

お元気ですか



No.100 2026年度 **春号**

医療法人社団 健育会
西伊豆健育会病院



松崎町 那賀



@NISHIIZUBYOUIN

Contents

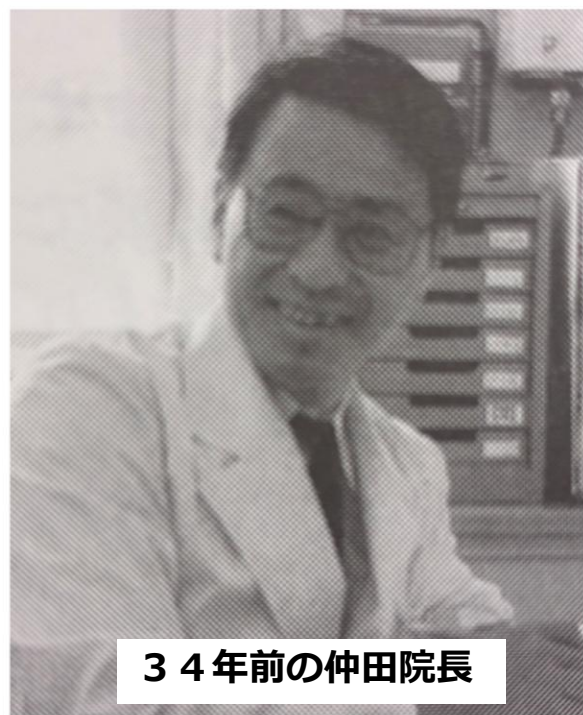
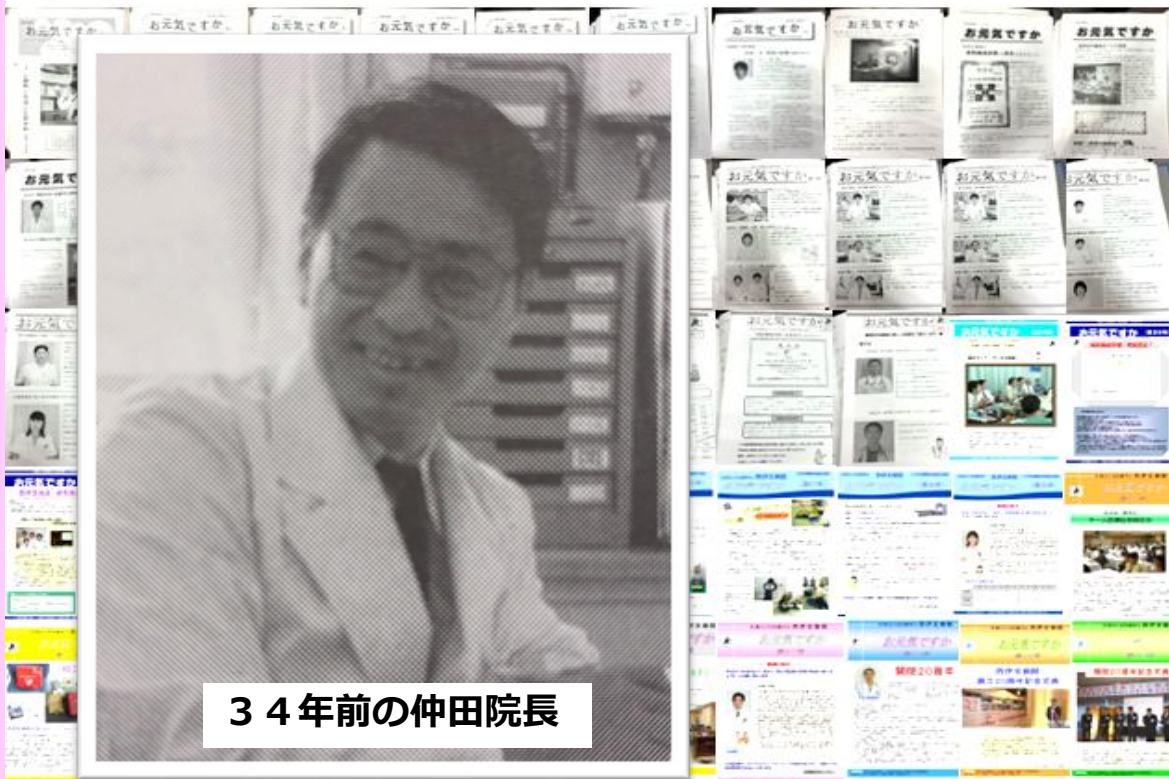
- 100号となりました
- 新任医師のご紹介
- 新しい仲間のご紹介
- 栄養科より春のレシピ
- 小学生病院体験
- 地域の見どころ



