

お知らせコーナー

新型コロナウイルス感染拡大に伴い、
当面の間、入院患者様の面会を禁止
させていただきます。

～各種健康診断 受付中～

- ◆ 富士市人間ドック
- ◆ 脳ドック
- ◆ 協会けんぽ
- ◆ 法定健診(労働安全衛生規則 第43条・45条)
- ◆ 自費によるPCR検査

詳細については、聖隷富士病院 健診事業室までお問い
合わせ下さい。

お問合せ：0545-52-0780(代)
(平日:8時30分～16時30分)

患者相談窓口設置のご案内について

この度、患者様ご本人、もしくはご家族の方からの医学的
な質問並びに生活上・入院上の不安等、様々なご相談に
対応するために院内に**患者様専用の相談窓口**を設置さ
せていただきました。患者様からの相談内容に応じて適切
な職種が対応できる体制を整えております。
設置場所・営業時間については下記をご参照ください。

設置場所：地域医療連携室内の相談窓口

営業時間：平日 8:30～17:00
第2・4土曜日 8:30～12:15

求人情報

■医師 ■薬剤師 ■看護補助者 ■調理補助者

お問合せは総務課の望月・鈴木まで、
メールまたは電話でお願い致します。
E-mail seireifuji@sis.seirei.or.jp
TEL 0545-52-0780(代)



法人理念 『隣人愛』

病院理念

私たちは、
人と人とのつながりを大切にし、
地域に貢献できる医療を目指します

◆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。
駐車場は有料となっております、ご了承下さい。

一般財団法人 恵愛会 聖隷富士病院

〒417-0026 富士市南町3番1号
TEL (0545) 52-0780(代) FAX (0545) 52-5837
http://www.seirei.or.jp/rel/fuji

訪問看護ステーション けいあい
〒417-0026 富士市南町3番1号
(聖隷富士病院管理棟3F)
TEL(0545) 54-2320
FAX(0545) 54-2321

居宅介護支援事業所 けいあい
TEL(0545) 67-2221
FAX(0545) 54-2321

訪問看護ステーション かみや
〒417-0821 富士市神谷592-3
TEL(0545) 39-0808
FAX(0545) 39-0810

聖隷富士病院 院外報

2021年7月1日発行
発行責任者：小里俊幸

恵愛だより

7月号
No.210

— オンライン講演開催 —



2021年5月24日12:30～約40分に渡り、当院小
児科京極医師の講演が富士市役所会議室で行われま
した。

富士市役所保育幼稚園課の協力を得て、市役所の会
議室と当院の京極医師とを繋ぎ、初めてZOOMを使用
したオンライン講演を開催することが出来ました。

今回は、広見保育園の看護師さんから、富士市の保
育園に勤務する看護師を対象とした講演のご依頼があ
り、内容は「怪我をしたときの処置・やけどの対処等
について」でした。

実際に使用した方が良い創傷被覆材にも触って頂い
たり、講演後の質疑も活発に行われ有意義な講演会と
なりました。

このコロナ渦の現状ですが、今後も出来る事を考え
地域に貢献出来るように精進したいと思います。

〈文責:地域医療連携室〉

聖隷福祉事業団は日本全国に9つの病院があり、それぞ
れの管理栄養士・栄養士・調理師が腕を奮って作っている病
院食や、おすすめのレシピをテーマ毎に公開しております。

今回のテーマ：

「いつもとは、ちょっと変わったアレンジ料理」オススメレシピ

◆レシピ1 じゃこ揚げ (聖隷沼津病院)



管理栄養士の
オススメ Point

- 1)チリメンジャコでカルシウム補給。木綿豆腐にもカルシウムが豊富に含まれ、この料理で約200mg摂れます。
- 2)チリメンジャコのカリカリと豆腐の柔らかさがマッチした食感です

作り方

- (1)木綿豆腐は、クッキングペーパーなどで水気をきる
- (2)チリメンジャコと花かつお節を混ぜ合わせる
- (3)木綿豆腐に片栗粉→卵→チリメンジャコ+花かつお節の順にまぶし、175℃の油で表面がカリッとなるまで揚げる
- (4)お皿に大葉とくし切りにしたレモンをそえ、(3)を盛り、和風ドレッシングをかける

