

KyōAi

2026
夏 号
VOL.73

Take Free ご自由にお持ちください。

生命を安心して預けられる病院 健康と生活を守る病院 <http://www.kyoaikai-hosp.com/> 函館市中島町 7-21 電話：0138-51-2111 fax：0138-51-2631



撮影：木村 太一（職員）



太田 智之 病院長 **ごあいさつ**

看護部長就任のご挨拶

- 新看護部長／堀里美

看護部コラム

- 新入職員リフレッシュ研修を開催しました！

看護部コラム

- 函館市海岸町会館で医療講演実施

トピックス

- 函館マラソンで職員ランナー快走!!

医療コラム

- 生活習慣改善方法

トピックス

- 「徳洲苑はこだて」でたんぽぽ保育園「七夕まつり」



函館の夏を健やかに



医療法人徳洲会 共愛会病院 院長 **太田 智之**

函館の爽やかな夏の風が心地よい季節となりました。皆様におかれましては、いかがお過ごしでしょうか。

昨年10月に病院長として赴任し、10か月が過ぎました。函館で迎える初めての夏ですが、この豊かな自然と過ごしやすい気候に、改めてこの街の素晴らしさを実感しております。日頃より当院の診療活動にご理解とご協力をいただき、心より感謝申し上げます。

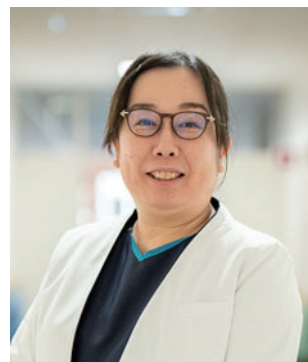
当院は急な病気への迅速な対応はもちろん、地域包括ケアや療養の場で時間をかけて行う治療まで、一貫した医療とケアを地域の皆様のあらゆるライフステージに合わせてシームレスに提供すべく、日々邁進しております。

さて、これからの時期は北国といえども油断は禁物です。近年は全国的に厳しい暑さが増しており、ここ函館でも、去年は非常に多くの方が熱中症で救急搬送されました。熱中症は室内でも気づかないうちに進行することがあります。「喉が渇く前のこまめな水分補給」や「適切なエアコンの使用」など、日頃からの健康管理をぜひ意識してください。少しでも体調に異変を感じた際は、無理をせずお気軽に当院へご相談いただければ幸いです。

これからも地域に根ざし、皆様が安心してこの美しい夏を健やかに過ごせるよう、職員一丸となって良質な医療を提供してまいります。どうぞご自愛のうえ、健やかな夏をお過ごしください。



看護部長 就任のごあいさつ



新看護部長 堀 里美

このたび、共愛会病院の看護部長に就任いたしました堀 里美と申します。

帯広徳洲会病院での勤務を経て、このたび地元函館に戻り、地域医療に携わる機会をいただきました。生まれ育った地域に貢献できることを大変うれしく思うとともに、その責任の重さに身の引き締まる思いです。

私はこれまで、徳洲会グループの理念である「生命だけは平等だ」の精神のもと、患者さま一人ひとりに寄り添う看護を大切にまいりました。

医療が高度化する中であっても、患者さまやご家族の不安や思いに耳を傾け、心に寄り添う「こころに届く看護」を実践することが看護の原点であると考えています。また、質の高い看護を継続して提供するためには、人材育成が欠かせません。

看護職員一人ひとりが専門職として成長し、やりがいと誇りを持って働ける環境づくりに力を注ぐとともに、次世代を担う看護師の育成にも努めてまいります。

地域の皆さまに信頼され、安心して受診していただける病院であり続けられるよう、職員とともに歩んでまいります。これからも共愛会病院をどうぞよろしくお願いいたします。



新入職員リフレッシュ研修を開催しました！

今年度の新入職員リフレッシュ研修が、6月12日（金）に空港緑地高松展望広場にて開催されました。コロナ禍を経て念願の実施となった今回は、看護部、事務部、メディカルから計12名が参加し、職種の垣根を越えた交流の場となりました。

当日は快晴に恵まれ、会場からは素晴らしい景色が広がっていました。絶好のロケーションの中、みんなで協力して行った屋外バーベキューは大いに盛り上がりしました。さらに、親睦を深めるレクリエーションも実施し、会場は終始笑顔と歓声に包まれ、同期の絆をぐっと深める、最高のリフレッシュの機会となりました。今後それぞれの現場での活躍を心から期待しています。



函館市海岸町会館で医療講演実施

令和8年6月26日（金）に函館市海岸町会館で医療講演を実施。

町会の役員が参加され、生活習慣病について活発な質問がありました。

中でも誤嚥性肺炎については、高齢者の場合は重篤な肺炎に進む場合でもあるため、予防の体操について一緒に同じ動きを実践していました。

当院では、町内会・企業・老人大学で健康について健康講座を行っております。

お気軽にお問合せ下さい。



『摂食嚥下障害と誤嚥性肺炎予防』

講師：共愛会病院

摂食・嚥下障害看護認定看護師

4階東病棟 師長 渡邊 渉

『生活習慣病の予防について』高血圧について

講師：共愛会病院

5階西病棟 師長 山崎 陽子

<講演についてのお問い合わせ>

日程	相談に応じます（午後より、日・祭日も可）
演題	ご要望を伺います
地域	函館市・北斗市・七飯町・その他地域も承ります
講演場所	町内会等、出張いたします
担当	徳洲苑はこだて 筑田（つくだ）
連絡先	電話0138-86-5005(代表) 内線2090 FAX0138-86-5022
e-mail	dome@kyoaikai-hosp.com

函館マラソンで職員ランナー快走!!