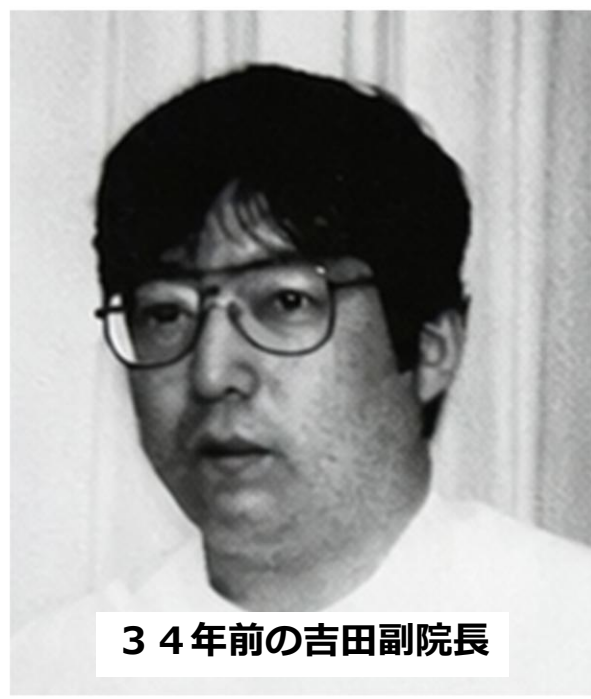
100号を迎えました

『お元気ですか』が100号を迎えました

広報誌は、このたび記念すべき第100号を迎えました。
日頃よりお読みいただいている皆さまのおかげで、ここまで続けることができました。
これからも地域の皆さまに寄り添った情報をお届けしてまいりますので、引き続き
よろしくお願いいたします。



34年前の仲田院長



34年前の吉田副院長

新任医師のご紹介



おさき ゆうか
尾崎 友香

地域の皆様、お久しぶりです。2021年に1年勤務し、4年ぶりに西伊豆に赴任いたしました。この間は下田メディカルセンターや静岡県立総合病院で消化器内科として経験を重ねてまいりました。きれいな夕陽と海を眺めながら西伊豆に戻ってきたことを実感し、またこの地域で働けることを嬉しく思っております。皆さまに安心して受診していただけるよう、わかりやすく丁寧な診療を心がけてまいります。どうぞよろしくお願いいたします。



なかしま ゆうな
中島 裕菜

4月から内科として勤務させていただく中島裕菜と申します。出身は岐阜県各務原市で、自治医科大学を卒業し昨年度は藤枝市で勤務しておりました。伊豆に来るのは初めて、美味しい食べ物をとても楽しみにしています。幅広い疾患において急性期から慢性期まで、退院後の生活も見据えた丁寧な診療を心がけていきます。至らぬ点もありますが、西伊豆地域のお役に立てるよう日々精進してまいります。よろしくお願いいたします。



たなか のりこ
田中 規子

今年度から勤務させていただきます田中規子と申します。昨年度までは順天堂大学医学部附属静岡病院で勤務しており、現在は救急科専攻医3年目となります。出身は沼津市で、西伊豆と似たような海に近いのどかな場所で育ち、赴任してまだ日は浅いですが、地元のようなあたたかさを感じております。少しでも皆様のお役に立てるように精一杯努めてまいります。ご指導ご鞭撻のほど何卒よろしくお願い申し上げます。



新任医師のご紹介



新しい仲間が増えました

看護部

この春、看護部には新人看護師4名が入職しました。2階病棟に2名、3階病棟に2名が配属され、現在は、先輩看護師の指導のもと、看護業務の基本や患者対応について学びながら、日々の業務に取り組んでいます。



2階病棟

3階病棟

リハビリ科

リハビリ科には、新人スタッフ3名が入職しました。先輩スタッフの指導のもと、チーム医療の一員として必要な知識・技術の習得に努めています。



春の彩ちらし寿司 ～行楽シーズンにおすすめの一品～

春は暖かな陽気に包まれ、お花見やピクニックなど外出が楽しい季節です。そんな春の行楽シーズンにぴったりなのが、見た目も華やかな「春の彩ちらし寿司」をご紹介します。彩り豊かな具材を散りばめたちらし寿司は、食卓を明るくし、春の訪れを感じさせてくれる一品です。



