

医師より患者様へ



総合診療部  
外松 哲彦 医師



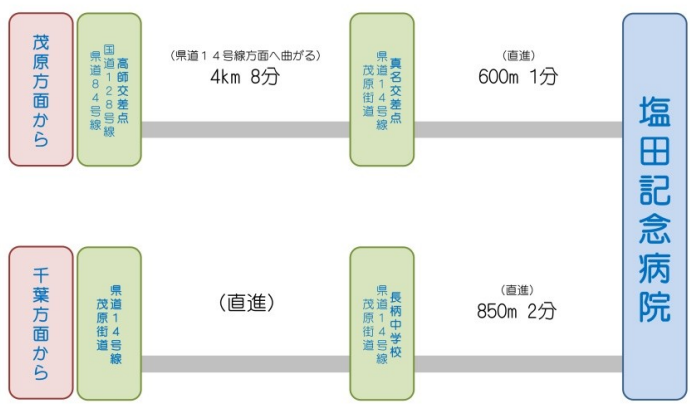
糖尿病とは、血糖値が病的に高い状態をいいます。ひとことに血糖値が高いと言っても、無症状の状態から、のどの渇き・排尿の回数が多い状態、さらには意識障害、昏睡に至るまで様々です。

高血糖そのものによる症状を起こすこともあるほか、長期にわたると様々な臓器に重大な障害を及ぼす可能性があり、糖尿病治療の主な目的はそれら合併症を防ぐことにあります。ただ、自覚症状がほとんどなく突然発症する病気で、高血圧や脂質異常症などと同様にサイレントキラー（静かな殺し屋）と呼ばれています。

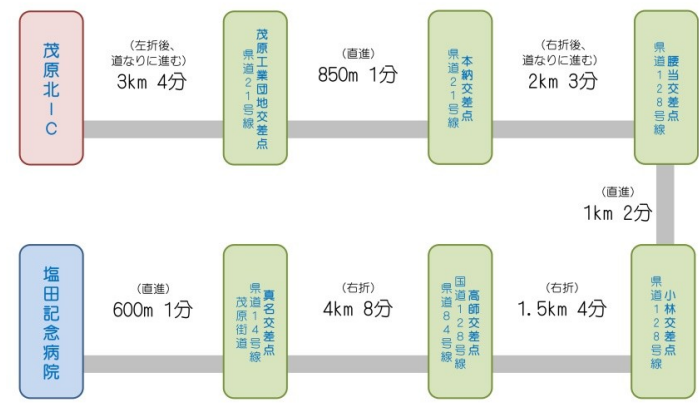
生活習慣を見直す必要があり、食事療法で食生活を改善していくこと、適度な運動を取り入れる運動療法、そして薬による薬物療法などを行っていくこととなります。最悪の場合、失明する可能性もありますし、進行すれば腎不全を起こしてしまう人などもいるので、定期的な外来診察での評価が必要となります。

糖尿病がご心配の方は、是非当院内科外来にご相談ください。

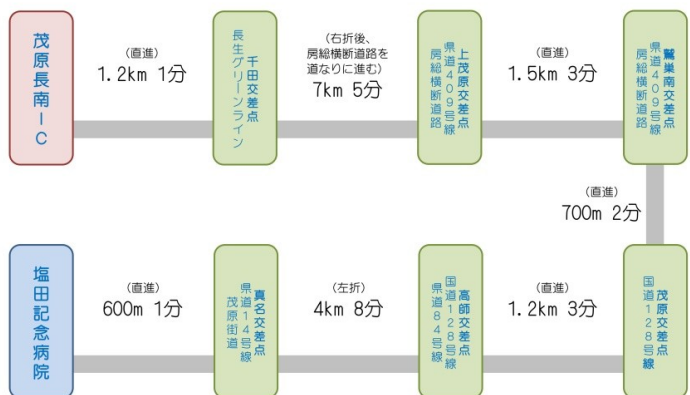
お車ご利用の場合 ※距離・時間は概算です。



圏央道（千葉方面）・千葉外房有料道路 ご利用の場合



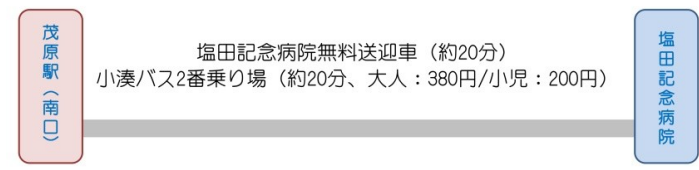
圏央道（木更津・君津方面）ご利用の場合



電車ご利用の場合 (平成26年4月1日改正)



無料送迎車・バスご利用の場合 (平成26年4月1日改正)



※最寄駅はJR外房線茂原駅となります。  
※乗車口は無料送迎車・バス共に茂原駅南口からの乗車となります。ご注意ください。  
※塩田記念病院無料送迎車は当院のロゴが入った車両となります。ご注意ください。  
※小湊バスは茂原駅南口より小湊バス2番乗り場で「和楽の郷」「長柄中」「ロングウッドステーション」「労災病院」行きをご利用ください。  
※小湊バスをご利用の方は「塩田記念病院前」で下車して下さい。

今月のお知らせ

- 脳神経内科 木曜日 西山医師 午後の診療受付時間が15:30までとなりました。
- 耳鼻咽喉科の診療日が増えました。耳鼻咽喉科の診療日が月曜日・木曜日・金曜日・土曜日となりました。通常の診療に加え、「睡眠時無呼吸症候群」の診療も行っております。症状にお心当たりがある方は、お気軽にご相談ください。

