



ご自由にお持ち帰りください

しずく

VOL
44

2026.JUN

特集 ハローニューフェイス!

医療コラム／看護部・薬剤部

皆様の声から／GO!研修医

旬の食べ物紹介／緑茶

教えて先生!健康Q&A／耳鼻咽喉科





救急科

飯島将信

東金地域の医療に貢献できるよう、精一杯頑張りますので、よろしくお願いいたします。

橋本麻莉子

専攻医2年目の橋本です。1年間よろしく願いいたします。

草刈浩平

東金地域を含めた千葉県内の救急医療に貢献できるよう、精一杯がんばります。どうぞよろしくお願い致します。

総合診療科

柴山栄太郎

何科を受診したら良いか分からない症状、さまざまな診療科を受診したが原因不明な症状を総合的な視点から診察していきます。

消化器内科

須藤大賀

地域に根ざした医療の提供に努めてまいります。

堀江耕平

患者様一人ひとりと向き合い丁寧な診療を心がけています。皆様が健康で過ごすために全力でサポートさせていただきます。

南望亜

消化器内科全般を診療しております。地域の方々に貢献できるよう、日々努力いたします。

循環器内科

柳沼太陽

心筋梗塞や狭心症などの冠動脈疾患や心臓弁膜症に対するインターベンション治療を専門としております。病気・疾患だけでなく、患者様自身としっかり向き合う誠実な医療を心がけています。よろしくお願いいたします。

山本夏洋

心筋梗塞や狭心症といった冠動脈疾患に対するインターベンション治療を専門としております。患者様お一人おひとりに丁寧に向き合う診療を心がけております。

渡部憲

地域医療に貢献できるよう尽力いたします。

特集

Hello new face!

どうぞよろしくお願ひします！

脳神経外科

小島以織

脳神経外科および脊椎外科を担当いたします。患者さん一人ひとりのお話を丁寧に向い、最適で安全な医療を提供できるよう努めてまいります。

堀堯秀

不安な気持ちに寄り添い、親しみやすい存在でありたいと思っています。患者様とご家族にとって最善の医療をお届けできるよう、日々努力してまいります。どうぞよろしくお願いいたします。

産婦人科

岡安慶太

安心して治療を受けられるよう、しっかりと説明を心がけております。わからないことなどあればなんでも聞いてください。

木村亮介

妊娠・出産から婦人科診療まで、安心してご相談いただけるような丁寧な診療を心がけています。

宮内郁音

同じ女性の1人として、少しでも地域の皆様のお役に立てるよう努めてまいります。

麻酔科

加澤昌広

手術を受けられる患者様が、痛みや不安を感じることなく安全に手術を終えられるよう、万全の体制を整えてまいります。

看護部

Q:どんな看護師になりたい？

・様々な診療科を経験し幅広い知識技術を身につけてオールマイティな看護師になりたい。多くの分野に触れ自分の興味や適性を見つけて専門性を高めたい。
・1年目は安全を第一に日々勉強をしていきたいです。
・広い視野を持ち細かいところ配慮することのできる柔軟性のある看護師になりたいです。
・常に学び続け向上心を忘れずに患者さんからも同業者からも信頼される看護師になりたい。
・母子とご家族の幸せと笑顔を守りスタッフから信頼され、この人に担当してもらえてよかった」と安心を届けられる助産師になりたい。

・患者さんの希望、気持ちの変化などにいちいち気づいて根拠を持って看護を提供できる看護師になりたい。
・患者さんやその家族、スタッフにも信頼される看護師になりたい。
・もし自分の家族が入院することになったらこんな看護師なら安心だと思える看護師になりたいです。

歯科口腔外科

石田翔

安心して治療を受けていただけるよう、誠実で丁寧な診療を心がけております。どうぞよろしくお願い申し上げます。

研修医

宇野夏海

本年度より配属となりました、初期研修医1年目の宇野夏海です。未熟ではございますが、患者さんに寄り添い、地域医療に貢献できるよう努めてまいります。至らぬ点多々あるかと存じますが、ご指導・鞭撻のほどよろしくお願いいたします。

