

JCHO うつのみや病院新聞



新しいみ

第3号

通算71号 2015.1.20 発行

独立行政法人地域医療機能推進機構 (Japan Community Health care Organization : JCHO) うつのみや病院
〒321-0143 栃木県宇都宮市南高砂町 11-17 TEL028-653-1001 HP アドレス JCHO うつのみや病院 <http://utsunomiya.jcho.go.jp/>

2015年の新年に当たって

JCHO うつのみや病院院長 ◆ 草野 英二

新年明けましておめでとうございます。

本年が地域住民の皆様ならびに病院職員の皆さんにとりまして素晴らしい輝かしい年になりますことを祈念いたしております。

さて、皆さんは今年をどのような年にしたいですか？ご存知のように病院としては昨年は大きいイベントが2つありました。ひとつは「宇都宮社会保険病院」から「JCHO うつのみや病院」に移行しましたし、また医療面では懸案の DPC の導入がなされました。皆さんこの2つの変化で相当忙しかったのではないかと思います。私は「経験は最大の教師」と常々考えておりますので、いいチェンジだったと考えております。また、JCHO 本部は人事の交流なども考えているようですので、この病院で仕事をしてきた人が他の JCHO 病院で仕事をするかも知れませんが、自分を成長させてくれる機会と捉えて積極的に考えましょう。「変化を恐れない」というのは、若者の特権ですが、それは年齢に関係なく精神的に若い人も含みますが、是非とも変化を楽しむ心の余裕を持ちましょう。Yes, we can !!

JCHO という組織になってから倫理規定をはじめ色んな規則がやたら出てきて、その都度対応に四苦八苦しましたが、ようやく慣れつつあるのではないのでしょうか。今後、日本の医療はこれまでの病院完結型から地域完結型に移行しつつあります。JCHO グループのミッションはそれを先取りした形になっていますし、JCHO うつのみや病院は病院完結型に近い形で地域医療が実践できる点はすごい強みだと思います。予防医学の健診センター、急性期、慢性期、回復期リハビリ、老健などが完備しています。将にシームレスにこの高齢社会の医療を底から支えるシステムを有している組織ですので、皆さんが JCHO うつのみや病院で頑張ることが即ち地域医療に貢献することになるわけです。11月に開催した地域医療連絡協議会でも大学、医師会、保健所、警察、消防、雀宮地区の自治会の皆さんに JCHO うつのみや病院の存立の意義を説明し、逆にご要望にも応えると言う形で行われ本音のご意見を頂きました。地域の皆さんも JCHO うつのみや病院を頼りにしていますし、これからも更に頼りになる病院だと思

われることが一番だと私は感じました。日本電産社長の永守重信さんは、「すぐやる、必ずやる、できるまでやる」を会社の経営哲学の一つにしている方ですが、私も今年はこれを座右の銘にして頑張っていきたいと考えておりますので、職員の皆さんも是非とも上記の言葉を噛みしめて頂きたいと思います。Yes, we can !!



私は自灯 明 法灯明しどうみょうほうとうみょう「自らを灯明とし、法を灯明とせよ」という釈迦の最後の言葉が好きです。釈迦は、「私の教えに従えばいいのですよ」とは言わず、「私がいる、いないにかかわらず、自分を頼りとし、正しい教えを頼りとしなさい」と言ったということです。独立した一人の人間として、自分で自分自身の言動に責任を持つのは当たり前のことです。自分だけでなく周囲の全てによく気を配って正しい結論を導く努力をしたいものです。Yes, we can !!

今年も激動の年になりそうですが、是非とも皆さんお互い切磋琢磨しつつ、謙虚に、またコミュニケーションをよく取り合って病院の発展、ひいては地域住民の方々のためになる病院作りを目指しましょう。



第1回 JCHO うつのみや病院市民公開講座

総務企画課◆栗野 博道

平成26年10月30日 雀宮地区市民センターにて、第1回 JCHO うつのみや病院市民公開講座を行いました。

これは『地域に密着した活動を行う、地域に情報を発信する』というJCHOのミッションから、木平副院長が発起人となり、地域へ顔の見える病院を目指すべく企画されました。

