

せきしん

第11号 2026

社会医療法人社団 尚篤会
赤心堂グループ

「赤心 —まごころ—」



赤心堂グループ

社会医療法人社団 尚篤会

理事長 市川 誠

常務理事 市川 祥子

赤心堂病院

病院長 市川 誠

名誉院長 関谷 繁樹

赤心クリニック

所長 内島 豊

赤心堂総合健診クリニック

所長 五島 雅和

上福岡腎クリニック

所長 市川 祥子

社会医療法人社団 尚篤会 新入職員紹介



丸山 弘 医師
外科 診療部長

趣味 スキー、釣り、音楽
腹部疾患の外科治療を中心に、感染症治療、院内感染対策や抗菌薬適正使用など幅広い医療を川越地区に貢献すべく尽力します。



向後 隆章 医師
循環器科 医長

趣味 水泳、サッカー観戦
川越市の地域医療に貢献できるように精進致します。よろしくお願いします。



村松 潤 医師
整形外科

趣味 マリンスポーツ全般
少しでも地域医療に貢献できるよう尽力致します。至らない点もあるかと思いますが何卒よろしくお願い致します。



瀧野 貴浩 医師
赤心堂総合健診クリニック

趣味 ドライブ、野球観戦
健康診断を受けてくださる皆様に寄り添ったアドバイスができるよう努めてまいります。よろしくお願い致します。



病院長あいさつ

社会医療法人社団 尚篤会 理事長
赤心堂病院 病院長

市川 誠

平素より格別のご高配を賜り、誠にありがとうございます。まずは、日頃の皆様のご支援とご協力に深く感謝申し上げます。

さて皆様もご承知のとおり日本は世界で最も少子高齢化が進んでいる国の一つです。ほとんどの地域では人口減少が始まっており、この川越市も35万3千人台をピークに令和5年ごろから減少へと転じ始めています。しかしながら第二次ベビーブーム世代が65歳以上となる2040年ごろに向けて高齢者人口は逆に増加し、医療・介護の需要は増大が予想されています。少子化も相まって深刻な労働力不足が医療界にも影響を及ぼしています。特に看護師不足は深刻です。

当院では地域の救急医療にこれまで以上に貢献し続けるため、昨年度から病院内で働く

救急救命士によるEMT科を新設しました。救急の現場や災害時対応など様々な場所での他のコメディカルスタッフとともに看護師とタスクシェアを図りながら協働をしています。また各診療科では医師の新規採用をし、常に最新の医療を提供できるよう研鑽をしています。

私たちの法人は、地域の皆様の健康と安心を守り、信頼される医療機関であり続けるため、理念でもある赤心（まごころ）の気持ちを常に心掛けております。地域医療連携を強化し、予防医療や在宅医療とも連携しながら、地域全体の健康づくりに貢献してまいります。

今後とも、宜しくお願い申し上げます。最後に、皆様のご健康とご多幸を心よりお祈り申し上げます。

新入職員紹介

赤心堂グループでは、2026年4月に新入職員を迎えました。
よろしくお願いいたします。
慣れないこともあるかもしれませんが、精一杯頑張っていきます
ので、皆様よろしくお願いいたします。

看護部

飯塚 美保子

抱負：自己のスキルを磨き、日々知識、学びを深め、常に学ぶ姿勢で
頑張ります
趣味：のんびりした時間を楽しむこと

吉岡 正子

抱負：未経験からはじめますが、がんばりたいと思います
趣味：舞台観劇

藤原 叶弥

抱負：分からないことを分からないままにせず先輩たちに聞き理解を
深めていきたいと思います
趣味：TikTok

塚越 悠太

抱負：患者さんに寄り添えることができるようがんばりたい
看護師免許の取得に向けてがんばりたい
趣味：釣り、野球、音楽、ゲーム

鈴木 麗美

抱負：毎日学び、人生の糧にする
趣味：お酒、サカナクション、温泉

山本 伶奈

抱負：一つひとつ確実に取り組みます
趣味：ポケ活

診療技術部門

EMT科 兵庫 要司

抱負：地域医療に貢献する
趣味：自転車、料理、キャンプ

EMT科 嶋崎 天杜

抱負：社会人と救命士の両方が1年目となります
カッコいい先輩救命士の背中を追いかけて頑張ります！
趣味：スキー、ドライブ

薬剤科 関根 かれん

抱負：私は社会人としても薬剤師としても働くのはこちらの病院が
初めてです
まだ分からないことはたくさんありますが、患者さんの力に
なるよう、日々努力していきたいと思います。
趣味：旅行

