

ひなつ

CONTENTS

医療
の輪
07

快聴で人生を楽しく

耳鼻咽喉科部長 久家 純子 医師

01 新年のご挨拶

医療法人社団 創造会 理事長 土井紀弘

メディカルプラザ 平和台病院 院長 小林士郎

メディカルプラザ 各施設・センター

10 リハビリノート

「食事の前に! ~嚥下体操をしましよう~」

11 ちょっと一息

「AI電話でいつでも健診予約・第35回創造会フェスタ2025ほか」

13 レストラン イマジン便り

イマジンでも人気!!鯖のトマトカレー

14 創造会図書委員による書籍紹介

『アルプス席の母』

新年のご挨拶

新年のご挨拶

理事長 土井紀弘



新年明けましておめでとうございます。

昨年は、創造会の新たな挑戦の一年となり、介護医療院「エスペーロ」の老人保健施設からの転換開設、並びにベトナム・ハロン湾での高齢者施設、健診施設、クリニックの開設事業化に向けた調査を行いました。これらの活動には、地域の皆様方のご指導、ご助力、叱咤激励等あつてこそと、御礼申し上げます。

平和台病院においては小林院長の就任、リハビリ

テーシヨン認定臨床医の井合医師、整形外科専門医の佐藤医師の就任と診療体制の充実が進んでいます。創造会は、「救急から介護まで」というスローガンのもと、この地域で必要とされる医療・介護を支えてゆく事を理念の一つとしています。新たな力が加わり、より一層皆様に安心を感じていただけるよう尽力して参ります。

その為に、予防医療センター、病院（救急医療センター、急性期病棟、回復期リハビリテーション病棟、地域包括ケア病棟、緩和ケア病棟、透析センター）、在宅センター、介護医療院エスペー口、介護老人保健施設クレオ、中規模地域密着型施設ケアプラザ「柴崎」（デイサービス、グループホーム）、小規模多機能施設「寿」（デイサービス、グループホーム、泊り）、サービス付き高齢者向け住宅「アビーサあらき野」を運営しています。

今年は診療報酬改定が行われる年ですが、政府厚労省は日本の病院経営が大変厳しくなっているという認識のもと3.09%のプラス改定を決定してい



サービス付き高齢者向け住宅
アビーサあらき野

みんなは一人のために」」は今後創造会との職員にとって時宜を得たものと考え、この標語を創造会職員と共有しつつ奮闘努力してゆきたく思っています。

最後に、今年一年が皆様にとって良い年となることをお祈り申し上げます。

創造会はより良い医療・介護サービスを提供するために職員共々努力しています。職員一人一人が創造会の経営を担つてゆく、地域の医療・介護を支えてゆくという意識が今ほど必要な時はありません。新たに就任した小林院長はラガーマンであり、ラガーマンの標語である「One for all, all for one（一人はみんなのために、みんなは一人のために）」は今後創造会との職員にとって時宜を得たものと考え、この標語を創造会職員と共有しつつ奮闘努力してゆきたく思っています。

ます。

新年のご挨拶

平和台病院院長 小林士郎

新規事業への取り組み



新年明けましておめでとうございます。

皆様におかれましては、お健やかに新年をお迎えになられたことと心よりお慶び申し上げます。

本年の干支（えと）は丙午（ひのえうま）にあたります。60年に一度巡る年として、太陽のような情熱・強いエネルギーを持つとされております。そのため、新しい事業を興すことで一層の発展が期待できる年とも言われております。この佳き年を迎るにあたり、患者様により良い医療を提供するため職員一同、誠心誠意取り組んで参る所存です。

本年の新規事業として、リハビリテーションセンターでは、セラピスト（療法士）の10名増員を計画しております。入院患者様によりしっかりと十分な時間を確保したリハビリテーションを提供することが狙いです。それとともに、経営基盤がより安定化することでしょう。そこで先進技術の活用にも力を入れたいと考えています。機能再生を促進するリハビリロボット「HAL（ハル）」（装着型サイボーグ）の導入や、運転復帰を目指すリハビリテーション加療中の方に向けた新型ドライビングシミュレーターの導入を計画しております。従来よりも早期の介入や、その人らしい生活への復帰を支えるリハビリテーションが期待されます。