多くの方にご参加いただきたく各自治会にポスターを配布さ

せていただきました。

各自治会長様にはご協力いただき感謝致しております。

当日は天候にも恵まれ、124名のご参加をいただきました。改めてJCHO うつのみや病院への関心、期待の高さを実感致しました。

■ 第1部

i 「これからのJCHOうつのみや病院」

事務部長 千葉 仁司

- ・ JCHO うつのみや病院の概要
- ・ 今後どう変わって行くか等を紹介



ii 「地域に貢献できる看護師を目指して」

看護部長 細野 克子

- ・ 赤十字病院での経験
- ・ 地域の方から信頼を得るために
- ・ 看護部等を紹介

■ 第2部

特別講演 「生活習慣病から老化まで」 ～運動療法の効果について～

病院長 草野 英二

- ・ 健康寿命
- ・ 慢性腎臓病について
- ・ クロトー遺伝子等の話を混じえて



市民公開講座スタッフ

3題とも好評で、講座後にいただきましたアンケートでは、

- ・ JCHOの今後の地域貢献に期待する。
- ・ 看護部が大変明るくて感じが良い、安心出来る。
- ・ ユーモアのある講演で分かり易かった。
- ・ また参加したい。

等のご感想をいただきました。

他にも多数のご意見をいただきましてありがとうございます。今後の参考とさせていただきます。

第2回は平成27年10月22日(木)宇都宮市立南図書館(サザンクロスホール)を会場に予定しております。

次回も多数ご参加いただけますようお願い致します。

認知症サポーター養成講座 地域包括支援センター雀宮

主任介護支援専門員◆滝田 治子

こんにちは。地域包括支援センター雀宮です。当センターでは宇都宮市の業務委託を受けて介護・福祉の相談支援等を実施しています。今回、地域包括支援センターの業務の一環として行っている「認知症サポーター養成講座」についてご紹介いたします。

日本は超高齢社会を迎え、高齢者の健康維持や介護サービスの重要性が求められている一方で、認知症の方が急増しており、65歳以上の認知症有病者は462万人、認知症予備軍は400万人と推定されています。65歳以上の4人に1人が認知症とその予備軍であると言われていた現在、認知症は誰にでも起こりうる病気と言えます。

また、最近では、認知症身元不明者の情報提供を呼びかけるテレビ報道等が増えているほか、認知症男性が徘徊中に起こした鉄道事故の賠償責任を家族が負うという判決が出されるなど、認知症を取り巻く状況は大きく変化しています。

このように、認知症は「他人事ではない病気」であり、認知症の方を家族だけで介護していくことに限界がきているのではないかと思います。

認知症の方は、記憶障害から日常生活への支障が現れ、周りの方とトラブルを起こすことがあります。しかし、身近な方の理解や手助けがあれば、住み慣れた地域で安心して自分らしい暮らしを続けていくことができます。

そのため、地域の支え合いの基盤をつくることを目的として、平成17年から厚生労働省では「認知症を知り地域をつくる」構想を推進する「認知症サポーターキャラバン」を展

開しています。「認知症サポーター」とは、認知症について正しく理解し、認知症の方と家族を温かく見守り、支援・応援することを目的としています。

「認知症サポーター養成講座」を受講した方は「認知症サポーター」と認定され、修了証として、認知症の方を支援しますという意味を示す「オレンジリング」のブレスレットが贈られます。当センターでは、平成26年度11月現在379名の方に受講していただきました。

これからも「オレンジリング」で地域の見守りの輪を広げていきたいと思います。地域の集会・会社での勉強会等で人が集まる機会がありましたら「認知症サポーター養成講座」を開催することが出来ますので、市役所または地域包括支援センターへお問い合わせください。



「認知症家族の会 金澤 林子代表の講演」JCHO うつのみや病院 2014.11.19

宇都宮市委託事業・雀宮担当

地域包括支援センター雀宮

健康づくり 介護予防

- ・健康に歳を重ねたい
- ・介護予防について勉強したい
- ・介護予防サービスを利用したい

さまざまな 相談事

- ・介護保険認定の申請がしたい
- ・介護サービスを利用したい
- ・介護保険外サービスを知りたい

権利擁護 虐待防止

- ・悪徳商法で困っている
- ・金銭管理が心配になってきた
- ・虐待を見た・聞いた

暮らしやすい 地域

- ・医療機関やその他の関係機関との連絡体制づくり
- ・ケアマネジャーの支援

その他の事業紹介

家族介護教室

介護している家族の方などが情報交換や交流できる教室です。

介護予防教室

簡単な運動や健康講話、レクリエーションを通して、楽しく介護予防について学びます。

お問い合わせは

栃木県宇都宮市南高砂町11番17号

独立行政法人地域医療機能推進機構 (JCHO)

