

昭和医科大学横浜市北部病院 病院だより 8月号

【巻頭言】	P1
【医学講座コーナー】	P2
【病院からのお知らせ】	P3
【ご意見・ご要望】【編集後記】	P4

【巻頭言】 放射線技術部 就任のご挨拶



放射線技術部
技師長 先山 耕史

～ 患者さんに寄り添い、技術で応える放射線技術部へ～
私は、昭和医科大学横浜市北部病院が開院した2001年に、同時に開校した昭和大学診療放射線専門学校の第一期生として入学いたしました。北部病院の誕生とともに診療放射線技師としての第一歩を踏み出したことは、私にとって大きな誇りであり、医療人としての原点でもあります。このたび再びこの地で職責を担うこととなり、大きな喜びとご縁を感じるとともに、身の引き締まる思いであります。

入職後は附属病院（大学病院・藤が丘病院・横浜市北部病院）において、IVR（カテーテル治療）を中心に幅広い放射線検査・治療業務に携わり、臨床経験を積んでまいりました。

その中で一貫して感じてきたのは、医療技術の進歩はもちろん重要ですが、それを患者さんの安心や医療の質の向上につなげてこそ、本当の価値が生まれるということです。

放射線技術部は、一般X線撮影、X線CT、MRI、血管撮影、核医学検査、PET-CT、放射線治療などを担い、画像を通して「見えないものを見る化する」ことで診断と治療を支えています。提供する画像や解析データには高い品質と精度が求められ、その追求に終わりはありません。また、AIをはじめとする医療技術は日々進歩しており、新たな技術を安全かつ適切に導入・活用しながら、より質の高い医療の提供と地域医療への貢献を目指してまいります。

一方で、私たちの使命は技術だけではありません。検査や治療に不安を抱えて来院される患者さんに寄り添い、安心して医療を受けていただける環境を整えることも重要な役割です。そのためには、高度な専門性と豊かな人間性を兼ね備えた人材の育成が不可欠です。私自身、多くの先輩方に育てていただいた経験を大切にし、その思いを次世代へ受け継ぎながら、生涯にわたり学び続け、誇りとやりがいを持って成長できる職場づくりに努めてまいります。また、質の高い医療は一つの職種だけでは実現できません。医師、看護師をはじめとする多職種との連携を一層深め、患者さん中心のチーム医療を推進してまいります。

当院の理念である「常に心のこもった病院でありつづける」「無事故の病院になる」「現在のぞみうる最高の医療をおこなう」を放射線技術部においても実践し、「自分が検査を受けるならお願いしたいと思える診療放射線技師」「まごころをもって人のために尽くし、質の高い医療を実践できる診療放射線技師」の育成を目指してまいります。スタッフ一同が力を合わせ、安心・安全で質の高い医療を提供し、地域の皆さまから信頼される放射線技術部を目指してまいります。

今後とも皆さまのご指導、ご支援を賜りますよう、どうぞよろしくお願い申し上げます。

暑い夏を元気に過ごすために

夏は気温や湿度が高く、汗をかくことで体の水分やミネラルが失われやすくなります。また、暑さで食欲が低下すると食事量が減り、体力の低下にもつながりやすいです。暑い夏を元気に過ごすためには、毎日の食生活を整えることが大切です。



注意したほうがよいこと

食欲が低下すると、さっぱりとした素麺などの冷たい麺類、アイス、ゼリーなど、食べやすいものに偏ってしまいがちです。その結果、たんぱく質、ビタミン、ミネラルなどの体に必要な栄養素が不足し、夏バテの原因となることがあります。また、冷たい食べ物や飲み物を摂り過ぎることで、食欲不振や体調不良を招くおそれがあるので注意しましょう。



効果的な対策について

① バランスよく食べる

主食、主菜、副菜をそろえて食べましょう。例えば、ご飯やパン、麺類などの主食はエネルギー源となります。肉や魚、卵、大豆製品などの主菜はたんぱく質を豊富に含み、体を作るもとになります。また、野菜やきのこ、海藻類などの副菜にはビタミンやミネラルが豊富に含まれ、体の調子を整える働きがあります。いろいろな食品をバランスよく食べることは、夏バテをしない元気な体を維持するために重要です。また、冷たいものばかりにならないように、温かい料理も取り入れて胃腸をいたわることも心がけましょう。

② こまめに水分補給をする

クーラーが効いている部屋で過ごしていても、体から水分は失われています。特に、暑さやのどの渇きを感じにくい高齢者や、体温調節機能が未発達な子どもは、水分不足になりやすいため注意が必要です。のどが渇いていなくても、こまめに水分を摂取しましょう。

③ 生活リズムを整える

十分な睡眠をとり、1日3回の規則正しい食生活を心がけましょう。また、無理のない範囲で体を動かすことも大切です。

暑い日が続きますが、日々の食生活に気をつけながら、元気に夏を乗り越えましょう！

※当院では管理栄養士による栄養指導を実施しております。疾患によっては食事内容に注意が必要な場合がありますので、ご希望の方は主治医へご相談ください。



～おすすめレシピ～

☆豚肉と夏野菜の中華風炒め

【材料】2人前

- ・豚ももスライス 200 g
- ・トマト 1個
- ・ナス（中）1本
- ・ごま油 大さじ1
（A）
- ・味ぽん 大さじ1
- ・中華だし 小さじ1
- ・おろし生姜 少々