栄養科より



酢飯

白米	1合分
酢	小さじ約1と1/2
砂糖	小さじ約1と1/2
食塩	ひとつまみ強
まこんぶ	少々

具材（煮物）

人参	10g
干しシイタケ	1枚程度・戻して使用
かつおだし	50ml
みりん	小さじ1
砂糖	小さじ
こいくちしょうゆ	小さじ1/2

材料：1人分

卵焼き

卵	約1/2個
砂糖	小さじ1/2
食塩	ごく少量
調合油	小さじ1/4

えびの下味

えび	30g
かつおだし	小さじ
酢	小さじ2
砂糖	小さじ1/2
食塩	ひとつまみ

菜の花・鯛

菜花	20g
鯛	10g
砂糖	ひとつまみ
清酒	小さじ1/2
食塩	ごく少量

- ① 酢・砂糖・醤油を合わせ昆布を入れて寿司酢を作る。炊いた米に寿司酢が全体になじむように冷ましながら混ぜ合わせる。
- ② 干しシイタケをぬるま湯で戻し、細切りにする。人参も細切りにする。細切りにしたシイタケと人参を「かつおだし・みりん、砂糖、醤油」で煮て下味をつける。
- ③ 溶いた卵に砂糖・食塩を加え、薄焼き卵を作り、冷めたら細切りにする。
- ④ エビはひと茹でして、かつおだし、酢、砂糖、食塩に付ける。
- ⑤ 菜花をゆでる。
- ⑥ 鯛をひと茹でした後に、身をほぐし、鍋に砂糖、酒、食塩を入れて、水分がなくなりふっくらするまで炒める。
- ⑦ ①の酢飯に②③④⑤を盛り付けて完成。



地域共創プロジェクト

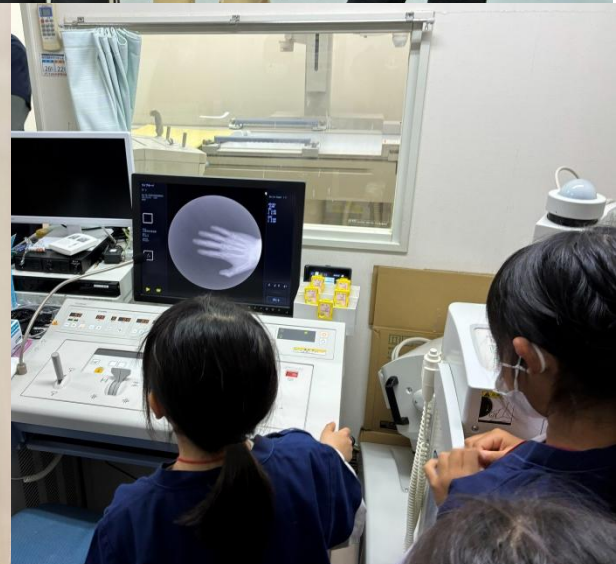
子供病院体験会「びょういんクエスト」を開催

小学生向け病院体験会「びょういんクエスト」を開催し、小学1年生から3年生までの子どもたちが参加しました。

当日は、参加者全員が紺色のスクラブに着替え、ちびっこ医療スタッフに変身！看護師と同じスクラブであることを伝えると、「本当だ！」と目を輝かせていました。体験プログラムでは、健康管理室での身体測定に始まり、放射線科での医療機器の操作体験、薬剤科での薬包体験、リハビリテーション科での体力測定や松葉杖・車いす体験など、さまざまな内容にチャレンジしました。はじめは少し緊張した様子の子どもたち体験が進むにつれて笑顔が増え、会場は楽しそうな声でいっぱいになりました。

体験会の様子はこちら

最後は「楽しかった！」という声とともに、ニコニコ笑顔で帰っていきました。今回の体験を通して、病院をより身近に感じて、少しでも“病院のファン”になってくれれば嬉しく思います。





河津桜からソメイヨシノへ、春のリレー

西伊豆では、早咲きの河津桜が春の訪れを告げ、華やかなピンク色の花が多くの人を楽しませてくれます。河津桜の見頃が終わるころになると、次に咲き始めるのがソメイヨシノです。

河津桜からソメイヨシノへと続く「桜のリレー」は、この地域ならではの春の楽しみです。ぜひ、来年の桜の時期は西伊豆の豊かな自然の中で、移りゆく春の風景をぜひ感じてみてください。