うつのみや病院附属介護老人保健施設内

TEL 028-655-7080

月～金 8:30～17:30 (土日祝・年末年始除く)

ノロウイルス等の 感染性胃腸炎流行にご注意

感染管理認定看護師◆館野 洋子

12～3月の寒さが厳しい時期は、ノロウイルス等による感染性胃腸炎が流行する季節です。

ノロウイルスは、小さく感染力の強いウイルスで遺伝子型が15以上存在し、一度ウイルスに感染しても免疫の獲得は低く、何度でも感染することがあります。

ノロウイルスに感染した急性期の患者の糞便 1g 中には、1億個以上のウイルスを含んでいるといわれており、下痢やおう吐などの症状が消失した後でも、通常1週間から10日、長くて1カ月近くウイルスを排出する事があります。

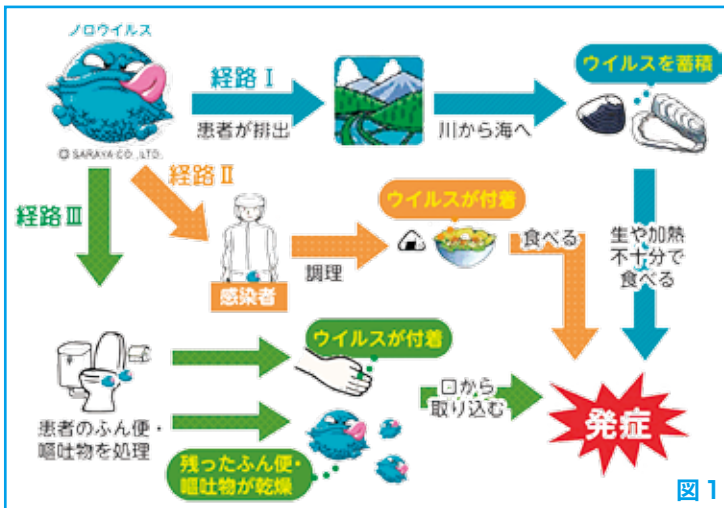
感染経路は、ノロウイルスに汚染された二枚貝等を食べることによって起こる食中毒(図1の経路Ⅰ)と、食中毒を起こした感染者が調理した物を食べた他の人へ感染する経路Ⅱ(図2)。感染者のおう吐物や排便などを処理した際に、手指や環境表面に付いたウイルスを無意識に口に運んで感染する経路Ⅲの感染経路があり、一般的に家庭ではⅡとⅢが多く、病院や高齢者施設では

経路Ⅲが多く見られます。

ウイルスは目に見えないので、いつの間にか爆発的に感染者が増えることもしばしばみられます。

【感染防止策】

- ① **流水と石鹼による手洗い**：(最も重要で効果的) ノロウイルス等はとても小さく、決して肉眼では見えません。爪の間や手のしわの間などに入り込んでいるので、石鹼を十分泡立てて丁寧に隅々まで洗い流します。
- ② **人の手がよく触れる場所の拭き掃除**：感染した人も感染していない人も、ドアノブや天気スイッチ、手すりなどによく触れるので水拭きで物理的に取り除く。塩素系消毒薬(次亜塩素酸濃度0.02%)での拭き掃除は有効です。
- ③ **おう吐物や便で汚染された環境や衣類は、熱水(80℃ 10分間)か塩素系消毒薬で適切に消毒**(次亜塩素酸濃度0.1%)する(図3)。その際にできるだけ処理する人が汚染を受けないよう手袋やマスクなどを付け、汚物を密封して廃棄(手袋やマスクも使い捨て)する必要があります。カーペット等を汚染した場合は汚物を取り除いた後、スチームアイロンでの熱消毒(95℃ 1分)が有効です。