救急医療への対応

土井理事長が掲げられてきた当院の理念に「救急から介護まで」があります。本年は、救急医療部門に着目し、この拡充を図りたいと思っております。まずは、土曜日・日曜日の当直体制を大学からの医師派遣により開始したいと思います。これにより「断らない医療」を初心に戻り実践すると共に、救急医療のレベルアップを目指します。

チームワークと小さな一步で前進する

私は高校、大学を通してラグビーに真剣に取り組み、大学ではキャプテンとしてチームを支え、17連勝の偉業を達成することができました。卒業後も関東ラグビーフットボール協会の委員として、ラグビーの発展に寄与してまいりました。ここで学んで

きた事は、チームワークの重要性と、小さな一步であっても前進する事の大切さでした。平和台病院においても「One for all, All for one (ひとつは皆のために、皆はひとりのために)」の精神を掲げ、患者の方々、家族の方々、スタッフの方々、全ての方々に満足していただける病院になれますよう努力して参ります。

何卒宜しくお願い申し上げます。

小林士郎院長略歴 ● 1971年日本医科大学入学（特待生）。1977年日本医科大学卒業。1982年日本医科大学大学院卒業（医学博士）。1983～86年日本医科大学救急救命センター 脳神経外科主任。1986～88年ミズーリ大学及びカリフォルニア大学サンフランシスコ校留学。1989年厚生省臨床修練指導医（外国人医師指導）。日本医科大学脳神経外科医局長。1993年日本医科大学助教授。1994年 日本医科大学付属千葉北総病院脳神経外科部長。1998年日本医科大学付属千葉北総病院脳神経センター長。2004年日本医科大学教授。2008年日本脳卒中協会 千葉県支部長。2013年日本医科大学付属千葉北総病院副院長。2017年成田リハビリテーション病院初代院長。日本医科大学特任教授（現任）。2018年8月千葉県循環器病対策推進協議会委員

2025年3月より平和台病院院長に就任。2025年8月関東信越厚生局保健指導医。

牛

看護部

思いやりの気持ちを大切に看護スタッフが一つになって心のこもった看護実践を目指します。

介護医療院 エスペーロ

本年も安心・安全な医療・介護を届けられるよう、職員一同努めてまいります。

介護老人保健施設 クレオ

本年も皆様の健康と笑顔を支えられる施設を目指します。

薬剤部

他職種と連携し、患者に寄り添った薬学的ケアの実践を目指します。

ケアプラザ柴崎

地域との信頼を築きながら、さらなる成長と地域貢献を目指してまいります。

ケアプラザ寿

地域に密着した居心地のよい広場(プラザ)を目指します。

事務部

皆様が健やかに過ごせる一年をお祈りします。

サービス付き高齢者向け住宅 アビーサあらき野

住みよい住環境を提供できるよう職員一同努めています。ご見学をご希望の際はお電話ください。

院内保育所 病児保育所みらい

子どもたちの笑顔と元気な声に囲まれて、今年も一人ひとりの成長を大切に見守っていきます！

各施設・センター

予防医療センター

精励恪勤の精神で、センターの発展に邁進して参ります。

腎・透析センター

患者様に安心して透析を受けていただける環境づくりのため、安全対策と感染予防を引き続き徹底してまいります。また、職員研修を通じてスタッフの成長とサービス向上に努めます。

