

堀ノ内病院だより

Horinouchi Hospital

2026 年

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

● ご挨拶

理事長ご挨拶

梅雨明けの候、皆様いかがお過ごしでしょうか？

2026 年の夏は全国的に平年より暑く、7 月後半から 8 月にかけて猛暑日が増える可能性が高い見込みです。日本気象協会によると、今年は全国で 7～14 地点で 40℃以上の「酷暑日」が観測される可能性があり、最近の記録的高温に次ぐレベルで、熱中症リスクが高まりそうです。早めの暑さ対策が重要です。



理事長 小島 徹

熱中症の症状

めまい、立ちくらみ、筋肉のけいれん 強いだるさ（倦怠感）、吐き気、頭痛、発熱、けいれん、意識障害

予防

水分補給

のどが渴いていなくても、こまめに水分をとる。特に高齢者はのどの渴きを感じにくく、体内水分量がもともと少ないため、若い方よりも脱水になりやすい。多量に汗をかいた場合は、水分だけでなく塩分も補給する（経口補水液）

エアコン

室温 27-28 度を維持 部屋に温度計を置き、28 度以下、湿度 50-60% 以下を確認する。高齢者では暑さ感覚がにぶるので屋内でエアコンをつけず熱中症になることが多い。

暑さを避ける工夫

直射日光を避けるため、外出時は帽子を。日傘の使用や、通気性の良い服装。日中は不要不急の外出はさける。

水分補給しても症状が良くならないときは早めに医療機関にご相談ください。

●「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

笑顔満開！！

今年も“あい”に、にぎやかな夏がやってきます！

看多機あいでは、利用者様とともに季節の移り変わりを感じながら、日々を穏やかに過ごしております。

今回は、春から初夏にかけての活動の様子を、ご紹介いたします。

【3月 ひな祭りイベント】

かわいらしい和菓子やお雛様飾りに「きれいだね」と笑顔がみられ、春を感じるひとときとなりました。スタッフからのひな祭りに関するクイズや昔話でも盛り上がり、一緒に楽しい時間を過ごしました。



【4月 平林寺半増大祭】

毎年楽しみにしている「お練り」は、残念ながら見ることはできませんでしたが、屋台で買い物をしたり、自然豊かな平林寺の景色を眺めながら散歩を楽しみました。

外の空気や新緑に触れ、利用者様のたくさんの笑顔がみられました。



【5月 堀ノ内病院健康フェスティバル参加】

病院と隣接している環境を活かし、普段なかなか外出の機会が少ない利用者様にも、参加していただくことができました。

会場では出店や催し物を楽しまれ、地域や病院とのつながりを感じられる時間となりました。



【育てています♪ミニトマト】

あいでは、利用者様と一緒にミニトマトを育てています。毎日の水やりを行いながら、「大きくなってきたね」「実が増えてる！」と成長を楽しみにされています。少しずつ実が色づき始め、収穫の日を皆様で心待ちにしています。

これからも季節を感じながら、日々の楽しみにつながる活動を大切にしていきたいと思います。



*** 熱中症にご注意ください ***

気温や湿度が高くなり、熱中症に注意が必要な季節となってまいりました。高齢になると暑さや喉の渴きを感じにくくなるため、こまめな水分補給や室温管理が大切です。ご自宅でも、エアコンの活用や十分な休息を心がけ、体調管理にお気をつけ下さい。

●コラム

おやじのひとりごと

何のために・・・

ひとり酒が沁みる夜、ふと考える

「自己犠牲」という言葉は今の時代にはもう古いだろうか。

明治の終わり、北海道の塩狩峠。客車が突然切り離され、坂を逆走し始めた。

乗客たちは恐怖に凍りつく。そのとき、一人の青年が走り出る。鉄道職員・長野政雄。

彼は迷うことなくハンドブレーキへ飛びつき、自らの命と引き換えに多くの命を救った。

この実話をもとにした小説が三浦綾子の「塩狩峠」である。この本を読んだとき、母がよく口にしていた言葉を思い出した「人には、生まれてきた意味がある」と、塩狩峠の出来事を美化するつもりはないが、命を懸けられるほどの揺るぎない思い——それは時に、恐ろしいほど純粹だ。けれど同時に、「この人のためなら」と思える誰か、あるいは「あなたのためなら」と言ってくれる誰か。一生のうちに、そんな存在に出会える人は決して多くない。

今の世の中を見ていると、その「守りたいもの」が見えなくなっているように感じる。

つい最近も、虐待の事実を隠そうとして、さらに嘘を重ねてしまう事件があった。

本来、守るべきだったのは家族の評判や親としての立場ではなく、子どもの痛みや苦しみだったはずだ。

しかし、最後には取り返しのつかない結末になってしまった。

また、「闇バイト」による振り込め詐欺も後を絶たない。若者が利用され、多くの人が被害に遭っている。それは、人の弱さにつけ込む犯罪だからだ。「詐欺かもしれない」そう思いながらも、振り込んでしまう人がいる。