【おう吐物や糞便の処理方法】

- 1 使い捨てマスクと手袋を着用します。おう吐物などが衣服に付かないように使い捨てのエプロンも有効です。
- 2 汚物中のウイルスが飛び散らないようにペーパータオル等を汚物に被せます。塩素系消毒薬(0.1%)をペーパータオルにかけ5～10分程度放置します。汚物が広がらないよう外から内側に向けてふき取ります。
- 3 ふき取った後は塩素系消毒薬(0.02%)で浸すようにふき取ります。ふき取った後は水拭きを行うと変色が低減します。作業中に手袋が汚染されたら、新しいものに交換しましょう。
- 4 汚物や、ふき取りに使ったペーパータオルなどはその都度ビニール袋に密封して廃棄します。
- 5 処理を終えたら石鹼と流水で十分に時間をかけて丁寧に手を洗います。
- 6 処理後、空気中にウイルスが浮遊していることがあるので十分に換気を行うことも感染予防に重要です。



おう吐物・排泄物の消毒 次亜塩素酸濃度 0.1%
水道水 1ℓに対してハイター 20mL
環境の消毒 次亜塩素酸濃度 0.02%
水道水 1ℓに対してハイター 1mL



放射線科

MRI 検査が以前に比べて 短時間でできるようになりました。

より早く、より鮮明に！

脳梗塞はある日突然、意識を失って倒れることが多いので、予告なしに襲われる病気のように思われがちですが、決してそうではありません。

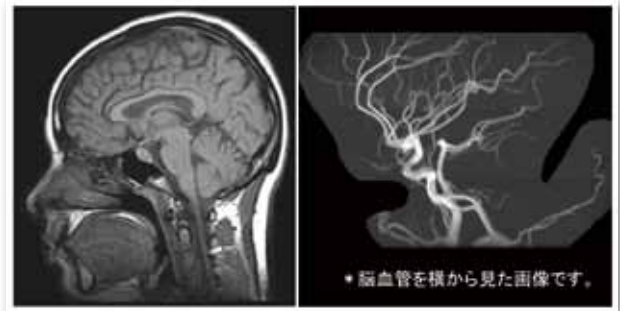
まず最初に高血圧や動脈硬化などの進行で徐々に脳の血管が狭くなり、数 mm 程度の小さな梗塞（隠れ脳梗塞）ができ、その後小さな梗塞が脳のあちこちに見られるようになり、ついには脳梗塞としての症状が現れる といった場合もあります。

このような背景があるために、脳ドックのMRI 検査（核磁気共鳴画像検査）で「『隠れ脳梗塞』が見つかりました」と告げられ、驚かれる方が少なくありません。MRI 検査を受けた受診者のうち、50代では2人に1人、60代では8割以上の方に「隠れ脳梗塞」があるとされています。「隠れ脳梗塞」があると生活習慣の改善などで脳梗塞の予防に努めないと、脳梗塞を発症する確率が高くなります。



当院では平成27年1月より、MRI 撮影装置が新しくなり性能も向上しました。検査時間が短縮し、しかも今まで以上の情報が得られる様になりました。

MRI の検査を受けて脳や脳血管の状態を把握し、予防を行い豊かな生活を続けて行きましょう。



リハビリテーション科

リハビリテーション科の紹介 回復期病棟 24 時

理学療法士◆石川 雅望

現在、当院のリハビリテーション科は、理学療法士15名、作業療法士8名、言語聴覚士5名、補助員1名が在籍しております。理学療法士は、主に基本動作や歩行能力の向上を図るため、運動療法や物理療法を用いて訓練を行っています。作業療法士は、日常動作能力の向上を図るため、様々な作業を用いて訓練を行っています。言語聴覚士は、言語機能や嚥下機能の向上を図るための訓練を中心に行っています。当院でリハビリの対象となる患者様は、一般病棟・回復期リハビリテーション病棟・外来と急性期～維持期まで、幅広く対応しています。県内においても一つの病院においてこのように幅広く、継続したサービスを提供できるのは数少ないと思います。

