

外来診療予定表(10月)

| 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) | 大野(外科) | 大野(外科) | 鈴木(外科) | 佐久間(外科) | ★射矢(内科) 第1 天野(内科) 第3 |
| | 午後 | — | 吉村(内科) 初診受付16:00まで | 大野(外科)(予約制) | 吉村(内科) 第2.3.4.5 初診受付16:00まで | 伏見(外科) 初診受付16:00まで | — |
| | 午前 | — | 遠藤(外科) 初診受付16:00まで | 大橋内科部長 〔糖尿病教育入院〕 外来 (予約制)(要紹介状) | — | ★渡部(内科) 初診受付16:00まで | 大木 (肝臓内科・内科) 第2.4 |
| | 午後 | — | — | 由井(糖尿病外来) 初診受付16:00まで | — | — | — |
| | 午前 | — | 加藤(内科) 初診受付16:00まで | 後藤 (内科・循環器内科) | — | — | — |
| | 午後 | — | — | — | — | — | — |
| 脳神経外科 | 午前 | ★石川 | — | 石和田 | 青柳 | 青柳 | 石和田 第1.3.5 青柳 第2.4 |
| | 午後 | — | — | 石和田(予約制) | — | 青柳 〔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 | 塩田副院長 第1.3.5 | 塩田副院長 第1.3.5 蔵本 第2 |
| | 午後 | — | | 石井 | | 塩田副院長 (脊椎・脊髄外科外来) 第3.5 | — |
| | 午前 | — | 富田 | — | — | 石井 第1.2.4 | 加藤 第1 石井 第2.3.4.5 |
| | 午後 | — | 富田 第1.4 初診受付16:00まで | — | — | 石井 第1.2.3.4 | — |
| | 午前 | — | — | — | — | 金城 | 金子(予約制) 第1 山田 第3.5 今井 第4 ※午後休診※ |
| | 午後 | — | — | — | — | 金城 第1.4.5 初診受付16:00まで | — |
| 循環器内科 | 午前 | 中津センター長 | 増田 | 後藤 (循環器内科・内科) | 大橋 | 中津センター長 | 中津センター長 第1.4 大橋 第2.5 増田 第3 ※午後休診※ |
| | 午後 | — | — | — | — | 大橋(予約制) | — |
| | 午前 | ※予約なしの患者さまは、担当医師が変更になる場合があります。 | | | | | |
| 婦人科 | 午前 | 遠藤名誉院長 | 遠藤名誉院長 | — | 遠藤名誉院長 第1.2.4 | — | 遠藤名誉院長 |
| | 午後 | | — | 遠藤名誉院長 診療14:30から | — | — | — |
| サイバーナイフ 外来 | 午前 | — | — | — | 宇野 | — | — |
| 午後 | — | — | — | — | — | — | — |
| 脳神経内科 | 午前 | — | — | 平田 | — | — | — |
| | 午後 | — | — | — | — | — | — |
| 耳鼻咽喉科 | 午前 | — | — | — | ★スミス 第1.3.5 初診受付16:00まで | — | 帝京大(交代制) 初診受付11:00まで |
| | 午後 | ★木村 初診受付16:00まで | 小谷 初診受付16:00まで | — | — | 河合 初診受付16:00まで | — |
| 泌尿器科 | 午前 | — | 井熊 初診受付16:00まで | — | — | — | — |
| | 午後 | — | — | — | — | — | — |
| 皮膚科 | 午前 | — | — | — | — | — | — |
| | 午後 | — | 河原 受付14:30から | — | — | — | — |

★印は女性の医師です。◎赤字は変更となった診療です。◎診療予定は変更となる場合があります。院内『お知らせコーナー』や『ホームページ』または、電話にてご確認ください。◎当日、急遽休診になる場合がありますので、ご了承ください。◎当日のご予約はお取りすることができません。必ず前日までにお取りください。◎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。また、お薬手帳もございましたら必ずお持ちください。

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
 ※お電話をおかけの際、診察券をお持ちの方はお手元にご用意ください。



塩田記念病院だより Vol.87 2020年10月号

医療法人SHIODA塩田記念病院 総務課発行 ホームページ: <http://www.s-fmc.jp>
 〒297-0203 千葉県長生郡長柄町国府里550-1 Tel:0475-35-0099 Fax:0475-35-0098

