

麻の葉（あさのは）とは、古来より日本にある、成長・健康を願う模様です

2025.8

20

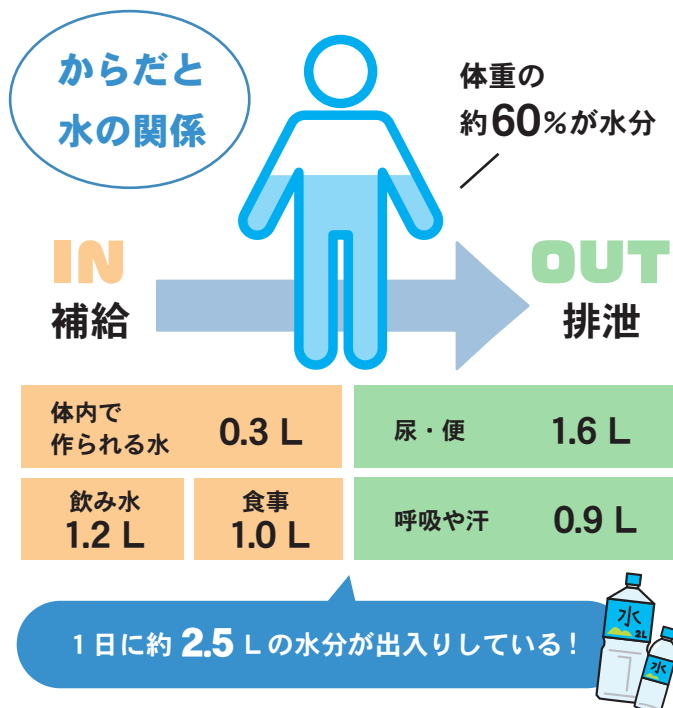


特集 熱中症・夏バテ対策の食事

新入医師・職員の挨拶／レスパイト入院／
サンデーマンモ／脳トレ問題

医療法人社団哺育会 浅草病院
Asakusa Hospital





熱中症・夏バテ 対策の食事

今年の夏も暑い日が続いて
おりますが、食事はしっかり
とれているでしょうか。
暑くて食欲が落ちやすいこの
時期こそ、バランスの良い食事
で乗り切りましょう！

浅草病院 栄養科

1日3回の食事をとることで、約 1.0 L の水分を摂ることができます。3回の食事は、規則正しい生活リズムを整えること、低栄養の予防だけでなく、熱中症予防にもなります！



環境省 HP「健康のために水を飲もう」推進運動 参照

夏のおすすめレシピ その1

薬味でサッパリ！

豚肉の冷しゃぶ



豚肉に多く含まれるビタミンB1は、炭水化物をエネルギー源に変える役割があり、不足すると疲れやだるさを感じやすくなります。夏はアイスや冷たい麺類など炭水化物中心の食品を食べる機会が多いです。その結果、ビタミンB1がたくさん消費され、体内で不足し、夏バテになる原因の1つだと言われています。ビタミンB1は豚肉の他にも、うなぎ、レバー、大豆などに多く含まれているので、意識して食べてみてください！

材料（2人分）

豚肉薄切り
（しゃぶしゃぶ用）…200g
きゅうり……………1本
塩……………適量
みょうが……………1個
しそ……………5枚
ポン酢……………大さじ2

作り方

- ① 湯を沸かし、沸騰したら豚肉をほぐしながらくぐらせる。火が通ったら、ざるにあげ、水気を切る。
- ② きゅうりは小口切りにした後、塩もみをする。しそとみょうがは千切りにする。
- ③ 盛り付けて完成！

夏のおすすめレシピ その2

胃腸を温める

夏野菜の味噌汁



冷たい食べ物や、飲み物をとり過ぎると、胃腸の働きを弱め、食欲低下につながります。また、クーラーの効いた部屋にいた時間が長くなり、体が冷えてしまうこともあるのではないのでしょうか。夏こそ体が温まる料理を1品追加できるといいですね。今回は、手軽にお味噌汁で！ 具材に夏が旬の野菜を使っています。

材料（4人分）

オクラ……………6本
モロヘイヤ……………1束
絹ごし豆腐……………1/2丁
水……………700ml
粉末だし……………小さじ1
味噌……………大さじ2

作り方

- ① オクラは2cm幅の斜め切り、モロヘイヤは2cm大、豆腐は角切りにする
- ② 鍋に水、粉末だしを入れ、沸騰したら①を加え、具材を煮る。
- ③ 火を止めて、味噌を溶かし、再度火を入れて煮立たせないように加熱して完成！