今回は当院リハビリテーションの目玉でもある回復期リハビリテーション病棟について紹介したいと思います。場所は4階南病棟に位置し、理学療法士8名、作業療法士5名、言語聴覚士3名が専属となっております。南側のエレベーターを降りるとスタッフの名前のプレート



がかかっておりますので是非見てください。ちなみに2階のリハビリテーション室にはスタッフの顔写真付きの紹介文が掲示されているので



そちらも見てください。回復期リハビリ病棟は、朝起きてから夜寝るまで生活そのものがリハビリテーションであるという考えをモットーにリハビリスタッフだけでなく、医師・看護師・療養介助員・ソーシャルワーカー・そして家族と患者様を取り巻く様々な方々と協力し、リハビリを展開しています。

また、回復期病棟では平日・休日におけるリハビリの提供も実施し、365日休みなく稼働しています。それにより患者様の機能回復においても成果を上げることが可能となっています。患者様には理学・作業・言語のリハビリを実践していただき、退院後安心した生活を送れるようチームとしてアプローチしています。また、必要に応じて退院前には実際にご自宅に訪問し、家屋改修や福祉機器の検討をさせていただいたり、担当ケアマネージャーと担当者会議を開いたり、地域社会と介護保険との橋渡しをさせていただいています。

当院のリハスタッフは各々が個性的であり、考え方も様々ですが患者様のためという気持ちはみな同じです。良質なサービス提供のためハッスルしています。

栄養管理室

栄養だより

1月の行事食といえば、なんといっても「おせち料理」ですよね!!
 みなさんは、召し上がりましたか?
 どんなものが入っていましたか?
 そもそも「おせち料理」って、何でしょう?
 古来より、正月には農耕をつかさどる神の“年神様”と呼ばれるご先祖様がやってくると信じられています。
 おせち料理は、その「年神様にお供えするごちそう＝お節供(せちく)」が変化したとか…。

年神様と同じものを食べることによって、五穀豊穡、家内安全などの願いがかなうとされています。
 お節供は、もともと、節日(1月7日:人日、3月3日:上巳、5月5日:端午、7月7日:七夕、9月9日:重陽)に神様にお供えをし、家族そろって節振舞にあずかるものでした。