西伊豆地域のソメイヨシノの名所をご紹介

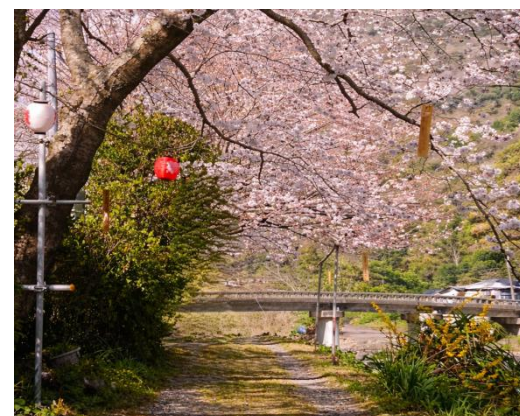
松崎町・那賀川沿いの桜並木
松崎町を流れる那賀川沿いには、約6kmにわたって桜並木が続き、春になると多くのソメイヨシノが一斉に咲き誇ります。また、春の訪れを知らせる町の風物詩 農閑期の田んぼに数種類の種が蒔かれ、例年2月中旬頃から開花しはじめ、桜と一緒に花畑を楽しむことができます。



松崎町・大沢温泉
桜の見頃を迎える頃には、川沿いの道に俳句や川柳を記した札が飾られることもあり、訪れた人々の目を楽しませてくれます。桜を眺めながら言葉の余韻に触れると、自然の美しさとともに、地域の文化や人々の思いを感じることができます。歩きながら一つ一つの句に目を向けてみると、春の景色がより印象深く感じられるかもしれません。



西伊豆町・仁科川
当院の前にも流れている仁科川です。仁科川では春に約1000本の桜が咲き誇り、川沿いの桜を身近に感じることができます。穏やかな川の流れと桜の風景は、気持ちを落ち着かせてくれるひとときになるかもしれません。



健育会グループ関連施設

熱川温泉病院

お問い合わせ：☎0557-23-0843



自然環境と人間性の融合。質の高いリハビリテーションと確かな医療を提供する新時代のリゾート・リハビリテーション・ホスピタル。豊かな自然に恵まれたリゾート環境で、良質な温泉を活かした施設と充実したアメニティを備えリハビリテーションを中心にした新しい考え方の病院です。最高の環境でじっくりとリハビリテーションに専念したいというニーズに応える為、あらゆる職種が協同し徹底したチーム医療を実践しています。

介護老人保健施設 しおさい

入所のご相談・お問い合わせ：☎0558-52-3000(入所担当まで)



地域の要介護高齢者の一日も早い家庭復帰と社会復帰を支援する施設です。在宅復帰へ向けたネットワークを構築し、最適の療養環境で最善のケア・リハビリテーションを提供。利用者の方々が心身ともにリフレッシュでき、楽しく有意義な生活が送れるようご支援します。

施設内行事も充実しており、毎月の「お誕生会」に、季節の行事も毎月企画しています。四季折々の行事を行うことで利用者さまと共に季節を感じることができます。

ゆうあい訪問看護ステーション

お問い合わせ：☎0558-52-5111

訪問看護は、病気や障害をお持ちの方や高齢者が住み慣れた家で、安心して療養生活を送れるように支援する看護サービスです。看護行為は主治医の治療方針に沿って行われます。また、介護されているご家族に、さまざまな面からアドバイスや支援もいたしますので、安心してご利用いただいています。

居宅介護支援（ゆうあい訪問看護ステーション）

お問い合わせ：☎0558-52-0555

介護に関わるご相談、介護認定申請手続きの代行、ケアプランの作成、介護サービスを提供する事業所との連絡調整、施設の紹介等、介護保険に関わる全てを承ります。介護の必要な方やご家族のご要望を尊重し心身の状況や環境等を十分考慮して可能な限り、望まれる日常生活を営むことができますよう適正な居宅介護支援を提供いたします。お気軽にご相談下さい。

お元気ですか 第100号 2026年4月発行

発行 医療法人社団健育会 西伊豆健育会病院 医療連携室
〒410-3514 静岡県賀茂郡西伊豆町仁科138-2
TEL 0558-52-2626(医療連携室直通)

ホームページ <http://www.nishiizu.gr.jp/index>
ブログ <http://ameblo.jp/kenikukai-nishiizu/>

