

Topics

- ・ 地域クリーン活動に参加しました
- ・ 地域安全活動の実施
- ・ ポリファーマシーとは
- ・ 内科 / 血液内科 着任のご挨拶

堀ノ内 病院 だより

Horinouchi Hospital

2026 年 1 月発行



基本理念

地域の人々と共に歩み、
良質の医療と介護を提供する病院

基本方針

1. いつでも、どのような患者さんも受け入れて
2. 最善で最良の医療と介護
3. 地域に出ていく医療と介護

4. 患者さんの納得のいく医療と介護
5. 患者さんの立場に立った医療と介護

令和8年の新春を迎えて

昨年新座市は市政 55 周年を迎えました。私達も診療所開設から 45 年病院開設から 42 年を迎えました。この間に新座市の人口も 16 万 6 千人となり、道路脇の畑も姿を消して商店や住宅が立ち並ぶ住宅街と変化してきました。新座市も 75 歳以上の老人が全人口の 21% をこえた超高齢化社会になってきました。社会医療法人として地域医療を目指す堀ノ内病院の果たすべき役割も少しずつ変わってきました。急医療と腎透析医療を堅持して急性期医療や慢性期医療に止まらず介護や福祉での活躍の場を広げてきました。その活動の中心荷になっている「堀ノ内病院地域医療センター」は、2 年前に開設した小規模多機能型居宅介護施設「あい」と南部地域包括支援センターの開設があり、在宅医療での訪問診療部と、訪問看護「みどり」と在宅介護支援センター「あおぞら」、地域連携室や医療相談室の職員の充実と相まって順調に活躍の場を広げてきました。国・政府の進める「地域包括ケアシステム」の中核を担っていると自負しております。

一方病院内においても包括病床 42 床は急性期病症 157 床と連携して急性期から在宅医療・介護への切れ目のない円滑な移行を実現しています。堀ノ内病院はこれからも、地域の方々のかかりつけ病院として、かかりつけ医師のいる病院として、信頼を第一に考え断らない医療と患者の立場に立った医療、外に出ていく医療の実践を超高齢化社会で果たして行く決意を新たにしています。

今年は十二支ではひのえうま（丙午）の年で元気に躍動する年といわれています。私達もエトに負けずに理想の地域医療実現に向けて頑張りますので、これまでも増した御支援ご鞭撻をお願いして新春にご挨拶といたします。



会長

小島 武

地域安全活動の実施

10月16日、ひばりが丘駅南口にて、田無警察署と新座警察署の合同による地域安全活動が行われ、堀ノ内病院も参加しました。当日は、特殊詐欺防止、闇バイト・痴漢・自転車マナー違反など、身近な犯罪への注意を呼びかける啓発ポスターの掲示や、チラシ・グッズ配布を通じた防犯啓発を実施しました。地域の皆様の安心・安全のため、今後も警察や関係機関と連携し、積極的に防犯活動に取り組んでまいります。



薬のお話

薬剤科

ポリファーマシーとは？

ポリファーマシーとは、複数の薬を服用することで副作用や飲み間違いなどの問題が起きている状態を指します。単に薬の数が多いことではなく、体に負担や不具合が出ていることが問題です。年齢とともに持病が増えると薬も増えがちで、内服薬が6種類以上になると副作用が起こりやすいという報告があります。複数の医療機関を受診していることも、薬が増える原因の一つです。

ポリファーマシーを防ぐためにできること

- お薬手帳を使って自分が飲んでいる薬をすべて医師に知らせること
- 定期的に今の自分に必要かどうか見直してもらうこと
- 生活のなかでいつもと違った症状（ふらつき、食欲不振など）があれば知らせることが挙げられます。

ただ、病気をコントロールするのにどうしても多くの薬を併用する必要がある人もいます。あまり薬を飲みたくないからと、勝手に飲むのをやめると悪化してくすりかえが逆に増えてしまいます。大切なのは、必要な治療に必要な分だけのくすりを使うことです。私のくすり、多いかな？と思ったらぜひかかりつけの医師、薬剤師に相談してみましょう。