診療部

入院した患者様を確実にもとの自宅や施設にお返しする様努力します。

在宅センター

明るく温かで安心感一杯の在宅センターにします。

リハビリテーションセンター

2026年は、スタッフの大増員にて、エスペー口、クレオへの支援態勢の強化に努めます。

診療技術部

2026年も各科の専門知識と特長が発揮できるよう努力してまいります。

検査センター

思いやりのあるチームを目指し、質と働きやすさを高めよう！

患者支援センター

「医療と暮らしを結ぶ安心の窓口」を目指します。

診療支援室

「がんばります」ではなく「がんばりました」と言える1年にする。

耳鼻咽喉科・補聴器外来

く ゃ じゅんご
部 長 久家 純子

- 専門分野
耳鼻咽喉科一般、補聴器診療
- 資格
耳鼻咽喉科専門医、補聴器相談医・適合判定医 医学博士
- 所属学会
日本耳鼻咽喉科学会、日本耳科学会など



久家純子医師略歴 ●2010年に鳥取大学 医学部 医学科を卒業後、鳥取県立中央病院、鳥取大学医学部附属病院で初期研修を行い、鳥取大学 医学部 耳鼻咽喉・頭頸部外科に入局。鳥取大学医学部附属病院、大阪府済生会吹田病院、日本医科大学千葉北総病院を経て、2022年9月より現任。

診察室の移転について

「」のたび当院の耳鼻咽喉科外来は、新たなスペースへ移動します(※1)。高齢化が進む中、「聞こえ」に関する相談は年々増えています。当院では地域の皆さまのニーズにお応えするため、補聴器外来の体制をさらに強化してまいります。

補聴器を購入する前に

「聞こえ」に不安を感じたとき、どうしたらよいか分からずに、とりあえず集音器や補聴器を購入してみるという方がいらっしゃいます。しかし、補聴器の使用を検討する際には、まず耳鼻咽喉

科、特に「補聴器相談医」が在籍する医療機関での受診をお勧めします。耳鼻科医による診察と聴力検査によって、治療で改善する難聴かどうか、あるいは難聴以外の病気が隠れていないかを正しく判断する」ことが可能です。

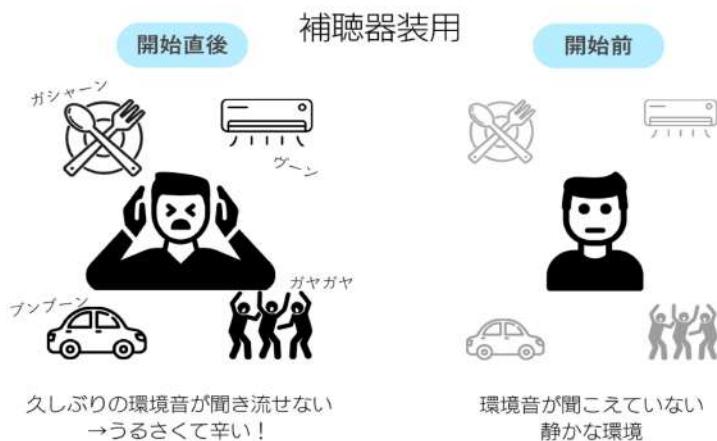
その上で補聴が必要と診断された場合には補聴器外来をご案内しています。補聴器外来では、補聴器の貸出や試聴を行いながら、常時装用に向けて段階的に準備を進めています。

聞こえの改善は脳から

デジタル化やAI技術の発達により、この数年で補聴器の性能は大きく進歩しました。雑音を抑え、会話の聞き取りを助ける機能なども向上しています。

それでも「補聴器をつければすぐに聞こえるようになる」わけではありません。その理由は、聞こえの問題が「耳だけの問題」ではなく、「脳が音を処理する働き」と深く関わっているのです。

加齢性難聴では、長い年月をかけて脳に届く音が減っているため、補聴器で音が補われるごとに、「ううん」と感じやすくなります。そこで重要なのが“聴覚リハビリ”です。補聴器を毎日装用し生活音に慣れ、会話・テレビ・音読などを通じて聞き取りの練習を続けることで、脳が少しずつ音に慣れ、言葉として認識やすくなります。どれほど高性能な補聴器を使つたとしても、この「脳のリハビリ」が伴わなければ、十分な効果を発揮することはできません。補聴器装用と聴覚リハビリをセットで行つことが、聞こえの改善に欠かせない大切なポイントです。