それが、現在では、1年の最初の節の正月料理だけを指すようになっていきます。

五穀豊穡を願い、家族の安全と健康、子孫繁栄の祈りを込めて、縁起の良い食材の名にちなんで、海の幸、山の幸を豊かに盛り込んで作られます。

また、おせちの基本となるものとして、祝い肴、三つ肴とよばれる三つの料理があります。

関東では「黒豆・数の子・田作り」、関西では「黒豆・数の子・たたき牛蒡」のことをさします。

昔から、祝い肴と餅があれば正月が祝えたといわれ、逆に、祝い肴無しでは、どんなに豪華な料理をそろえても、おせち料理とは呼べないともいわれています。



里芋

里芋には小芋がたくさん付くので、子宝に恵まれるように。

海老

ヒゲが伸びて、腰が曲がっている様子を老人に見立て、長寿の願いを込めて。

昆布

「喜ぶ」に通ずる。

くわい

芽が伸びていることから「芽が出るように」と願って。

田作り

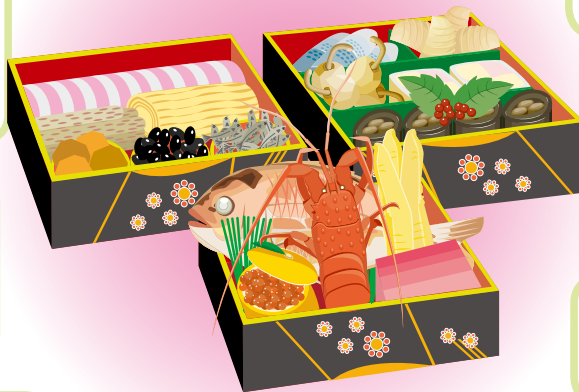
昔、稲や野菜の肥料であった鰯に、五穀豊穡の願いを込めて。

紅白かまぼこ

紅はめでたさと喜び、白は神聖を表す。

黒豆

まめにこつこつ働くことができるように。



鯛

「めでたい」の語呂合わせ。

ごぼう

しっかり根を張って長生きすることを願って。

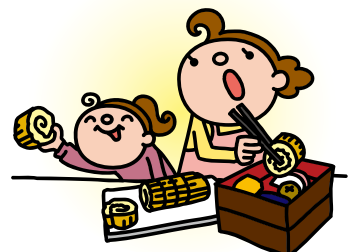
栗きんとん

金団には財宝という意味があるため、豊かに暮らせるようにとの願いを込めて。

数の子

親、子、孫と子孫の繁栄を願って。

新しい年がよい年であるように… そんな思いは、昔も今も変わることはありません。
 当院でも、1月1日・2日の朝食は、ささやかではありますが、おせち料理をご用意いたしました。
 栄養管理室より祈りを込めて…
 どうぞ、みなさまにとってよい年でありますように!!



瑞宝双光章 受章

前看護局長◆山口久美子

このたび、瑞宝双光章を拝受し、天皇陛下に拝謁でき、身にあまる光栄に感激しております。

私は、栃木県高等看護専門学院（現 栃木県衛生福祉大学校）を卒業してから臨床の現場で長年勤務をしてまいりました。その間、北里大学病院、自治医科大学附属病院、国際医療福祉大学病院を経て、旧宇都宮社会保険病院（現 独立行政法人 地域医療機能推進機構〈JCHO〉うつのみや病院）とそれぞれの職場にご縁をいただきました。

宇都宮社会保険病院においては、平成20年4月から平成26年3月までの6年間看護局長として勤務し、教育・看護体制の改善や経営改善等に取り組ませていただきました。これも一重に、大竹名誉院長や草野病院長はじめ一緒に仕事をさせていただいた病院職員の皆様のお陰であり、今回の授章は、宇都宮社会保険病院の組織を代表していただいたものと厚く感謝しております。



天皇陛下に拝謁し、陛下から『これからも国民のためにますます頑張ってください』とのおことばを賜りました。そして、今年度からは獨協医科大学看護学部にご縁を戴き、今

までの臨床経験を活かして、後輩育成にあたっては臨床と教育の懸け橋となれるよう努めてまいる所存でございます。今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

最後になりますが、病院をご支援続けていただきました地域の皆様適切な医療・介護・福祉を提供することがJCHO うつのみや病院の使命といえます。うつのみや病院のますますのご発展と職員の皆様のご健勝をご祈念申し上げます。



おかげさまで —第38回—

「いのちって何だろう？」

新年明けましておめでとうございます。昨年はJCHO（ジェイコー）うつのみや病院として新しいスタートを切りました。今年も益々地域の医療に貢献できる病院になることをお祈り申し上げます。

さて、私のお寺では、毎年7月31日に寺子屋を開催しています。小学生を対象に作務（境内掃除）、夏休みの宿題、お経を唱え、写仏などをして一日を過ごします。また住職の法話もあります。昨年は「いのち」について話しました。「いのちを大切にしましょう」とか、「いのちを大事にしましょう」と言われたけど「いのち」って何？と小学生に尋ねられたら何て答えますか？

「いのち」は、目に見えません。触れることもできません。話しかけられません。そして無くては困るものです。まるで空気のようなのです。しかし、空気はみんなのもので、自分だけに与えられた、自分だけの時間です。どのように使うかも自分で決められます。

長野県の病院に入院していた宮越由貴奈（11歳）ちゃんは、「命」という詩を書いています。

命はとても大切だ 人間が生きるための電池みたいだ
でも電池はいつか切れる 命もいつかはなくなる
電池はすぐにとりかえられるけど 命はそう簡単にはとりかえられない
何年も何年も月日がたつてやっと神様から与えられるものだから
命がないと人間は生きられない
でも「命なんかいらない。」と言って命をむだにする人もいる
まだたくさん命がつかえるのに そんな人を見ると悲しくなる
命は休むことなく働いているのだから
だから 私は命が疲れたと言うまで せいっぱい生きよう

