

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

2018.7月号 Vol.5



CONTENTS

- 栄養科コラム
- 新任医師紹介
- 部署紹介
- 第1回市民のためのお医者さんのお話
- 院内インフォメーション
- 外来担当医一覧



夏にぴったりカレー



管理栄養士 佐野 加菜子

毎日暑い日が続く夏！汗かきながら、食べたくなると言えば…

みんな大好きなカレー♪ 実は当院でも週に1回登場しています。そんなカレーを覗いてみましょう！

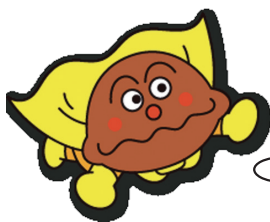
カレーは多種類の香辛料を併用して食材を味付けするという**インド料理**からきています。カレーに使われる代表的なスパイスには、**ターメリック(ウコン)**、**コリアンダー**、**クミン**があります。

日本でも生薬として認められている**ウコン**には、**胆汁や胃散の分泌や強心作用**があり、胆汁は肝臓機能活性化する働きがあると言われ、**二日酔い予防**にも効果があるとか。

コリアンダーはビタミンCやカルシウムを含み、**消化を促進し、頭痛の改善、鎮静作用**などがあると言われます。コリアンダーの葉は、若い女性を中心に人気のパクチーであります。

クミンは消化器官に効果があり、**腹痛や胃痛緩和、食欲増進**に効果があるとか。

汗を沢山かく夏は、お酒も増えやすい時期です。お酒に合わせたおつまみに、1つスパイスの効いたカレーを合わせてみるのもいいかもしれません♪



まだまだ書ききれない程のスパイスがあり、効果があります。(美肌、ダイエット効果も♡)
体調に応じてお好みにスパイスを調合して作ってみるのもおすすめです。
ただし、刺激物なのでスパイシーにしすぎるのは控えましょう！

簡単ドライカレーレシピ

【材料】(目安4人分)

合いびき肉200g、玉葱100g、人参100g、
ピーマン40g、カレールー2人前、豆乳50cc
カレー粉、ケチャップ、茄子やトマトなど具材もお好みで！

【作り方】

- ①野菜は全て5mmくらいのみじん切りに。
- ②野菜を炒め、少し火が通ったら肉も入れ炒める。
- ③肉に火が通ったら、豆乳を入れます。
- ④グツグツしてきたら火を止め、ルーを入れ溶かす。
- ⑤4, 5分中火で煮込めば完成です♪