週末の夜、家でゆっくりと酒を飲む。

つい飲みすぎて、「こんなに酔っていいのかな」と自問しながらも、仕事の疲れを癒すには欠かせない時間だ。テレビからジョン・レノンの「イマジン」が流れてくる。この曲を聴くと、平和な日常の中でふと立ち止まり、考え込んでしまう。そういえば、12月8日。ジョン・レノンが銃弾に倒れた日。そして、もっと前の世代にとっては真珠湾攻撃の日でもある。偶然にしてはあまりに重すぎる二つの出来事。平和を願った歌声が消えた日と、戦争の始まりを想起させる日が重なるとは、歴史とは、時に皮肉な巡り合わせを見せるものだ。

昨年は、終戦から80年の節目だった。けれど、この80年、世界のどこかで争いが絶えたことはない。人類は、まだ本当の「平和」というものを学びきれていないのかもしれない。ジョン・レノンは、なぜあれほど平和を歌い続けたのだろう。人は愚かで、正しいことを知っていても、なかなか行動できない。それでいいのだろうか。もう一度、「想像してみよう」。争いの理由は宗教なのか。人種なのか。それとも独裁者のプライドなのか。

けれど、この地球に生きる人々は、本当はみな同じではないのだろうか「想像してほしい」。国という境界がなく、殺す理由も、死ぬ理由もない世界を。宗教の違いで争うこともなく、ただ、みんなが穏やかに生きている。ジョン・レノンは、そんな世界を夢見ていたに違いない。平和の声は、ある者たちにとって都合の悪い真実だったのかもしれない。歌が自由を歌えば、それを封じようとする力が働く。それでも、ジョン・レノンは歌い続けた。なぜなら、沈黙は賛同と同じ意味を持つってしまうからだ。声を上げること、言葉を残すこと。それは小さな抵抗であり、同時に最大の祈りだった。人が人を殺していい理由など、どこにもない。たとえそれが「戦争」という名を冠していても、正当化されることは決してない。戦争を知る世代が少なくなるこれからの時代こそ、その想いを受け継いでいくことが大切だと思う。

年が明け、新しい一年が、災害も争いもなく穏やかに過ぎていくことを願いながら。今夜もまた、静かな時間の中でグラスを傾け、平和のありがたさを噛みしめる。そして、ゆっくりと酔いしれていくなかで、私もまた、夢追い人になっていく。

おやじ二号

地域クリーン活動に参加しました!!

10月19日（日）、新座市内の地域クリーン活動に合わせ、当院でも環境美化活動を実施しました。朝8時に病院前に集合し、職員が2班に分かれて清掃を開始しました。バス通り班は貝沼停留所から道場停留所までの区間を中心に、病院周辺班は敷地内や隣接道路のごみ拾いや雑草の除去を行いました。地域の方から「お疲れさまです」「きれいになりますね」と声をかけていただく場面もあり、地域とのつながりを改めて感じる活動となりました。



当院では、広報委員会を中心に毎月第1木曜日に定期的な環境美化活動を行っています。地域の一員として、医療の場だけでなく、日常の暮らしの中でも地域に寄り添い、安心して過ごせる環境づくりに貢献していくことを大切にしています。これからも職員一同、心を込めた活動を続けてまいります。

2025 年 5 月に堀ノ内病院 内科 / 血液内科に常勤医として着任いたしました柳 富子と申します。

私は帝京大学医学部を卒業後、第一内科に入局いたしました。2 年間で内科各科をローテーションする研修プログラムでした。血液内科は重症度の高い患者さんが多く入院されており、患者さんの気持ちに寄り添い、診断・治療に携わりたいと思いました。初期研修後血液内科に入局いたしました。その後 2 年間ミシガン州立大学 血液・腫瘍科の研究室に post-doctoral fellow として留学する機会をいただきました。2 年間臨床から離れ、リサーチマインドを持った臨床医を目指したいと思いました。