薬王寺 住職◆倉松 俊弘



（由貴奈ちゃんはこの詩を書いた4ヶ月後に、自分に与えられた命を精一杯に生きて天国に昇りました。）

また、いのちは、よく灯明（ろうそく）に例えられます。灯明が燃え尽きるまで生きるなどと表現されます。短いろうそく、長いろうそく、中くらいのろうそくがあり、どれがおじいちゃん、どれがお父さんで、どれが自分かと尋ねると、小学生なら短いのがおじいちゃん、長いのが僕、お父さんは真ん中、と答えられます。いのちの長さを知っているのですね。でもね、強い風が吹くとどうなりますか、知っている？そうです、火が消えてしまいますよ。いつ風が吹くか分かりません。だから今を大切にしないではいけませんね。

そしてさらに小学生に話します。「いのちの大切さ」とは、「大事ないのち」とは何か？それは、自分だけに与えられた大切な時間「いのち」を人のために少しでも使ってあげることです。お友達と仲良くすること、困った人がいたら助けてあげること、挨拶をすること、家の手伝いをするなど、これらはみんな自分の大切な時間を使うことです。また同じように、みんなが自分に対して、大切な時間「いのち」を使ってあげていることに気づくことです。

人はとかく自己中心、自分さえ良ければと考えます。どうか自分の大切な「いのち」という時間を人のため、生きとし生きるものに使う（利他行）そんな生き方をしたいものです。

JCHO（ジェイコー）うつのみや病院は、この大切な「いのち」を守り学べる病院であってほしいと願います。

合掌

外来診療案内

平成26年12月現在

診療科		月	火	水	木	金
内科 9:00～11:00 内科のみ11:00まで	午前	診察(輪番制)	診察	診察	診察	診察
	午後	予約のみ	予約のみ	予約のみ	予約のみ	予約のみ
外科 9:00～11:30	午前	診察	診察	診察	診察	診察
	午後	休診	乳腺(第1・3・5火曜) 予約 13:30～15:30	休診	休診	休診
脳神経外科 9:00～11:30	午前	診察	診察	診察	診察	診察
	午後	休診	休診	休診	休診	休診
整形外科 9:00～11:30	午前	診察10:30まで	診察	診察11:00まで	休診 (手術)	診察
	午後	休診	休診	休診		休診
呼吸器外科 9:00～11:30	午前	診察	診察	手術	第1・3木曜 予約のみ 第2・4木曜 診察	休診
	午後	休診	休診			
心臓血管外科 9:00～11:30	午前	休診	休診	休診	休診	診察
小児科	午前 9:00～11:30	診察	診察	診察	診察	診察
	午後 14:00～15:30	診察	★予防接種 (予約)	診察	★心臓外来 (第1・3・5木曜) ★乳児検診 ★予防接種 (第2・4木曜)	診察
泌尿器科 9:00～11:30	午前	診察	診察	診察	診察	診察
	午後	検査	休診	手術	検査	検査
眼科	午前 9:30～11:30	診察	診察	診察	診察	診察
	午後 14:00～15:30	手術	予約のみ	予約のみ	手術	診察15:30まで
皮膚科	午前 9:00～11:30	隔週 診療日ご確認ください	休診	休診	休診	休診
	午後 14:00～16:00	診察				診察
耳鼻咽喉科	午前	休診	診察 9:00～11:00	休診	休診	休診
	午後 13:00～15:30		休診		診察	診察
婦人科	午後	休診	休診	休診	休診	女性外来(予約)

受付時間 午前8:30～

*診療科・曜日によって診療時間が異なりますので予めご確認ください

休診日

土・日・祝日・年末年始(12月29日～1月3日)
※学会・緊急手術等により変更する場合がございますのでご了承願います。

独立行政法人 地域医療機能推進機構うつのみや病院 TEL 028-653-1001 (代)

From one of Editors

編集後記

新年あけましておめでとうございませう。2014年もあつとついう間に過ぎていき、2015年に入りまして。皆さんは、今年の目標はありますか？私は今年はいろんなことにチャレンジしていきたいと思ひます。

去年は体力不足を痛感したので、体力アップを目指してソフトテニスをもた始めたと思ひます。そして、コンサートにフル参戦!!

仕事と私生活とのバランスを保ち、ストレスをためないようにしていきたく思ひます。そのため、まずは美味しいものを食べてエネルギー補給をしていきたく思ひます!

編集委員 雪見たいふく

◆「新いずみ」に関するご意見、イベント情報などを、どんでんお寄せください

編集委員会

次回発行予定 ◆ 2015年5月