【写真：当院のドライカレー】



新任医師 紹介



歯科口腔外科部長
わく い たかひろ
和久井 崇大
口腔外科
1997年卒

9年ぶりにもどって参りました。今後ともよろしくお願い致します。



放射線科副部長
まつひさ あきゆき
松 久 顕之
放射線診断、IVR
2006年卒

CT、MRI、RI等の画像診断やIVRで診療に貢献できればと思っております。よろしくお願いいたします。



形成外科副部長
いはら じゅん
伊原 淳
形成外科一般
2012年卒

丁寧な診療を心がけ、患者様にとって最適な医療をご提供できるよう努めて参ります。よろしくお願い致します。



麻酔科副部長
おざわ ひでちか
小澤 継史
麻酔、ペインクリニック
2011年卒

どこか痛いときはご相談ください。よろしくお願いします。



精神神経科副部長
おしま あきひこ
大嶋 明彦
精神疾患一般
1991年卒

地域のメンタルヘルスの向上を目指しております。よろしくお願いいたします。



内科
かめやま なおふみ
亀山 直史
呼吸器内科
2009年卒

呼吸器領域を中心として、緩和ケアにも取り組みたいと思っております。呼吸困難を世の中からなくせるよう頑張参ります。よろしくお願いします。



内科
かめやま ひさこ
亀山 尚子
消化器内科
2012年卒

消化器内科領域を中心に診療させていただきます。地域の皆さまに貢献できるよう頑張参りますのでよろしくお願いいたします。



内科
ほり え ともふみ
堀江 知史
消化器内科
2012年卒

消化器内科疾患を中心に診療させていただきます。よろしくお願い致します。



内科
わたのべ おさむ
渡部 統
腎臓内分泌代謝内科
2015年卒

腎臓・内分泌代謝領域を中心に診療させていただきます。地域医療に貢献できるよう頑張参ります。よろしくお願いします。



外科
まつだ むつひろ
松田 睦史
消化器一般外科(主に大腸)
2009年卒

2度目の赴任です。少しでも恩返しできるように頑張参ります。



外科
はらだ だいき
原田 大暉
外科
2016年卒

笑顔忘れず、患者さんを笑顔にできる診療を心がけます。



小児科
あさの さとし
浅野 聡
小児科
2016年卒

皆さまの力になれるように一生懸命頑張参ります。



脳神経外科
あらい ふみひろ
新井 文博
脳血管障害
2010年卒

患者さんの負担にならないように丁寧に正確な手術を心がけています。



整形外科
き せ ひでき
木瀬 英喜
整形外科
2014年卒

整形外科医として、4月からお世話になっております。どうぞよろしくお願いいたします。



産婦人科
おだ きょうこ
織田 恭子
産婦人科
2014年卒

少しでも皆さまの力になれるよう頑張参りますので、どうぞよろしくお願いいたします。



産婦人科
わだ よしみつ
和田 善光
産婦人科
2016年卒

地域の患者様のためにがんばります。よろしくお願いします。



精神神経科
いながわ ゆうた
稲川 優多
精神科一般
2013年卒

佐野の医療に貢献できるよう頑張参ります。よろしくお願いします。



耳鼻咽喉科
かさはら けん
笠原 健
耳鼻咽喉科
2014年卒

まだまだ経験が浅いですが、精一杯頑張参ります。よろしくお願いします。



呼吸器外科
こばやし てつや
小林 哲也
呼吸器外科
2014年卒

佐野の医療に貢献できるように日々大切にして診療にのぞみます。



表紙の 部署紹介



検 査 科

健康診断や病気の診断・経過をみるための検査には、尿検査、生化学検査、血液検査、輸血・血清検査、微生物検査、病理検査、遺伝子関連検査などの検体検査、そして心電図、脳波や超音波検査などの生理検査があり、これらを総称して「臨床検査」といいます。

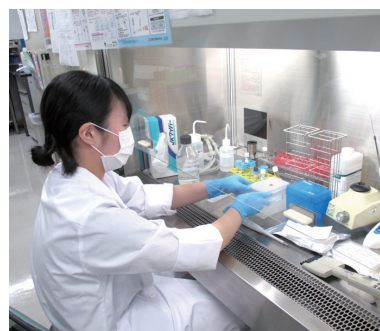
当院の臨床検査は、臨床検査技師27名が担当しています。近年の新旧交代により検査科の1/3にあたる9名の新人を迎えました。チーム医療の一員としての自覚と他職種と協働できる幅広い知識と技術およびコミュニケーション能力の習得を目指し、また、検査科の一員として患者さんに元気を与えられる臨床検査技師になっていただきたいと思います。



表紙を飾った新人さん



後列 越川勇一さん 津久井沙伎さん 高澤佑樹さん
中列 長谷川沙織さん 杉山 誠さん 宇津木 司さん
前列 曾谷美帆さん 久保陽子さん 柏崎明日香さん



第1回

「市民のためのお医者さんの話」開催！

5月18日(金)、18時より佐野厚生総合病院として、初めて佐野市文化会館小ホールで「市民公開講座」を行いました。金曜日の夜にもかかわらず200名を超える来場者があり、当院長をはじめ3名の講師による講座を熱心に聴いていただきました。

佐野市の寿命が栃木県でワースト1であり、健診受診率が低いことが判明しています。今後、当院もこの市民公開講座を定期的開催し、行政機関や佐野市医師会とも密に連携をとりながら、健診受診率向上、治療の未受信・中断例の対応に取り組み、ワースト1返上に協力していきたいと思います。今後とも宜しくお願いいたします。



◎座長 副院長 清水 健太郎

- ・講演1：健康長寿へのヒント～消化器疾患を中心に～
- ・アイスブレイク：血圧と動脈硬化について
- ・講演2：佐野市の生活習慣病の現状

副院長 岡村 幸重
検査科技師長 山本 修
院長 村上 円人



※次回予定 10月12日(金) 田沼中央公民館 詳細は後日お知らせします

デイケア、新聞掲載！

当院精神科デイケアの励行するリハビリ作業が新聞に掲載されました。
(2018.6.20 日本経済新聞)

2018年(平成30年)6月20日(水曜日)



農作業 患者の力引き出す

病院でリハビリ治療

者ら（6月、栃木県佐野市）



農作業リハビリによる身体機能の変化

患者群	リハビリ前	リハビリ後
脳血管疾患の患者	約38	約45
整形外科疾患の患者	約35	約45

(注) 田無病院と東京大の共同研究。認知機能が正常な人のケース点数は身体バランス機能の評価基準による点数

自覚がな
性が理
高齡者が
がみられ
ん(37)
かどうか
るとこそ
喜びがや
いる」と
が良くな
効果を選
し、リハ
立する上
けた。

る。多くは、リハビリの必要が感じられない認知症の患者で、薬を服用し、組み立てられた。

内科医の木村彩香さんは「効果を上げるには本人の意欲によって大きく、収束の速さや気にならなくて、手足の動きなど身体機能の側面からデータをとり、リハビリ手法として蓄積する」と研究と臨床を繰り返す。（公刊）