大塚恒洸

初期研修医として上級医やコメディカルの方々から多くのことを学びながら、地域の皆さまのお力になれるよう日々誠実に取り組んでまいります。よろしくお願い致します。

佐藤百美佳

自ら積極的に学んでいく姿勢を忘れず、指導医の先生方やコメディカルの方から一つでも多くのことを吸収し、日々研鑽を重ねていきたいと思ひます。どうぞよろしくお願い申し上げます。

中橋美帆

初めてのことはかりで至らない点もあるかと思ひますが、日々学びながら精一杯努めてまいります。患者さんお一人おひとりに寄り添い、明るく笑顔で地域医療に貢献できるよう頑張ります。

安原大貴

この度、東千葉メディカルセンターで初期研修を送らせていただけることになりました安原大貴です。私は大網白里市出身であり、地元で医師人生の土台を築くことができることを嬉しく思ひます。先輩方から様々なことを吸収し、いち早く社会に貢献できるよう努めて参ります。どうぞよろしくお願い致します。

渡辺光樹

研修医1年目の渡辺光樹です。日々学ぶ姿勢と積極的に行動することを大切にし、精一杯努力してまいります。どうぞよろしくお願い致します。

石島大和

初期研修医1年目の石島大和と申します。日々の診療や経験の一つ一つを大切にしながら、知識と技術の向上に努めていきたいと考えています。医療チームの一員として責任を持って行動し、信頼される医師へ成長できるよう精進してまいります。

田村暁絵

一つ一つの経験を大切に、地域医療に貢献できる医師となれるよう努力してまいります。

「知識」と「技術」で

質の高い看護を提供。

より良い看護には、

看護職員のやりがいと誇りが必要。

看護部長 徳田眞理子

このたび、4月1日付をもちまして東千葉メディカルセンターの看護部長に拝命いたしました徳田でございます。

これまで当院での看護師・助産師として現場に立ち、地域の皆様に支えられながら歩んでまいりました。愛着のある当院で重責を担うにあたり、身の引き締まる思いとともに、地域医療へさらに貢献し



ていく強い決意を抱いております。当院は、救急医療や高度医療を担う地域の基幹病院です。私たちが目指すのは、高度化する医療のなかでも常に患者様を中心に置き、安全で「質の高い看護」を提供することです。専門的な知識や技術の向上に励み、患者様とご家族の心に寄り添う温かいケアを徹底してまいります。

また、より良い看護を届けるためには、看護職員一人ひとりがプロフェッショナルとしての「やりがい」と誇りを持って働ける環境が不可欠です。スタッフが生き生きと輝く職場づくりを進め、組織としての力を高めてまいります。

現場での経験を活かし、皆様から「この病院があつてよかった」と信頼される病院づくりに全力を尽くします。今後とも温かいご支援をよろしくお願い申し上げます。

column

〈コラム〉



「安全で適正」な

薬物療法。

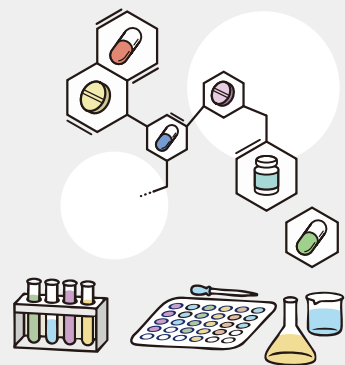
地域の皆様に信頼される、

医療の提供に貢献してまいります。

薬剤部長 稲野 祥宗

品の適正使用の推進や副作用の未然防止、チーム医療への積極的な参画、病棟業務の充実に取り組むとともに、医療安全のさらなる強化にも努めてまいります。

今後も、地域の皆様に信頼される医療の提供に貢献してまいります。引き続き、温かいご支援を賜りますようお願い申し上げます。



皆様の声から

患者様の声がサービス向上に役立っております。

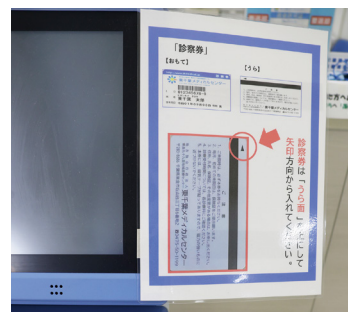
患者様の声がサービス向上に役立っております。ご意見いただきありがとうございました。