病気の豆知識～骨粗鬆症による背骨の骨折～

今回は骨粗鬆症(こつそしょうしょう)が原因で起こる背骨の骨折についてお話しします。専門的には骨粗鬆症性椎体骨折といいます。

骨粗鬆症とは、簡単に言えば、骨が「スカスカ」になり脆くなった状態を指します。大根やスイカなどの内部に細い孔が生じることを「すが立つ」とか「すが入る」などと言いますが、この「す」は「鬆」と書きます。骨粗鬆症とは正に骨に鬆(す)が立った状態といえると思います。骨粗鬆症で脆くなり骨折しやすくなる骨の代表が背骨すなわち脊椎と大腿骨頸部です。階段から落ちたり、何かにつまづいて転倒したりすれば骨折の危険性は誰にでもあります。骨粗鬆症の方では、ほんのわずかな尻もちでも椎体骨折を起こします。そればかりか、重い鉢植えを持ったり、タンスの引き出しを開けたりして骨折を起こすことも珍しくありません。椎体骨折を起こすと、痛みや背骨の変形で日常生活に著しい支障をきたすことがあります。

骨粗鬆症は70歳代から増加する傾向にあります。特に女性に多く、70歳以降の女性は注意が必要です。しかし、骨粗鬆症だからと言って必ずしも骨折を起こすとは限りません。重要なのは予防です。日ごろからしっかり食事を摂ること、年を取りぎこちなくなった体の動きを改善するために簡単な体操や歩行を心がけること、重いものを持ったり高いところへ上るなど無理をしないことが肝要と考えます。



塩田記念病院 副院長
整形外科部長
塩田 匡宣

病院からのお知らせ

■医師着任のお知らせ

10月より新たに医師が着任します。症状にお悩みの方はお気軽にご相談ください
【常勤】 脳神経外科 石川 茉莉子(いしかわ まりこ) 医師 外来日: 毎週月曜日午前
【非常勤】 耳鼻咽喉科 木村 真緒(きむら まお) 医師 外来日: 毎週月曜日午後

■インフルエンザ予防接種のお知らせ(完全予約制)

実施期間: 10月5日(月)から ※ワクチンがなくなり次第終了となります。
 実施日: 月曜日～土曜日 ※木曜日は10/15、10/29、11/12、11/19のみとなります。
 ※満65歳以上の長柄町住民の方は、月曜日、水曜日、木曜日、土曜日のご予約をお願いします。
 時間: 14:00より順次問診・接種を行います。(受付開始13:30～)
 料金: 4,000円(税込)
 ※公費負担額については各市町村までお問い合わせください。
 ご予約: 0475-35-0002(予約センター) (月曜日～金曜日) 8:30～17:00



栄養士のひとりごと

秋の風が心地よい季節となりました。空の景色も山の景色もすっかり秋に変わってきています。皆様いかがお過ごしでしょうか。

今月は食欲の秋に旬を迎える栗を使った「栗きんとん」をご紹介します。栗きんとんというと和菓子の「栗きんとん」と代表的なおせち料理の「栗金団（くりきんとん）」の二種類がありますが、ここでは栗茶巾（くりちゃきん）と呼ばれる栗きんとんについてお話しします。

作り方としては炊いた栗に砂糖を加えて、ひとつひとつ丁寧に茶巾絞りにして仕上げます。

発祥は岐阜県東濃地方、この地域の名産品とされ、栗の高級和菓子として有名です。江戸時代にこの地域で収穫された栗を秋の味覚として囲炉裏で焼き栗として食べたり、栗ご飯などにして食べていました。

その際に、余った栗をすり鉢でつぶして、塩あるいは砂糖を加えたものをお餅やご飯にまぶしたり、茶巾で絞ったりしたことがはじまりと言われています。そして明治時代に菓子屋によって商品化されたとのこと。

岐阜県中津川付近では大正時代に栗の栽培が始まり、栗きんとんの生産も増えていきました。現在でも中津川市では栗きんとんの和菓子屋さんが多くあります。

では栗の栄養価について少しご説明します。

栗の主な機能性成分について。

まず、ペクチンという整腸作用、糖尿病・高血圧予防・コレステロール低下作用のある成分や、渋みであるタンニンという老化予防、抗がん作用、抗菌作用、抗酸化作用のある成分が含まれます。