今年度にご入職された先生方のご紹介となります

新入医師あいさつ

呼吸器内科

武井 啓朗 たけい ひろあき

はじめまして。この度、浅草病院で呼吸器内科として勤務させていただくことになりました、武井啓朗と申します。大学病院や市中病院では救急医としても勤務しておりましたので、それらの経験を還元できるように努めて参ります。至らない点多々あるとは思いますが、どうぞよろしくお願いいたします。

■ 外来診療日

	月	火	水	木	金	土
午前	○					
午後		○	○			
					○	

救急科

片山 延哉 かたやま のぶや

この度、浅草病院 救急科で働かせていただくこととなりました、片山延哉と申します。院内外の方々と協力し、少しでも地域の救急医療に貢献できるよう努力していきます。よろしくお願いいたします。

救急科とは？

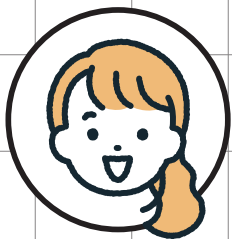


- ・ 突然の病気、ケガ、やけどや中毒などによる救急疾患の初期診療
- ・ 症状が重く複数の診療科にまたがる重篤な救急患者さんの診療

などを行う診療科

新入職員あいさつ

医事課



事務員として入職をして2ヵ月が経ちました。

上尾グループの行事であるバレーボール大会にも出場させていただき、他部署との交流もできました。

業務はまだわからないことばかりで、毎日先輩方からのご指導を受け、沢山のことを学ばせていただいております。今後は一つ一つの業務をしっかりと覚えていき、一年後には頼られるような先輩になりたいです。

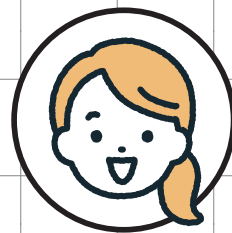
この度、医療相談課に配属となりました。

医療ソーシャルワーカーとして、患者さん一人ひとりの気持ちを理解し、その人らしい本人が主体となった支援を提供できるよう、基礎知識や技術を身につけていきたいと思います。

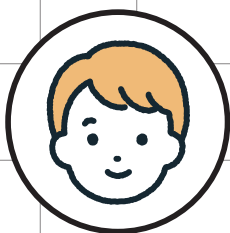
加えて、患者さん・ご家族の抱える不安を取り除き、患者さんと地域をつなぐ橋渡し役のような存在になれたらと考えております。

まだ分からないことばかりですが、一日でも早く戦力となれるよう努力します。よろしくお願いいたします。

医療相談課



医療相談課



まず初めに、浅草病院の医療ソーシャルワーカーの一人として働くことができ、大変嬉しく思います。

私は医療ソーシャルワーカーとして、患者さんやそのご家族一人一人に適切な退院のための支援を提供し、退院して終わりの支援だけでなく、退院後の生活といった先を見越した支援も併せて提供していければと考えております。そのために、病院に関わる一人一人におけるコミュニケーションを大事にし、相談員として、日々勉強に励み、皆様にご指導いただきながら、成長できるよう努力していきますのでこれからよろしくお願いいたします。



レスパイト入院

昨年6月より入退院支援室が3名体制となり、それを機にレスパイト入院の受け入れを開始しました。
8月より6階病棟が地域包括ケア病棟となるため16床から45床へと増床します。ご家族様の看護や介護の
休息のために患者様もご家族様も安心してレスパイト入院ができるよう退院時に案内させていただきます。

- ☐ 看護・介護者の疲れがあり休養したい
- ☐ 冠婚葬祭などの急用があり在宅看護・介護ができない
- ☐ 吸引など医療処置がありショートステイの行き先が決まらない