血液がん（悪性リンパ腫、白血病、多発性骨髄腫等）の診断や治療は著しく進歩しています。診断では血液検査、骨髄穿刺 / 生検、リンパ節 / 腫瘍生検、染色体 / 遺伝子検査、フローサイトメトリー等により詳細な診断が可能になりました。治療においては抗がん剤治療（殺細胞性抗がん剤、分子標的治療薬）の進歩、造血幹細胞移植の多様化、CAR-T 療法（患者さん自身の T 細胞を遺伝子操作でがん細胞を攻撃するように改変する治療法）や二重特異性抗体の免疫療法等により高い奏効率（治療効果）が得られるようになりました。

これにより患者さんと一緒に長期的な視点で治療に取り組み、生活の質（QOL）を維持・向上させていくことが可能となりました。当院の血液がんでは悪性リンパ腫、多発性骨髄腫、骨髄異形成症候群、骨髄増殖性腫瘍（慢性骨髄性白血病、真性多血症、本態性血小板血症、骨髄繊維症）等の診断・治療を行っています。血栓・止血領域や HIV 感染症の診断・診療も行っています。

患者さんに安心・安全の医療を提供するため、各科 / 多職種によるチーム医療を行い、チームでサポートしていきます。まだ始めたばかりの血液内科ですが、チーム医療で最善を尽くしてまいりますので、どうぞよろしくお願い申し上げます。

着任の ご挨拶



りゅう とみこ
柳 富子

内科 / 血液内科

きのこたっぷり生姜鍋

年が明け、新しい一年が始まりましたね。冬は気温の低下により免疫機能が下がりがやすくなります。去年からインフルエンザや新型コロナウイルスが流行する季節になります。たんぱく質や脂溶性ビタミンなど、免疫力を高める栄養素を上手に取り入れて、感染症に負けない健康な一年をスタートしましょう！

【栄養成分】一人分

エネルギー 227Kcal

たんぱく質 25.4 g

脂質 6.4 g



きのこに含まれるβカロテンが免疫力アップのポイントです！
そして生姜を入れることで身体を温めて血行促進を促してくれます♪

【2人前の材料】

・鶏もも肉	150 g
・豆腐	1 丁
・しめじ	1 パック
・えのき	1 袋
・椎茸	5 個
・白菜	1/4 玉
・生姜	10 g

鍋つゆ

・だし汁	6 カップ
・酒	大さじ 2
・みりん	大さじ 2
・醤油	大さじ 2
・塩	小さじ 1/2

白だしやめんつゆ
鍋の素で代用でもOKです♪

【作り方】

- ① 食材を食べやすい大きさに切ります。生姜はすりおろします。
- ② 鍋つゆの調味料とすりおろした生姜を鍋に入れ沸騰させます。
※生姜を 80 度以上に加熱させると免疫力を高める「ショウガオール」が活性化します。
- ③ 全ての食材を投入し、食材が柔らかになったら完成です。

看多機あいの活動報告

。。。レクレーション活動と地域の連携。。。

冬の訪れを感じる季節となりました。日頃より当施設の運営にご協力を賜り、心より御礼申し上げます。
看多機では、この秋も季節を感じられる行事を大切に過ごしました。

9月



9月の敬老会では、お一人おひとりに感謝とお祝いの言葉をお伝えし、敬老クイズや合唱で心温まるひとときを共有しました。紅白まんじゅうを味わいながら笑顔広がる、和やかな会となりました。

10月



10月、恒例の運動会を開催しました。今年は会場いっぱいに国旗を飾り、雰囲気づくりにもこだわりました。

選手宣誓からスタートし、玉入れ・輪くぐりなど、皆さまが参加しやすい競技を中心に紅白に分かれて挑戦しました。声援も飛び交い、手を伸ばしたり玉を投げたりと、どの競技も大接戦。笑顔あふれる楽しいひとときとなりました。最後は全員で記念撮影を行い、達成感に満ちた運動会となりました。



11月

11月には2日間にわたり紅葉ドライブツアーを行いました。栄緑道の色づいた木々の中をゆっくり散策し、真っ赤な紅葉や黄金色の銀杏に囲まれながら、季節の移ろいを感じるひとときを過ごしました。

