



～病院と地域を繋ぐコミュニケーションペーパー～

<http://www.zenshukai.com>

発行 善衆会病院【広報委員会】 〒379-2117 群馬県前橋市二之宮町1381 TEL/027-268-3321(代表) FAX/027-268-3911(連携室) E-mail/mai@zenshukai.com

- 皆様と共に 質の高い医療を目指します
1. 質の高い安全な専門医療を提供するための、努力します
 2. 利用する皆様の権利を尊重し、安全な医療を提供します
 3. 職員が誇れる地域に根ざした病院づくりを目指します

季節の花 7月



野薊 ノアザミ

日本に広く自生するキク科の多年草。若くは葉は食用に。漢方の領域では生薬名を大薊(タイケイ)と言い、根を乾燥させたものを、解熱・止血・健胃・利尿・神経痛などに処方されます。花言葉は「私をもっと知って下さい」等。

外来担当医表

平成26年7月1日～

		月	火	水	木	金	土	
整形外科	午前	一般	関 伊東	柳澤 片山	関 面高	片山 橋本	恩田 生越	中川 橋本 山口(蔵) (第1) 関 橋本 (第2) 柳澤 面高 大澤 (第3) 関 生越 (第4) 関 片山 (第5)
		専門			門田 【足関節】			
	午後	一般	生越	恩田 橋本	中川 鈴木	片山	関 面高	
		専門			恩田 ※【脊椎】		恩田 ※【脊椎】	
スポーツ整形外科	午前	一般	木村 ※【予約制】	木村 ※【予約制】	中川 橋本	木村 ※【予約制】	柳澤 面高 (第1) 生越 片山 (第2) 中川 橋本 (第3) 片山 面高 (第4) 生越 中川 (第5)	
		専門	生越	中川		柳澤	面高	群大医師【肩】 (第1) 高岸【肩】 (第3)
	午後	専門			柳澤 ※【ESWT】		木村 (朝13:30-16:00) ※【統合医療】	
泌尿器科	午前	一般	真下 井上	篠崎 斉藤	岡村 宮澤	真下 岡村	上原	真下 井上 (10:00～)
	午後	一般	岡村	上原	真下 宮澤	井上	井上	
		専門	真下 ※【化学療法】				岡村 ※【特殊】	
内科	午前	一般	谷田部 林	生方 林	生方	谷田部 小川	谷田部 生方	林 (9:30～) 櫻井 (第1・3・5) 富澤 (第2・4)
	午後	専門	中島 【循環器】					
外科	午前	一般	福島	遠藤 【消化器外科】	福島 荻原	遠藤	福島 【消化器外科】	荻原
	専門			荻原 ※【NST】			小禮 【整形外科】(10:00～)	
麻酔科	午前		河野	人見	河野	人見	河野	
皮膚科	午後				太田 (第1・3・5)			

木村病院長の診察及び特殊外来の一部は予約制(※印)です。

4月1日より整形外科午後外来は完全予約制とさせていただきます。
整形外科外来初診の患者さまは午前の診察に限らせていただきます。

急な変更がございますので、お問合せください。

受付時間	午前	全診療科 8:30～12:00 (初診は、11:30まで)
	午後	泌尿器科 14:00～16:00 整形外科 15:00～17:00

〒379-2117 群馬県前橋市二之宮町1381
TEL/027-268-3321(代表)
FAX/027-268-3911(連携室)
<http://www.zenshukai.com>

退職

整形外科 鈴木 啓司 医師
平成26年6月30日付退職

善衆会病院での勤務を振り返ってどうでしたか？
あっという間の2年間でした。偉大な木村先生や優秀な先生方と過ごした日々は、私の医者人生の中で、最も充実した時間でした。たくさんの事を教えていただき、本当にありがとうございました。

善衆会病院のスタッフはどうでしたか？
どの部署の方も、明るく笑顔の似合う素敵な人ばかりでした。風通しがよく、とても仕事がしやすかったです。ご迷惑をおかけした事も少なくないと思います。皆さんありがとうございました。