患者サービス向上委員会



POINT

病棟の更衣室に時計を設置しました。



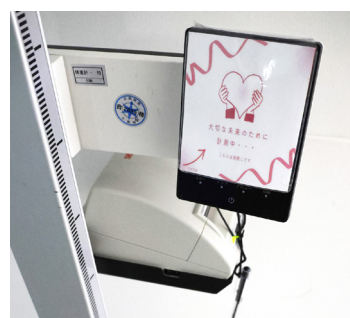
POINT

診察券の入れ方がわかりにくいため説明を大きく表示しました。



POINT

デイルームの椅子に杖を置く場所があります。



POINT

外来の体重計に周りから見られない対応をしました。



渡辺光樹

GO! 研修医
trainee doctor interview

らない難しさを日々実感しています。しかし、その中でも各科の専門性を着実に吸収し、自らの現場の状況を判断して主体的に動ける医師になれるよう努力しています。いかなる場面でも最善を尽くせるよう、現場での経験を大切に積み重ねてまいります。

どのような医師になりたいですか？

「病気だけを診る」のではなく、患者さんの心にある不安や、日々の生活の中での困りごとにも耳を傾けられる医師でありたいです。どんな小さなことでも気軽に相談してもらえるような、安心感のある親しみやすい医師を目指して頑張ります。

休日の過ごし方は？

この地域は非常にゴルフ場に恵まれている環境ということもあり、最近ゴルフを始めました。仕事帰りに打ちっぱなしへ行ったり汗を流し、無心に球を打つ時間は、良い気分転換になっています。同期の先生がすごいパワーで球を打つため負けられないように頑張ります。

研修中の目標は？

研修期間中は1か月ごとに担当する診療科が変わるため、常に新しい知識や環境に適応しなければ

医師を目指したきっかけは？

幼い頃、自分が体調を崩した際に、真っ先に駆け込み、不安を取り除いてくれたのが地域の先生でした。その姿を見て、「自分もいつか誰かの力になりたい」という憧れを抱いたのが最初の原点です。成長するにつれて、医学という学問の奥深さと、専門的な知識をもって人の健やかな日常を直接守ることができるという責任ある仕事に、より一層強い魅力を感じるようになりました。一人ひとりの生活や未来に深く関わり、支えることができるよう日々精進しています。

旬

の食べ物紹介

緑茶



お茶たてポーズ



今年のWBCでは、日本代表の選手たちが抹茶を点てる所作を真似た「お茶たてポーズ」が話題になりました。このパフォーマンスは、日本のお茶文化を象徴するものであります。その背景にある日本のお茶文化の中心、緑茶について紹介します。

製造過程の違いで煎茶、番茶、ほうじ茶、玉露、そして抹茶などの種類があります。一年通して飲まれる緑茶ですが、この時期に出回る新茶は、冬の間蓄えていた栄養を一気に新芽に芽吹かせ、旨味も栄養も豊富です。

主な栄養

【ビタミンC】

抗酸化作用、皮膚や粘膜を健康に保つ栄養素です。煎茶湯呑3杯で、レモン1個分に含まれる果汁と同じ量のビタミンCがとれます。

【カテキン】

茶の苦み渋みの成分です。抗酸化作用、コレステロールや体脂肪の吸収を抑える、血糖値の上昇を

緩やかにする作用などから、糖尿病、心臓病、肥満を予防する効果を認める研究も多くあります。

【テアニン】

緑茶の旨味成分です。リラックス効果が高く、ストレス軽減や睡眠の質の向上に役立ちます。湯冷ましや水出しでいれるとテアニンが多く溶け出し、甘味と旨味を楽しむことができます。