もし本当だったら。もし自分の子どもや孫が苦しんでいたら。怖い。苦しい。どうしたらいいのかわからない。

最後に詐欺だと分かっても、「助けなかった後悔」のほうが耐えられない。

お金を払えば、「最悪」だけは避けられる気がしてしまう。人は理屈だけでは動かない。愛情や恐怖、そして「後悔したくない」という思いに突き動く、だからこそ、本当に大切なのは、「何を恐れるか」ではなく、「何を守ろうとしているのか」なのだと思う。

長野政雄が最後に守ろうとしたのは、自分の命ではなく、見知らぬ人々の未来だったのかもしれない。

その行為は、百年以上経った今も語り継がれている。

酒杯を傾けながら、私はしみじみと思う。結局、人の心に最後まで残るのは、その人がどれだけ誰かに与えたかということなのだ。自分のためではなく、誰かのために差し出した思いこそが、最後に人の心に残るのだと。

●ご挨拶

消化器外科 就任のご挨拶

このたび、4月1日付で消化器外科医として着任いたしました、五十嵐裕一と申します。

これまで培ってまいりました臨床経験を生かし、地域の皆様に安心していただける医療の提供に努めてまいります。どうぞよろしくお願いいたします。

五十嵐 裕一



●薬のおはなし

夏に注意すべきお薬

今年も暑い夏がやってきましたね！持病があって薬を飲んでいる方、ドラッグストアで薬を買う方、薬の種類によっては近年の猛暑では注意が必要です。下記のような薬を飲んでいる場合、特にこまめな水分補給と熱中症対策、熱中症かな？と思ったら早めに病院を受診するようにしましょう。

○脱水症に注意する薬

- ・利尿薬、一部の血糖降下薬（尿中に糖を排泄させるタイプ）

⇒利尿薬は心不全、浮腫、高血圧などによく処方される薬です。夏場の発汗と重なることで脱水のリスクが高まります。

- ・メトホルミン（糖尿病の薬）、スタチン系と言われるコレステロールを下げる薬

⇒脱水時に服用すると副作用が出やすくなります。夏場の下痢や食欲不振、脱力がある場合は注意が必要です。

- ・解熱鎮痛薬

⇒脱水時に服用すると急性腎障害のリスクが高まります。

○発汗を抑制する薬

・抗コリン薬（市販の風邪薬、頻尿の治療薬、一部の抗アレルギー薬・抗パーキンソン病薬・抗うつ薬・睡眠導入剤など）、一部の抗てんかん薬

⇒抗コリン作用をもつ薬は副作用として発汗を抑制し、体温調節機能を阻害します。そのため、炎天下で体温が上がった時に発汗できず熱中症リスクが高くなります。

○降圧薬

・夏は血管が広がって血圧が下がりやすい季節です。発汗による電解質の乱れで効果が強まる薬も多くあります。ふらつきがあれば血圧を測り、低めが続くようなら主治医に相談しましょう。

●管理栄養士の簡単レシピ

夏バテ予防は『飲み物』と『食事』のバランスが大切

暑い季節は、スポーツドリンクがつい飲みたくなりますよね。しかし、スポーツドリンクは運動後や大量に汗をかけた時の水分補給には適していますが、糖分を多く含むものもあり、飲みすぎることでお腹がいっぱいになってしまいます。そのことにより食事量が減り、体に必要な栄養素が不足し、夏バテに繋がってしまいます。

暑い夏を元気に過ごすためには、①こまめな水分補給（水やお茶を中心に）②一日三食しっかり食べることが大切です。今回は疲労回復効果が期待できる「梅」と今が旬の「鰻」を使用した「鰻のさっぱり揚げ」をご紹介します。夏バテ予防をしっかりとし、暑い夏を一緒に乗り切りましょう～！

