

vol.
138

2026
春号

ご自由にお持ちください

特集：
リハビリテーション短期入院が始まります！/
通所リハビリテーションが午後も
可能になります！②③

3/7 ファンミーティングを開催しました！/
受付開始時刻が変更になります ④

診療放射線室よりお知らせ /
外来ナースだより ⑤

健康管理センターからのお知らせ /
おすすめ献立 ⑥

ロコモ予防 ⑦

外来担当医表 ⑧

あ
す
す
け
あ
い

2026.3.7(土)
足助病院
ファンミーティング



📷 3/7にファンミーティングを
開催しました！

リハビリテーション短期入院が始まります！

令和8年4月より、**リハビリテーション短期入院**が開始となります。
 「最近、足腰が弱くなった気がする」「退院して自宅に戻ったけれど、もう少しリハビリを続けたい」そんなお悩みはありませんか？
 医療のプロフェッショナルたちが、あなたの身体と向き合い、あなたの「できたらいいな」を全力でサポートします！



見つける！
 選べる！

3つのリハビリコース



退院後 フォローアップコース

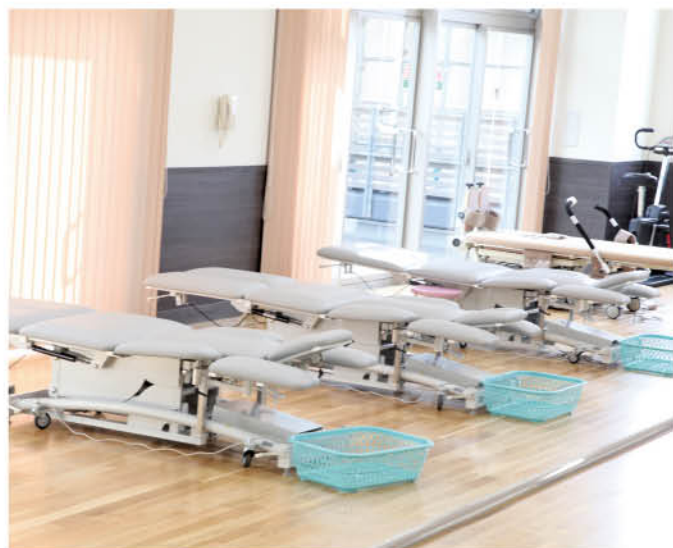
日常生活のスムーズな移行をサポートし、自信を持って生活できるよう導きます。専門スタッフが自宅環境に合わせた運動をアドバイスします。

アクティブ シニア予防コース

筋力低下や転倒を予防し、趣味や旅行を楽しむ続けるための身体づくりを目指します。個々のライフスタイルに合わせたプログラムを提案します。

在宅生活 リフレッシュコース

ご自宅での生活に不安を感じ始めた方へ、リハビリで身体機能の維持・向上を図り、新たな気持ちで日常生活を送れるよう支援します。





ポイント
01

1日最大2時間の個別リハビリ

専門のセラピストが患者様一人ひとりの状態に合わせて1日最大2時間のマンツーマンリハビリを提供。短期集中で確実な回復をサポートします。



ポイント
02

リハビリ機器が使い放題

リハビリ機器が充実したトレーニングスペースを、自由にご利用いただけます。自主トレーニングも積極的に行い、回復を加速させましょう。



ポイント
03

徹底的な見える化

リハビリの進捗状況や成長を可視化。具体的なデータに基づいた説明で、目標達成へのモチベーションを高め「なんとなく良くなった」ではなく「これだけ変わった」を提供します。



通所リハビリテーションが 午後も可能になります！



令和8年4月より**通所リハビリテーション（介護保険利用者のみ）**
提供時間が午後（月～金 13：30～15：30）も可能となります。ご都合に
合わせてご利用ください！

ポイント

午後も通所リハビリが可能！

今までの午前（9：30～11：30）に加え、午後（13：30～15：30）も
通所リハビリテーション（※）が可能となります。お気軽にご利用ください。
※介護保険利用者のみご利用いただけます。



お申し込み・お問い合わせ

JA愛知厚生連 足助病院

地域医療連携課



0565-62-1219

平日 8:30～17:00



a-hsp@asuke.jaaikosei.or.jp



ウェブサイト





ファンミーティングを 開催しました！



2026年3月7日、「足助病院ファンミーティング」を開催しました。

足助病院に通われている患者さんやご家族、地域医療を支える皆さんに足助病院をもっと深く知って頂くために、リハビリ・健診体験やACPワークショップ、病院食の試食会等を実施しました。また午後からは、足助病院がロケ地となった映画『光る校庭』の上映会も行い、参加された方々からは「もっと体験したい」等のお言葉を頂きました。