おすすめレシピ

豆腐ふわふわ蒸しお茶風味



【豆腐ふわふわ蒸しお茶風味】

2人分

- 鶏ひき肉 100g
- 木綿豆腐 150g
- 片栗粉 大さじ1
- 煎茶の茶葉 小さじ1
- 昆布茶 小さじ1
- 塩 小さじ1/2

1人前目安/168kcal

たんぱく質	18.3g
脂質	6.8g
炭水化物	11.3g
食塩相当量	0.8g

【お茶ドレッシング】作りやすい量

- サラダ油 大さじ2
- 酢 大さじ1
- お茶パウダー 小さじ1/2
- 塩 ひとつまみ
- こしょう 少々

【作り方】

- ① ボウルに全ての材料を入れ、よく混ぜ合わせる
- ② クッキングシートに食べやすい大きさに丸めた①を並べて、蒸し器で蒸す
- ③ ドレッシングは全て混ぜ合わせて、お好みでかける

※少し硬めにはなりますが、電子レンジで加熱しても作ることができます。豆腐のやわらか食感と共に、ほのかな緑茶の香りが感じられる出来立てがおすすめ！茶葉まるごとの栄養をとることができます。ドレッシングはサラダなど他の料理にも使えます。

News!



看護部 新しい仲間が増えました！



令和8年4月2名の助産師と24名の看護師合計26名の新人看護師、また既卒助産師・看護師3名のうち1名が助産師、2名の看護師が入職しました。最初の3日間は一緒に研修を受けていましたが、3日目に既卒助産師・看護師は部署へ配属となりました。新卒看護師は3週間の研修を受け、各病棟を先輩について配属前に臨地実習を行ってから配属になりました。配属部署は、本人の希望はもちろんです。部署の印象や、学習を深められる病棟を看護部で検討し決定します。

当センターに就職してよかった、長く働きたいと思える教育体制を整えています。

これから、たくさんの新入職者を温かい目で育成し、見守っていききたいと思います。

子どもたちと家族が安心して過ごせる環境づくりを進めています。

このたび、公益財団法人川野小児医学奨学財団より、小児患者のQOL(生活の質)向上を目的とした助成金を賜りました。

本助成により、ハイローチェア、知育玩具(プレパラウツド、絵本)、ベビー服などを新たに購入し、入院中の小児患者さんおよび産後ケアをご利用の親子がより安心して快適に過ごせる環境づくりを進めております。

これらの物品は、療養中のご家族に温かみや楽しさをもたらしてくれることと思います。

当センターは今後も患者さんご家族に寄り添いながら、より良い療養環境の提供に努めていきます。今回のご支援を心より御礼申し上げます。

教えて先生！
健康のヒント

Q&A

耳鼻咽喉科



Q.1

めまいがおきた時、緊急に受診が必要なめまいの特徴は？

A・めまいの原因は貧血や高血圧、難聴に伴い生じるもの、心不全、脳梗塞など多岐にわたるため、症状だけで原因を判断することは困難なことが多いです。一時的な疲れに伴うめまい感覚であれば、休息することです。症状が軽快します。しかし症状が持続する場合には、精査し原因を究明する必要があります。特に、意識を失う、体の動きにくさや痺れが出る、突然の激しい頭痛などは緊急性が高くなる症状です。まためまい症状が強くなくとも、脳梗塞など緊急性のある病気が隠れている場合がありますので、症状が持続する場合には一度病院にご相談ください。

緊急性の高い症状

めまい +

- ・意識を失う
- ・体が動きにくい
- ・痺れる
- ・突然の激しい頭痛

Q.2

春(花粉ピークシーズン)が終わっても、目のかゆみや鼻水が続くのはなぜ？

A・花粉のシーズンが終わっても、鼻と目の粘膜はまだ炎症を起こしやすい状態にあり、さらに別の刺激が重なるからです。花粉シーズン中、鼻や目の粘膜はアレルギー症状を引き起こすヒスタミンを放出し、粘膜が腫れた状態になっています。この状態は花粉が減ってもすぐには落ち着きません。4週間ほどは過敏な状態が持続し、少しの刺激でも症状が出やすくなります。そこに別

