

互のこ



日本鋼管福山病院情報誌

2025 Autumn

85

<https://www.nkfh.or.jp>



みんなで/
秋の筋トレ

コウカ
ちゃん



患者さんによる医薬品副作用報告のお願い

独立行政法人医薬品医療機器総合機構（PMDA）では、医薬品の安全性向上を目的に、患者さんやご家族からの、医薬品による副作用報告（患者副作用報告）を受け付けています。この報告はPMDAによって整理され、厚生労働省に提供されることで、医薬品の安全な使用に役立てられています。

医薬品を使用する中で副作用の疑いがある場合は、PMDAへご報告いただきますよう、ご協力をお願いいたします。

※患者副作用報告は、医療機関が行う副作用報告とは別に、患者さんやご家族ご自身が行うものです。



独立行政法人医薬品医療機器総合機構

報告はウェブサイト（下記QRコード）又は専用紙の郵送で受け付けています。詳しくはウェブサイト又は下記へお問い合わせください。

お問い合わせ：03-3506-9546

月～金曜日9：30～17:00
（祝日・年末年始を除く）

＊電話やメールによる副作用報告の受付は
行っておりませんのでご了承ください。



- P1 病院からのお知らせ・理念と基本方針
- P2・3 外来診療表
- P4 薬の豆知識
- P5・6 Q&A「肛門専門外来」
- P7 乳腺外科だより
- P8 ナースこんにちは
- P9・10 健康ノート「健康増進普及月間」
- P11 病院を「陰」で支えるすごい人
- P12 私、これにはまっています
- P13 看護部紹介
- P14 行事報告・読者コーナー
- P15 クイズ・編集後記

病院理念

私たちは誠意と思いやりを持ち、'最幸の医療'を提供します。

基本方針

- 1 患者中心で安全最優先の医療を実践します。
- 2 医療の質の絶え間ない向上と
人間性豊かな医療人の育成に努めます。
- 3 地域から信頼され、職員が誇りを持ち、
幸せに働ける病院を目指します。
- 4 地域とともに支え合い、高め合う医療連携を図ります。
- 5 働く人々、地域に暮らす人々の健康増進に貢献します。



日本鋼管福山病院 外来診療表

(2025年9月10日現在)

診療受付時間 午前 8:30～11:30 (※初診受付 整形外科 10:30 まで
眼科 木曜は10:30まで)
午後 13:00～15:00 (※歯科 16:30 まで)

総合案内 084-945-3106
予約専用 084-945-4198

※ 専門外来(予約制) は専門外来ごとに受付時間が異なりますので、円滑に受診していただくため、前日までの電話予約をお願いします。

	月		火		水		木		金	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
内 科	奥野 日野 吉田(敬) 岡崎(恭)	竹井 石木	持田 奥野 寺崎 石木	石木	奥野 日野 石木	吉田(敬)	石木 小池	持田 小池 13:30～15:00	持田 竹井 石木	寺崎 石木 小池 13:30～15:00
消化器内科	武 寺崎 持田 松本	—	武 竹井 日野 塚本(哲) 佐藤	—	武 寺崎 竹井 持田	—	武 竹井 神原 梶谷	—	武 日野 小池 青山	—
糖尿病内科	—	—	箱田	箱田 13:30～15:00	—	—	箱田	—	箱田	—
腎臓内科	—	—	—	—	—	—	和田	—	—	—

※最新情報はホームページをご参照ください。(ホームページ www.nkfh.or.jp)

※各診療日の担当医師は学会出張や異動などにより、変更させていただく場合がありますので、ご了承ください。





日本鋼管福山病院 外来診療表

(2025年9月10日現在)

診療受付時間 午前 8:30～11:30 (※初診受付 整形外科 10:30 まで
眼科 木曜は10:30まで)
午後 13:00～15:00 (※歯科 16:30 まで)