患者さんへのメッセージをお願いします
外来で長時間待っていられても、笑顔で野菜の差し入れをくださったり、私の方が癒されることが多かったです。治療が途中になってしまう方も多のですが、私も信頼している善衆会病院へ、今後とも通院をお願いいたします。

整形外科医師 交代のお知らせ
入退職医師紹介

入職

整形外科 片山 和洋 医師
平成26年7月1日付入職

先生のご専門について教えてください
一般整形外科
所属学会：日本整形外科学会、JOSKAS
認定医(専門医)：日本整形外科学会専門医

患者様への診療方針や心掛けていること等を聞かせてください
わかり易く、丁寧な説明を心掛けて診療を行っています。

ご趣味、好きなスポーツは何ですか？
趣味は、ダイビング。
好きなスポーツは、ラグビーです。

患者様や病院利用者の方へメッセージをお願いします。
よろしくお願ひします。



健康講座を開催します

おしえて！
熱中症 についてと 応急手当

健康講座の お知らせ

第28回 5らぐ健康講座
膝の痛みを 解消しよう

第1回：膝の痛みの原因について、診断検査、簡単な治療
第2回：股関節、ストレッチを中心に紹介
第3回：最終検査、実践のまとめ
膝の痛みを解消したい方のための3回連続講座です。

7月29日 14:00-15:15
善衆会病院 内科 生方 幹夫 医師
城南公民館 (前橋市二之宮町1320)

8月20日 11:00-12:00
9月17日 10:15
10月15日

善衆会病院 企画広報課
TEL.027-268-3321
(月～金 9:00～17:00)

善衆会病院 理学療法士
第1回は スマーク伊勢崎 3Fスマークホール

栄養科のとある一日に密着！ 栄養科の一日

病院で働く人々の密着企画「第四弾」は、当院の診療技術部の一部門「栄養科」をご紹介します。積極的な栄養指導を行い、お食事による早期疾病の改善のお手伝いをしています。「食」は、命の源であり生活の一部です。そんな「栄養科」の一日を覗いてみましょう。



8:30 朝礼・申し送り・朝食の検査

9:30 栄養相談

10:30 選択メニュー表配布

11:30 配膳チェック・昼食の検査

11:50 嚥下造影検査(VF)用食事の準備

12:30 NSTカンファレンス・回診

13:30 休憩

14:30 病室訪問

16:00 献立確認・献立表掲示

16:40 栄養剤・補助食品在庫チェック

16:50 配膳チェック・夕食の検査

17:00 業務終了

主治医の指示により、患者さんの食事状況・生活環境を確認し、分かりやすい栄養相談を心がけています。

嚥下造影検査(VF)に使用する、バリウムを混ぜた食事を準備します。

当院では、常食患者さんへ、週3回朝・夕食に2種からお好きなメニューを煮べる。選択メニューを実施しています。常食患者さんへ事前に選択メニュー表を配布し、選択していただいています。

NSTとは、栄養サポートチームの略語で多職種(医師、看護師、コメディカル)で患者さんの栄養改善をサポートしています。毎週一回カンファレンス・回診を行っています。

入院患者さんへ提供する献立の、栄養量・食材などの確認を行います。予定献立は各病棟と栄養相談室前に掲示をしています。

当院では、治療の影響や手術後など、様々な理由でお食事が進まない患者さんには、食べやすく栄養量の高い補助食品を提供しています。

入院患者さんへ提供するお食事の配膳確認を行い、提供前に栄養士が検査(試食)します。

治療中の喫食者や食事摂取不良の患者さんを中心に、管理栄養士がベッドサイドで食事説明や嗜好調査を行っています。

栄養科は、入院患者さんに安心・安全で美味しく質の高いお食事を提供することを基本方針として、日々努力しています。

栄養科の主な業務は、入院患者さんへの食事の提供と患者さんの栄養管理、入院・外来における栄養相談です。患者さんに少しでも快適な入院生活をお過ごしいただけるよう、旬の果物や野菜を取り入れ、四季折々の行事食もご用意しています。さらに、患者さんに安心・安全で美味しく質の高い食事を提供できるよう、年2回嗜好調査を実施しています。入院患者さんに適した食事を提供していますが、食事が摂れない方や栄養状態不良の方に対しては管理栄養士が直接入院患者さんのところへ行き、栄養状態が改善するようサポートしています。また、食事療法が必要な方へは、医師の指示のもと予約制で栄養相談を行っています。

