

外来診療予定表(1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) 第2.3.4	佐久間 (外科)	赤松(内科) 第1.3 新野(内科) 第2.4 ※午後休診※
	午後	白銀 (外科) 初診受付16:00まで	—		—	伏見 (外科) 初診受付16:00まで	—
	午前	—	井上部長 (呼吸器内科・内科) (予約制)	井上部長 (呼吸器内科・内科) (予約制)	松谷 (内科) 初診受付16:00まで	—	大木 (肝臓内科・内科) 第2.3
	午後	高柳 (糖尿病外来) 初診受付16:00まで	—	★土屋(糖尿病外来) 第2.3.5 初診受付16:00まで		—	—
	午前	—	青木 (外科) (予約制)	大橋内科部長 (糖尿病教育入院) 外来 (予約制)(要紹介状)	—	—	—
	午後	—	青木 (外科) 受付16:00まで	—	—	—	—
脳神経外科	午前	足立	—	平井	—	青柳院長	平井
	午後	佐藤 足立 初診受付16:00まで	—	平井 (予約制)	青柳院長 (要問合せ) 診療15:00から	青柳院長 髄膜腫・ 神経鞘腫外来	—
整形外科	午前	塩田副院長	塩田副院長 第2 石井	塩田副院長	塩田副院長	塩田副院長 第3 石井 第1.2.4	塩田副院長 第1.2.4 石井 第2.3.4
	午後	—		石井		塩田副院長 第3 (脊椎・脊髄外科外来) 石井 第1.4	—
	午前	—	松林	—	立岩 第1 ★大見 第3	金城	山田 第1.3 蔵本 第2.4
	午後	—	松林 第2.4.5 初診受付16:00まで	—	—	金城 第1.4 初診受付16:00まで 金子 第3(予約制)	—
循環器内科	午前	中津センター長	大橋	増田	高木 第1.2.4 増田 第3	中津センター長	増田 第1 中津センター長 第2 大橋 第3 高木 第4 ※午後休診※
	午後	高木 (予約制)	—	—	—	大橋 (予約制)	—
	午前	※予約外の患者様は、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	千葉大(交代制)	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	—	小谷 初診受付16:00まで	—	★スミス 第3	★細萱 初診受付16:00まで	帝京大(交代制)
	午後	—		—	★スミス 第3 原田 第2.4 初診受付16:00まで		—
泌尿器科	午前	—	—	—	飯ヶ谷 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。◎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。

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.54 2018年1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

新年のご挨拶

新年あけましておめでとうございます。
旧年中は、当院への変わらぬご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

私どもは、地域の1保険診療医療機関として、安心、安全の良質な医療をより多くの患者さまに提供することを心がけて日々努力しております。

私どもの病院では、脊椎、膝などの変性疾患、外傷による骨折、脳血管障害、脳・脊髄腫瘍、循環器・呼吸器疾患、婦人科疾患などの急性期治療を行っております。従前からの慢性の病床不足状態に対して、昨年度も病床を整備する計画を推進して参りました。平成29年8月より、新たに5階病床を整備し、13床を加えて115床をご利用いただけるようになりました。5階新病床には、4階病床と同様に重症治療室を配置し、重症疾患に十分に対応できるようにしました。

当院は、24時間すべての疾患に対応可能な大きな総合病院ではありませんが、反面、細やかな配慮の行き届いた診療が行える環境にあります。近隣の医療機関の皆さま、塩田病院・亀田総合病院とのこれまでの連携をさらに緊密にして、私どもの役割を十二分に果たせませう様工夫して参りたいと存じます。

本年も、皆さまのご要望にお答えし、患者さま一人一人に工夫をこらした誠実な地域医療を実践できるように努力を重ねる所存です。引き続き、皆さまのご支援を賜れます様、どうぞよろしくお願い申し上げます。



医療法人SHIODA
塩田記念病院
病院長 青柳 傑

病院からのお知らせ

■患者さま・ご面会の方へお願い

現在、患者さま及びご面会の方々への安全の為、インフルエンザ対策を行っております。
発熱・風邪症状のある方及び、15歳以下のご面会は、ご遠慮いただいております。
ご理解、ご協力をお願いします。

また、来院の際は下記の項目につきましてもご協力をお願いしております。

- 手洗い、手指消毒を行ってからお入りください。
- マスクの着用をお願いします。マスクは2階売店又は1階入口及び4階・5階病棟に設置してあります、マスク自動販売機にて販売しております。

【面会時間】 平日・土曜 11:00~20:30、 日曜・祝日 10:00~20:30



栄養士のひとりごと

新年明けましておめでとうございます。
本年も皆様にとって良い年であることをお祈りいたします。
今年のテーマは世界で愛されるお茶の魅力をお話しし、お茶で世界を旅したいと思っています。
また1年お付き合いください。