総合案内 084-945-3106
予約専用 084-945-4198

※ **専門外来(予約制)** は専門外来ごとに受付時間が異なりますので、円滑に受診していただくため、前日までの電話予約をお願いします。

	月		火		水		木		金	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
外 科	浜田 9:00～11:00 塚本(暫)	—	森木 神原	肛門 松本 13:30～15:00	神原	—	渡邊 松本	—	森木	—
乳腺外科	藤井	藤井	藤井	藤井	藤井	—	藤井	藤井	藤井	藤井
整形外科	内田 宇津 金子 井谷	予約再診 担当医	河部 石田 井谷	予約再診 担当医	金子 宇津 加藤	予約再診 担当医	内田 石田 河部	予約再診 担当医	金子 井谷	予約再診 担当医
		スポーツ整形 高原 13:30～16:00		加藤 12:00～15:00 スポーツ整形 (肩肘) 加藤 12:00～15:00 16:00～18:00		リウマチ 高原 13:30～15:00				
泌尿器科	荒木	荒木	—	—	—	—	渡部	渡部	—	—
眼 科	塚本(真) 9:00～11:00	—	塚本(真)	—	塚本(真) 9:00～11:00	—	塚本(真) 9:00～11:00	—	塚本(真)	—
皮 膚 科	—	—	担当医	—	—	—	—	—	担当医	—
歯 科	永原 10:30～	永原	永原 10:30～	永原	永原 10:30～	永原	永原 10:30～	永原	永原 10:30～	永原
人間ドック	月曜日～金曜日(午前中) 完全予約制ですので、事前にお問い合わせ・ご予約をお願いいたします。									



※最新情報はホームページをご参照ください。(ホームページ www.nkfh.or.jp)

※各診療日の担当医師は学会出張や異動などにより、変更させていただく場合がありますので、ご了承ください。

睡眠薬について



薬剤科

藤井真実

睡眠には1日の活動による疲れやストレスの蓄積を回復させるという重要な役割があります。不眠症は、夜中に眠りたくても眠れず、不眠症状のために心身の不調があり、日中の生活に支障を生じる病気です。不眠の改善には、まず生活習慣の見直し

が大切になります。ご自身の生活環境に合わせて、日中の適度な運動、規則正しい食生活、快適な睡眠環境を整えましょう。それでも改善しない場合には、睡眠薬の使用を検討します。今回は当院で採用している睡眠薬についてご説明します。

● オレキシン受容体拮抗薬

オレキシンは、脳の覚醒を維持するために重要な働きをしています。オレキシンの働きを弱めることによって覚醒から睡眠への切り替えを手助けし、眠りへと導くお薬です。主に、「入眠障害」と「中途覚醒」タイプの治療を目的として開発され、2014年頃に登場した比較的新しいタイプのお薬です。副作用が少なく、自然な睡眠リズムをつくること



メラトニン受容体作動薬
メラトニンは眼からの光刺激（主に太陽光）で分泌量が抑えられるため、日中に減って夜間に増えます。この増減リズムによって脳は体内時計を調節しています。このメラトニンの働きを助けることによって体内時計を夜に調節し、眠気を誘う睡眠薬です。とくに昼夜逆転しているような不眠症に効果的です。当院では、ラメルテオン錠を採用しています。



デエビゴ錠



ベルソムラ錠

から、現在の不眠治療の主流となっています。当院では、デエビゴ錠やベルソムラ錠を採用しています。

● ベンゾジアゼピン系睡眠薬
非ベンゾジアゼピン系睡眠薬

不安や緊張を和らげる働きをもつGABA（ガンマアミノ酪酸）という神経伝達物質の作用を強めることで不眠の症状を改善するお薬です。これらのお薬は作用の持続する時間によって使い分けています。このお薬は、催眠作用のほかに筋肉を弛緩させる作用もあるため、足元がふらついて転倒するおそれがあります。必ず布団に入る直前に飲んでください。当院では、エスゾピクロン錠・ゾルピデムOD錠・プロチゾラムOD錠などを採用しています。

お薬にはそれぞれ長所と短所があります。ご自身の判断で、お薬の量を変えたり、服用の中断をしたりせず、医師の指示に従うことが大切です。また、お薬の種類によって相互作用（飲み合わせ）が悪く、お薬の効果が強まる可能性もありますので、医師・薬剤師に現在飲んでいるお薬をお伝えください。