事務部門

総合健診クリニック事務 田畑 久美

抱負：1日も早く即戦力となる様頑張りたいと思っております
趣味：スキー、サッカー

当院の栄養管理科 科長が表彰されました



栄養業務の発展と栄養士の資質向上に尽力し、県民の食生活改善に寄与した功績を埼玉県知事より表彰されました。



看護師資格取得者



合格おめでとう!



赤心堂病院 栄養科より

季節と食べ物にまつわる話をご紹介します。

紫外線対策

～紫外線による酸化から体を守る食事～

日差しがまぶしさが気になる季節となり、紫外線からお肌を守るため、日傘やサングラス、日焼け止めなどの対策に余念がない方も少なくないと思います。そこで栄養科からは紫外線からお肌を守る食材の提案をさせていただきます。そもそも紫外線の肌への照射は活性酸素を発生させ、日焼け・シミなど肌の老化をまねくことが傷害の根本であり、その対策は抗酸化作用を持つ食材のバランスのよい摂取です。紫外線の肌への照射は「活性酸素」を発生させ、肌の老化（日焼け・シミ・肌荒れ・ニキビ）につながります。その対策として日焼け止め、露出回避、UVカットサングラスが有効です。

紫外線対策に効果的な栄養素や食べ物

抗酸化作用の強い成分である、ビタミンA・C・E、ポリフェノール、カロテノイドは主に野菜や果物に多く含まれています。「活性酸素」を撃退し若さを保ってくれる効果があります。

- ・ビタミンA……………(レバー・カボチャ・人参)
- ・ビタミンC……………(ピーマン・ブロッコリー・キウイ)
- ・ビタミンE……………(アーモンド・アボガド・ココナッツオイル)
- ・ポリフェノール………イソフラボン(大豆)・カテキン(茶)・アントシアニン(ベリー)・ショウガオール
- ・カロテノイド……………リコピン(トマト・スイカ)・βカロテン(人参・薩摩芋・南瓜)
ルテイン(ほうれん草・ブロッコリー)

紫外線対策に逆効果の食べ物

「ソラレン」はグレープフルーツなどの柑橘類、セリ、セロリなどに含まれる光毒性物質で、紫外線の吸収率を高めます。毒性の継続時間は7時間ほどと言われているため、とる場合は朝ではなく夜にすると影響が抑えられます。

抗酸化レシピ

ビタミンA、ビタミンC、イソフラボンがとれる簡単なサラダをご紹介します。

卵とブロッコリーのビーンズサラダ

作り方

1. カットしたブロッコリーを耐熱容器に入れてふんわりとラップをし電子レンジ600Wで2分加熱、粗熱が取れたら水気を拭きとる
2. ゆで卵を加えてスプーンで大きめにほぐす。
ミックスビーンズ、ごま、マヨネーズを加える。

材 料 1人分

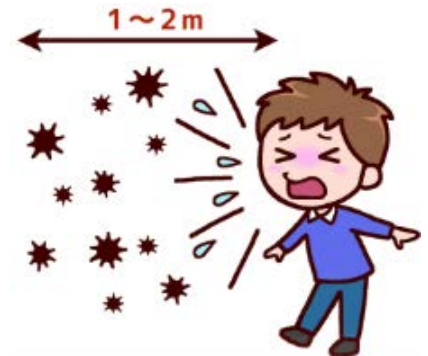
- | | |
|----------------|-------------------|
| ゆで卵……………1個 | ブロッコリー……1/6株(40g) |
| ミックスビーンズ……20g | 白すりごま……小さじ1/2 |
| マヨネーズ……………小さじ1 | |