食育コラム 栄養科 だより

夏が近づき、食中毒が心配される季節になってきました。当院では6月から9月を「食中毒対策月間」と定め、患者様や職員へのアナウンスを行っております。今回は食中毒予防のためのポイントをいくつかお伝えします。

食中毒予防の三原則は……
細菌を **付けない** **増やさない** **やっつける**

家庭での食中毒予防についての6つのポイント

- ① 食品の購入**
 - 消費期限の確認。
 - 肉・魚は、他の食品に付かないように分けてビニール袋に入れる。
 - 配合剤を使う。
 - 賞味期限をみて、すぐに食べる。
- ② 家庭での保存**
 - 焼いたらすぐに冷蔵庫(冷蔵庫)へ。
 - 冷蔵庫は10℃以下、冷凍庫は-15℃以下に保ち、物を詰めすぎないようにする(7割程度)。
 - 肉・魚は汁がもれないように包んで保存。
 - 肉・魚・卵などを取り扱うときは、前後に手洗いをします。
- ③ 下準備**
 - 調理の前に冷蔵庫で丁寧に手を洗う。
 - 野菜などの食材は流水できれいに洗う。
 - 肉・魚を触ったら手を洗う。
 - 生じたままの卵は肉・魚・野菜用と別々に使い分ける。
 - 冷凍食品の解凍は、冷蔵庫を利用して、自然解凍は避ける。
 - 使用後の調理器具、ふきんはよく洗い、熱湯をかけて殺菌する。お掃除剤殺菌の使用も効果的。
- ④ 調理**
 - 作業前に手を洗う。
 - 加熱は十分に(中心部まで75℃以上)。
 - 調理を途中でやめる場合、食品は冷蔵庫へ。
- ⑤ 食事**
 - 食べる前に石けんで手を洗う。
 - 清潔な箸・箸ケースを使う。
 - 作った料理は長時間室温に放置しない。
- ⑥ 残った食品**
 - 扱う前に手を洗う。
 - 清潔な密閉容器に保存する。
 - 早く冷えるように小分けする。
 - 温め直す時は十分に加熱する。(75℃以上)
 - 時間が経ちすぎたもの、ちよっとでも怪しいと思ったものは思い切って捨てる。

食中毒がなと思ったら、おう吐や下痢の症状は、医師の指示を確認しようという体の反応です。下痢止めなど薬をむやみに服用せずに、早めに医師の診断を受けましょう。

リハビリ リレーコラム その27 リハビリテーションの現場から

ぽっこりお腹を解消しよう！

梅雨も明け、本格的な夏を迎えましたが、皆様お体お変わりありませんか？暑い日が狭く動くのが億劫になってしまい、なかなか外に出たくなくなってしまいますね。家にいると、気が付くところごう理でしまったりすることもあり、気が付くとお腹がぽっこりしてきた…なんてこともあるでしょう。

今回は動かないことによる筋力が落ちないように予防し、ぽっこりお腹を解消するための自宅で簡単にできる運動をいくつかご紹介したいと思います。

お腹をへこませ運動



息を吐きながら、お腹をへこませます。

頭を上げる運動



お腹に力を入れ、頭を上げ、おへそをのぞくようにします。

お腹のストレッチ



両手で体を持ち上げます。腰をそりすぎないように行います。

これらの運動を行うことで運動不足を解消し、お腹の筋肉を鍛えることでぽっこりお腹を予防することができます。毎日数回でも続けることが大切です。日々の生活に取り入れ、暑い夏を元気に乗り切ってください。