

創刊号

ご自由にお持ち下さい

こんにちは

地域医療を目指す、オンリーワンの病院

佐野厚生総合病院です

2017.8月号



CONTENTS

- 新院長就任のご挨拶
- こどもの熱中症について
- 部署紹介
- 新任医師紹介
- 栄養科コラム
- 院内インフォメーション
- 外来担当医表



就任のご挨拶



佐野厚生農業協同組合連合会
佐野厚生総合病院

院長 むら かみ まろ ひと
村 上 円 人

平成29年6月1日より病院長を拝命いたしました。前任の奥澤星二郎先生は慶應義塾大学医学部の大先輩であります。前任地ですが、東京都の日野市立病院で22年間勤務し、副院長として腎臓内分泌代謝内科を専門としてまいりました。そして、慶應義塾大学医学部の客員准教授（医学教育統轄センター）、非常勤講師（腎臓内分泌代謝内科）として、「医師およびスタッフの臨床教育および臨床研究」にも幅広く携わってまいりました。

佐野厚生総合病院は、昭和12年に地域の中核病院として開院した歴史と伝統のある病院です。これまで多くの先輩職員が地域の皆様と共に築き培ってきた病院への信頼と期待を実感し、責任の重さを痛感しております。

佐野厚生総合病院は、両毛地区に根差した「ケアミックス型の基幹病院」として成長を続けております。平成15年には新棟に全面移転し、より快適な環境で高水準の医療から、回復期・リハビリテーションにいたるまで、包括的に地域医療に貢献しております。

平成18年には長年の実績から「地域がん診療連携拠点病院」の指定を受け、消化器系、呼吸器系、乳腺のがんを中心とした高度医療の提供をしております。また平成28年には「地域医療支援病院」の指定も受けまして、救急医療および病診連携に貢献しております。さらに平成28年には「脊椎センター」も立ち上がりました。

現在は「内視鏡センター」の立ち上げの準備中です。そして、今後は私の専門領域である腎臓・内分泌・糖尿病の診療も充実させていきます。

「超高齢社会」を向かえて、病院を受診される患者さんやご家族の医療ニーズは多様化し、さらに今後も変化していきます。患者さんや院内の職員の声に耳を傾けるとともに、地域の行政機関や医療機関と密に連携を保ちながら、地域に信頼される病院として成長を続けられるように、病院スタッフ全員が一丸となって努力してまいります。

今後とも、皆さまの変わらぬご支援を賜りますよう、お願い申し上げます。



こどもの熱中症について



小児科 吉田 真

中学生の時、部活の休憩時間に水道の蛇口に口をつけて水を飲んでいたら、こわ〜い先輩に「水なんか飲んでじゃね〜！」ってお尻をけられたことを思い出しますが、皆さん、そんな経験ありませんか？

振り返って、よく熱中症にならなかったなあ・・・

というわけで今回は季節から“こどもの熱中症”についてお話しします。

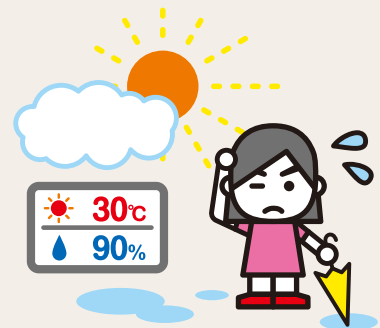
『熱中症』とは…

暑熱環境下における身体の適応障害によっておこる状態の総称。高温多湿の環境下で、長時間にわたり重度のスポーツや労作業を続けたときにおこりやすいです。

年間5万人が救急搬送されます。18歳未満は14%程度で、毎年5人程度死亡しています。

分類	症状	重症度	治療
I 度	めまい、大量の汗、欠神、筋肉痛、筋肉の硬直		現場で対応 冷所で安静、体表冷却、経口的に水分、塩分を補給
II 度	頭痛、嘔吐、倦怠感、虚脱感、集中力低下		医療機関で対応 体温管理、安静、十分な水分、塩分の補給（必要な場合点滴）
III 度	①中枢神経障害 意識障害、けいれん ②肝機能障害 ③血液凝固異常		医療機関で入院加療 体温管理（全身冷却） 呼吸、循環管理（集中治療） DIC 治療