Q & A

肛門専門外来

外科部長 大腸肛門病専門医 松本朝子

Q1. どんな症状で受診するの？

A. 肛門部の症状（痛み、腫れ、しこり、出血、脱出、痒み、違和感など）、おなかの症状や頑固な便秘、下痢などでお困りの患者さんが受診されます。

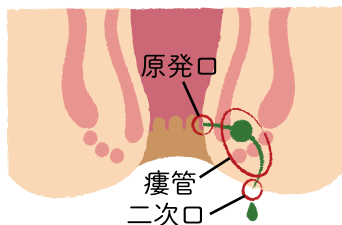
Q2. どんな病気？どんな治療？

A. 肛門の三大疾患である、痔核（いぼ痔）、裂肛（切れ痔）、痔瘻（あな痔）をはじめとして、直腸脱（直腸が肛門から出ている状態）や排便障害などを診療しています。患者さん個々人のライフスタイルやご希望（入院期間、治療の根治性など）に応じた治療（薬物療法、手術など）を行っています。

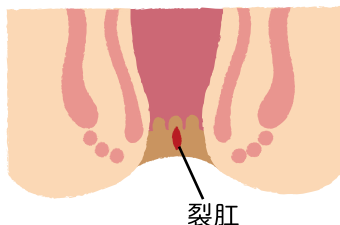


肛門の三大疾患

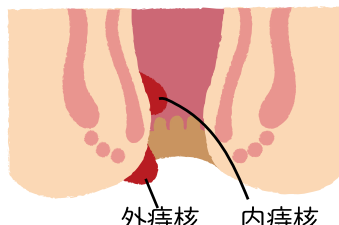
痔瘻
(あな痔)



裂肛
(切れ痔)



痔核
(いぼ痔)



肛門超音波検査の画像



肛門周囲に膿瘍が確認できます。

Q3. 検査って痛いのか？

A. まずはお悩みの症状（痛み、出血、脱出、しこり、痒みなど）をお伺いします。その後、おしりの診察をします。そして、視触診後に肛門鏡を使って肛門の中を観察します。痛みや症状が強い時にはあまり無理な診察や検査は行いません。

当院では、症状や原因に応じて以下の各種検査を行います。

● 肛門超音波検査

肛門痛、便秘、肛門周囲膿瘍や痔瘻などが疑われている時に行います。

● 大腸内視鏡検査

排便時出血、下血、腫瘍などが疑われるときに行います。

● 腹部CT・MRI

下血、腫瘍が疑われるときや、痔瘻術前に行います。

● 排便造影検査

直腸脱、排便障害などの場合に行います。



直腸に検査薬を入れ、便器に座っていきみ、その様子をX線で撮影します。



排便造影検査で撮影したX線画像。

診察着を着用し、座って撮影します。



● 骨盤臓器脱に対するCT検査

直腸脱、骨盤臓器脱（骨盤内の臓器が正常な位置から下がってしまいう状態）などが疑われるときに行います。



直腸脱と膀胱瘤（膀胱が下がっている状態）を示すCT画像。

Q4. 手術が必要なのは

どんなとき？

A. 疾患によって手術の適応は異なりますが、一般に肛門の手術は患者さんのお困りの程度が一番の決め手です。痔核（いぼ痔）では、排便時の脱出を毎回押し戻すような状況や、排便時の出血で貧血をきたす場合などは手術をお勧めすることが多いです。

Q5. どんな服で

受診したらいいの？

A. おしりの診察がありますが、どのような服装でもほぼ問題はあ

りません。ズボンでもスカートでもおしりの診察は可能です。

Q6. 悩んでいる方へ一言

A. 肛門の話や悩み、排便に関する事などは、恥ずかしさもあり相談もできず、つい我慢しがちで、肛門科受診はハードルが高いと感じられるかと思います。実際のおしりの診療はプライバシーに配慮しながら優しく、患者さんの意向に沿いながら行っています。

私は広島県東部地区で唯一の女性の大腸肛門外科医です。肛門の症状でお悩みの女性の患者さんにも安心して受診していただければと思っています。少しでも、肛門のことで悩んでいる患者さんが笑顔になれるお手伝いができれば、幸いです。



