

外来受診表

受付時間 午前／8:45~12:00
午後／13:00~16:45 休診日 日曜 祝日

等潤病院 内科系	月	火	水	木	金	土	
内科	午前	谷口 呼吸器内科 一般内科	鈴木 呼吸器内科 一般内科	谷口 呼吸器内科 一般内科	山田 循環器内科 一般内科	久野木 消化器内科 一般内科	戸塚 呼吸器内科 一般内科
		山田 循環器内科 一般内科	永野 呼吸器内科 一般内科	久野木 消化器内科 一般内科	鈴木 呼吸器内科 一般内科	清水 呼吸器内科 一般内科	佐藤(陽) 呼吸器内科 一般内科
		永野 呼吸器内科 一般内科	西島 呼吸器内科 一般内科		日下 緩和ケア 外科	西田 血液内科 一般内科	山田(※1) 循環器内科 一般内科
					佐々木 循環器内科 一般内科		
					武内 一般内科		
	午後	阿部(大) 血液内科 一般内科	沖田 一般内科	鈴木 呼吸器内科 一般内科	永野 呼吸器内科 一般内科	戸塚 呼吸器内科 一般内科	阿部(大) 血液内科 一般内科
		野田 神経内科(認知症) 一般内科	久保田 呼吸器内科 一般内科	戸塚 呼吸器内科 一般内科	小野(啓) 呼吸器内科 一般内科	日下 緩和ケア 外科	梅村 一般内科
		松本 呼吸器内科 一般内科	佐藤(英) 腎臓内科 一般内科		佐々木 循環器内科 一般内科	西田 血液内科 一般内科	
		松本 循環器内科 一般内科					
循環器内科	午前	玄	玄	玄	川内	玄 川内(※2)	
	午後	玄 松本	川内			川内(※2)	

※1 第1, 3, 5週 ※2 第2, 4週

等潤病院 外科系	月	火	水	木	金	土	
外科	午前	西富	伊藤(雅) 小関	西渡邊	仁瓶	松永(浩) 富	交代制
	午後	渡邊	小関 藤田	松永(浩) 小野(宏)	仁瓶	山根	交代制
乳腺外科	午前	叶		叶	叶		
整形外科	午前	堀越	深井	大澤	深井	小川(剛) 堀越	
	午後	堀越	深井	武内(俊) 大澤	小川(剛) 深井	堀越	
脳神経外科	午前	徳植	石井	徳植	石井	石井	徳植
	午後				田村		

等潤病院 その他診療科	月	火	水	木	金	土
泌尿器科	午前			中村		
	午後			中村	田中	松本(※4)
皮膚科	午前	伊藤(聖)			伊藤(聖)	
リウマチ科	午後			川口(※3)		
放射線科	午後	前嶋	前嶋	前嶋	前嶋	交代制
	午後	前嶋	前嶋	前嶋	前嶋	交代制
内視鏡 センター	午前	久野木	赤澤	小野(宏)	久野木	小関
	午後	小関	赤澤	小関	久野木	久野木

※3 第2, 4週 ※4 第3週

等潤メディカル プラザ病院	月	火	水	木	金	土	
緩和ケア センター等潤	患者サポートセンターにお問合せください						
健診センター 等潤	午前	梅村 松本	梅村	梅村	梅村 神谷(女性科)	柳澤	國本
	午後	梅村 叶(乳腺)	梅村	梅村 叶(乳腺)	梅村 伊藤(雅)	柳澤 叶(乳腺)	國本
腎センター 等潤	午前 午後	鈴木	佐藤(英)	鈴木	鈴木	伊藤(雅)	伊藤(雅)

等潤メディカル 診療所 (旧・常楽診療所)	月	火	水	木	金	土
総合診療科 ※完全予約制	午前		宮崎		谷口	
訪問診療	午前	阿部	沖田	伊藤(雅)		山根
	午後	日下		中島	高岡	

注) 学会参加等により、休診・代診や一部変更の可能性がございます。最新情報はホームページをご確認ください。



Jiseikai public health care corporation since 1981

ご予約・救急外来は
03-3850-8711
(病院代表)