日本救急医学会、熱中症ガイドラインから引用



適切な判断がされない場合、重症化して対応が困難になる危険な病態と考えた方がいいでしょう。一方、熱中症は予防が重要かつ可能で、具体的な対策を挙げてみます。

熱中症の発症予防策

- 気温によって運動中止（気温＞35℃で原則中止、31～35℃で厳重警戒：激しい運動禁）
- 運動前の体調確認
- 水分および塩分の常備
- 運動時は監督者常置および休憩所の設置



では、みなさん熱中症対策を十分にして夏を乗り切りましょう！

表紙の 部署紹介



PFM/入退院支援センター

入院総合窓口、退院調整部門、医療福祉相談室、地域医療連携室の4つの窓口からなる部署です。看護師、医療ソーシャル・ワーカー、ケアマージャー、緩和ケア認定・皮フ排泄ケア認定看護師、医療事務員の多職種からなります。これらの職種が同じ部署にいて切れ目のない医療提供を行うことを目的にしています。病院でお困りのことがありましたら、まずこちらにお立ち寄りください。
(配置人数26名)



表紙を飾った当院スタッフ



金子貴史

篠崎菜々美

●先輩からのひと言

医療ソーシャル・ワーカーの業務は、多くの知識が必要であり日々勉強となります。病院内・外で様々な専門職と連携をとることができるのが医療ソーシャル・ワーカーです。分からないことがあれば強みの一つで、ある「連携」を生かして業務にあたってください。今後、病院で中心となってスムーズな連携ができるような医療ソーシャル・ワーカーになれるよう頑張ってください。

亀田奨太

広報誌タイトル命名者より一言

コミュニケーションの基本は、挨拶から…だと思います。

月日が経つのは早いもので…当院は、新棟に移転し今年で15年目を迎えます。そして今、改めて、地域の皆様にご挨拶させて頂くことから始めて、より地域に根ざし、親しみやすく、地域の皆様と共に歩んでいける病院になれるように…との想いを込めて「こんにちは 佐野厚生総合病院です。」と命名させて頂きました。