アピアランスケア

乳腺外科部長 藤井清香

アピアランスケアという言葉
を聞いたことはありませんか？

アピアランスには「外見」と
いう意味があります。アピアラ
ンスケアは、がんやその治療に
よって見た目が変わっても、安
心して自分らしく生活を送るこ
とができるよう支えるケアのこ
とです。

がんの治療によって起こる外
見の変化には、薬物療法や放射
線治療による脱毛や皮膚の変
化、手術によってできるキズな
どがあります。このような外見
の変化によって、仕事や買い物
に行くなどの普段の生活を送る
ことが難しくなることがあります。
その時には、アピアランス
ケアを通して気持ちを楽にし、
自分らしい生活や社会とのつな
がり、治療への意欲を保つこと
を目指していきます。アピアラ
ンスケアは、性別や年齢に関わ
りなくその人自身が必要だと感

じたときに行います。外見が変
わっても気にならないときに
は、アピアランスケアにこだわ
る必要はありません。

脱毛へのケアを紹介します。

薬物療法の種類によっては、髪
の毛、眉毛やまつ毛、腕や足な
どの全身の毛が抜けることがあ
ります。髪の毛後は、ウィツ
グ（かつら）や帽子、スカーフ
などを使ってカバーする人もい
れば、そのままの姿で過ごす人
もいます。ウィッグの価格は数
千円〜数十万円まで幅があり、

手頃な価格のものはインター
ネット等でも販売されていま
す。高額であれば使う人に合っ
た自然な感じになるというわけ
では必ずしもなく、仕事や外出
など使う場面や着用時間、通気
性や重さ、つけ心地、デザイン
の好み、予算などを検討して選
んでいきます。広島県・岡山県
ではウィッグの購入費用の助成

制度があります。また、運転免
許証やパスポート、各種福祉手
帳などの写真撮影の際に、がん
の治療によって髪の毛が脱毛し
ている人が帽子等を着用するこ
とが認められました。

乳がんでは、手術により乳房
に変形をきたしたり、乳房をす
べて切除したりする場合があり
ます。補整下着やパッドを使用
することがありますが、それら
にも補助が出る市町村がありま
す。

地域のがんに関することは
「広島がんネット」「岡山がん
サポート情報」に情報が載って
います。重要な情報が掲載され
ている可能性があるのです、定期
的にチェックしてみてください。



広島がんネット



岡山がんサポート情報



推し活で新しい自分発見 外来・入退院支援室 徳永千春

私のじかん編

私のワークライフバランスは推し活です。推しは、情報番組のオーディションで結成した日本人7人組のボーイズグループです。

「才能というものは至る所に落ちている。その才能は輝く場所と結びつかなければ誰にも知られず簡単に消えていく。クリエイティブファースト・クオリティファースト・アーティシズムファーストのチームを、共に作ろう。まだ見ぬ君の力を貸して欲しい。」これはオーディションでの社長の言葉です。

地方と東京での審査を経て、社長も約1か月にわたり参加者と寝食を共にする育成合宿が行われ、その様子が放送されたことが推し活のきっかけでした。蹴落とし合う関係ではなく、参加者同士がコ



推しグッズ♡

ミュニケーションを通じて成長を助け合い、課題に必死で向き合う姿を毎週観ていました。特徴や長所がきちんと見られ、磨かれて発揮される場さえあれば、人の注目を一身に集める才能へと変貌する。メンバー全員が持つ才能・個性・個性をリスペクトし合い、バランスをとるために自分を殺さない、今まで見たことのないオーディションでした。

気付けばどっぷり「沼」にはまり、人生初のファンクラブにも入会。一日の終わりに公式サイトや考察系YouTubeの解説を観ることも楽しみです。音感なし・ダンス歴なしの私ですが、ボイストレーナーやダンサーによる動画のリアクションも大好きです。ワールドツアー後は海外からのリアクションも増え、どれも分析力や語彙センスが高く、時間を忘れて観てしまいます。

推しのクレーンゲームにも挑戦。操作は奥深く、他のファンやゲームセンターのスタッフにレクチャーを受け、目当ての賞品をゲットした時の喜びも「沼」です。

ファン同士は初対面でもハイタッチできる界限で、そこで意気投合した人は、今では一緒にライブへ行く友人になりました。DVD鑑賞会でオタクトークを楽しむこともあります。