外の空気を吸いながら自然を眺めることで、利用者さまの表情もいきいきとされ、持ち帰った落ち葉を手に「きれいだね」と笑顔が広がりました。秋ならではの温かい時間となりました。

【小さな日々の風景】

「今日はどの色にしよう」と、毎日ぬりえを楽しむ利用者さま。完成が近づくにつれ、笑顔も増えていきます。

利用者さまのぬりえを託児所へプレゼントしました。子供たちの笑顔を思い浮かべながら、次の作品づくりに力が入っています！



【もしもの時に備えて】

この秋、避難訓練と計画停電を行い、災害への備えを見直しました。避難の動きや停電時の環境について実際に体験し、利用者さまと職員が一緒に安全について考える良い時間となりました。



これからも、利用者さまが四季を感じながら安心して過ごせる場づくりに努めてまいります。

●医療相談室

患者さんあるいは、患者さんのご家族の方々が、病気に伴って生じる種々の問題でお悩みのとき、その解決のお手伝いをさせていただきます。

お問合せ

電話：048-478-0992（直通）

FAX：048-489-3537（直通）

●訪問診療

寝たきりなどの通院困難な皆様に、訪問診療を行っています。

受付時間・・・9：00～17：00

お問合せ

電話：048-479-7583（直通）

●居宅介護支援事業所「あおぞら」

介護の相談をお受けします。

窓口・・・月曜日～土曜日

受付時間・・・9：00～17：00

お問合せ

電話：048-478-2653（直通）

FAX：048-489-3537（直通）

●訪問看護ステーション「みどり」

訪問看護ステーションの看護師が、ご家庭を訪問して、療養生活の支援や心身機能の維持、回復を図るための療養上のお世話や診療の補助を行います。

お問合せ

電話：048-482-7580（直通）

FAX：048-479-2787（直通）

●看護小規模多機能型居宅介護 あい

お問合せ

電話：048-485-8797（直通）

FAX：048-482-7666（直通）

●歯科・口腔外科、摂食嚥下センター

お住まいに歯科医師、歯科衛生士等が訪問し、お口のケアや嚥下のリハビリテーションや歯科治療を行い、楽しく、安全にお食事ができるようにお手伝いします。

お問合せ

電話：048-481-5865（直通）

●南部包括

お問合せ

電話：048-487-8263（直通）

診療科のご案内

◇内科 ◇外科 ◇消化器科 ◇乳腺外科
◇形成外科 ◇整形外科 ◇泌尿器科 ◇血管外科
◇小児科 ◇耳鼻咽喉科
◇腎臓内科 ◇循環器内科 ◇神経内科
◇糖尿病 ◇内分泌科（甲状腺）
◇肝臓内科 ◇呼吸器・喘息・禁煙外来
◇皮膚科 ◇眼科
◇歯科・口腔外科 / 摂食嚥下センター
■透析センター ■健診センター

受付時間・休診日

受付時間

午前 8：00～11：00

午後 12：00～16：30

休診日

日・祝日・年末年始 ※急患は随時受付しております。

待ち時間短縮のため予約制を導入しています。

予約は、お電話または受付までお申し付けください。

当日来院の患者さんも診察しております。

お問合せ

ナビダイヤル：0570-00-5168

歯科予約：048-481-5865（直通）

堀ノ内病院公式 HP



堀ノ内病院公式アカウント



X
(旧 twitter)



instagram

診療予定など詳しくは、
当院ホームページを
ご覧ください。

編集後記

あけましておめでとうございます。

今年もよろしくお願いいたします。

新しい年が皆様にとって素晴らしい1年になりますように。

K.M

あけましておめでとうございます。

今年は午年ですね。

美味しいものをたくさん食べられるように、
健康を維持していきましょう（自戒を込めて）。

T.Y



日本医療機能評価機構
認定第 JC2371 号

2026年1月1日発行
発行責任者 / 清水 利夫
編集者 / 広報委員会