今後、この広報誌が末永く親しまれ、地域の皆様と当院とを繋ぐ糸となり、素敵な佐野市の地域絵図を紡いでいくことを願っております。

福田史代



新任医師紹介



脳外科部長
おぐま ひろふみ
小熊 啓文
脳神経外科一般
小児脳神経外科
2006年卒

脳卒中をはじめ、あらゆる脳疾患に対応する地域に根ざした診療を務めていきますのでよろしくお願いいたします。



麻酔科部長
わたなべ まさし
渡辺 正嗣
麻酔科
2002年卒

痛いキライです。3度目の勤務ですが今回も頑張ります。



内科
ひらの としゆき
平野 俊之
呼吸器
2010年卒

呼吸器領域を中心に診療させていただきます。よろしくお願いします。



内科
おくやま たかふみ
奥山 貴文
循環器
2013年卒

循環器内科医として、4月からお世話になっております。少しでも多く皆さまに貢献できるよう頑張っていきます。よろしくお願いします。



内科
しもざき けいたろう
下 寄 啓太郎
消化器
2014年卒

消化器領域を中心に勉強させて頂く身ですので、患者様が何を困っているのかに気をかけ、学び、治療にあたっていこうと思います。よろしくお願いします。



内科
おがわ たくのり
小川 卓範
呼吸器
2014年卒

呼吸器領域を中心に診療させていただきますが、内科全般、患者様の訴えを傾聴し対応します。よろしくお願いします。



内科
いのぐち かずみ
猪口 和美
消化器
2015年卒

まだまだ経験が浅いですが、丁寧な診療を心掛けたいと思います。よろしくお願いいたします。



小児科
ながしま ゆか
長島 由佳
小児科内分
2006年卒

小児科の中で内分泌を専門にしています。よろしくお願いいたします。



小児科
なかざき ひさたか
中崎 寿隆
小児科
2015年卒

皆さまの力になれるように、一生懸命頑張ります。



外科
おの たいき
尾野 大気
消化器一般外科主に
上部消化器
2007年卒

地域医療へ全力で貢献するとともに佐野ライフを楽しみたいと思います。



外科
こじま ひであき
小島 英哲
消化器一般外科
2015年卒

外科医師として今年度佐野に赴任することになりました。よろしくお願いいたします。



皮膚科
さいとうしんたろう
齋藤 晋太郎
皮膚科
2014年卒

佐野の皮膚診療の一助になれば幸いです。頑張りますのでよろしくお願いいたします。



脳神経外科
おおたにけいすけ
大谷 啓介
脳神経外科全般3D
画像解析
2007年卒

早く皆さまに覚えていただける様に頑張ります。お気軽にお声掛けください。やる気マンマン。これから頑張っ参ります。



耳鼻科
もりかわ じゅん
森川 淳
耳鼻科
2013年卒

患者さんのお話をよく聞き、わかりやすい説明で皆さまにご納得いただける医療を提供していきたいと考えています。よろしくお願いします。



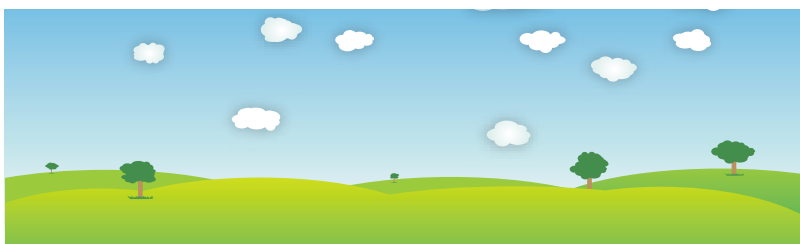
精神科
なかむら みはる
中村 美春
精神科
2009年卒

初期研修でもお世話になった当院で、恩返しできるよう頑張ります。



形成外科
かまた まさふみ
鎌田 将史
形成外科一般
2015年卒

丁寧な診療を心掛けます。よろしくお願いいたします。



減塩のすすめ



管理栄養士 女屋 淳一

うす味＝「まずい」とお考えではありませんか？

実は、食材の持つ本来の味を味わえる「うす味」こそ、本当はおいしい味つけなのです。塩分の摂りすぎは血圧を上げ、動脈硬化を促進し、心筋梗塞や脳卒中の要因にもなります。女性の大敵!! むくみの原因にもなります。

私たち管理栄養士が減塩の指導をする際、下記の項目をお伝えしています。ぜひ参考にしてみてください。

減塩のコツは？

- ①しょうゆをかける前に、まず味をみて。色で判断しない。
- ②しょうゆやソースは直接かけないで、小皿にとって、つけて食べる。
- ③めん類の汁は残す。
- ④みそ汁は野菜、キノコなど具たくさんで。おかずの1品として。
- ⑤漬け物は、浅漬けに。
- ⑥香辛料（胡椒、山椒など）やレモンなどを利用する。
- ⑦練り製品やソーセージなどには見えない塩分が入っています。

味の好みは子供の頃に作られるので、子供の頃から薄味にすることが大切です。

塩分制限が必要な方だけでなく、**ご家族共通の健康食**として、日頃からうす味に慣れておきましょう。

過剰に摂取した塩分を排出させるためには、利尿作用のある「カリウム」を多く含む食材を食べるのがオススメです。カリウムは、きゅうりやトマトなどの「夏野菜」に多く含まれている栄養素です。

酢の物やビネガードレッシングを使って調理すれば、カリウムと同時に、疲労回復効果のあるクエン酸も補給することができますのでオススメです。疲れやすい、そしてむくみやすい夏を乗り切るためにも、意識して食べてみてください。



隠れた塩分知ってますか？

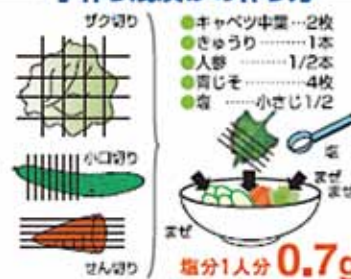
しらす干し 10g (大さじ1.5) 0.4g	たらこ 50g 2.3g
ウィンナーソーセージ 75g 1.5g	インスタントコーンスープ 1杯分 1.3g
はんぺん 100g (1枚) 1.5g	かまぼこ 25g (2切れ) 0.6g
ふりかけ 2.5g (小さじ1) 0.3g	食パン 60g (6枚切1枚) 0.8g

作ってみよう!! 4

だし割りしょうゆの作り方



手作り浅漬けの作り方



院内インフォメーション

☑ 野菜、売ってますよ！

平日毎週月曜日11時～13時まで、正面玄関西側にて開催しています。JA佐野（アグリタウン）より直送された、旬な野菜、果物を取り揃えていますのでぜひお立ち寄り下さい。