信じてもらえないかもしれませんが、私は人見知りです。この年齢で新たに友人ができたことに自分でも驚いています。絶賛思春期中の子どももライブに一緒に参戦してくれ、推しのおかげで共通の話題が増えました。

グループから伝わる「自分らしくある素晴らしさ」「相手を尊重することで生まれるもの」「楽しいの力」に多幸感は膨れ上がるばかり。これからも推し活のため、仕事も頑張りたいと思います。



コンサートに参戦（左が徳永さん）



健康増進普及月間

健康管理科

西坂春音
豊田真衣
井上怜奈

9月は「健康増進普及月間」です。この月間は、厚生労働省が生活習慣の改善の重要性について、国民一人ひとりの理解を深め、健康づくりの実践を促進することを目的に、毎年9月1日～9月30日までの1カ月を定

めています。適切な運動や食生活などを通じて健康寿命を伸ばし、元気に楽しみながら健康な毎日を送ることを目指していきましょう。

健康増進普及月間のスローガンは「1に運動 2に食事 3に禁煙 良い睡眠」健康寿命の延伸」となっています。今回は運動・食事・禁煙・睡眠のポイントについてお伝えします。

●運動

運動は、体力の維持増進だけでなく、生活習慣病の予防や、心の健康・睡眠の質の向上に至るまで、幅広く影響を与えます。「健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023」では、息が弾む程度の運動を1日60分程度行うことが推奨されています。まずは簡単なストレッチや、1日数十分のウォーキングなど、無理なく継続できる運動から始

めてみましょう。

運動時間の確保が難しい方は、階段を使う、テレビを見ながら体操をするなど、日常生活の中で「プラス10分」の活動を意識してみましょう。有酸素運動は血圧・血糖の改善に加え、中性脂肪を減らして善玉コレステロールを増やす効果があります。筋力トレーニングは筋力低下を防ぎ、転倒予防や基礎代謝の維持につながります。日々の生活にちよつとした運動をプラスして、心も身体も健やかな毎日を目指しましょう。

●食事

食事は、1日3回、規則正しく摂ることが重要です。忙しい毎日でも、朝食をしっかり食べることで体内時計が整い、集中力を上げ、仕事のパフォーマンスの向上も期待できます。一般的には夕食が一番多くなりがち



健康増進 普及月間

9月1日～30日

病院を「陰」で支えるすごい人

②0

大和電気工事(株)

森原 猛さん



今回は、大和電気工事(株)所属の森原猛さんをご紹介します。森原さんは1998年から27年間にわたり、当院に駐在し、医療機器を除く電気設備全般の点検・修理業務を一人で担ってくださっています。院内で、脚立を肩にかけて、腰に工具類を付けて歩いている、ちょっとだけ(?)おなががポツチャリとした方を見かけたら、それが森原さんです。

性格は真面目で明るく、設備室からの無理な補修依頼も「いいよ!」と気持ちよく引き受けてくださいます。また、突然の電気系

トラブルにも、休日や夜間を問わず、電話一本で駆けつけて対応してくださる、とても頼りになる方です。

当院は災害拠点病院として、大規模災害時に病院機能を維持し、被災された方々が安心して治療を受けられる体制を求められています。そのため昨年度は、非常用発電機一台の更新工事と、衛星回線(ワイドスターⅢ)用固定アンテナの設置を行いました。工事の責任者は、もちろん森原さんです。非常用発電機の工事では、制御回路との接続や、発電機の二次側

ケーブルの位置変更など、現場の調査と図面確認を慎重に行ってください。このことで、既設品の撤去から据付、動作確認までを一週間の短期間で完了させることができました。これも、当院の電気設備に長年関わってこられた広い知識と経験が生かされた結果です。

今後、森原さんの職人としての技能を伝承していくことが課題ですが、固有データの情報共有も進めながら、当院の電気設備を引き続き支えていただきたいと考えております。

設備室長 渡辺 繁



更新した非常用発電機と森原さん



バッテリー盤の日常点検をする森原さん



この笑顔、とっても頼りになります!