の刺激が加わる可能性があります。別の刺激とはハウスダスト、ダニ、春の花粉(スギ、ヒノキ)とは異なる花粉が代表として挙げられます。ハウスダストダニは年間を通して身の回りに存在している刺激のため、1年中症状が出やすい方もいます。異なる花粉としては、初夏はイネ科の花粉が飛散し、秋口にはブタクサの花粉が飛散します。年間を通して様々な花粉が刺激になります。

市民公開講座・糖尿病教室の案内

当センターの先生方が講師を務め、日々の健康に役立つ内容を分かりやすくお届けしています。皆さまのご参加をお待ちしております。

詳細は当センターのホームページやフェイスブックをご覧ください。

市民公開講座

毎月開催予定

糖尿病教室

次回：令和8年8月21日(金)
14:00～ 2階講堂
『インスリン分泌脳からみる糖尿病』
以降：令和8年11月12日(木)、
令和9年2月19日(金) 開催予定

東千葉メディカルセンター
セタコンサートを開催します

患者さまご家族、地域の皆さま、どなたでもご鑑賞いただけます。先生や有志の皆さんの演奏とともにセタをお楽しみください！



日時

令和8年7月6日(月)
16:00～17:00(予定)

場所

東千葉メディカルセンター
1階ロビー

出演

ピアノ／篠原栄子さん
ヴァイオリン／小泉百合香さん
医師、有志の方々



外来診察表

令和8年6月1日現在

《予約専用ダイヤル》0475-50-1333（平日 8:30～17:00）

〒283-8686
千葉県東金市丘山台三丁目6番地2
電話 0475-50-1199（代）

※ 休診日や受付時間は都合により変更となる場合がありますので、事前にお問い合わせください。

診療科	受付時間	診 療 日				
		月	火	水	木	金
総合診療科	8:30～13:30	林／井上(綾) 柴山／三浦	加藤／林 山本	加藤／山本 井上(綾)	加藤／井上(綾) 柴山	林／山本 柴山／臼坂
消化器内科	8:30～11:30	亀崎(再来) 堀江(再来) 山田(新患)	岩永(再来) 佐久間(再来) 須藤(新患)	須藤(再来) 南(再来) 亀崎(新患)	亀崎(再来) 山田(再来) 岩永(新患) (南(新患))	高橋(再来) 堀江(新患)
	午後予約診療	亀崎(再来) 堀江(再来)	岩永(再来) 佐久間(再来)	須藤(再来) 南(再来)	亀崎(再来) 山田(再来)	高橋(再来)
呼吸器内科	8:30～11:30	笠原／江間／伊藤	西村／浦野	江間／田村	笠原／伊狩	西村／伊藤
循環器内科 ※新患は紹介状ありのみ	8:30～11:30	渡部(新患+予約)	金枝(新患+予約) 渡部(予約)	山本(新患+予約)	柳沼(新患+予約) 金枝(予約)(第1・3週)	佐藤(貴) (新患+予約)
	午後予約診療		金枝(予約) 増田(予約)	山本(予約)	柳沼(予約) 金枝(予約)(第2・4週) ペースメーカー外来(第1・3)	佐藤(貴)(予約)
糖尿病・代謝・ 内分泌内科 ※新患は紹介状ありのみ	8:30～11:30	石川(再来)	木下(再来)	石川(再来)	鳥海(再来)	森尾(再来) 木下(健康長寿)
	午後予約診療	石川(再来)	木下(再来)	石川(再来)		木下(再来)
小 児 科	8:30～11:30	井上(祐)／池澤 非常勤医師	内川／池澤	内川／井上(祐)	内川／井上(祐) 池澤	内川／井上(祐) 池澤
	午後予約診療		乳児健診(予約) 池澤(予約) 循環器外来(第2週) アレルギー外来(第1・3週)	予防接種(予約) 内川(予約) 循環器外来(第4週) 心理検査(第3週)	予防接種(予約) 心理検査(第2週)	食物負荷試験 発達初診 井上(祐)(予約) 心理検査(第3週)