集中力・動作に変化
収穫の喜び励みに

「江戸東京猿」は呼ばれ、注意喚起や多動性などの症状改善などに、農作業を通じて就労（作業療法）に励む。田沼醫院（東京都西三河市）リハビリ科では、身体機能回復のための作業療法として農業を活用する。日本大学付属養老の「角倉翁」大職員の指導を受けながら秋から春にかけて、なかには

半身にまひのある患者が、突った上スを見つて無意識にためらわず中腰になり、安定した姿勢でもぎ取つたところであった。一方で

[illegible]

ライフ
サポート

福祉施設でも広がり

[illegible]

職場体験学習（マイチャレンジ）おつかれさまでした

5月23日～6月25日にかけて、近隣6つの中学校が当院にてマイチャレンジを行いました。実際に働いている人との触れ合いや交流を通じ、少しでも医療現場でのお仕事に興味を持ってもらえればと思います。

佐野城東中（関根由莉・大芦悠莉・松本くれは）
佐野西中（横塚香美・松井華音）
佐野南中（関口優衣・小林萌・羽切七菜）
佐野北中（大室美月・澤井望乃）
赤見中（青山朝美・山口実海・田名網大祐）
田沼東中（内田月菜・程島遥陽）

敬称略



院内インフォメーション

✓ 看護の日イベント開催！

5月11日(金)、毎年恒例の「看護の日」イベントを開催しました。当日は、身長・体重・血圧・BMI測定や健康相談等を行いました。さのまるくんにも参加頂き、皆様が健康に関心を持って頂く良いきっかけとなりました。



✓ がんサロン「かもみーる」オープンしました！

がんサロン「かもみーる」は、がん患者さんやご家族の語らいの場です。

▶ 病気や暮らしのこと、相談したいことなど、自由にお話ができます。

がんに関するいろいろな情報をさがすお手伝いをします。

▶ 参考資料コーナーにて、パンフレットを閲覧できます。

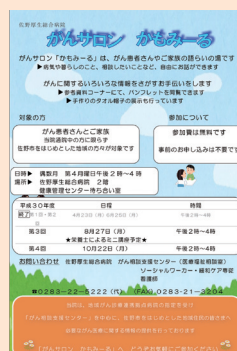
▶ 手作りのタオル帽子の展示も行っています。

◎対象の方 がん患者さんにご家族 **参加費無料**(事前申込不要です。)
(当院通院中の方に限らず佐野市をはじめとした地域の方々を対象)

◎日 時 偶数月 第4月曜日 午後2時～4時

第3回8月27日(月)、第4回10月22日(月)

◎場 所 佐野厚生総合病院 2階 健康管理センター待ち合い室



毒の素 第5話

清水健太郎 (副院長)



編集後記

今年もあっという間に半分が過ぎました。6月には4年に1度のW杯が開催され、サッカー日本代表の活躍に熱狂し、寝不足で体調を崩された方も多いのではないのでしょうか。



佐野市では6月に全国で最も高い気温を計測するなど、猛暑のまちとしても注目を集めています。海水浴や花火大会などおでかけする機会も増えてくる季節、熱中症には気をつけたいものですね。(しまお)

外来担当医一覧表

平成30年7月1日現在

受付時間 8:30～11:00

お問い合わせ
TEL 0283-22-5222

※休診日：日曜、祝日、第2・4土曜日、7/17(創立記念日)、
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。ご了承ください。