患者サポートセンターは
03-3850-7518
(直通)

詳細は等潤病院
ホームページを
チェック



地域と共に生きる慈しみの
トータルヘルスケア



社会医療法人慈生会
等潤病院グループ

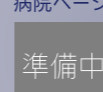
◆等潤病院

等潤病院サイト 看護部サイト



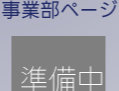
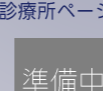
◆等潤メディカルプラザ病院

等潤メディカル
病院ページ 健診センター
サイト



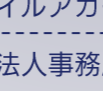
◆等潤メディケア事業部

等潤メディケア
診療所ページ 等潤メディケア
事業部ページ



◆介護老人 保健施設 イルアカーサ

法人サイト 採用サイト



◆法人事務局

法人サイト 採用サイト



慈生会だより45号 社会医療法人慈生会
2023年秋号 広報委員会 〒121-0075
東京都足立区一ツ家 4-3-4
発行日:2023年10月1日

慈生会だより

QRコードを
読み取ってさら
に詳しい情報を
チェック

2023 Autumn
VOL. 45
ご自由にお楽しみください

社会医療法人慈生会 等潤病院 / 足立区一ツ家の第二次救急医療機関です

等潤病院・等潤メディカルプラザ病院・等潤メディケア事業部・介護老人保健施設イルアカーサ・法人事務局



撮影：副院長 谷口泰之

日本は四季があり季節毎に美しい光景を見ることが出来ます。秋はやはり紅葉が見逃せません。ただ、昨今の異常高温が紅葉の色付きにどのように影響するのか心配です。写真は昭和記念公園で撮影したものです。

診療科ページはこちら



慈生会の「今」を伝える



社会医療法人慈生会 等潤病院副院長 谷口 泰之

内科一般 呼吸器内科
医学博士
日本内科学会(認定医・専門医)
日本呼吸器学会(専門医)
日本呼吸器内視鏡学会気管支鏡
専門医
日本医師会認定(産業医)
日本医師会認定(健康スポーツ医)

今年の夏は暑かったですね。秋になりちょっと一息とあったところでしょうか。

さて、この度9月1日より慈生会の新しい施設「等潤メディカルプラザ」が開設となりました。“プラザ”は広場という意味で、その理念は“地域とプラザ 共に生きる慈しみのトータルヘルスケア”です。等潤メディカルプラザ内には1階に等潤メディケア診療所(在宅医療)、いきいき倶楽部等潤(デイケア)、わくわく倶楽部等潤(デイサービス)、2階に健診センター等潤、腎センター等潤(人工透析)、3階に緩和ケアセンター等潤(緩和ケア病棟)、ホーム階(4階)にやすらぎホーム常楽(有料老人ホーム)があります。等潤メディカルプラザの開設に伴い、今まで皆さまに大変お世話になりました常楽診療所は、その機能を等潤メディケア診療所に移して閉院となりました。長い間、有難うございました。等潤メディカルプラザの完成で、今まで以上に地域の健康に貢献できるものと思っております。新施設ではまだまだ至らぬ点多々あるかと存じますが、地域と共に成長していければと思います。

皆さまは「健康寿命」という言葉をご存じでしょうか？健康寿命とは「健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間」のことをいいます。厚生労働省が発表している統計によると、日常生活が制限されてしまう大きな要因は、認知症、脳卒中、高齢による衰弱が挙げられます。それ以外には関節疾患、骨折・転倒などが挙げられます。2022年の統計では、平均寿命は男性81.05歳に対し健康寿命は72.6歳、女性の場合は87.09歳に対し、健康寿命は75.5歳です。健康寿命と平均寿命に約10年の開きがあります。その間は何かの障害を抱えて日常を過ごさなければならず、生活の質に問題が起こります。理想を言えば、平均寿命と健康寿命が近い方がより良い生活を送れることになります。健康寿命を延ばすためには、健診センター等潤で病気の早期発見に努め、もし生活習慣病などがみつければ等潤病院でしっかり治療をして下さい。高齢者の方には、いきいき倶楽部等潤(デイケア)とわくわく倶楽部等潤(デイサービス)を活用して認知力の維持・向上、フレイル(加齢により心身が老い衰えた状態)の予防をしていただき、なるべく長く自立した生活を維持できるようにしていただきたいと思います。