慣れるためには **聴覚リハビリテーション** が大切！！

当院の補聴器外来では、医師と認定補聴器専門店が連携し、より良い聞こえを目指して継続的にサポートをしてまいります。

購入時に留意すべき補助制度

技術の進歩や物価高の影響で補聴器の価格は上昇傾向にありますが、現時点では補聴器購入費用に対して医療保険は適応されません。一方、高度・重度難聴で身体障害者手帳の交付対象となる場合には、福祉用補聴器の支給補助を受けることができます。

また、補聴器相談医が作成する「補聴器適合に関する診療情報提供書」と領収書があれば、補聴器購入費は医療費控除の対象となり、確定申告で還付を受けられる場合があります。

自治体によっては独自の補助制度を設けていることもありますので、お住まいの市町村にお問い合わせください。



画像出典:一社)日本耳鼻咽喉科頭頸部外科学会

人生を楽しめ聴く

聴こえの問題は生活の質に大きく影響し、社会的孤立や気分の落ち込み、やがてには認知症のリスク増加にも関連していくことが分かります。早い段階で難聴を自覚し適切に対応すれば、聴こえだけではなく“脳の健康”を守ることができます。

“ Hear well , Enjoy life ”

(聴こえ人生を楽しむ)

適切な補聴器装用で、聴こえを聴こえながら一緒に取り戻していくから。

※1 2020年1~2月以降は、耳鼻咽喉科の診察室は本館18番診察室へ変更となります。
併せて、診察口も変更となります。
・2020年1月5日以降は、水曜日午前の診療が完全予約制となります。(※A)

- ・第2木曜日午後の診療は休診となります。(※B)
- ・不便な掛け致しますが、理解・協力の程よろしくお願い致します。



	月	火	水	木	金	土
AM						
PM	久家 補聴器 (第2・4)	久家 補聴器	久家 補聴器	久家 第2以外 補聴器 (第1・3)	補聴器 のみ	担当医



★食事の前に！★ ～嚥下体操をしましょ～

寒いと空気が乾燥し、口の中も乾きがちです。また、手足と同じく、口やのどの動きも小さくなってしまいます。よく唾液を出し、口やのどの動きを良くして、おいしく食事を摂れるようにしましょう。

★まずは姿勢を整えて椅子に深く座り、地面にしっかりと足を付けましょう！

1 肩や首の体操

①深呼吸

お腹に手を当てて
ゆっくりと深呼吸



吸って～



吐いて～

②肩の運動

肩をゆっくり、
グルグル回しましょう



③首の運動

首を左右に回しましょう



ゆっくり回す

2 口や舌の体操

くちの運動

くちを大きく開けるのと、
しっかり閉じるのを繰り返す



「あ～」



「い～」



(出した舌を)
上げて～

舌の運動

舌を大きく動かす



「ん～」



「う～」



よこ～

3 発声練習

「パ・タ・カ・ラ」それぞれを
ゆっくりはっきり繰り返す

体調に応じて、3～5回ずつ
やってみてください！

パ～タ～
カ～ラ～

教えてくれた人



鈴木
言語聴覚士



齐藤
言語聴覚士

ちよつと

一息

「ちよつと一息」は、平和台病院、メディカルフラザ各施設で行われた出来事などを紹介するページです。

第3回法人内リハビリテーションセンター合同勉強会開催

うなきちカップ活動報告

2025年11月29日、手賀沼親水広場にて「うなきちカップ実行委員会主催のマラソン大会『2025手賀沼チームラン・キッズラン』が開催され、300人近い市民の皆さんのが参加されました。今回、平和台病院より4名の理学療法士がサポートスタッフとして初めて参加しました。

活動内容としては、テーピングやストレッチを中心に、マラソン参加者の皆さんへのサポートに十分取り組めたかと思います。
今後とも、この経験を活かして更なるサポートの強化に取り組んで参ります。

【平和台病院 リハビリテーションセンター】

【介護老人保健施設クレオ】

【介護医療院エスペー】

この勉強会を通じて、法人内の他施設への関心を持ち、積極的な部署異動を行いながら成長していくリハビリテーションセンターを目指します。

【平和台病院 リハビリテーションセンター】

2025年12月2日に平和台病院リハビリテーションセンターにて、クレオ・エスペー平和台病院の法人内合同勉強会を開催しました。2023年から1年に1回のペースで開催してきたこの勉強会も今年で3回目となりました。勉強会立ち上げ時の目標として、「アフターコロナ医療・介護体制の再構築」を掲げ、