令和8年6月28日(日)に、「2026 函館マラソン」(道南陸上競技協会、函館市、北海道新聞社など主催)が開催されました。国内外から集まった8,314人が、函館市内を駆け抜け、応援団やボランティアが沿道からランナーに声援を送りました。

当院の正面玄関前もコースになっており、黄色と緑のユニフォームを着た職員ランナーが通るたびに、声援を送りました。中心部の気温が25度を超える暑さの下で、全力を出し切ったランナーは、函館どつくスポーツガーデン(千代台公園陸上競技場)のゴールを目指し駆け抜けていきました。ハーフとフルマラソンを合わせて過去最多の8314人が出場。完走者は7703人で、完走率は92.7%でした。とても感動的なレースでした。また今後の職員ランナーに期待します。



<当院の職員ランナー>



生活習慣改善方法

肥満のうえに、脂質異常症、高血圧、糖尿病などの生活習慣病が重なると、心臓病にかかるリスクや死亡率が非常に高くなることが知られています。



減量のための生活習慣改善例

摂取エネルギーと消費エネルギーの収支を、1日 500kcal マイナスにすることで1カ月1～2kg 減量し、標準体重* に近づけましょう

摂取エネルギーを減らすために

- 毎日体重を測定し、前日より増えていたら食事の量を減らす
- 1日3食きちんと食べ、まとめ食いや間食をやめる
- 早食いは食べ過ぎの原因になるため、一口20～30回は噛む
- 夜8時までに夕食をとる日を増やす
- 揚げ物や炒め物はできる限り控える
- 残業で帰宅が遅くなるときは、夕方軽食をとり、帰宅後の夕食は軽くする
- 飲酒の回数、量を減らす
- ビュッフェスタイルや食べ放題の食事はやめる
- ご飯茶碗を小さくして、ご飯の量を減らす
- できるだけ外食を控える（外食で多すぎる分は残す勇気をもつ）
- 肉や魚を食べるときは、脂肪の少ないものを選ぶ
- ジュースや缶コーヒーを、お茶などのノンカロリーの飲み物にかえる

増やすために
消費エネルギーを

- エレベーターやエスカレーターの利用を避け、階段を使う
- 電車やバスのなかでは座らないようにする
- 一つ手前の駅やバス停で降りて歩く

協会けんぽ生活習慣病予防健診



＼LINE予約はこちら／

協会けんぽコース

健診名	内容	金額（税込）
生活習慣予防健診	診察、身体測定、血圧測定、尿検査、便検査、血液検査、心電図検査、胸部レントゲン検査、胃部レントゲン検査（胃バリウム）	自己負担 5,500円(税込み)

トピック

「徳洲苑はこだて」でたんぽぽ保育園「七夕まつり」

7月7日といえば、七夕。一般的には笹飾りや短冊に願い事を書きますが、函館の「七夕まつり」は独特で、七夕の夜になると子どもたちが一軒一軒の家を訪問して囃し歌を歌うと、ろうそくやお菓子がもらえる「ろうそくもらい」があります。

「竹に短冊 七夕まつり 大いに祝おう ろうそく一本ちょうだいな♪」と子どもたちが歌ったら、家の人は子どもたちひとりひとりにお菓子をあげる決まりになっています。七夕は、函館の子どもたちがとても楽しみにしている行事のひとつなんです。徳洲苑はこだてでたんぽぽ保育園「七夕まつり」の唄の披露があり、美味しいお菓子のプレゼントをもらいました。



病院案内



受付時間

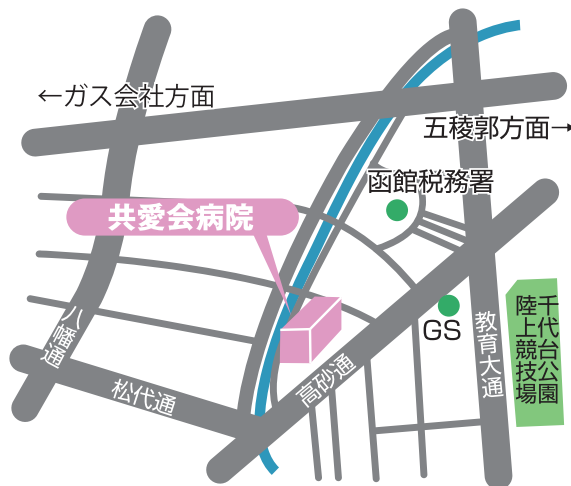
○午前診療（月～土） 8:30～11:30

○夜間診療（月～木） 17:00～18:30

急患の方はいつでもご来院ください。

〒040-8577 函館市中島町7番21号

TEL (0138) 51-2111 (代)
FAX (0138) 51-2631



地上駐車場 76台
地下駐車場 108台
計 **184台完備**

《ACCESS》

バス／函館バス 64系統・46系統「共愛会病院正門前」下車
函館バス 46・53・62・63・64系統「共愛会病院前」下車
市電／最寄駅「堀川町」下車
タクシー／函館駅から約10分

■ホームページ随時更新しております。ぜひ、ご覧ください。 <https://www.kyoaikai-hosp.com/>