

お知らせコーナー

一般受付（診療）時間

平日…午前 8:00(9:00)～午前 11:30
午後 1:00(2:00)～午後 4:00
土曜…午前 8:00(9:00)～午前 11:30

面会時間

平日…午後 3:00～午後 8:00
日・祝日…午前 10:00～午後 8:00

- 平成18年10月より高齢者（70歳以上）の「自己負担割合」が変わります。
 - 平成18年10月より高額医療費の「自己負担限度額」が変わります。
 - 平成18年10月より人口透析を必要とする慢性腎不全の長期患者の方の窓口で負担する医療費が、現在の月額一万円から、上位所得者についてのみ月額二万円になります。
 - インフルエンザワクチン予防接種を受けております。
- 詳しくは、外来受け窓口にて、お問い合わせください。

★医療に関するご相談は…

医療相談室 担当：大河
(TEL.0545-52-0780) お気軽にご相談ください

〈例えばこんなとき〉

- 治療費の心配
 - 健康保険・年金・福祉制度
 - その他誰に話して良いかわからないことなど
- ※場所／1階医療相談室
※受付時間 月～金 9:00～16:30

平成19年度 看護職員募集

私たちと一緒に看護してみませんか？

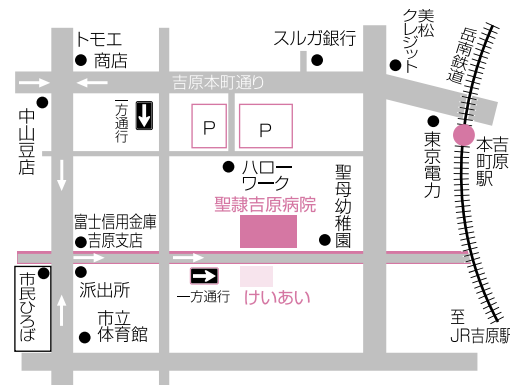
- 募集人員 10名
- 応募資格 看護師の養成機関卒業又は来春卒業見込みの方
- 中途採用者につきましても随時募集中です <40歳未満>
- 詳細は、TEL0545(52)0780 総務課、石川又は諸星まで



マークの由来:ヨハネによる福音書第13章に、「最後の晩餐」のとき主イエスは、たらいに水を入れて弟子たちの足を洗い…とあるように、自ら進んで奴隷の業を行いました。外側の二重円は、このたらいを表しています。内側の三つの円は、赤が医療を、青が教育を、緑が福祉を表し、中央の十字架は「キリスト教精神にたって事業を行う」基本精神を示しています。

◆交通アクセス

- ★東名富士ICより車で約10分
- ★新幹線新富士駅よりタクシーで約10分
- ★吉原中央(バス)駅より徒歩5分
- ★岳南鉄道吉原本町駅より徒歩3分



駐車場ののご案内

当院では、上記の専用駐車場を用意しております。ご来院の際は係員の誘導に従って駐車して下さい。

財団法人 恵愛会

聖隷吉原病院

〒417-0026 静岡県富士市南町1番32号
Tel.0545-52-0780
Fax.0545-52-5837

聖隷吉原病院外報

2007年1月1日発行
発行責任者：奥村一之
編集責任者：関政雄

恵愛だより No.37

病院理念

私たちは、地域に開かれた病院を基本に、利用者のニーズに応えられる医療の提供を目指します。
私たちは、医療チームにおけるそれぞれの役割を果たし、誇りをもって働ける私を育てます。



当院屋上より撮影

明けましておめでとうございます。
皆様方のあたたかいご支援ご協力のもと、本年は念願でありました新病院への移転の年を迎えました。
本年も地域の皆様のニーズに応えられる医療の提供を目指して努力してまいります。
職員一同よろしくお願いたします。

財団法人 恵愛会 聖隷吉原病院

〒417-0026 富士市南町1番32号
TEL(0545)52-0780(代) FAX(0545)52-5837
http://www.seirei-yoshiwara.com

訪問看護ステーション けいあい
居宅介護支援事業所 けいあい
〒417-0026 富士市南町1番32号
TEL(0545)54-2320
FAX(0545)54-2321

訪問看護ステーション 吉原
居宅介護支援事業所 吉原
〒417-0822 富士市神谷新町83番地
TEL(0545)39-0808
FAX(0545)39-0810

“ポリフェノールとは”②

(前回に引き続きポリフェノールが入った健康のお手軽レシピのご紹介です。)

*長寿食の基本としてゴーヤチャンプルーです。
(#ゴーヤ…カロテン #豆腐…大豆イソフラボン、大豆レシチン)

材料(2人分)	◎作り方◎
ゴーヤ …… 1本 木綿豆腐 … 2/3丁 卵 …… 1個 塩 …… 少々 油 …… 大さじ1/2	1、木綿豆腐は布巾に包み強めの重しをして水気をよく切りひと口大に切る。 2、ゴーヤは縦半分に切り種とわたを除き薄切りにする。 3、フライパンに油半量を熱し、中火で豆腐を焼き色がつくまで炒めて取り出す。油を足し、2を炒め、しんなりしたら豆腐を戻し、溶き卵を加えて塩で調味する。

*神経を鎮める作用があり、中性脂肪や悪玉コレステロールを減らす働きがある玉ねぎを使った「玉ねぎとじゃこのサラダ」です。

(#玉ねぎ…ケルセチン)