咳エチケット マスク着用

- コロナやインフルエンザ等は飛沫（つばき）を浴びることで感染します。くしゃみや咳がでる場合には、周りに飛沫（つばき）を飛ばさないようにマスクを着用しましょう。
- 病院には免疫力が低下している方が大勢いる一方、感染症にかかっている方もいらっしゃいます。病院へ受診される際には、ご自身の身を守ると同時に周りの方へ感染を広げないために、マスクの着用をお願いしています。
- マスクを着用する際は、鼻～顎までしっかり覆えるサイズを選びましょう。（小さすぎる・大きすぎるものはマスクの効果が低下します）
- マスクの表面（自分の顔に接していない面）は、他の人の飛沫（つばき）がついている可能性があります。極力触らないようにしましょう。

ウイルスの飛ぶ距離



最後に、これから本格的な夏がやってきます。気温と湿度が高くなるこれからの時期に気を付けてほしいのが「食中毒」です。そのための対策を一部紹介します。

① 菌を付けない

- ・ 食品や調理器具、手指に菌を移さないために、調理前にはしっかり手洗いを行いましょう

② 菌を増やさない

- ・ 食品は長時間室温保管にならないように、買い物帰りはまっすぐ家に帰り、早めに冷蔵・冷凍庫へ保管しましょう

③ 菌をやっつける

- ・ 多くの菌は十分な加熱で死滅します。目安は中心温度75℃以上で1分間以上の加熱です（肉：赤みなし、ハンバーグ：肉汁は透明、魚：透明な身がない）。
- ・ コンロや電子レンジで温める際は、均一に加熱されるように時々かき混ぜながら、中心までしっかり加熱しましょう



最後まで読んでいただき、ありがとうございました。

こんにちは！ 感染管理室です

2020年に新型コロナウイルス感染症（以下コロナ）が大流行したことが記憶に新しいかと思いますが。コロナの流行を経験し、「感染症にかからない・感染症を人にうつさない」ための感染予防策が重要と再認識している今日この頃です。

当院では感染管理室を設置し、病院全体で感染予防策に取り組んでいます。感染予防策は患者さん・ご家族、職員が一丸となり実施すると効果倍増です！一緒に「感染症にかからない・うつさない」ためにできる感染対策をしましょう！



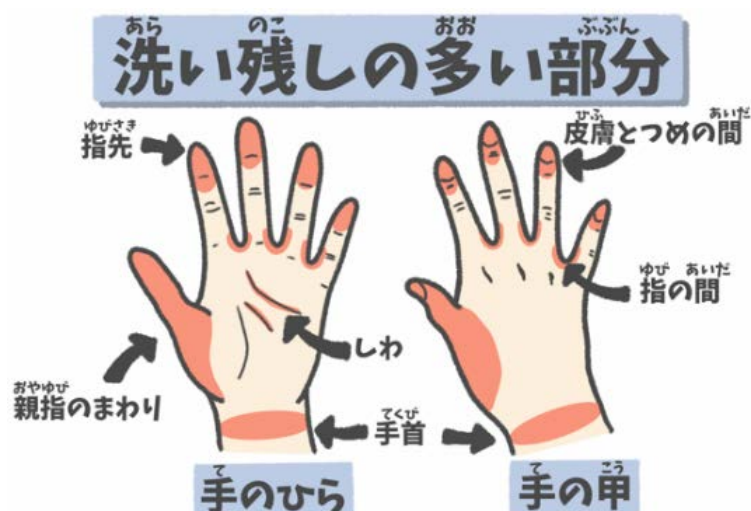
当院の感染対策チーム

薬剤師、医師、感染管理認定看護師、臨床検査技師

感染しない・感染を広げないためには原因となるウイルス等を
「①持ち込まない ②持ち出さない ③広げない」ことが重要です。
すぐに実践できる感染対策を2つご紹介します。