調理手順

- ① トマトとナスは乱切り、豚肉は食べやすい大きさに切る。
- ② ごま油でナスと豚肉を炒める。
- ③ ②にトマトと（A）を合わせる。

豚肉には糖質の代謝を助けるビタミンB1が豊富に含まれています。また、トマトやナスは水分を多く含む夏野菜であり、ビタミンやミネラルも補うことができます。お好みでおろしにんにくを加えてもおいしく召し上がれます。

＊1人分の栄養量：エネルギー260kcal、食塩相当量1.3 g

参考文献

- ・日本救急医学会熱中症診療ガイドライン2024タスクフォース タスクフォース長 神田潤(編).熱中症診療ガイドライン2024.一般社団法人日本救急医学会. 2024. https://www.jaam.jp/info/2024/files/20240725_2024.pdf, (2026.6.26閲覧).
- ・文部科学省 科学技術・学術審議会 資源調査分科会 報告. 日本食品標準成分表（八訂）増補2023年. 文部科学省. [20260327-mxt_kagsei-mext-000029402_02.xlsx](https://www.mext.go.jp/a_menu/ikigaku/20260327-mxt_kagsei-mext-000029402_02.xlsx), (2026.6.26閲覧)

HOSPITAL INFORMATION

◆須永知里助教が第125回日本皮膚科学会総会で優秀演題賞を受賞しました

須永知里助教（横浜市北部病院皮膚科）が第125回日本皮膚科学会総会（6月11日～14日：国立京都国際会館）において、優秀演題賞を受賞しました。

日本皮膚科学会総会は、年に1度開催される皮膚科学分野における国内最大の学術集会で、本年は『皮膚科学を楽しむ』というテーマで開催され、全国から寄せられた547演題の中から16演題が優秀演題賞に選出されました。

須永助教は演題名『HLA-B*13：01 は重症型薬疹においてユニバーサルバイオマーカーとなり得る』が高く評価され、同賞を受賞しました。

患者さんからのご意見・ご要望

ご意見・ご要望	回答
朝一番で受付をするために8:00前から再来受付機の前に並びましたが、受付機が一台使えない状態だったので、長い列ができていました。 早く受付を済ませたい思いで来ているので、混雑しないよう改善してほしいです。	この度は、再来受付機の故障によりご不便をおかけし、申し訳ありませんでした。 受付機につきましては、故障発生時にその都度メンテナンス対応を行っておりますが、設置から年数が経過しており、不具合が生じやすい状況となっております。 このような状況を踏まえ、現在、受付機の更新を予定しており、混雑の緩和と利便性向上に向けた対応を進めております。 改善までの間、今しばらくお待ちくださいますようお願いいたします。 また、マイナ保険証確認機のスマートフォン対応につきましては、2026年6月8日よりご利用いただけるようになりました。 どうぞご活用ください。 (回答部署：医事外来課・医療情報室)
整形外科のクリニックによくあるスタンディングチェアを、外来や会計の待ち合いなどに設置してほしい。 腰痛や足を怪我している人にはとても重宝です。	ご意見ありがとうございます。 スタンディングチェアの設置につきましては、腰痛や足の怪我でお困りの方の負担軽減につながるご提案として受け止めております。 一方で、設置スペースや安全面の課題もあるため、今後の環境整備の中で慎重に検討させていただきます。 (回答部署：管理課)

編集後記

梅雨も明け、厳しい暑さが続く季節となりました。皆様、体調はいかがでしょう。夏は、熱中症への注意が欠かせませんが、実は呼吸器にも負担がかかりやすい時期です。

高温多湿の環境では体力を消耗しやすく、冷房による室内外の温度差や乾燥は喉の違和感を引き起こし咳の原因になり得ます。水分補給は熱中症対策と同時に、喉を潤すことで咳の軽減を期待できます。また感染症予防のためには、お部屋の換気や手洗いも引き続き大切です。

こまめな水分補給と十分な休息をこころがけ、体調を崩さぬよう無理をせずにお過ごしください。日々の生活に少しでもお役立ていただければ幸いです。

暑さはまだまだ続きますが、健やかに夏を乗り切り、実りある毎日をお過ごしください。

(呼吸器センター外科 助教 込山 新作)

【受付時間・休診日】

受付時間/初診 月～土 8時30分～14時00分 ※11時00分～14時00分は事前予約制です。

受付時間/再診 月～土 8時30分～17時00分 ※当院の再診は予約制です。

面会時間 各病棟で異なります。詳しくはホームページをご確認ください。

休診日 日曜、祝日、創立記念日(11月15日)、年末年始(12月29日～1月3日)

ホームページURL：<https://www.showa-u.ac.jp/SUHY/>

【診療担当医表】



北部病院だより 第218号(2026年8月1日発行) 発行 昭和医科大学横浜市北部病院

発行責任者 坂下 暁子(昭和医科大学横浜市北部病院院長) 編集責任者 緒方 浩顕(広報委員会 委員長)

〒224-8503 横浜市都筑区茅ヶ崎中央35-1 電話045-949-7000(代表)

北部病院ホームページにて最新・過去の『病院だより』がご覧いただけます。