私にとって筋力トレーニング（以下、筋トレ）の魅力は2つあります。一つ目は、変化が目に見えて分かること、二つ目は、余計なことを忘れて、無我夢中になれることです。

一年半前、自分の細さに情けなさを感じたことをきっかけに、趣味の一環で筋トレを始めました。すると体の変化が目に見えて出てきたため、毎日やるようになりました。

私は大工のアルバイト経験で設計が得意になりました。そこで、自宅の倉庫に自作のトレーニング器具やマシンを設置し、トレーニングに励みました。また、私はリハビリの専門学校に通っていたので、そこで学んだ解剖学や運動学の知識を活かし、自分なりの方法で筋トレをするようになりました。

筋トレは数ある趣味の中でも最強の趣味だと思っています。筋肉を回復させるための「睡眠」、筋肉を維持・成長させるための糖質やタンパク源などの「食事」、そして筋肉の発達を促すテストステロン（ホルモン）は性欲ややる気・活力

私、これに
はまっています

体の変化が継続の秘訣!!

筋力トレーニング

リハビリテーション科
作業療法士 森田侑希



といった本能的な欲求とも深く関わっています。このように三大欲求すべてと深くつながっている趣味はなかなかないと思います。ちなみに、私の好きな筋肉は上腕三頭筋です。凝った理由はないですが、とにかくカッコいいです。

いきなりハードなトレーニングは難しいかもしれませんが、最初は一部位だけの筋トレから始めてみるのも良いと思います。細かった私でも変わったので同じ人間である限り皆さんもきっと変われます！

ぜひ、日本鋼管福山病院筋トレサークルを作りましょう！



上腕二頭筋もとにかくカッコよく鍛え上げる森田さん



看



護



部



紹



介



中央材料・手術室

看護師長

岡野真由美

手術室は南棟2階にあり、6部屋あります。スタッフは麻酔科常勤医1人と非常勤医師数人・看護師14人・臨床工学技士1人（週3日）で、緊急手術にも迅速に対応できるように努めています。手術を行う診療科は整形外科・外科・乳腺外科・泌尿器科・眼科で、昨年は約2千件の手術を行いました。そのうち整形外科手術は約8割を占めています。

手術は医師、器械出し看護師と外回り看護師、コメディカルスタッフが連携をとり、安全最優先で手術が遂行されるように努めて

います。器械出し看護師はテレビでも見る「メス」や「ハサミ」を医師へ渡す役割、外回り看護師は手術を受けられる患者さんをサポートする役割です。

手術を受けられる患者さんは、不安を大きく抱えておられます。不安や緊張を和らげるため、外回り看護師は、入院中の患者さんを対象に、術前訪問を行っています。患者さんが安心して手術へ臨めるように手術室へ入室した時には、BGMを流し、声かけを行い、寄り添い、リラックスができるように配慮しています。

また、中央材料室は南棟3階にあり、手術器械はもちろん、院内全体で使用している器材の洗浄・滅菌を行っています。委託業者と連携を図りながら作業を行い、安全に各部署へ器材が提供できるようにしています。

手術室看護師を普段目にする機会は少ないかもしれませんが、私

たちは『マスクの下にも笑顔を忘れず、患者様に寄り添う看護を提供します』を合言葉に、手術看護に努めています。



医師とのカンファレンス



手術室の様子

読者コーナー

アレルギーの薬（自分）、五十肩（自分）、透析（父）など、ドキッとするネタが多く、しっかり読ませていただきました。次回も楽しみにしています。

右肩を上げると痛い時期がありました。『Q&A』の四十肩・五十肩のように、日常でできる体操を載せていただき、嬉しいです。



『ナースこんにちは』を読んで、「私もやりたいことをやろう!」という気持ちになりました。ありがとうございます!!