◆レシピ1 鯖の香味ソース (聖隷佐倉市民病院)



管理栄養士の
オススメ Point

- 1)鯖に含まれるDHA・EPAは、血栓予防や中性脂肪を減らす働きがあります。
- 2)ネギやんにんにくを入れることで鯖の臭みを取ってくれます。
- 3)大根おろしでさっぱりとしたソースになり、ご飯が進むメニューです。

作り方

- (1)鯖に酒塩をし、臭みをとる
- (2)フライパンにサラダ油をしき、(1)の鯖を皮目のほうから焼く
- (3)別のフライパンに、ごま油・おろしにんにく・根深ネギを入れ軽く炒めたら、大根おろし・砂糖・濃口醤油・だし汁を入れ弱火で煮る(※強火で煮ると水分が蒸発しすぎるので注意)
- (4)盛り付けは鯖にソースをかけ、白髪葱をのせる

《トピックス》

糖尿病について

コロナ禍での自粛生活が続き、「運動量が減った」「間食が増えた」といった生活習慣の変化から、血糖値が悪くなっていないか心配な患者さんや「糖尿病にならないか心配」という方も多いかと思えます。そんな不安を払拭すべく、毎年恒例の糖尿病教室を開催する代わりに、本誌にて6回にわたり糖尿病の情報を発信していきたいと思えます。

「糖尿病とはどんな病気でしょう？」

食べ物から得たブドウ糖は、血液を介して全身へ運ばれ、インスリンというホルモンが作用することで、エネルギー源として使われます。健康な方の場合、血液中のブドウ糖の量(血糖値)は、インスリンによって一定の範囲にコントロールされています。しかし、過食・肥満・運動不足などといった生活習慣の乱れから、インスリンがうまく出なくなったり、効きが悪くなったりすると、血液中のブドウ糖の量が増え、血糖値が上昇して糖尿病を発症します。

はじめは自覚症状がほとんどなく、喉が渇く・疲れやすい・やせる・おしっこ回数が増える、などの症状が現れます。

「血糖値が高いと、なぜ良くないのでしょうか？」

血糖値が高い状態が長く続くと、血管が傷つき、全身にいろんな病気をもたらします。そして、糖尿病によって起きる病気を合併症といいます。

「糖尿病の合併症とはどんな病気のことでしょう？」

「糖尿病の3大合併症」と呼ばれる糖尿病だから起こる細い血管の病気と、糖尿病だけが原因ではないが命にかかわる太い血管の病気、血管の病気以外の感染症や認知症など、全身に起こります。これらの病気が起きていても、自覚症状に乏しいため気がつかないうちに進行し、命に関わる状態や、その後の日常生活に大きく影響をおよぼす危険性があります。また、

糖尿病発症前の食後高血糖のある方でも、これらの病気を発症する恐れがあります。

糖尿病だから起こる病気(細い血管の病気)		
し	神経に異常がでる	神経障害
め	目が悪くなり失明する	網膜症
じ	腎臓が悪くなり透析になる	腎症
糖尿病だけが原因ではないが、命に関わる病気(太い血管の病気)		
え	足が壊疽(えそ)する	閉塞性動脈硬化症
の	脳の血管がつまる・やぶける	脳卒中
き	心臓が働かなくなる	虚血性心疾患(心筋梗塞・狭心症)



一文字目を取って、きのこの「し・め・じ」と「え・の・き」と覚えておきましょう。

「糖尿病の治療はどうすればいいのでしょうか？」

糖尿病の治療は、合併症を予防し進行を遅らせることを目的としています。合併症予防のためには、1~2か月間の血糖値を反映する血液検査ヘモグロビンエーワンシー(HbA1c)の値は7%未満を目指します。治療方法には、食事療法・運動療法・薬物療法があり、糖尿病になった原因などでその方によって違いますが、定期的な通院を続けることが大事です。

糖尿病にならないか心配な方は、まずは健康診断で指摘を受けたら、早めに受診しましょう。

治療については、本誌次号より連続掲載していきますので、ご期待下さい。〈文責:糖尿病療養支援委員会〉

各科外来担当医一覧表

2021年7月1日現在

受付時間 午前 8:00~午前11:30 (診察開始時刻 9:00) *一部の診療科を除く
午後 13:00~午後16:00 (診察開始時刻 14:00) *一部の診療科を除く