材料(2人分)	◎作り方◎
玉ねぎ …… 1個 じゃこ …… 大さじ3 にんにく …… 1片 生姜 …… 1片 ごま油 …… 大さじ2 しょうゆ …… 大さじ1	1、玉ねぎはごく薄くスライスし水にさらしざるにあげる。 2、フライパンにごま油を熱しみじん切りにしたにんにくと生姜を加え、香りが出てきたらじゃこしょうゆを入れて炒める。 3、皿に1を盛り、2をあつあつのまま、油とともにかける。

*疲労回復や体力増強に効力発揮の「にらごまおかか和え」を紹介します。

(#にら…硫化アリル #卵…レシチン)

材料(2人分)	◎作り方◎
にら …… 1束 卵 …… 1ヶ 塩 …… 少々 油 …… 小さじ1 削り節…1/4カップ 白ごま …… 大さじ1 しょうゆ…小さじ2	1、にらは3cm長さに切って塩茹でし、冷水にとって水気を切る。 2、フライパンに油を熱し塩を加えた溶き卵を流し入れてスクランブルエッグを作る。 3、1・2を合わせ削り節とごまを加えてしょうゆで和える。

栄養管理課

『褥瘡』って知っていますか？

～床ずれを予防しましょう～

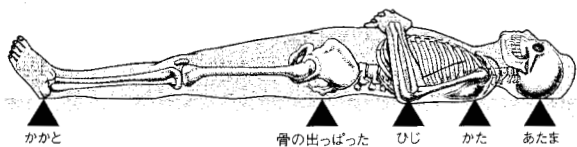
どうして褥瘡になるの？

褥瘡とは、一般的には「床ずれ」と表現されます。自分で寝返りが出来ない人は同じ姿勢を長時間続けることで、自分自身の体重が一定の部位にかかってしまいます。その体重の圧力で皮フに血液が流れなくなって、細胞が死んで、床ずれができるのです。床ずれの原因には、その他にも栄養状態が悪いこと・やせ・病気・皮フの老化など様々なものが関係しています。

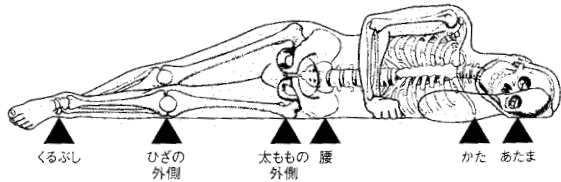
床ずれはどこにできやすいの？

床ずれにはできやすい場所があります。骨の出っばったおしり・腰・太ももの外側・くるぶし・かかとなどです。

仰向けに寝た場合



横向きに寝た場合



床ずれをつくらないためには？

- 予防①** 皮フをこまめに観察しましょう。
皮フが赤くなっていないかを見ます。皮フの赤みは床ずれの危険信号です。
- 予防②** 圧迫を少なくしましょう。
寝る時の姿勢の変更や寝具（体圧分散寝具）の使用が大切です。
- 予防③** 皮フを清潔にしましょう。
入浴・シャワーによって全身を清潔にしておくことが理想的ですが、無理な場合はタオルなどでふいて皮フの状態をチェックしましょう。
- 予防④** しっかり食事をとりましょう。
栄養不足は床ずれの大きな原因のひとつになります。しっかり食事をとるようにしましょう。

床ずれになったらどうすればいい？

全身ケアとして病気の管理・栄養状態の改善、局所のケアとしてスキンケア・圧迫を減らすケアがありますが、訪問看護師や主治医に早めに相談しましょう。

当院では……

床ずれのある・なしにかかわらず、早めに体圧分散寝具を使用し、日中・夜間の2時間毎の体位交換を徹底して行っています。又、栄養状態を早期に改善するため、栄養課との連携を密にし、栄養補助食品をとり入れ、栄養状態の改善に努めています。床ずれのある患者様には、褥瘡回診を行い、早期の床ずれ改善にむけて医師・看護師・栄養士・理学療法士・薬剤師であらゆる角度から意見交換をし、改善にむけて活動しています。

各科外来担当医一覧表

平成18年7月17日更新

内科	月	火	水	木	金	土
午前	奥村 芹澤	奥村 尼子	内田 芹澤	奥村 芹澤	奥村 内田	交替制
午後	内田	芹澤	奥村 久保	内田	芹澤	

※午前中の内田医師の診察は午前10:00より開始します

外科・消化器科	月	火	水	木	金	土
午前	小里	小里	小里	砂山	斉藤	交替制*
午後(大腸肛門科)		小里				

※第1・第3土曜日は斉藤医師、第2土曜日は小里医師、第4・第5土曜日は砂山医師になります。

整形外科	月	火	水	木	金	土
午前	上田 川口	川口 上田	上田	川口 上田	上田 川口	第2・第4

泌尿器科	月	火	水	木	金	土
午前	若山			交替制※		

※第1・第3・第5 木曜日は餌取医師、第2・第4木曜日は高医師になります。

脳神経外科	月	火	水	木	金	土
午前	嶋田	嶋田		嶋田	嶋田	
午後			嶋田	脳ドック※		
午後(物忘れ・禁煙外来)	嶋田					

※脳ドックは予約制になります。(富士市脳ドック健診対象者のみ)

眼科	月	火	水	木	金	土
午前	山本	山本	山本	山本	山本	第2・第4
午後	山本		山本	山本		

小児科	月	火	水	木	金	土
午前		鈴木	鈴木		鈴木	第1・第3
午後	鈴木	鈴木	鈴木	鈴木	鈴木	

胃・大腸内視鏡	月	火	水	木	金	土
午前	斉藤	尼子	砂山	斉藤	小里	
午後		砂山	久保	久保田		

【受付時間】 午前8:00～午前11:30 (診療開始時刻 9:00)

午後1:00～午後 4:00 (診療開始時刻 2:00)

※土曜日は午前中のみ