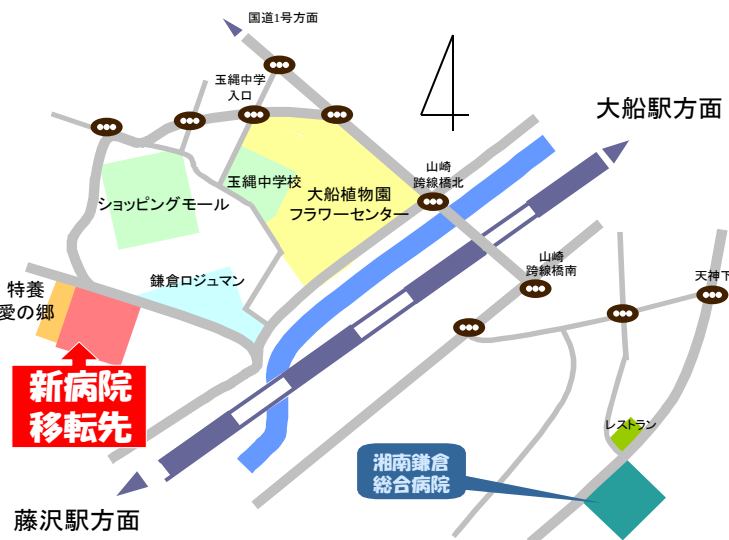
移転地住所

鎌倉市岡本

外耕地1370-1



11月16日現在
移転先新病院の
様子です



● 一般外来診療受付時間ご案内 ●

受付

2科受付される場合は11:00まで、3科以上になりますと10:30までの受付となります。
また、健康診断の受付は11:00までとなっております。

	午前診察受付	午後診察受付	夕方診察受付
受付時間	7:30 ~ 12:00	12:30 ~	16:45 ~ 19:00
総合内科	月～土曜日		月～金曜日 土曜日は 救急内科です
外科	月～土曜日	月～金曜日 15:00まで	月～土曜日
循環器科	月～土曜日		
小児科	月～土曜日		月～土曜日
整形外科	月～水・(木)・金・土曜日 木曜日は手術日です 新患・急患のみ受診可能		火・金曜日
眼科	月～土曜日	火・木・金曜日 15:00まで	
泌尿器科	月～土曜日	水曜日 15:00まで	
耳鼻咽喉科	月～土曜日 ※土曜日の特診日は休診です	水・金曜日 16:00まで 金曜日は休診の場合があります	
皮膚科	月～金曜日 土曜日は休診です	金曜日 16:00まで	
形成外科	月～土曜日 11:00まで	火曜日 15:30まで	月・水曜日
脳神経外科	月・火・木～土曜日 水曜日は休診です		
産婦人科	月～土曜日 予約制です、電話でお問い合わせください。また、火・水曜日と金曜の午前は手術日です。		
心療内科		木曜日のみ 16:00まで	
救急 総合診療科	救急内科・救急外科・救急小児科 救急は毎日24時間対応しております。		

内科専門外来(消化器内科・神経内科・リウマチ科・CAPD外来・腎臓内科・血液内科・糖尿病内分泌科・呼吸器内科)・心臓血管外科・脳卒中診療科・禁煙支援外来は予約制になります。
紹介状などお持ちの方は、まずお電話にてお問い合わせください。

耳鼻咽喉科は、土曜日に特診日があり、その日は休診日となります。

特診日は月によって変わりますのでお問い合わせください。また金曜日の午後も休診の場合がございます。ご了承ください。
その日の担当医、専門外来の日程等、詳しい内容は病院にて「外来診療のご案内」を配布しております。

1

～

3

※それぞれの受付開始時間の15分前に、整理券をお配りしております。
また、土曜日の午後診察の受付は、受付1・2で行いますのでお声掛けください。