我々医師は、皆さまの未来の健康を守る相談相手です。早めのケアでより良い人生をお過ごしください。

社会医療法人慈生会 等潤病院
《理念》地域と共に生きる慈しみのトータルヘルスケア

ongoing
3

等潤メディカルプラザ

2023年9月にオープン
慈生会の「トータルヘルスケア」
を進化させる“プラザ”（スペイン語で
広場の意）をご紹介します

「I Have a Dream」はノーベル平和賞を受けたキング牧師の有名な言葉です。人種平等を夢に託した演説は世界中の人々の心に響きました。そして、慈生会にも夢があります。それは、「地域と共に生きる慈しみのトータルヘルスケア」の実現です。トータルヘルスケアは高

度最新の医療から安心信頼の在宅介護、健康増進までを切れ目なくシームレスに提供することを意味します。地域の皆さまが住み慣れた街でいきいきと暮らし、病に打ち勝ち健康な生活を送る人々が集う、その夢の実現のためにプラザ（広場）に様々な機能を配しました。既存の等潤病院や老健イリアカーサ、訪問診療・看護・リハビリ、グループホーム、シルバーケア、居宅介護支援、地域包括支援センター等の質の向上を図り、新たな等潤メディカルプラザと融合して法人の夢を地域の夢へと広げてまいります。ご期待ください。

— 理事長伊藤雅史よりプラザ開設に寄せて —

等潤メディカルプラザ施設紹介

等潤メディカルプラザの建築が目指したのは「病院らしくない病院」です。全館を通して木目調で落ち着いたあるクールモダンのデザインで、清潔感や安らぎを感じて過ごしていただけます。

今月号は各施設の概要をご紹介します。次号から各センター・施設の機能や特色を詳しく取材します。

3F 緩和ケアセンター等潤

全室個室、水まわりも完全独立です。ゆとりのあるイベントスペースやキッチン・リビング・和室を備えた家族室をご用意しております。



2F 腎センター等潤

長時間の透析治療に考慮した開放的な空間で、個室半個室、ベッドやリクライニングチェアを選べます。テレビと無料Wi-Fi完備です。



1F わくわく倶楽部等潤（デイサービス）

本格シミュレーションゴルフやキッチンを備えた広い空間の正面にはプラザのコンセプトとなった大きなゆりのきがデザインされています。



新たな一歩を踏み出した慈生会にご期待ください！



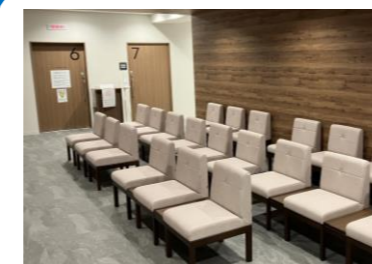
等潤メディカルプラザ
サイトはこちら
(10月上旬公開予定)