2026年4月より 受付開始時刻が変更になりました！

診療受付機

8:00～ → 8:20～

総合受付

8:00～ → 8:30～



※健診受診の方は、2階健康管理センターでの受付になります。直接お越しください。

※2026年10月を目途に診療受付機の受付開始時間も8時30分へ変更となる予定です。

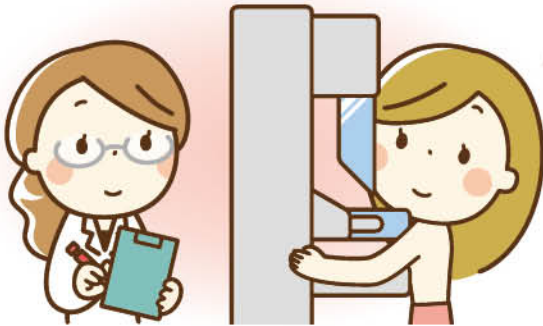
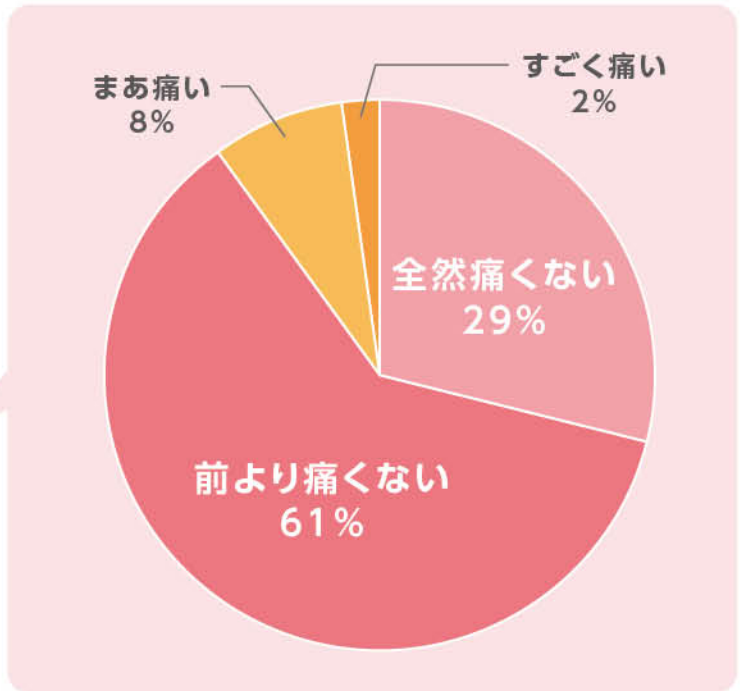


今までよりも

痛くないと噂のマンモ 実際どうなのか聞いてみた



新装置で検査を受けた90名の方（うち1名が初検査）に実際の痛みについて調査をした結果、半数以上の方が「痛み軽減」の装置だと知った状態で検査を受け、約90%の方が「全然痛くない」・「前より痛くない」と回答し、痛みの軽減を実感することができました！

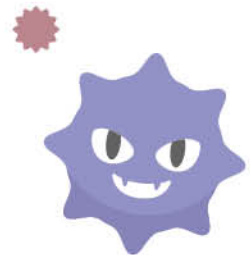


外来ナースだより

ノロウイルスとは

ノロウイルスとは

感染性胃腸炎や食中毒の原因となるウイルスです。
ウイルスによる食中毒が冬に多発しています!!!



予防の為の4原則

持ち込まない

- 健康な人が調理する
- 調理する人は健康管理を徹底する



ひろげない

- 調理器具などの洗浄・消毒
- 嘔吐などの適切な処理



つけない

- 手洗いの徹底



やっつける

- 食品の適切な加熱調理



健康管理センターからのお知らせ

令和8年度の健診は4月1日より開始します。

3月下旬に豊田市から受診券が皆様のご自宅へ郵送されています。8年度は**紫色の封筒**です。

ご予約・健診当日にも必要となりますので、大切に保管してください。

例年、秋以降は混雑しますので、早めのご予約がお勧めです。

New! 今年度、新しく導入した検査のご案内です

すい臓がん検査

¥33,000

画像検査 (MRCP、腹部エコー) と血液検査 (腫瘍マーカー) を行います。

MRCPとは、MRI 装置を使って胆道 (胆のう・胆管)、膵管を詳しく撮影する検査です。

腫瘍マーカーは、従来の CA19-9、CEA に加え、新たに認可された『APOA2 (アポリポ蛋白 A2) アイソフォーム検査』を用いて検査します。

すい臓がんが気になる方におススメです!