外科／消化器外科	8:30～11:30	前田／佐藤(豊) 新患(診察10:30から)	久保木／岡村／中川 新患(診察10:00から)	上田／佐藤(豊) 新患(診察12:30から)	岡村／与儀 新患(診察10:30から)	久保木／上田／前田 新患(診察10:00から)
	午後予約診療		久保木			久保木
【乳腺外科】	午後予約診療					手島
心臓血管外科	13:00～15:00				石田	
整形外科	8:30～11:30	青木／濱田 小島(脊椎)／和泉 橘川	稲垣／松浦 濱田／北條 土屋	佐藤(雅)(予約) 新井(予約) 装具外来(予約)	佐藤(雅)／北條 和泉／土屋 久保田(第1)	青木／稲垣 新井／橘川
	午後予約診療	青木(予約) 装具外来(予約) 坂本(第4週)	松浦(予約) 北條(2・4週)(予約)	佐藤(雅)(予約)	中嶋(第2・4週)(予約) 佐藤(祐)(第2週※)(予約) ※13:00～14:30	青木(予約)
脳神経外科 ※新患は脳神経新患外来 (下部説明をご確認ください)	8:30～11:30	大石(予約) 堀(新患)	岩立(予約)	奥山(予約) 小島(新患)	大石・石毛(新患)	石毛(予約) 奥山(新患)
脳神経内科 ※新患は脳神経新患外来 (下部説明をご確認ください)	8:30～11:30	八木(新患) 内田(予約)	内田(新患)	大谷(予約) 八木(※予約) ※院内紹介のみ	大谷(※予約) 内田(予約) ※院内紹介のみ	大谷(新患) 八木(予約)
形成外科 (予約必要)	8:30～11:30	新井／富家	新井／富家	手術日	新井	富家
	午後予約診療		新井(予約)／岩瀬(予約)			
皮膚科	(水) 8:30～11:30 (木・金) 8:30～13:00			非常勤医師 (診察9:30から)	非常勤医師 (診察9:30から)	非常勤医師 (診察9:30から)
	13:00～16:00		非常勤医師 (診察14:00から)			
泌尿器科 (予約必要)	8:30～11:00	清水		池原		
産婦人科	8:30～11:30	手術日 初診/妊婦検診/婦人科 交代制	初診/妊婦検診/婦人科 岡安/木村/宮内	初診/妊婦検診/婦人科 塙/岡安 木村/宮内	手術日 初診/妊婦検診/婦人科 交代制	初診/妊婦検診/婦人科 塙/岡安 木村/宮内
	午後予約診療	手術日	産褥健診 妊婦検診/婦人科	妊婦検診/婦人科	手術日	産褥健診 妊婦検診/婦人科
眼科 (予約必要)	8:30～11:00	森田		海保		
	午後予約診療					辰巳
耳鼻咽喉科	8:30～11:30	武山／非常勤医師	武山／非常勤医師	武山／非常勤医師	武山／非常勤医師	武山／非常勤医師
	午後予約診療	武山／非常勤医師	武山／非常勤医師	武山／非常勤医師	武山／非常勤医師	武山／非常勤医師
歯科口腔外科 (予約必要)	8:30～11:30	肥後／石田	肥後／石田／橋本	肥後／石田	肥後／石田／齋藤	肥後／石田
	午後予約診療	肥後／石田	肥後／石田／橋本	肥後／石田	肥後／石田／齋藤	肥後／石田

※院内紹介のみ

1. 休診日は、土曜日、日曜日、祝日、年末年始（12月29日～1月3日）です。
2. 循環器内科の新患外来は、緊急カテーテル治療等に対応するため、原則として紹介状をお持ちの方のみ受け付けます。
3. 新規に脳神経内科および脳神経外科を受診される方は、脳神経新患外来（両科の担当医が交代で担当）の受診となります。
4. 糖尿病・代謝・内分泌内科は原則として紹介状をお持ちの方のみ受け付けます。紹介状がある初診の方は、予めお電話にてご予約をお願いいたします。
5. 紹介状（診療情報提供書）をお持ちの方は、事前に予約が可能ですので、是非ご利用ください。

（予約センター平日14:00～16:00 / 0475-50-1333）