		月		火		水		木		金		土		各案内	
A 受付（1階）	整形外科	AM	清水 吉田(進) 吉田(勇) 高橋(第1,3,5週) 小林(第2,4週)	吉川 小林 木瀬	脊椎・脊髄 清水 木瀬 高橋 吉田(進)	脊椎・脊髄 高橋 吉田(進)	木瀬 小林 吉川	吉川 吉田(勇) 小林	受付 AM 8:30～11:00 (火、木のみ～10:30)						
			脊椎・脊髄 清水 手・リウマチ外科 吉田(進)				スポンジ・リウマチ・膝 吉川	休診	＜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～)						
			AM	小熊	新井	中嶋(第1,3,5週) 難波(第2,4週) リンパ浮腫外来 (第1・3週のみ)予約制	佐藤 伊原 担当医	阿部 松本 伊原 担当医	小熊(第1,5週) 新井(第3,週) 伊原 担当医	受付 AM 8:30～11:00					
	形成外科	AM								受付 AM 8:30～11:00					
		PM	伊原 (第4週休診) 担当医	伊原	リンパ浮腫外来 (第1・3週のみ)予約制		レーザー外来	休診	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	小澤		小林				小林	受付 AM 8:30～11:00 初診・予約外受診時は事前にお問い合わせ下さい。 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	蛭川(10:00～) 乳腺外科 和田	松田 尾野 血管外科 林(第2,4週)	北濱 池田	尾野 松田	交代制 乳腺外科 和田 血管外科 緒方(第1,3週) 乳腺外科 和田(予約制)	池田 原田(10:30～)	受付 AM 8:30～11:30 (土曜日は11:00まで) 月曜日 初診10:00診察開始 第2,4火曜日 血管外科10:00診察開始						
			PM		乳腺外科 和田(予約制)		(22)池田 (予約制) 乳腺外科 和 田(予約制)	休診							
	眼科	AM	明田			安達	加藤		受付 AM 8:30～11:00 診察開始 AM 10:00～						
	歯科口腔外科	PM	明田 良 和久井 金沢	小宮山 螺良	和久井 金沢	安達 交代制 螺良 和久井	加藤 加藤 良 金沢 和久井	休診 和久井 螺良 金沢	受付 AM 8:30～11:00 *完全紹介制*						
		AM	山家 稲川 大嶋	稲川 熊倉 大嶋	山家 熊倉 大井	稲川 山家 牧口	大嶋 山家	大嶋 稲川	受付 AM 8:30～11:00 *完全予約制*						
	C 受付（2階）	内科	AM	輪番制	大庫	輪番制	大庫	輪番制	初診担当医 消化器 亀山(尚)	受付 AM 8:30～11:00					
				寺元	東澤	岡村	井上(治験)	岡村		アレ膠科 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)					
				内藤	平野	内分泌 村上	腎臓 大原	内分泌 梶谷	奥山						
				渡辺 腎臓 村上	関根 丸山	福富 アレ膠 釜田	消化器 堀江	福富 血液 藤原		神経内科(火曜日) 再診 AM 8:30～11:00 *初診は完全予約制					
				呼吸器 亀山(直) 井上 禁煙外来 (完全予約制)	神内(再診) 嶋崎 井上 血液 永山 下寄	中谷 曾田 血液 川口	櫻井 長山 丸山	東澤 福島	CPAP外来 (完全予約制)						
消化器 亀山(尚) 漢方(完全予約) 内藤 内分泌 丸山				消化器 堀江 下寄 アレ膠 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 腎臓 渡部 内分泌 高田 呼吸器 曾田 血液 川口	小川 赤坂 寺元 循環器 奥山 渡辺 藤原 東澤 呼吸器 亀山(直)	1:30～消化器 岡村 内分泌 梶谷 渡辺 血液 藤原 東澤 呼吸器 亀山(直)	休診	*午後は完全予約制 ◎専門外来 禁煙外来(月曜・完全予約制) 漢方外来(月曜・完全予約制) CPAP 外来(土曜・完全予約制) A'-スモーカー外来(月曜・完全予約制)						
PM															
産婦人科	AM	坂本 若松 鈴木	若松 坂本 鈴木 (検査)	鈴木 今吉 非常勤 (検査)	小沼 小山 若松 (検査)	小沼 鈴木 坂本 (検査)	産婦人科担当医	受付 AM 8:30～11:00 妊婦検診 月曜～金曜のみ(土曜はなし) *午後は完全予約制 診察(午後) 14:00～							
	PM	(検査) 鈴木(超音波)	桑田	(検査) 鈴木(超音波)	(検査)	(検査)	休診								
D 受付（2階）	耳鼻咽喉科	AM	森川 笠原	大久保 笠原	大久保 森川	森川	大久保 笠原	森川 笠原	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)		休診	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 長島	浅野 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 吉田 高橋 (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	長島 高橋	受付 AM 8:30～11:00 腎臓外来(4月,6月,8月,10月,12月)						
		PM	予防接種 予防接種		予防接種 フォローアップ外来		乳児健診 フォローアップ外来	休診	PM 完全予約のみ 診察 PM 2:00～4:00						
	泌尿器科	AM	(～7/9)高橋 (7/23～)箱崎		藤崎 森田				受付 AM 8:30～10:00 月曜のみ診察開始10:00～						
		PM	(～7/9)高橋 (7/23～)箱崎		安東		夏井	休診	PM 完全予約のみ 受付 AM 8:30～11:00 AM 8:30～10:00(土曜日) 完全予約制 金曜日は完全休診						
	皮膚科	AM	田村	田村	田村	田村 非常勤		田村	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						
		PM	田村	田村	田村	田村(第1,3,5週) 非常勤		休診	PM 予約制 第2,第4,第5水曜のみ 受付・診察 PM 2:00～3:00						
	呼吸器外科	AM		塚田		小林	塚田 小林	休診							
		PM		塚田	がん看護外来		小林	休診							
心臓血管外科	AM			上西(手術)			休診								
	PM			上西											



佐野厚生農業協同組合連合会
佐野厚生総合病院

〒327-8511 栃木県佐野市堀木町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 2018年7月号 編集・発行：佐野厚生総合病院広報誌委員会