看護・介護者の様々な事情により在宅看護・介護が困難な場合、
短期間の入院を受け入れします！



お申込のながれ



まずは当院
「入退院支援室」まで
お電話ください。
ご入院希望の1ヶ月前
から承ります。



かかりつけ医が情報提
供書を提出。
必要書類をいただき、
受け入れの可否につ
いて検討いたします。



検討後、速やかに
ご担当者様へお返事
いたします。



入退院支援室より
ご家族様へご連絡を
入れ、電話にて入院
前面談を行います。

ご入院



お申し込み時の 必要書類

- ① かかりつけ医の診療情報提供書
- ② 看護・介護サマリーなど患者様の日常生活動作状況がわかる書類
- ③ 処方内容
- ④ 入院申込書（当院書式）

レスパイト入院の基本ルール

- ・1回につき最長14日間まで、1年間で60日までとさせていただきます。
- ・入院時、体の状況を見るために検査をさせていただきます。
- ・入院中に使用する薬剤は、入院期間の日数分ご持参ください。
- ・入院/退院時の移送に関する手配をお願いします。

【検査内容】

血液検査
レントゲン
心電図

レスパイト入院
申し込み・担当窓口
「入退院支援室」

TEL 03-3876-1711 FAX 03-5824-1885
〔平日〕9:00～17:00 〔土曜〕9:00～12:00（日・祝を除く）

多忙な平日をお過ごしの方の皆さまへ

2025 年
10月19日(日)

日曜日 に

乳がん検査 を
受けられる日です。

日本では女性のがんの中でも罹患する人が多く、がんによる死亡原因の上位に位置するがんです。乳がん検診で早期に発見して治療することにより、乳がんで亡くなることを防ぐことができます。検診は自覚症状がないうちに受けることが大事です。40歳になったら2年に1度、乳がん検診を受診することが推奨されています。

〔実施日時〕

2025年10月19日(日)
9:00～12:00

〔検査内容〕

- | | |
|----------------------|-------------|
| ・マンモグラフィ検査 | 4,400 円(税込) |
| ・乳腺超音波検査 | 3,850 円(税込) |
| ・マンモグラフィ検査 + 乳腺超音波検査 | 8,000 円(税込) |

要予約

先着順

定員に限りがありますので、ご予約はお早めに！

検査はすべて
女性技師
が対応します



台東区乳がん検診の
チケットをお持ちの方は
無料でご利用できます。

TEL 03-6892-2525

〔平日〕 9:00～17:00

〔土曜〕 9:00～12:00(日・祝は休診)