鰻のさっぱり揚げ

【栄養成分】一人分

エネルギー 184Kcal

たんぱく質 12.3 g

脂質 10.5 g

【2人前の材料】

- ・鰻の三枚おろし 4枚
- ・片栗粉 適量
- ・揚げ油 適量

調味液

- ・大葉 2枚
- ・めんつゆ 30ml
- ・水 10ml
- ・梅肉 小さじ1

【作り方】

- ① 大葉をみじん切りにし、調味液を作る。
- ② 鰻に片栗粉をまぶし、180度の油で3分揚げる。
- ③ ①の液に5分ほど浸す。



●報告

献血活動実施報告

2026年5月15日当院にて献血活動を実施いたしました。

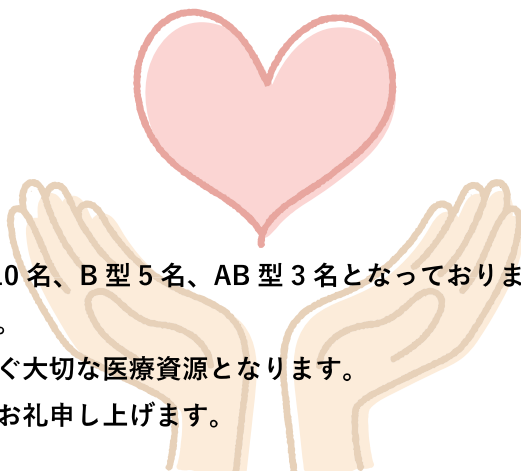
埼玉県赤十字血液センターによる献血活動が当院にて実施されました。

当日は33名の方からのご協力を賜りました。血液型の内訳はA型15名、O型10名、B型5名、AB型3名となっております。

近年、少子高齢化の影響により輸血用血液の安定確保が課題となっております。

皆さまから頂戴した血液は、手術や治療を必要とする多くの患者さんの命をつなぐ大切な医療資源となります。

ご協力いただきました皆さまに埼玉県赤十字血液センターの皆さまに、心よりお礼申し上げます。



● お知らせ

病院からのお知らせ

①職員の名札表記を変更いたしました



4月より、職員の名札表記を変更いたしました。これまでの顔写真付きか名札から「部署名・名字・ふりがな」を記載した形式へ変更しております。

これは患者さんやご家族の皆さんに、より見やすく・わかりやすい名札にすることを目的とした取り組みの一つです。ふりがなを添えることでお名前が読み取りやすく、所属部署もひと目でわかるため、これまで以上に安心してお声がけいただけます。

今後とも、患者さんに安心してご利用いただける環境づくりに努めてまいります。

②院内無料 Wi-Fi を導入いたしました



当院では、患者さんやご家族の皆さまに、より快適に院内でお過ごしいただけるよう、院内無料 Wi-Fi サービスを導入いたしました。待ち時間や入院中のご家族との連絡、インターネット検索などにご活用いただけます。

ご利用の際は、周囲の方へのご配慮と利用規約に沿った適切なご利用をお願いいたします。

【外来ご利用場所】

- ・ 受付前
- ・ 外来 中待合
- ・ 健診センター

【入院病棟ご利用場所】

- ・ 本館 2 階病棟 談話室
- ・ 本館 3 階病棟 談話室

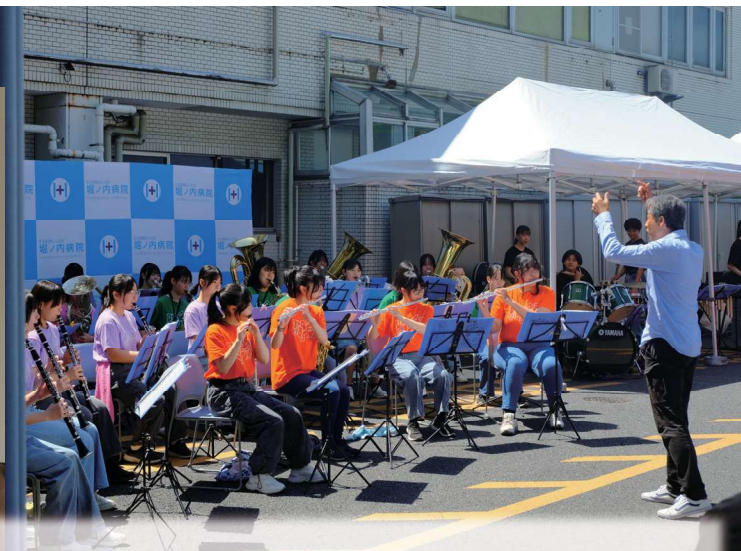
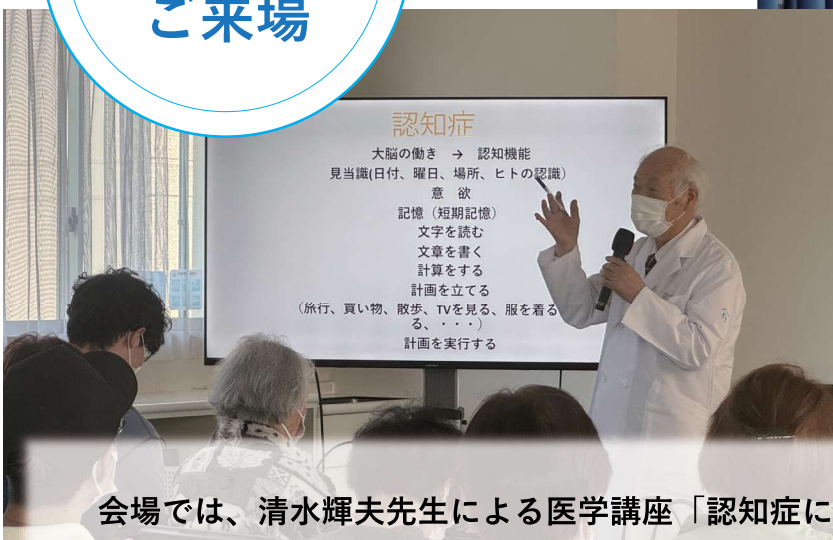
● イベント報告