他にはカリウム・葉酸・食物繊維・ビタミンB1・B2、ビタミンCを多く含みます。これらの成分により、高血圧予防や貧血・風邪予防、便秘改善や美容効果・老化防止が期待できますが、実は炭水化物を多く含む食品で、グラム当たりのカロリーはご飯と同じです。

なので、栗ご飯だからたくさん食べても大丈夫ということはなく、大盛にした場合、大盛ご飯を食べたことと同じになりますのでご注意ください。特に糖尿病の食事療法をされている方はご注意ください。わからないことがあれば管理栄養士にご相談ください。

とても美味しい栗を今年も楽しめるのはとてもうれしいですね。

ほっくりとした食感の栗きんとんで秋を堪能されてみてはいかがでしょうか。そろそろ紅葉の便りも届く頃、お風邪などお気をつけいただき、秋を楽しんでください。次回もお楽しみに。

参考資料：Wikipedia 日本食品成分表2020

栄養科 管理栄養士 戸矢 静華



当院の新型コロナウイルス感染症への対策

2019年12月に中国湖北省武漢市にて発生した新型コロナウイルス感染症（COVID-19）は急激な勢いで感染者数を増やし、国内感染者は日々増加の一途をたどっています。千葉県でも毎日のように感染者が発生しています。当院は、脳卒中や心筋梗塞、骨折などの急性期の患者様が多く、手術やカテーテルなどの治療を安全に実施するために感染防止はとても重要です。そこで当院の、新型コロナウイルス感染症に対する感染対策を紹介させていただきます。

院内へ新型コロナウイルスを持ち込まないための対策として開館時間を8時～17時に変更し、正面玄関にてトリアージを全職員が交代で実施しています。主な対応としては患者様や業者の方問わず、来院されたすべての方にマスクの着用、手指消毒、検温をさせていただいており、その際に発熱、倦怠感、咳、咽頭痛などの風邪症状の有無を確認し、該当する症状のある場合は自車や指定場所での診察となります。

さらに会計の後日精算や院外薬局との連携などで、患者様同士が接触しないように工夫をしています。

入院患者様への面会は禁止とさせていただき、洗濯物等の物品の受け渡しの際には、担当看護師より患者様の療養の様子をお伝えするなどしています。お顔を見たい時はリモート面会も行っておりますので病棟スタッフまでお尋ねください。また、手術・カテーテル治療の患者様に対しては、手術前に感染に対する問診表の記入をしていただき、抗原検査・PCR検査を実施し、陰性である事を確認したうえで治療を受けていただいています。

院内感染対策として、職員は出勤時の健康チェック（検温・症状の有無の確認）を行い業務に従事しています。また、飛沫感染対策のため、全職員のマスク着用や診療時に手袋やガウンなどの必要な个人防护具を装着し、感染予防（標準予防策）の徹底を行っています。

ご不便、ご迷惑をお掛けしますがご理解とご協力をお願い致します。

最後に、マスクや个人防护具などの寄贈を戴きました。ご厚意に感謝申し上げますとともに、院内で大切に使用しています。誠に有難うございました。

感染対策チーム
看護師 吉元 瞳・戸村 祐美



「みんなが安心マーク」
はじめました

患者さまへお願い



健康保険証および各種受給者証などに変更が生じましたら、その都度、新しい健康保険証を添えて、1階総合受付までお知らせください。また、**ご住所やお電話（携帯）番号などに変更**がございました時にも、必ず**お申し出**ください。

交通事故など**第三者の行為によって傷病を受けた場合**、健康保険証で治療を受けるには、ご加入の**保険者に連絡・届出**をしていただく必要がございます。

詳しくは、1階総合受付までご相談ください。

各お知らせの最新情報について

当院の最新情報につきましては、1階正面玄関・2階カフェスペースにありますお知らせコーナー、またはホームページのお知らせ一覧よりご確認ください。

詳しくは、隣のQRコードから病院ホームページをご覧ください。



ホームページお知らせ一覧