今年の内容はクレオと平和台病院新2階病棟が症例を通して、急性期と生活期でのリハビリテーションについて発表を行いました。急性期から生活を見据えた介入を心がけていることや、生活期でも能力の改善がみられるなど、日々の業務に役立てられる発表内容となりました。

AI電話でいつでも健診予約。

昨年11月4日より、平和台病院 予防医療センターでは、「健診予約」「予約変更」「予約キャンセル」「その他問合せ」をAI電話にて承っております。AI電話は、業務時間外でも受付が可能であったり、電話回線が塞がるようなご不便をお掛けすることを防ぐメリットがあります。「予約やその変更、あるいはキャンセルといった手続きが音声でのやり取りを通してAIがテキパキと承ります。皆様の「理解」とご協力をよろしくお願ひ申し上げます。

【平和台病院 予防医療センター】

第35回創造会フェスタ2025 を無事開催いたしました。

昨年の10月12日・19日の二日間、我孫子市内の創造会施設 介護老人保健施設クリオ・平和台病院にて第35回創造会フェスタ2025を開催いたしました。「来場いただきまして誠にありがとうございました。次回もどうぞよろしくお願ひいたします。

【創造会フェスタ実行委員会】

創造会フェスタ2025会場でのひとコマ



講演会での小林院長



今回のテーマは『地域とつながる創造会笑顔で、広がる多文化の輪』でした。



うまく一包化できるかな?
薬剤師体験スペースにて。



また、ある時はたこ焼き屋台にて。
小林院長が大活躍です。



色とりどりの伝統衣装を体験。
ベトナム文化展示体験ブースにて。



白衣体験にて記念撮影!



イマジンでも人気！ 鯖のトマトカレー



缶詰を使って下ごしらえ少なく
時短でできる温かい一品。

タンパク質	食物繊維	脂質	食塩相当量	エネルギー	(1人分)
5.7g	1.0g	5.7g	1.2g	98.3kcal	



材 料 (3~4人分)

さば缶 (水煮) 1缶	…150~200g
玉ネギ	…1個(薄切り)
にんにく	…小さじ1
しょうが	…小さじ1
油	…適量
トマトジュース	…400cc
カレールウ	…3~4片
水	…200cc

作 り 方

- ① 油を入れ、にんにく、しょうがで玉ネギを炒める。
- ② トマトジュース、水を加えて煮る。
- ③ 玉ネギがやわらかくなったら鯖缶を丸ごと入れる。
- ④ ルウを溶かしてとろみがつくまで煮たら完成です。

鯖缶とトマトジュースで作るカレーは、サバの良質なたんぱく質が疲労回復を助け、トマトのビタミンや抗酸化成分が体調を整えます。缶詰を使うため、短時間で作れてコスパもよく、市販のお好みのルウで辛さを調整すれば、家族みんなで楽しめる温かい一品です。

★我孫子の野菜も取り入れています。ぜひお越しください。

カフェ＆レストラン【イマジン】

営業日時

11:00~14:30
ラストオーダー
14:00
定休日 日・祝

メニュー

定食、カレー、麺類、ドリンク、スイーツなど





アルプス席の母

早見和真 著

小学館

『アルプス席の母』は、看護師として働く母親の視点から描かれた、高校野球を舞台とする小説です。甲子園を目指す息子が選んだ進路は、意外にも甲子園出場経験のない大阪の新興校でした。これをきっかけに、主人公はこれまでの生活環境を不慣れな土地へ移して、息子の部活動を支える決意をします。

これまでの高校野球小説が選手や指導者の試練や成長を中心に描かれているのに対し、本作が物語の軸に据えるのは「アルプス席」からのまなざしです。父母会に存在する暗黙のルールや地域社会との関わりなど、親たちが直面する現実やその厳しさがリアルに描かれています。