手指消毒（アルコールを手に擦る）・手洗い（石けんと水を使う）

- 感染の原因となるウイルス等は手に付着し、手を介して、目や鼻の粘膜から体の中に入ります。そのため、手をキレイにすることは感染対策を行う上で基本となり、重要です。
- 特に帰宅後、食事前、トイレの後にはしっかり手を洗うように注意しましょう



洗い残しがないように、注意しましょう

赤心堂病院 糖尿病教室

参加費
無料

日 時	テ ー マ
11月21日(土) 14:00～	糖尿病があっても安心! 楽しく旅行するコツ ●看護師
	大切な腎臓を守るために 知ってほしいこと ●看護師
	食事のポイント ●管理栄養士
2027年 1月16日(土) 14:00～	糖尿病と肥満 ●薬剤師
	糖尿病と運動療法について ●理学療法士

場 所: 赤心クリニック4階会議室

※予約無しでの当日参加が可能です

※感染対策のためマスク着用にご協力下さい

問合せ先 ☎049-243-9519

参加費
無料

予約
不要

2026年度 赤心活き粋 健康講座



11月7日(土) 『むせない』からこそ要注意!
忍び寄る誤嚥の正体…

時間: 14:00～15:00 (受付13:30～)

場所: 赤心クリニック

医療法人 ユニメディコ リハビリ部 言語聴覚士 加藤 知子先生

※会場は赤心クリニックとなります。
急な中止や変更の可能性があります。
ホームページ等で最新の情報をご確認下さい。
当講座は記録、広報用にビデオ、写真の撮影を
行っています。撮影を希望されない方はスタッフ
までお声かけください。

問合せ先 ☎049-243-5550

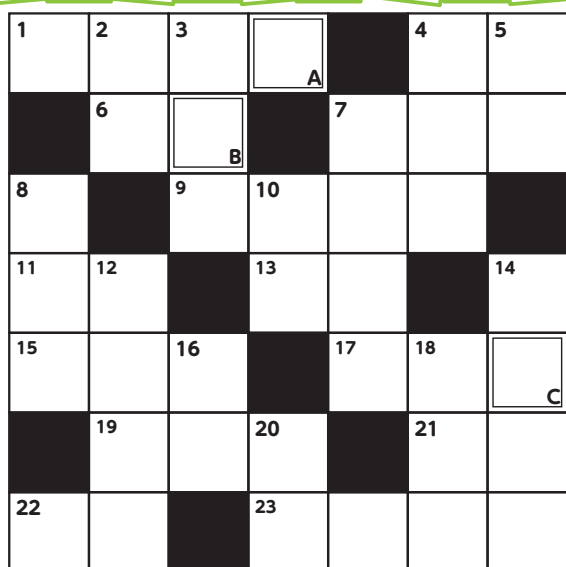
赤心堂総合健診クリニック▶



同時開催! 5分でわかる ワンポイント栄養講座

毎回少しづつ、あなたに大切な栄養のこと、お伝えします

クロスワードパズル



タテのカギ

- 2 勇敢ですぐれている人。能力がすぐれ、精力的に活動する人。
- 3 土地の形。
- 4 都を他の地に移すこと。
- 5 形が丸くて小さい物。
- 7 前にしたことについて、後になってから自分が悪かった、まちがえたと残念がること。
- 8 父や母の兄弟や姉妹の子ども。
- 10 蒸したもち米をうすなどでつき、さまざまな形にまとめた食品。
- 12 電波でラジオやテレビの番組を送ること。
- 14 合図のために片目でまばたきすること。
- 16 地球の表面で、水におおわれていない部分。
- 18 海・湖などの波が打ち寄せる所。波打ちぎわ。みぎわ。
- 20 土を小高く積み上げて築いた長い堤。堤防。