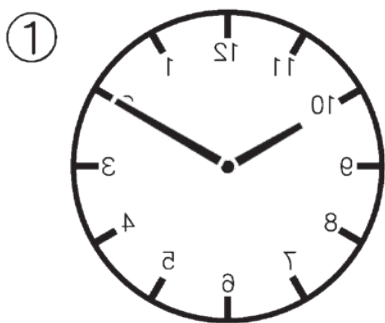


メールでの
ご予約はこちら

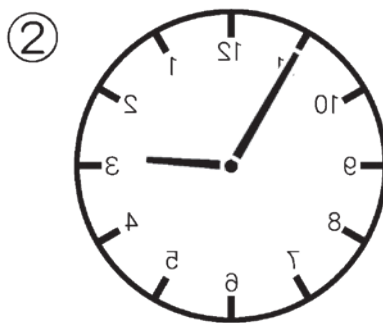
脳トレ問題

記憶力や判断力の向上、
認知症予防の手段としてご利用ください。
答えはページの右下をご覧ください。

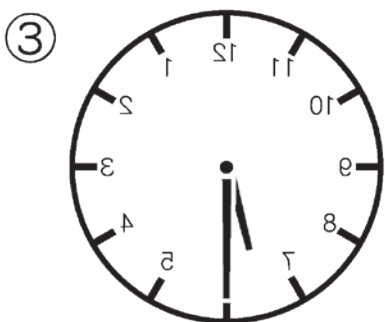
1 逆さになった時計です。何時何分でしょう。



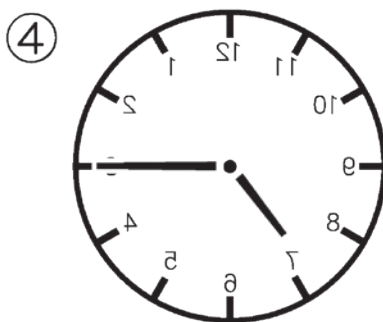
時 分



時 分



時 分



時 分

2 ひらがなを並び替えて単語を作ってください。

※カタカナのものもあります。

① しえんうこ ⇒

② りすあーいくむ ⇒

③ いけんいたでわ ⇒

④ んっせもこうんが ⇒

⑤ そろううどくこ ⇒

交通アクセスについて

当院では無料のシャトルバスを運行しております。
ぜひご利用ください。

無料シャトルバス運行のご案内

浅草病院⇄浅草駅 浅草病院⇄南千住駅
【約20分間隔でご案内】
詳細につきましては、QRコードまたは受付に
ご用意しておりますので、お声掛けください。



時刻表 QR

公共交通機関をご利用の場合

■浅草駅

東京メトロ銀座線、都営浅草線、東武スカイツリーライン

都営バス「東武浅草駅前」から乗車

「南千住駅西口行き」⇒「東浅草」下車 徒歩8分

「南千住車庫前行き」⇒「今戸2丁目」下車 徒歩4分

台東区循環バス 北めぐりん「浅草駅」から乗車

「今戸2丁目」下車 徒歩4分

浅草駅より 徒歩約20分 タクシー8分

■南千住駅

JR 常磐線、東京メトロ日比谷線、つくばエクスプレス

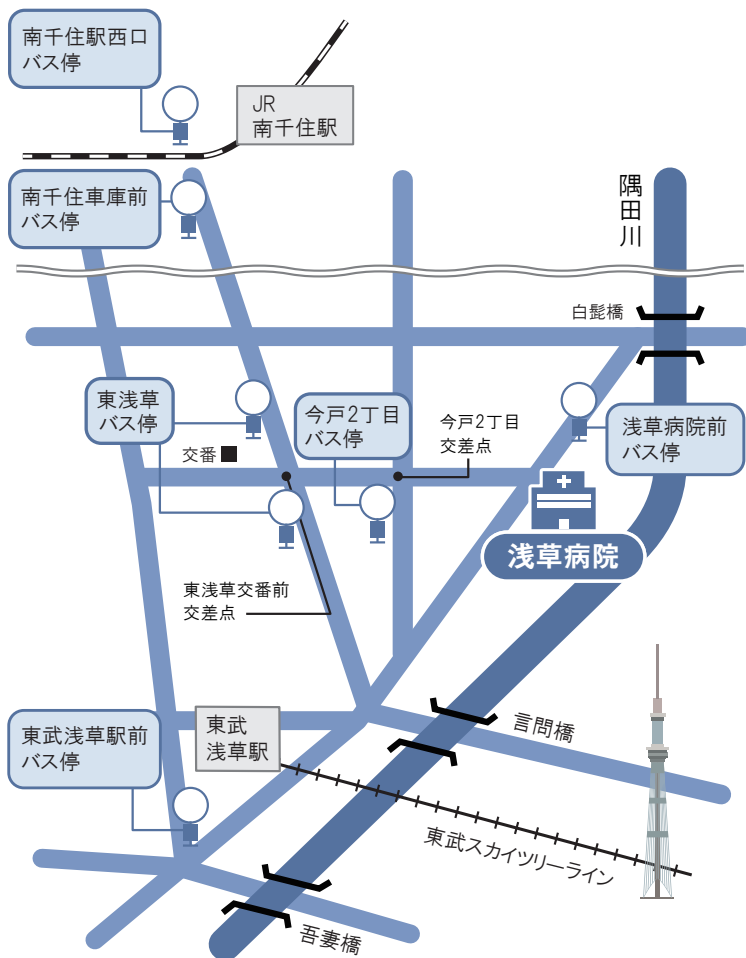
都営バス「南千住車庫前」から乗車

「浅草雷門行き」⇒「浅草病院前」下車

都営バス「南千住車庫前」または「南千住駅西口」から乗車

「東神田行き」または「東京八重洲口行き」
⇒「東浅草」下車 徒歩8分

南千住駅より 徒歩約25分 タクシー8分



お車をご利用の場合

当院には駐車場はありません。公共交通機関等をご利用ください。
やむを得ずお車で越しの場合は、近隣の有料駐車場をご利用ください。

受付・診療時間について

受付・診療時間	受付	診療
午前	初診 8:00 ~ 11:30 / 再診 8:00 ~ 12:20	9:00 ~
午後	12:30 ~ 17:00	14:00 ~
夕診	17:00 ~ 18:00	17:30 ~

詳しくはこちらまで

浅草病院
YouTube



浅草病院
ホームページ