月	火	水	木	金	土
小谷医師	—	—	スミス医師	田崎医師	交代制

- 献血が行われます。日時：6月13日（金） 15:30~16:30 会場：塩田記念病院 1Fロビー 皆様のご協力をよろしくお願い致します。

# 看護のお仕事

## 4階病棟のご紹介

当院の2007年の開院と共に、4階病棟は19床脳外科単科病棟としてスタートしました。現在は、脳外科をはじめ、整形外科、循環器内科、総合診療部などの急性期を中心とした多くの診療科の患者様を日々看護しています。

病棟スタッフには、看護師、准看護師、看護師の補助的業務をする看護補助、病棟の事務的業務をする病棟クークがいます。看護師、准看護師は、様々な病院で経験を積んだ中堅看護師がいますが、当院で育った若い看護師も多く、よりよい看護を提供できるよう日々努力しています。

今後は、救急など急性期治療を中心とした地域に根差した医療ができるよう今以上の医療サービスの向上に努めていきたいと考えています。



ナースステーション



4床室

# 季節のレシピ

梅雨空の季節になりました。さっぱりとしたおかずでさわやかな風を食卓に運んで、夏に向けて食事から体調を整えましょう。

〈あじの竜田揚げトマトソース〉 2人分

あじ160g(2尾)

A おろししょうが5g、しょうゆ10g、酒6g、片栗粉20g

B トマト中1個(150g)、シソの葉5枚、玉ねぎ中1/2個(80g)、しょうゆ10g(小さじ2杯弱)、砂糖5g(小さじ1杯強) ごま油6g(小さじ1杯強)

- あじの切り身は食べやすい大きさに切り分ける。
- ①のあじをAのおろししょうが・しょうゆ・酒に漬け込む。
- 片栗粉をまぶして油で揚げる。
- トマトは湯むきし1cm角切りに、玉ねぎはスライス、シソの葉は千切りにし、調味料と和えておく。
- ③のあじに④のトマトソースをかけていただく。  
※あじのかわりにカジキマグロのソテーでもよく合います。



〈冬瓜のオクラあん〉 2人分

とうがん200g、オクラ2本(20g)、むきえび30g

A 薄口しょうゆ8g(小さじ1杯弱)、塩0.5g、みりん3g(小さじ1/2)、出し汁200ml(カップ1)、片栗粉5g

- とうがんは食べやすい大きさに切る。オクラは輪切りにする。
- Aの出し汁を鍋に入れ火にかけ、とうがんを煮る。
- ②のとうがんに火が通ったら、むきえびを入れて、色が変わったら調味料を入れ、オクラも入れて火を軽く通し、水溶き片栗粉でとろみをつけて火を止め、盛り付ける。

栄養科 管理栄養士 戸矢静華

診療科		月	火	水	木	金	土
総合診療部 (内科・外科・内視鏡等)	午前	※塩田総院長 (外科) 受付 8:30~10:00 14:00~15:00	※住吉 (外科) 初診受付16:00まで	外松(内科) (予約制)9:30から	外松(内科) 診療 9:30から	小森 (内科)	交代制(内科) 第1.3.5 ※大木(肝臓内科) 第2.4 (各医師午後休診)
	午後			—	—		
	午前	外松 (内科)	—	※横尾	—	※佐久間 (外科) 受付 15:30まで	—
	午後	小森 (内科)					
脳神経外科	午前	※足立 初診受付16:00まで	青柳部長	小幡	—	青柳部長	小幡 第1.3.5 青柳部長 第2.4
	午後			小幡 (予約制)		青柳部長 [髄膜腫・ 神経鞘腫外来]	—
整形外科	午前	塩田副院長	石井	塩田副院長	塩田副院長	石井 塩田副院長 第1.3.5	石井 塩田副院長 第2
	午後	—		石井		塩田副院長 石井 第4	—
	午前	—	※蔵本 初診受付16:00まで	—	—	—	※蔵本 第1 ※金子 第4
	午後	—				※金子(予約制) 第2	
循環器内科	午前	中津センター長	森口	森口	高木 第3のみ 中津センター長	中津センター長	交代制
	午後	高木	交代制			大橋	大橋
婦人科	午前	遠藤院長	遠藤院長	—	遠藤院長	—	遠藤院長
	午後	遠藤院長 診療15:30から					
ペインクリニック	午前	—	—	—	—	—	—
	午後	—	中村部長	—	—	—	—
サイバーナイフ外来	午前	—	—	—	※宇野	—	—
	午後	—	—	—	初診受付16:00まで	—	—
脳神経内科	午前	—	—	※太田 第1.3.5 受付 15:30まで	※西山 受付 15:30まで	—	—
	午後	—	—				
耳鼻咽喉科	午前	※小谷	—	—	※スミス	※田崎	交代制
	午後	初診受付16:00まで			初診受付16:00まで	受付 15:30まで	
糖尿病外来	午前	—	—	—	—	—	—
	午後	※中野 第1.3					
泌尿器科	午前	—	※稲津	—	—	—	—
	午後	—	初診受付16:00まで				

※ 印は非常勤医師です。

◎ 診療予定は変更となる場合があります。予約外で来院される場合は電話にてご確認ください。

◎ 休診・代診等のご案内は『お知らせコーナー』や『ホームページ』にてご確認ください。

◎ 保険証は毎月確認させていただきますのでお持ちください。

診療受付時間(月~金) 8:30~11:30、13:30~16:30 (土) 8:30~11:30

予約専用ダイヤル:0475-35-0002 (月~金)8:30~17:00

サイバーナイフ専用ダイヤル:0475-35-0109 (月~金)8:30~17:00

TEL.0475-35-0099(代表)