☑ 第53回 呼吸リハビリ教室のご案内

■ プログラム

『 苦しくならない日常生活のコツ 』

『 簡単に出来る痰の排出法 』

日時：9月30日（土）11:00～12:00 **入場料無料**

会場：佐野厚生総合病院 リハビリテーションセンター

申込：電話予約 0283-22-5222 メ切は前日まで

前日も沢山のご参加
ありがとうございました♪



毒の素 第1話

清水健太郎



編集後記

この度、広報誌を「こんにちは 佐野厚生総合病院です」と名称を変更して新規リフレッシュさせていただきました。名称を職員の皆さんから募集するにあたり多数の親しみのご意見や名称を頂きとても有難く思いました。編集委員も一つに絞ることに日々頭を抱えました。地域に根付き、印象が残る広報誌として決定させて今日の発行となりました。

これからも病院広報誌「こんにちは 佐野厚生総合病院です」をあたたく見守っていただけたら幸いです。（TT）

外来担当医一覧表

受付時間 7:30~11:00

お問い合わせ

TEL 0283-22-5222

※初診受診の際には紹介状をご持参くださいよろしくお願ひします。
※休診日:日曜、祝日、第2・4土曜日、7/17(創立記念日)、
8/15(お盆)、12/29~1/3(年末年始)
※外来担当医は随時変更になる場合があります。お問い合わせください。

