



～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1391 TEL/027-268-3321(代表) FAX/027-268-3911(連携室) E-mail/mail@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、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  
2月



猫柳 ネコヤナギ

春まだ浅い頃、猫の毛並を思わせるふさふさとした銀白色の尾状の花穂(かすい)をつけます。樹皮に多く含まれる有効成分「サリシン」は、医薬品「アスピリン」の母体となった物質です。花言葉は「自由」「努力が報われる」等。

# 外来担当医表

平成27年2月1日～

変更箇所は赤字で掲載しています

		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(副) (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					臼尾(第2・4) 【足外来】	
	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】 生越	木村 ※【予約制】 中川	中川 橋本	木村 ※【予約制】 柳澤	伊東 面高	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 柳澤 (第5) 群大医師【肩】 (第1) 高岸【肩】 (第3)
		専門						
	午後	専門		柳澤 ※【ESWT】			木村 (第1・3)14:00-16:00 ※【総合医療】	
泌尿器科	午前	一般	真下 井上	篠崎 育藤	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 萩原	遠藤	福島 【消化器外科】	萩原
		専門		萩原 ※【NST】			小櫃 【泌尿科】(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)				

## 今からはじめる花粉対策！ 花粉症の基礎知識

花粉症とは

現在日本人の約25% (4人に1人) の人が花粉症だと言われています。花粉症とはスギやヒノキなど植物の花粉が原因となつてくしゃみ・鼻水などのアレルギー症状を起こす病気です。季節性アレルギー性鼻炎とも呼ばれています。原因となる花粉の飛び季節だけ症状があり、日本では、約60種類の植物が花粉症を起こすと報告されています。

【主な原因アレルゲン】  
スギ・ヒノキ・カモガヤ・オオアワガエリ・ブタクサ・シラカバなどです。



予防と対策

一般的に、スギ花粉は関東では1月下旬から飛び始めます。花粉が飛び始める2週間前から治療を開始(初期療法と言います)することが最も効果的とされています。そのため、1月中旬には医師に相談して自分の生活スタイルに合った花粉症対策を始めることが重要です。

花粉対策と注意点

### 【外出時の注意点】

- ・マスクやメガネ、スカーフを着用し、花粉の目や鼻への侵入を防ぎましょう。
- ・花粉の付着しやすいウールなどの衣類の着用は避けましょう。
- ・晴れた日、風の強い日などは、花粉が飛びやすいため、外出は控えましょう。

### 【帰宅時の注意点】

- ・玄関に入る前に、衣類に付着した花粉を払い落としましょう。
- ・手洗いや洗顔、うがいを行い、花粉を洗い流しましょう。



### 【室内での注意点】

- ・外に干していた洗濯物などは、付着した花粉を払い落としてから取り込みましょう。
- ・花粉の飛散量の多い日には、花粉の侵入を防ぐため、ドアや窓は閉めておきましょう。
- ・こまめに室内を掃除しましょう。
- ・睡眠を十分にとり、体調を万全にしましょう。
- ・ストレスはためないように心がけましょう。

花粉症の症状が出る前から、お薬による花粉症初期療法を始めていると、症状の発症を遅らせ、飛散シーズン中の症状を和らげることが出来ます。

## もしかして、花粉症?と思ったら... アレルギー検査について

当院では、内科でアレルギーの検査を行っています。アレルギー検査では血液検査で非特異的IgE、特異的IgEを調べます。イネ科植物花粉、雑草花粉、樹木花粉、昆虫、室内塵・ダニ、真菌類(カビ)、動物上皮、植物など様々なアレルギーを調べることができます。アレルギーの検査の金額は調べるアレルギーの項目にもよりますが、これら全部の検査を行うと約6,000円となります。



善衆会病院主催 第30回らくら健康講座

## 心と体が元気になる講座

～怒りに翻弄されないために～

2015年2月26日(木) 3月26日(木)  
(両とも11:00-12:00)

講師：臨床心理士 酒井晃洋  
会場：スマーク伊勢崎 3Fスマークホール

お申し込み 20人まで  
お申し込み TEL.027-268-3321 (月～金 9:00～17:00)

本村病院長の診察及び特殊外来の一部は予約制(※印)です。  
 午後の整形外科外来は完全予約制です。  
 整形外科外来の初診受付は午前11:30までです。

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1391  
 TEL/027-268-3321(代表)  
 FAX/027-268-3911(連携室)  
<http://www.zenshukai.com>





- ### マヨネーズアレンジレシピ
- みそマヨネーズ**
    - マヨネーズ..... 2/3カップ
    - みそ..... 大さじ3
    - 白ワイン..... 大さじ3
    - すりおろしにんにく..... 1かけ
    - 野菜スティックのディップや卵めものタレに!
  - おかかマヨネーズ**
    - マヨネーズ..... 大さじ2
    - しょうゆ..... 大さじ1/2
    - かつお節..... 6g
    - 塩..... 少々
    - きゅうりにびっだりの味。おにぎりの具にも!
  - 梅マヨネーズ**
    - マヨネーズ..... 1/2カップ
    - 梅肉..... 大さじ2
    - 大根サラダや和風のサンドイッチに!
  - カレーマヨネーズ**
    - マヨネーズ..... 1/2カップ
    - カレー粉..... 小さじ1強
    - おろし玉ねぎ..... 大さじ1
    - レモン汁..... 小さじ1
    - 鶏肉や豚肉をのせたらサラダに!