『私これにはまっています』のウクレレ、おもしろかったです。家族と離れ、ウクレレが家族みたいな感じがしました。趣味は友ですね。



☆編集担当より☆
四十肩・五十肩へのご感想を特に多くいただきました。若い頃にはピンとこなかったけれど、私もすっかり四十肩です。意識して体を動かすこと、日頃のケアが大切ですね。多くのご感想、ありがとうございます。

読者コーナーではお寄せいただいたご感想・ご意見を紹介しています。編集の都合上、主旨を変えず文章に手を入れることがあります。皆さまのお便りをお待ちしています。



国の調査では、がんに怖い印象を持つ人が実に9割にのびります。しかし、がんは一生のうち、2人に1人がかかる身近な病気です。漠然とした恐怖を感じるばかりではなく、病気への理解や予防、治療費をはじめとした病気との上手

6月19日（木）、福山ニューキャッスルホテルにて、当院主催の懇親会『第21回丘の上の会』を開催し、院内外あわせて約90人が参加しました。

「なぜ病院間で懇親会が必要なのか?」と疑問を抱かれる患者さんもおられると思います。この会は、関係医療機関の皆さんと当院の「顔の見える関係づくり」を目的としています。この関係づくりにより医療機関同士の連携が円滑になり、ひいては患者さんへのより良い医療の提

供につながります。
会に先立ち、福山市医師会長・西岡智司先生より「医療業界は今後ますます厳しい状況に置かれますが、それぞれの役割を全うして連携を図ってまいりましょう。」と力強いお言葉を頂戴しました。
当院からは、内田院長・高原副院長の就任挨拶、久保田事務局長による「地域連携部の紹介」、内科医長・持田医師と整形外科医長・金子医師による「診療トピックス」を披露しました。
懇親会では、関係医療機関の皆さんから貴重なご意見を頂戴しました。これらのご意見を無駄にすることなく、今後の運用に生かしてまいります。

地域連携室 室長 土居照幸

行事報告

東陽台自治会における講演会

6月4日（水）、地域包括支援センター坪生さまのご依頼で、福山市東陽台自治会の方々を対象とした健康に関する講演会に出席しました。約50人の方々にご参加いただき、がん化学療法看護認定看護師・池上看護師が「がんと治療について知ろう!」のテーマで講話を行いました。

な付き合い方について、積極的に正しい知識を身に付けることが重要です。当院では、今後も地域への貢献活動の一環として講演会活動を継続してまいります。ご興味のある自治会の方は、お気軽に地域連携室までお声がけください。

地域連携室 室長 土居照幸

第21回丘の上の会



丘の上の風だより

題字：河相霞陽（当院 OG）

85

2025 年 9 月

表紙の写真

【リハビリテーション科のみなさん】



発行

医療法人社団 日本鋼管福山病院
〒721-0927
広島県福山市大門町津之下 1844 番地
電話 (084)945-3106(代)
FAX(084)945-3564
Eメール info@nkfh.or.jp
ホームページ www.nkfh.or.jp
印刷
(株) 小山オフセット印刷所
電話 (084)922-0280



日本医療機能評価機構
認定第 JC2269-2号



丘の上の風だよりプレゼントクイズ



AからEの飲み物を、200gあたりの糖質量が多い順に並べてください。

A:牛乳 B:コーラ C:緑茶 D:オレンジジュース(100%濃縮還元)
E:缶コーヒー(微糖)



●景品



正解者のうち5名さまに「握力トレーニング ハンドグリップ (30-40LB)」を差し上げます。
(当選は景品の発送をもってかえさせていただきます)

●締切

2025 年 11 月末日必着

●応募方法

回答用紙を切り取り、当院玄関を入れて右に設置の「クイズ応募ボックス」に投函いただくか、ご郵送ください。

前号 (84 号) の正解

B

丘の上の風だより 85号

クイズの解答

① _____ ② _____ ③ _____
④ _____ ⑤ _____

ご住所 〒 _____

お名前 _____

《小紙のご感想などをお聞かせ
いただけますと励みになります》

〒721-0927

広島県福山市大門町津之下1844番地
日本鋼管福山病院
丘の上の風だより クイズ係

編集後記

いつもご愛読いただきありがとうございます。
まだ暑い夏が続いています。まだまだ厳しい暑さが続いています。食欲、読書、スポーツ、芸術など魅力たっぷりの季節です。熱中症や気温の変化に気をつけて、楽しんで過ごしてください。
次回号もお楽しみに。 栄養管理科 N