注意事項

午後、2枠のみの対応となります。通常の健診と一緒に受けることはできませんので、ご注意ください。

MCI スクリーニング検査プラス

¥19,800

血液検査です。血液中の特定のタンパク質の量を調べることで、アルツハイマー型認知症の前段階であるMCI (軽度認知症) のリスクを統計的に判定します。

認知症が気になる方におススメです!
通常の健診と一緒に受けられます。

腎機能検査

¥1,650

年齢や筋肉量に影響を受けにくい「シスタチンC」を測定し、腎臓の機能を評価します。

加齢や高血圧、糖尿病など、腎機能が気になる方におススメです。
通常の健診と一緒に受けられます。

お申込み、お問い合わせは健康管理センターまでどうぞ

申込み・問い合わせ先

足助病院健康管理センター
TEL 0565-62-1273



おすすめ献立

テーマ 手軽に栄養バランスUP! 「食べるスープ」

手間をかけずに、美味しく栄養価の高い食事をとりたい。そんなときの強い味方が「スープ」です。具材を工夫すれば、頑張らなくても満足感のある立派な「おかず」になります。

今回は、忙しい日でもパパッと作れる味噌スープをご紹介します。ベーコンのうま味を生かせば、だしを取らなくても十分にコクのある味わいに仕上がります。

卵は「完全栄養食品」とも呼ばれるほど栄養価の高い食材です。卵白に豊富なビタミンB2は口角炎や口内炎の予防に役立ち、

卵黄に多く含まれるビタミンEには抗酸化作用があり、動脈硬化や老化の予防が期待できます。さらに、良質なたんぱく質も手軽に補えるため、積極的に取り入れたい食材のひとつです。レシピではベーコンを使用していますが、ハムやちくわなど、冷蔵庫にある食材でアレンジするのもおすすめです。身近な材料で気軽に作れるのも、このスープの魅力です。

簡単で美味しく、栄養もたっぷり。心も体もほっと満たしてくれる一杯が、軽やかな一年を過ごすお役に立てますように。



キャベツと
落とし玉子の
味噌スープ

材料(1人分)

- ◆ 卵…………… 50g(Mサイズ1ヶ)
- ◆ ベーコン…………… 18g(1枚)
- ◆ キャベツ…………… 50g
- ◆ 玉ねぎ…………… 30g
- ◆ しめじ…………… 10g
- ◆ 信州味噌…………… 12g(小さじ2)
- ◆ オリーブオイル…………… 4g(小さじ1弱)
- ◆ 水…………… 200cc

つくり方

- ① キャベツは2cm程のざく切り、玉ねぎは薄切り、しめじは食べやすい大きさに切る。ベーコンは1cm程の短冊切りにする。
- ② 卵は器に割っておく。
- ③ 鍋に水を入れ、沸騰したら①を入れる。
- ④ ひと煮立ちさせ、味噌を溶き入れ、卵をそっと落とす。
- ⑤ 卵が好みの固さになったら火を止め器に盛り、オリーブオイルを回しかける。

栄養価(1人分)

- * エネルギー…………… 197kcal
- * 炭水化物…………… 10.2g
- * たんぱく質…………… 10.2g
- * 脂質…………… 12.5g
- * 食塩相当量…………… 2.2g

Let's ロコモ予防

みんなで
やろまい!

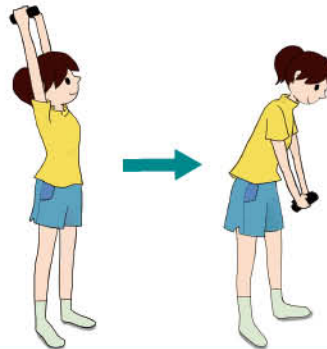
ロコモティブ ? ? ? ? シンドローム(運動器症候群)とは?

骨 や筋肉、関節などの運動器が衰えたり傷んだりして、すでに要介護や寝たきりであったり、今後これらになる可能性が高い状態をロコモティブシンドローム(ロコモ)といいます。

原因は、加齢に伴う筋力減少や身体バランス能力の低下、運動器疾患などによって引き起こされます。そのため、運動習慣を持ち下肢筋力やバランス能力を保つことが予防として重要になります。

息をとめずに痛みのない範囲で行いましょう。治療中の病気やケガ、体調に不安があるときは医師に相談しましょう。

肩と腹筋の筋を鍛える (三角筋、腹直筋)



動かす時は
ゆっくりと

前後に足を開き
両手を後ろに
1・2・3・4で上げて、
5・6・7・8で下ろす

■教室のご案内

参加希望の方は
(株)三河の山里コミュニティパワー
(0565-61-2771)
までお問い合わせください。

ロコモ予防体操教室

目的 ロコモティブシンドロームの予防
日時 毎月第2・4木曜日 11~12時
場所 当院南棟 講義室 **参加費** 300円

脳いきいき倶楽部

目的 認知症の予防
日時 毎月第1・3火曜日 11~12時
場所 当院南棟 講義室 **参加費** 300円(別途材料費)



