

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

**医療用語** vol.1

**セカンド・オピニオン**

患者が検査や治療を受けるに当たり主治医以外の医師に求めた「意見」、または「意見を求める行為」。

複数の専門家の意見を聞くことで、より適した治療法を患者自身が選択していくべきと言う考え方に沿ったものです。

セカンド・オピニオンは「診療」ではなく「相談」になるため、健康保険給付の対象とはならず、全額自己負担となります。

**知ま**

**絆** VOL. 37

ぎずな

～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/mail@zenshukai.com

## 健診と検診のちがい

健診と検診はどちらも予防や早期発見を目的にしています。

**【健診】**…健康状態を評価する

主に自覚症状のない人が、自分の健康状態を知ることが目的(健康診査、健康診断)

**【検診】**…特定の病気を評価する

特定の病気を早期に発見し、早期に治療することが目的(がん検診)



どちらも健康な人を対象にしているため健康保険の適応を受けません。

## 当院でお申し込みいただける健診と検診

**健診** ◎特定健診(当日検査)

前橋市が実施する「特定健診」は当院でお申し込みいただけます。対象は前橋市在住の40歳以上の方です。

特定健診では身長、体重、血圧、血液検査、尿検査など一般的な項目を検査しており、午前中のみ検査を行っております。

特定健診を希望される方は前橋市から送付された書類一式と医療保険被保険者証を必ずご持参下さい。

**検診** 当院では胃がん(予約制)・大腸がん(予約制)・前立腺がん・胸部検診が受けられます。

◎胃がん検診・大腸がん検診(予約制)

胃がん・大腸がん検診は一度受診して予約をしていただけます。

胃がん検診は上部消化管内視鏡検査(胃カメラ)とバリウム検査の2種類あり、選択できます。

大腸がん検診では便検査を行います。

◎前立腺がん検診(当日検査)

前立腺がん検診は血液検査を行い、前立腺特異抗原(PSA)値で前立腺がんを判断します。年齢によって正常判定基準値は異なります。

年齢	PSA正常判定基準値
50歳～64歳	3.0ng/ml以下
65歳～69歳	3.5ng/ml以下
70歳以上	4.0ng/ml以下

◎胸部(肺がん)検診(当日検査)

胸部検診も午前中に予約なしで検査を行うことができます。胸部X線(レントゲン)検査を行い、肺がん・結核を判断します。

〈企業検診&人間ドックに対応〉

企業検診、人間ドックも受け付けています。料金は検査の項目によって異なりますので、医療サポート課までお気軽にご相談下さい。

## 外来担当医表

平成27年5月1日～

		月	火	水	木	金	土	
整形外科	午前	一般	伊東 石綿	中川 片山	石綿 上野	柳澤 上野	恩田 生越	中川 石綿 (第1) 生越 上野 山口 (第2) 柳澤 石綿 面高 (第3) 生越 片山 (第4) 中川 片山 (第5)
		専門				日尾(第2・4) 【足外来】		
	午後	一般	生越 鈴木	恩田 片山	中川	柳澤	石綿	
		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】 柳澤	中川 片山	木村 ※【予約制】 萩原	萩原 伊東	柳澤 上野 (第1) 萩原 片山 (第2) 中川 上野 (第3) 萩原 石綿 (第4) 生越 柳澤 (第5)
		専門		小林 【上肢外来】				群大医師【肩】 (第1) 高岸【肩】 (第3)
	午後	専門		柳澤 ※【ESWT】			木村 (第1・3)14:00-16:00 ※【統合医療】	
泌尿器科	午前	一般	真下 富田	篠崎 斉藤	岡村 根井	真下 岡村	上原	真下 富田 (10:00～)
	午後	一般	岡村	上原	真下 根井	富田	富田	
		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 相澤	谷田部 相澤 小川	谷田部 生方	林 相澤 坂入 (第1・3・5) 富澤 (第2・4)
		専門		依田 【循環器】				
	午後	専門	中島 【循環器】	依田 【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 【血管外科】(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。

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

医療法人 社団 善衆会  
**善衆会病院**

〒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>

お問い合わせ・ご予約 / 医療サポート課(総合受付) TEL:027-268-3321



◎膝のお皿を動かす



〈方 法〉膝を伸ばして、両手で膝のお皿を動かします。  
 〈ポイント〉太ももの力を抜いて、膝をゆったりと伸ばした状態で行う。  
 上下・左右・斜めと行き、動かしにくいところがあればそこを他よりも回数  
 を多く行いましょう。痛みのない範囲で行いましょう。

◎ふくらはぎのストレッチ



〈方 法〉膝を伸ばして座り、足先にタオルを引っかけます。  
 両手で手前に引っ張ります。  
 〈ポイント〉膝が曲がらないように行いましょう。ふくらはぎが伸びているのを意  
 識して行いましょう。

◎膝裏のストレッチ



〈方 法〉仰向けになり、足先にタオルを引っかけます。膝を天井の方へ伸ばします。  
 〈ポイント〉膝の裏側が伸びているのを意識します。痛みのない範囲で行いましょう。

注意：いずれの運動も痛みのない範囲で行い、呼吸を止めないように行って下さい。  
 膝に腫れがある場合や強い痛みがある場合などはお医者さんに相談をして  
 みて下さい。

第34回



リハビリテーションの  
現場から

痛みをとろう！  
**【膝痛】**に対して  
 ストレッチを行うことで、膝まわりが柔らかくなり、  
 膝の曲げ伸ばしがしやすくなります。

①  
ストレッチ  
編




次回予告  
 7月号では、  
**【膝痛】**に対して  
 ②筋力トレーニング編を  
 お届けします。

〈ご案内〉内容の充実と読み易さに配慮し、「栄養科だより」と「リハビリリレーコラム」は隔月での掲載となります。

ご存知  
ですか？  
**専門外来のご紹介**



当院では、「専門外来」を設け、患者さまのニーズに沿うような  
 医療を提供しております。  
 専門外来は、予約制の診療科がありますのでご注意ください。

外来名	担当医	診察日・時間	主な対象疾患
スポーツ整形外科 上肢外来	 小林医師	毎週火曜日 9:00~12:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>テニス肘</li> <li>野球肘</li> <li>五十肩</li> <li>腱板断裂</li> <li>肩関節周囲炎 等</li> </ul> 
整形外科 足外来	 日尾医師	第2・4木曜日 9:00~12:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>外反母趾</li> <li>変形性足関節症</li> <li>足関節の捻挫</li> <li>扁平足に伴う障害</li> <li>スポーツ障害</li> <li>外傷 等</li> </ul> 
内科 循環器 外 来	 依田医師	毎週月曜日 午後★ 毎週火曜日 9:00~12:00 午後★	<ul style="list-style-type: none"> <li>狭心症</li> <li>心不全</li> <li>心臓弁膜症</li> <li>不整脈</li> <li>動脈硬化 等</li> </ul> 
外科 血管外来	 小櫃医師	毎週金曜日 10:00~12:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>透析患者様の シャント造設</li> <li>シャントトラブル</li> <li>下肢静脈瘤手術 等</li> </ul> 
外科 NST外来	 荻原医師	毎週火曜日 午前★	<ul style="list-style-type: none"> <li>摂食障害</li> <li>嚥下障害</li> <li>栄養障害 等</li> </ul> 

★の時間帯は予約制です。事前にお問合せください。