		月		火		水		木		金		土		各科院内	
A 受付（1階）	整形外科	AM	清水 吉田 瀬戸 高橋(勇)	吉川 高橋(慶) 石濱	清水 石濱 高橋(勇) 吉田	脊椎・脊髄 高橋(勇) 吉田	石濱 高橋(慶) 吉川	吉川 瀬戸 高橋(慶)	受付 AM 8:30~11:00 (火、木のみ~10:30)						
		PM	脊椎・脊髄 清水 手・リウマチ外科 吉田						<月水金のPMは完全予約制> 診察 PM 2:00~ (リウマチ外来 PM 2:30~)						
	脳神経外科	AM	小 熊	大 谷	小熊(第1,3,5週) 難波(第2,4週)	内 山 加 藤 担当医	阿 部 松 本 加 藤	大 谷 加 藤 担当医	受付 AM 8:30~11:00						
	形成外科	AM			リンパ浮腫外来 (第1・3週)予約制				受付 AM 8:30~11:00						
		PM	加 藤 (第4週休診) 担当医	加 藤	リンパ浮腫外来 (第1・3週)予約制		レーザー外来		受付 PM 1:00~3:00 診察 PM 1:30~ リンパ浮腫外来・レーザー外来は完全予約制						
ペイン外来	AM PM	渡 辺		小 林 小 林				小 林 休 診	受付 AM 8:30~11:00 診察開始 AM 10:00~(土曜のみ 9:00~)						
B 受付（1階）	外 科 乳 腺 外 科	AM	岩 間 乳腺外科 和 田	島 田 尾 野	蛭 川 池田(謙)	尾 野 島 田	交代制	池田(謙) 小 島 (診察10:30~)	受付 AM 8:30~11:00 診察開始 AM 10:00~(土曜のみ 9:00~)						
		PM		乳腺外科 和田(予約制)		(22) 池田(謙) (予約制)	乳腺外科 和田(予約制)		受付 AM 8:30~11:00 診察開始 AM 9:30~(金のみ AM10:00~)						
	眼 科	AM		坂 東	渡 邊	須 田 達 安	加 藤		受付 AM 8:30~11:00 診察開始 AM 9:30~(金のみ AM10:00~)						
		PM	小 澤	坂 東	渡 邊	須 田 安 達	加 藤		PM 完全予約のみ						
	歯科口腔外科	AM	金 沢 博 多 螺 良 山 家 齋 藤 中 村	栗 林 螺 良 羅 田 中 村	博 多 金 沢 山 家 齋 藤 中 村	螺 良 金 沢 博 多 齋 藤 山 家 牧 口	博 多 金 沢 螺 良 中 村 山 家	螺 良 博 多 金 沢 中 村 齋 藤 羅 田	受付 AM 8:30~11:00 *完全予約制*						
	精神神経科	AM							受付 AM 8:30~11:00 *完全予約制*						
C 受付（2階）	内 科		輪番制 寺 元 内 藤 渡 辺 腎臓 村 上 宮 田 井上 禁煙外来 (完全予約制)	大 庫 東 澤 平 野 関 根 丸 山 神内(再診) 嶋 崎 井 上 血液 永 山	輪番制 岡 村 内分泌 上 村 清 水 アレル 釜 田 中 谷 曾 田 血液 川 口 小 川	大 庫 井上(治験) 小 林 渡 辺 上 原 櫻 井 長 山 丸 山 神内(再診) 松 浦 (不定期の必要確認)	輪番制 岡 村 清 水 血液 藤 原 東 澤 福 島 相 良 神内(再診) 松 浦 (不定期の必要確認)	初診担当医 上 岡 奥 山 上 原 (第1週のみ) CPAP外来 (完全予約制)	受付 AM 8:30~11:00 アレルギー科 受付 AM 8:30~10:30(水曜のみ) 受付 PM 1:00~3:00(火・完全予約のみ) 神経内科 再診 AM 8:30~11:00 初診 PM 1:00~3:00 診察 PM 1:30~ *木・金の神経内科は不定期のため電話 にてお問い合わせ下さい						
		AM	上 岡 漢方(完全予約) 内 藤 内分泌 丸 山 アレル 長 嶋 神内(初診) 嶋 崎 猪 口 ハートスカー外来 渡辺(完全予約制)	上 原 下 寄 福 島 アレル 長 嶋 神内(初診) 嶋 崎 血液 永 山 井上(緩和) (完全予約制)	1:30~消化器 岡 村 腎臓(第1・3週のみ) 本 間 福 島 下 寄 内分泌 高 田 呼吸器 雪 田 血液 川 口	赤 坂 寺 元 循環器 奥 山 内分泌 櫻 井 神内(初診) 松 浦 (不定期の必要確認)	血液 藤 原 東 澤 呼吸器 宮 田 内分泌 相 良 神内(初診) 松 浦 (不定期の必要確認)	専門外来(予約のみ) 診察 PM 1:30~ *禁煙外来(月・完全予約のみ)							
		PM													
		産 婦 人 科	AM	岡 島 若 松 高 橋	小 沼 高 橋 若 松	高 橋 坂 本 今 吉	小 沼 今 吉 岡 島	小 沼 岡 島 坂 本	産婦人科担当医	受付 AM 8:30~11:00					
			PM	(検査) 高橋(超音波)	小 沼 桑 田	(検査) 高橋(超音波)	若松(不妊外来) (検査)	小 沼		PM 完全予約のみ 診察 PM 2:00~					
		D 受付（2階）	耳鼻咽喉科	AM	稲 木 森 川	大久保 稲 木	大久保 森 川	森 川	大久保 稲 木	稲 木 森 川	受付 AM 8:30~11:00				
				PM		予約外来		喉頭外来 補聴器外来 (完全予約制)			PM 完全予約のみ *補聴器外来は診察室83で行います				
			小 児 科	AM	吉 田 中 崎	玉 井 長 島 (第1・3・5週) 心臓外来	吉 田 長 島 (第1・3週) 小児外科	第1週腎臓外来 玉 井 中 崎 (第2・4週) 心臓外来 (第1・3週) 内分泌代謝外来 (第2・4週) 神経外来 フォローアップ外来	小山(さ) 吉 田 小山(さ)	長 島 吉 玉 田 村	受付 AM 8:30~11:00				
	PM			予防接種 予防接種		予防接種		乳児健診 フォローアップ外来		PM 完全予約のみ 診察 PM 2:00~4:00					
	泌尿器科		AM	原		藤 崎 森 安		森 田		受付 AM 8:30~10:00					
PM			原		田 村 東 田 齋 藤	田 村	担当医		PM 完全予約のみ 受付 AM 8:30~11:00						
皮 膚 科	AM		田 村 齋 藤 手 術	田 村 齋 藤 田 齋 塚 田	田 村 齋 藤	田 村	齋 藤	田 村 齋 藤	PM 完全予約のみ (第2・4水曜は1診のみ)						
	PM					真 木	塚 田 真 木		受付 AM 8:30~11:00 診察開始 AM 9:00~(火曜のみ9:30~) PM 完全予約のみ 診察PM 2:00~4:00 *がん看護外来(完全予約制) PM 1:00~4:00						
心臓血管外科	AM PM			がん看護外来	上西(手術) 上 西			AM 完全予約のみ 受付・診察 PM 2:00~3:00							



佐野厚生農業協同組合連合会
佐野厚生総合病院

〒327-8511 栃木県佐野市堀米町1728
TEL: 0283-22-5222 FAX: 0283-22-8252 URL: <http://jasanoko.or.jp>
佐野厚生総合病院広報誌 2017年夏号 編集・発行: 佐野厚生総合病院広報誌委員会