今月はどこのご家庭でも必ず常備されている、あらゆる世代の方から好まれる「マヨネーズ」について。日本とヨーロッパでは卵黄タイプが主流で500gのマヨネーズでは卵4個分の卵黄が使用されているそうです。これに対してアメリカでは全卵タイプが主流です。カロリーは卵黄タイプの方が低めです。JASによるマヨネーズの基準では食用の植物油が65%以上とされていますがカロリーを抑えたものは油の量を減らして空気を含ませることでなめらかにしており「マヨネーズタイプ」として区分されています。マヨネーズをそのまま利用されることも多いかと思いますが、たまにはマヨネーズをアレンジしてみるのもいいですね。



先月は、生活習慣病の中のひとつ「糖尿病」のメカニズムと、普段から取り始める生活習慣病を予防する「食事の工夫」についてご紹介しました。今月は「運動編」と題して、普段の生活の中に意識して取り入れるだけで生活習慣病予防へと繋がる、簡単な「運動」について、ご紹介していきます。

### 生活習慣病を予防する運動の工夫

- 外出するとき、少しだけ早めに歩く**  
無縁のない範囲で歩幅を広げたり、早歩きを意識します。
- 遠回りして歩く距離を増やす**  
少し早目に家を出て、目的地まで遠回りをする。
- 買い物は歩いて、買いためにせずこまめに歩く**  
買い物に行く回数を増やす。
- 3階までは階段を使う**  
平行に動くより運動効率が上がるため、筋力アップに繋がる。
- 1日1万歩を目標に歩く**  
1日30分×3回が目安。1週間で7万歩でもOK!
- 週に1回程度車を使わない日を設ける**  
近所のスーパーやコンビニで車を使わずに行くのもOK!
- 周囲の風景などを楽しみ、観察しながら歩く**  
街中の景色や自然の変化を楽しみながら歩くことで長続きする。
- テレビを見ながら、ストレッチをする**  
CMの間だけでも、体を動かすことを意識すると◎
- 泳げなくても、水中を歩く**  
水中ウォーキングは全身運動であり有酸素運動です。

上記に挙げた項目は健康な人向けのものです。病院に通院中の方などは医師に相談して行ってください。生活習慣病の予防には心がけが大切です。予防をしていき、健康に生き生きと暮らすに役立ててほしいです。

### 病院で働く人々

第11回

# 医療サポート課の一日



8:00 早朝受付開始



8:20 朝礼



8:30 受付開始  
各診療科受付開始



9:00 診療開始

午前



12:00 午前受付終了  
午後受付開始(予約制)



13:30 休憩



午後

17:00 業務終了

当直勤務

8:30より外来受付を開始します。患者さんの症状に合わせて診療科の受付を行います。初診の方には初診申込書と問診票の記入をお願いしています。書類の申し込みも随時受付しています。

朝礼では連絡事項を申し送りし、医療サポート課全員で情報共有をしています。

各料受付では問診票の入力や診察・検査予約を取ったり、検査の説明などスムーズに外来が進むように心がけています。

電子カルテに患者さんのお名前、住所、保険証などの基本情報を登録し、IDを作成します。その後、各外来・検査室や入院の病棟へご案内します。

患者さんの診察後、診療内容に沿って医療保険の点数計算をします。医師が電子カルテに入力した内容に基づき、外来・入院それぞれの患者さんの自己負担分を計算します。お会計の際は、お名前でお呼びをしていますが、同姓同名患者さんの取り違えを防ぐため、生年月日をお伺いしています。

午後、会計入力の他、各料から回収された書類の整理や、電話対応、診療報酬明細書(レセプト※)のチェックを行います。レセプトチェックは、レセプトに記載されている内容と患者さんの氏名、生年月日、病名や診療内容(検査、処方薬名)、保険証の種類・番号など誤りがないかチェックします。

※診療報酬明細書(レセプト)とは...通常、医療機関を受診した場合には医療費が発生します。その医療費の一部(3割、1割など)は患者さんが窓口で支払いますが、残りの医療費は医療機関が国民保険・社会保険などの各保険者に請求します。保険者に請求する際に作成するのが診療報酬明細書(レセプト)です。

医療サポート課は患者さんが安心して受診できるよう、正確な情報を医師や看護師に提供し、診療がスムーズに進むように日々、努力をしています。

医療サポート課は患者さんの症状に合わせて受付を行い、必要な情報を医師や看護師に提供し、診療が効率良く行えるようサポートする仕事です。また外来・入院や検査のご案内がスムーズにできるように常に各料と連絡を取り合い、来院された患者さんの対応をさせて頂いています。当院では主に外来・入院患者さんの受付・会計、各料受付、医療費の計算などの業務があります。その他にも正しい請求を行うため診療報酬明細書(レセプト)のチェックを行ったり、病院にかかってくるすべての電話に対応しています。何かわからないことがありましたら、総合受付やお電話でお気軽にご相談下さい。

受付や会計など患者さんと触れ合う機会が多く、他部署に比べて皆様もイメージが付きやすい仕事なのではないでしょうか？その傍らでどのような仕事をされているのか「病院の顔」とも言われる「医療サポート課」の一日に密着しましょう!