物語では、息子の夢と向き合う中で流れ動く葛藤や選択の積み重ねが緻密に描かれ、読者に説得力をもつて伝わってきます。勝敗の行方の先にある「支える家族」の時間を静謐な筆致で描いた作品として、ぜひ図書室で手に取っていただきたい一冊です。

本年も創刊時に負けないよう、さらなる飛躍を目指して取り組んで参ります。当紙面でもその様子をお伝えして参りますので、よろしくお願い申し上げます。（お）

創刊号の見出しには、「地域医療サービスの一環として、第3回健康新まつり」今年も8月20日に布佐南近隣センターで、「MRIの導入決まる」とあります。本文には「千葉県内でも十台程度しか稼働していないこの最新の機器を当院でも導入すること」は、医療水準、また地域医療の向上に大きな力となることでしょう。」と記されており、当時の意気込みが感じられます。

ぶ
ら
ざ

布佐駅前に平和台病院が開設されから2026年7月1日（水）をもしまして創立40周年を迎えます。広報紙びいなつは、開設の3年後、1989年8月1日に創刊号が発行されました。四六判8切（27×39cm）と呼ばれるサイズの薄手の用紙に、両面に茶系の単色印刷された体裁でした。



創造会理念

- 私たちは患者さまと地域の方々に求められ、望まれる医療と福祉を真摯に行います。
- 私たちは医療と福祉を通じて人のために尽くすということが私たち自身の喜びとなるような創造会にします。
- 私たちは、常に、私たちの可能性を信じ新たなものに挑戦していきます。



日本医療機能評価機構認定病院

平和台病院

千葉県我孫子市布佐834-28

04-7189-1111(代表)

腎・透析センター

千葉県我孫子市布佐834-28

04-7189-1111(代表)

予防医療センター

千葉県我孫子市布佐834-28

050-1792-3773 (AI電話)

在宅センター

千葉県我孫子市布佐834-28

【訪問診療室】

【訪問看護ステーションふさ】

04-7189-1121

04-7189-1114

患者支援センター

千葉県我孫子市布佐834-28

【医療福祉相談課】

【居宅介護支援事業所ふさ】

04-7189-1220

04-7189-1113

介護医療院

エスペー口

千葉県我孫子市布佐834-28

04-7189-1112

ケアプラザ柴崎

デイサービス柴崎

千葉県我孫子市柴崎121-3

04-7181-3100

グループホームヴィスタリオ

千葉県我孫子市柴崎121-3

04-7181-3900

サービス付き高齢者向け住宅

アビーサあらき野

千葉県我孫子市新木野2-1-48

04-7188-7222

【訪問介護ステーションアビーサあらき野】

04-7188-6377

【アビーサあらき野クリニック】

04-7188-7222

介護老人保健施設

クレオ

千葉県我孫子市我孫子1855-4
(我孫子市役所北側)

04-7179-7700

【クレオ保育所きほう】

04-7184-4820

ケアプラザ寿

小規模多機能型居宅介護

ケアプラザ寿

千葉県我孫子市寿2-16-5

04-7179-6600

グループホーム寿

千葉県我孫子市寿2-16-5

04-7179-6600

我孫子市病後児保育所

こどもデイルームみらい

【院内保育所みらい】

千葉県我孫子市布佐834-176

04-7189-1783



ホームページをリニューアルしました。



創造会HP



ホームページを快適にご利用いただけるよう、リニューアルいたしました。これからも、皆様のお役に立てるホームページを目指してまいります。よろしくお願ひ申し上げます。

URL ▶ <https://www.medicalplaza.or.jp/>



ぴなつ

平和台病院アプリ…診療情報・休診情報・医師紹介・バス時刻ガイドはQRコードから
<https://sozokai-app.com/heiwadaiapp/>

医療法人創造会 メディカルプラザ
<https://www.medicalplaza.or.jp/>

〒270-1101 千葉県我孫子市布佐834-28 04-7189-1111(代)

編集・発行 広報・企画室

●発行月 2026年1月