職員大募集



看護職、介護福祉士、看護・介護助手



働き方はさまざま♪
正職員、夜勤専従、パートなど

薬剤師・栄養士



正職員・パート

働き方・仕事内容・処遇など お気軽にお問合せください。

お問合せ先 0565-62-1211 足助病院 総務課



詳細はこちら

■外来担当医表■

※諸般の事情によりやむを得ず休診及び代診となる場合がございますので、ご理解とご協力をお願いいたします。
 ※医師名横の数字は担当週を表します。また、医師が複数名の欄は交替制となります。
 ※1 受付時間:13:00~16:00、診療時間:14:00~17:00
 ※2 小児科のみ午後診察は13:30から開始となります。また、予防接種は午後のみとなります。
 ※3 受付時間:13:00~16:00、診療時間:13:30~16:30

受付時間	平日 / 8:30~11:30 13:00~16:30	診療時間	平日(午前) 9:00~ 平日(午後) 15:00~[耳鼻咽喉科]
-------------	--	-------------	--

各診療科によって診療日及び診療時間が異なります。詳細はお問合せください。

初診・予約外の再診の方は、予約者の間に随時入れておりますが、混雑時には長くお待ちをさせていただきます。 毎月保険証の確認にご協力ください。

		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	
内科	午前	I 診	早川 富博	安藤 望	早川 富博	小林 真哉	米田恵理子
		II 診	米田恵理子	森下 真圭	安藤 望	長橋 究	正木克由規
		III 診	小林 真哉	正木克由規	鈴木 幹三	正木克由規	猪狩 裕紀
		I初診	(交代制)	(交代制)	(交代制)	(交代制)	(交代制)
		II初診	(交代制)	(交代制)	(交代制)	(交代制)	(交代制)
		III初診	(交代制)	(交代制)	(交代制)	(交代制)	(交代制)
	午後※1	森下 真圭	(交代制)	米田恵理子	金山 朋裕	青山 幸右	
専門外来	毎週火 13:30~15:00 小林 真哉・早川 富博 老年よろず外来						
小児科	午前	上田 晶代	上田 晶代	上田 晶代	上田 晶代	上田 晶代	
	午後※2	上田 晶代		上田 晶代		上田 晶代	
外科	午前	勝谷亮太郎	多々川貫一	川島 賢人		長橋 究	
整形外科	午前	I 診	(交代制)	余語 鎮治	石川 茂樹	(交代制)	(交代制)
		II 診	石川 茂樹	小林 絢水		石川 茂樹	(交代制)
皮膚科	午前		山本 礼		渡邊 大起	金山 佳史	
泌尿器科	午前	佐藤 翔一	金田 大生	金田 大生	金田 大生	金田 大生	
婦人科	午前	②④(交代制)	②④(交代制)			尾崎 康彦	
眼科	午前	西垣 誠士	野川 千晶	米林 修平	室谷 太郎	伊藤 彩子	
	午後※3	金田真由子					
耳鼻咽喉科	午前 I 診	(交代制)	楊 鈞雅		中村 宏舞	宮澤 真央	
	午後			岸本真由子			

■外来カレンダー■

※○印は休診日です。

4月 April 2026年

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	④
⑤	6	7	8	9	10	⑪
⑫	13	14	15	16	17	⑮
⑰	20	21	22	23	24	⑳
㉑	27	28	㉒	30		

5月 May 2026年

日	月	火	水	木	金	土
					1	②
③	④	⑤	⑥	7	8	⑨
⑩	11	12	13	14	15	⑮
⑰	18	19	20	21	22	⑳
㉑	25	26	27	28	29	⑳

6月 June 2026年

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	⑥
⑦	8	9	10	11	12	⑬
⑭	15	16	17	18	19	⑳
㉑	22	23	24	25	26	㉒
㉓	29	30				

愛知県厚生農業協同組合連合会 **足助病院 ☎(0565)62-1211** | その他の診療科や最新情報はホームページをご覧ください。

■愛知県豊田市岩神町仲田20番地 ■FAX:(0565)62-1820 ■HP:https://asukehp.or.jp

地域医療連携課 ☎(0565)62-1219 FAX(0565)62-1229	居宅介護支援事業所 ☎(0565)62-1228 健康管理センター ☎(0565)62-1273	足助訪問看護ステーション ☎(0565)62-0781 足助地域包括支援センター ☎(0565)62-0683	
--	---	--	---