まず1月は日本から。「梅茶」についてお話しします。
年末年始で胃もお疲れではないでしょうか。そんなこの時期に身体にやさしいお茶のお話。
梅茶は古くから日本の家庭で親しまれているお茶です。湯のみに梅干しを入れて軽くつぶし、熱い緑茶やほうじ茶を注いでいただくお茶です。さっぱりといただくことができますね。
梅干しには昔から「一日一粒で医者いらず」と言われるほどで、健康効果が期待できる食品です。多く含む栄養素としては「クエン酸」です。
「クエン酸」は疲労回復や抗酸化作用が高く、胃腸の働きを活発にする働きもあります。
また、梅干しを見ただけでも唾液が出てきますが、この唾液は食欲増進や虫歯予防などに効果があります。
まだまだたくさんの効果が研究・発見されているこの梅干しですが、やはり食塩含有量が多いのも事実。一日1個までを目安に摂りましょう。

日本人の食事摂取基準2015年度版の食塩摂取量の目標量は50-69歳男性8.5g以下、女性7.5g以下となっており、70歳以上では男性8.0g以下、女性7.0g以下となっています。
さらに高血圧の治療および予防のためには6.0g以下が望ましいとされています。
ちなみにWHOでは2013年のガイドラインでは5.0g以下を推奨していますが、さすがにこの数値は実施可能性が低いと、日本では上記の目標量となっています。
梅干し1個（正味10g）あたり2gの食塩を含んでいますので、参考になさってください。

さて、梅干しに注ぐ緑茶には「茶カテキン」という抗酸化作用が期待できる成分が含まれています。こちらも虫歯予防や発がん抑制、そして何よりも風邪やインフルエンザ、ノロウイルスなどによる感染性胃腸炎予防にも効果的です。

疲れた胃腸の調子を整えつつ、寒いこの時期、身体全体を守る梅茶をお試ください。
ただし、血圧など治療をされている方は、医師や管理栄養士にご相談のうえ、摂取するようお願いいたします。

栄養士の独り言も五年目を迎えます。今年もよろしくお祈りいたします。

寒い日が続きます、ご自愛くださいませ。次回もお楽しみに。

栄養科 管理栄養士 戸矢 静華

参考資料：厚生労働省「日本人の食事摂取基準（2015年版）」



心臓リハビリテーションについて

当院のリハビリテーション科は理学療法士13名、作業療法士7名、言語聴覚士2名、助手1名の計23名が在籍しております。
脳梗塞や脳腫瘍などの脳血管疾患、変形性関節症や骨折などの整形外科疾患、そのほか呼吸器疾患や心臓病などの患者さまに対してリハビリテーション(以下、リハビリ)を提供しております。
今回は心臓病のリハビリについてお話しします。

「そもそも『心臓リハビリ』って何をするの?」「心臓が悪いのにリハビリして大丈夫?」と疑問に思う方が多いと思います。『心臓リハビリ』と言ってありますが、それは運動療法だけを指すわけではありません。
医師を始め、看護師・栄養士・薬剤師・臨床検査技師・理学療法士などの多職種がチームとなって医学的評価・患者教育・栄養指導・薬物療法・運動療法・生活指導などすべてを含めて『心臓リハビリ』と言っています。

当院の理学療法士は主に急性心筋梗塞、狭心症、心不全の患者さまに運動療法を提供しております。「心臓病になってしまったから安静にしていよう。」ではなく、運動耐容能の評価をしっかりと行いつつ、「ここまでだったら日常生活で運動しても大丈夫だ。」というのを一緒に確認し合います。
当院ではウォーミングアップ、筋力増強訓練、有酸素運動(自転車)、クールダウン、日常生活での注意点などをマンツーマンで指導しております。心臓病になってしまったから好きなことを諦めるのではなく、心臓病があっても好きなこと・日常生活を続けてもらえるような手助けができればと思っています。

リハビリテーション科 理学療法士 新堀 健士



リハビリテーション科 スタッフ



心臓リハビリテーション室

(採用情報)看護師募集のお知らせ

現在、塩田記念病院では看護師・准看護師を募集しております。
フルタイムでの勤務の他にも、

- ①常勤だけでなく、パートでも可能です。
- ②ブランクがあっても大丈夫です。
- ③日中短時間、あるいは夕方だけの勤務も可能です。

など、貴方のライフスタイルに合わせた働き方が可能です。
病院見学も実施しております。お気軽にお問い合わせください。

【応募方法】メールまたはお電話にてお問い合わせください。

【お問い合わせ先】医療法人SHIODA塩田記念病院 人事課 田中 宛

☎0475-35-0099(代表)

メールアドレス：tanaka@s-fmc.jp



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、新しい保険証を添えて、1階医事課窓口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。

※国民健康保険や後期高齢者医療の被保険者、子ども医療費助成制度の対象となるお子さまが受診される場合、医事課窓口には、8月からの新しい保険証等をご提示くださいますようお願いいたします。