ヨコのカギ

- 1 子どもが遊ぶ道具。
- 4 論理的にねられた意見。主張。
- 6 アルコールが入っている飲み物。
- 7 褐色を帯びる革状の海藻。だしがとれる。
- 9 年下の女のきょうだい。
- 11 乗り物に乗らないで歩くこと。
- 13 地面の下。
- 15 仕入れた商品を消費者に直接販売すること。
- 17 ある決められた数や時間、量よりも小さいこと。
- 19 物の進む速さ。
- 21 金より少し軽く、白色の美しいつやを持った金属。
- 22 まっすぐで細長く手に持てるぐらいのもの。
- 23 他人の詩文・答案などを、字句を書き加えたり削ったりして直すこと。

こたえ

冬は空気が澄んで
よりキレイに見え
ます



赤心堂総合健診クリニック

赤心堂グループの健康診断専用施設で、人間ドック健診はいかがですか。年に一度の健診は健康とむきあうよい機会です。多彩な最新検査機器と上質で快適な空間でゆったりとしたひとときをお楽しみ下さい。

ソーシャルディスタンスは保ちつつ、心の距離をぎゅっと近づけるよう、職員一同笑顔でお迎えいたします。



お受け
いただける
健診



人間ドック（健保組合、個人）
生活習慣病予防健診（健保組合）
特定健診および後期高齢者健診（川越市、他）
法定一般定期健診
各種がん検診（川越市、他）

皆様の健康に対するご興味にあわせた、さまざまなオプション検査もご用意しております。

胸部CT検査による 肺がん検診



64列マルチスライスCT機器で
短時間で高精度な肺がん検診を
受けられます。

※除細動器・ペースメーカーの埋め込みを
されている方は受けられません。

骨粗しょう症検査

骨密度をチェックして
骨から健康づくり

超音波による骨密度（骨年齢）
検査に加えて、3種類の骨代謝
マーカーを血液で調べます。



View39アレルギー検査

代表的なアレルギーの原因
物質39項目を血液検査で

花粉症をはじめ、ハウスダストや動物・
植物・食べ物に対するアレルギーの有
無を血液で調べます。



社会医療法人社団尚篤会

赤心堂総合健診クリニック

〒350-1123 埼玉県川越市脇田本町21-1

電話：049-243-5550

ホームページからご予約・お問い合わせができます

<https://sekishindo-kenshin.jp/>

赤心堂の人間ドック

検索



《 病院理念 》

- 1 私達は赤心(まごころ)の気持ちで患者様に接し、常に患者様の立場を尊重することに努めます
- 2 私達は新たな医学知識と医療技術を修得し、地域の方々の健康と福祉の増進に努めます
- 3 私達は患者様の知る権利を尊重し、お互いの信頼に基づいて納得していただける医療の提供に努めます
- 4 私達は地域において、他の関連機関と連携して効果的な医療の実現に努めます

赤心堂病院

日本医療機能評価機構認定施設・二次救急病院



住所：川越市脇田本町25-19

TEL：049-242-1181

●診療科目

外科・脳神経外科・消化器科・整形外科・小児科
血管外科・婦人科・皮膚科・消化器外科・内科・麻酔科
肛門外科・循環器科・形成外科・乳腺外科・泌尿器科
放射線科・内視鏡外科・呼吸器外科・呼吸器内科
リウマチ科・脳神経内科・リハビリテーション科・救急科



当院は多様な働き方実践企業最高ランク
プラチナプラスに認定されています

赤心クリニック



住所：川越市脇田本町25-18

TEL：049-242-8601

●診療科目

循環器科・泌尿器科／人工透析室

上福岡腎クリニック



住所：ふじみ野市霞ヶ丘1-2-27

ココネ上福岡クリニックモール2F

TEL：049-261-2300

●診療科目

人工透析専門施設

赤心堂総合健診クリニック



住所：川越市脇田本町21-1

TEL：049-243-5550

●健診専門施設

日本総合健診医学会優良総合健診施設認定／健康保険
連合会指定病院・各共済組合・各健康保険組合指定

患者さんのために一緒に働く方を募集しております

赤心堂グループ

ホームページアドレス <https://www.sekishindo.or.jp>