第3回健康フェスティバルを開催しました

464名
ご来場

5月10日、健康フェスティバルを開催いたしました。

当日は晴天にも恵まれ、来場者数は464名と、昨年の352名を大きく上回る盛況となりました。



会場では、清水輝夫先生による医学講座「認知症について」を実施したほか、高齢者相談センター職員による認知症高齢者の見守り模擬訓練を行い、その様子は日経新聞の取材も受けました。

新座警察署からはパトカー・白バイ・ぽっぽくんが、新座消防署からは消防車2台や救急車、地震体験車、けんなん君が登場し、お子様から大人まで多くの方にお楽しみいただきました。新座市立第六中学校吹奏楽部による演奏も会場を盛大に盛り上げました。

このほか、体力測定や骨密度測定、管理栄養士による健康相談、VSRAD 検査の紹介、看護のお仕事紹介など、健康に関する多彩なコーナーを設置。焼きそばやフランクフルト、スーパーボール・水風船のヨーヨー釣りなどの屋台も賑わいを見せました。

ご来場いただいた皆様、誠にありがとうございました。



地域医療センターのご案内

訪問診療

様々な理由で通院が難しい患者さんが、ご自宅で安心して過ごすことができるよう、医師が定期的にご自宅を訪問して診察のうえ、必要な処置や処方を行います。

お問合せ

電話：048-479-7583（直通）



居宅介護支援事業所 あおぞら

介護のサービスの相談、手配、調整を支援いたします。

お問合せ

電話：048-478-2653（直通）

FAX：048-489-3537（直通）



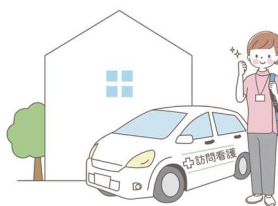
訪問看護ステーション みどり

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）



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）



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）



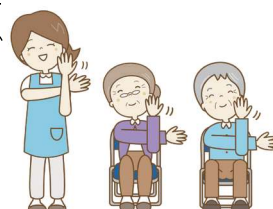
看護小規模多機能型居宅介護 あい

当施設では要介護認定（要介護 1～5）を受けている医療ニーズの高い方々を対象に、心からくつろげる環境をご用意しています。

お問合せ

電話：048-485-8797（直通）

FAX：048-482-7666（直通）



南部高齢者相談センター

住み慣れた地域で、自分らしい生活が続けられるように介護・福祉・保険・医療の総合相談を行っています。

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 ■リハビリテーション室

受付時間・休診日

受付時間

午前 8:00 ~ 11:00
 午後 12:00 ~ 16:30

お問合せ

ナビダイヤル：0570-00-5168
 歯科予約：048-481-5865（直通）

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。

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。
 堀ノ内病院公式 HP



編集後記

暑さを感じる日も増え、夏の訪れを感じる季節となりました。
 これから本格的な暑さを迎えます。
 堀ノ内病院では、引き続き体調管理や熱中症対策を行いながら、皆様が安心して過ごせる環境づくりに努めてまいります。
 今後ともよろしくお願いいたします。

心地よい春が過ぎ、暑さの厳しい季節がやってきますね。通院の前後は、どうぞこまめに休みながらお過ごしください。
 皆さまと一緒に穏やかな夏を過ごせますように。



2026年7月1日発行
 発行責任者 / 清水 利夫
 編集者 / 広報委員会

電車で お越しの方

- 西武池袋線 ひばりが丘駅北口より
 朝霞台駅行・志木駅南口行・新座営業所行きバス7分
 貝沼下車徒歩7分
- 東武東上線 朝霞台駅南口よりひばりが丘駅行きバス21分
 貝沼下車徒歩7分

車で お越しの方

- 外環自動車道 和光インターチェンジより県道36号経由で30分
- 関越自動車道 所沢インターチェンジより川越街道経由で30分

社会医療法人社団

堀ノ内病院