ホーム階/4F やすらぎホーム常楽（有料老人ホーム）



木質調のインテリアデザインで、居室内には備え付けの家具家電があります。ベンチのある廊下や食堂は憩いの場とすることも可能です。

2F 健診センター等潤



一般検査のほかオプション検査を用意しています。ほぼ全ての検査を同一フロアで受診することができ、ゆとりを感じやすい空間設計です。

1F 等潤メディケア診療所



在宅医療に関する受診・ご相談を承りますので、お気軽にご相談ください。プラザ正面玄関を入ってすぐ左でお待ちしております。

1F いきいき倶楽部等潤（デイケア）



大きな鏡のある広い空間で、レコードをはじめとする多様なトレーニングマシンを用いたよりアクティブなリハビリを提供します。

今すぐ使える 等潤リハビリテーション体操

PCやスマホの見過ぎで首や肩こりがひどくなってはいませんか？
待合室でもリビングでもできる体操をご紹介します。

首・肩のストレッチ 首の筋トレ

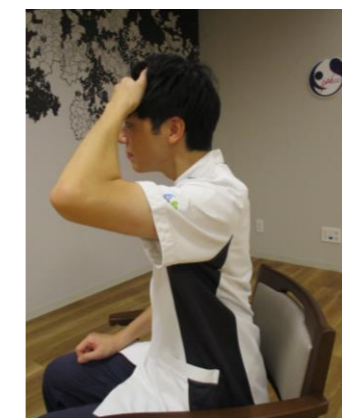
①胸の前に手を当て天井とお腹を見ます②左右横を見るように首を動かします③肩が上がらないように気をつけて耳を肩に近づけます



ワンポイント
10～15秒間ゆっくり息を吐きながら行いましょう

首の筋トレ

①おでこに手のひらを当てます②おでこを5秒ほど押します。ゆっくりと5回ほど続けます。おでこが下がらないようにしましょう



ワンポイント
首を痛めないようはじめは押す力は弱くしましょう

肩甲骨まわし

①肩に手を当てたら後ろにくっ寄せ、肘を大きく前に出すように回します。反対回しも行い、各5回ずつ続けましょう。



ワンポイント
肩を大きく動かし肩甲骨が動くのを感じましょう

肩の痛みが強い時は

①身体を前かがみにして痛くない方の手をイスの背に置きます②痛い方の腕をだらーっと垂らし、力を入れずに腕を揺らします



ワンポイント
遠心力を利用します。身体の力を抜いて息を吐きます

体操を続けて、しばらく痛みが続くようであれば
当院整形外科にご相談ください。

整形外科 小川剛史先生（脊椎専門医）
外来：木曜午後・金曜午前



診療科ページは
こちら

体操監修：
等潤病院リハビリテーション部



等潤病院リハビリテーション部
紹介ページはこちら

NEWS

01 等潤メディカルプラザ 開設のお知らせ

かねてより進めてきた慈生会のビッグプロジェクト「等潤メディカルプラザ」が9月1日にオープンしました。プラザ（広場）に集う皆さまが、住み慣れたこの街で永く健やかに自分らしく暮らす慈しみの場となりますよう、法人一丸となってこの“プラザの樹”を育ててまいります。全ての事業所に随時見学を受け付けておりますので、お気軽にご相談ください。詳細はHP（10月上旬オープン）をご覧ください。

詳細はこちら

02 地域情報誌『コミュニケーション』に掲載されました

保塚地域学習センターが発行する地域情報誌「コミュニケーション」9月号にて等潤メディカルプラザが紹介されました。次号も掲載予定です。お楽しみに。



詳細はこちら

03 J:COM 足立で「等潤メディカルプラザ」が放映されました

J:COM 足立の番組「ジモト応援！つなげるNews」で等潤メディカルプラザが紹介され、地域の方々が健康に暮らすプラザ（広場）になりたいと語りました。



詳細はこちら

04 慈生会の学校式介護「おとなの学校」をご存じですか？

9月21日は世界アルツハイマーデーです。認知症は誰にでも起こりうる脳の病気です。慈生会では学校式介護「おとなの教科書」を用いて回想法を活かした授業を研究しています。



詳細はこちら

05 老健イリアカーサ納涼祭

8月26日、介護老人保健施設イリアカーサにて納涼祭が開催されました。縁日やスイカ割りや遊び、神輿や盆踊りと共に、ラストは理事長の締め太鼓をお楽しみいただきました。



詳細はこちら

編集後記

広報誌に関するご意見ご感想は是非こちらまでご連絡ください！



tojun-koho@jiseikai-phcc.jp

（左端・安岡加奈子）

（看護部・武子 智穂）
今月号の慈生会だよりをお読みいただきありがとうございます。この秋は、等潤メディカルプラザのオープンについて詳しくお話ししたいので、お楽しみに！
（血浄化・井上 大衛）
秋も深まり肌寒くなってきましたね。イリアカーサの周辺は青蘆や真鴨が、最近秋の虫の声を聞かせるように感じています。