【休診日】
日曜・祝日・第1・3・5・土曜日

		月	火	水	木	金	土
内科	午前	芹澤 馬場(一般/肝臓) 藤原 清水(診察10:00開始)	奥村 馬場(肝臓) 藤原	芹澤(予約のみ) ※1 源馬(糖尿・内分泌) (診察10:00開始)(予約のみ)	奥村 芹澤 依馬(腎臓) 藤原	奥村 芹澤 藤原	※2 交替制(第2) 平野(第4) ※3 渡邊(アレルギー-外来)
	午後	馬場(一般/肝臓) 清水(受付13:30まで)	馬場(一般/肝臓) 野村(呼吸器・禁煙外来)	※4 奥村 野村(呼吸器・禁煙外来)	依馬(腎臓・CAPD)	梶本	—

※1 源馬医師の診察は第2・4水曜日のみ ※2 岡田医師・奥村医師・芹澤医師の交替制 ※3 渡邊医師の診察は第4土曜日のみ(第2へ変更の場合あり) ※4 第3水曜日の受付は15時まで

		月	火	水	木	金	土
リウマチ・膠原病科	午前	※山田(予約制)	—	※山田(予約制)	山田(初診)	※山田(予約制)	—
	午後	※山田(予約制)	—	※山田(予約制)	—	※山田(予約制)	—

※予約外の再診については要相談

		月	火	水	木	金	土
脳神経外科	午前	—	—	渡邊	—	—	—
	午後	—	—	—	小野(受付15:30まで)	—	—

※受付時間は12時~15時(診察開始時間は13時)

		月	火	水	木	金	土
循環器科	午前	富樫	富樫	富樫	※1 富樫	※2 富樫	丹原 第2・4(予約のみ) 富樫 第2・4(初診・紹介患者のみ)
	午後	富樫 (初診・紹介患者のみ)	富樫	藤林 (不整脈外来・予約制) 富樫 (初診・紹介患者のみ)	梶本	※2 富樫 (初診・紹介患者のみ)	—

※1 第3木曜日は休診 ※2 第4金曜日は休診

		月	火	水	木	金	土
外科	午前	小里	小里	瀬戸口(受付11:00まで)	原(受付11:00まで)	稲葉(受付11:00まで)	※第2・第4交替制 (受付11:00まで)
	午後	—	小里	瀬戸口(受付15:30まで)	原(予約制)	稲葉(受付15:30まで)	—

※第2土曜日は瀬戸口医師、第4土曜日は原医師(奇数月)、稲葉医師(偶数月)

		月	火	水	木	金	土
乳腺外来	午後	—	—	※芹澤(予約制)	—	—	—

※第1・5水曜日は休診

		月	火	水	木	金	土
整形外科	午前	※上田 ※布田	※上田 染村	※上田(診察10:30開始) ※福塚	※上田 ※福塚	※福塚(予約のみ)(再診は要相談) 山本	神田(第2・4)
	午後	福塚(OA外来)(予約制)	染村	—	—	—	—

※午前の受付は、初診受付10時まで、再診受付11時までとなります。

		月	火	水	木	金	土
泌尿器科	午前	松原(受付11:00まで)	—	—	餌取	※齋藤	—
	午後	松原	—	—	—	※齋藤	—

※第2・第4金曜日のみ

		月	火	水	木	金	土
眼科	午前	山本(受付11:00まで)	※1 交替制 (受付11:00まで)	山本(受付11:00まで)	山本(受付11:00まで)	—	※2 山本 (第2・第4)(受付10:30まで)
	午後	山本	山本	山本	山本	—	—

※1 第1火曜日は池原医師 第2~5火曜日は山本医師 ※2 第2・第4 いずれか月1回の診療です

		月	火	水	木	金	土
※1 小児科	午前	京極	京極	京極	京極	京極	京極(第2・4)
	午後	京極(受付16:00まで) ◎ワクチン接種(受付16時~17時)	※2 京極(受付17:00まで)	京極(受付16:00まで) ◎ワクチン接種(受付16時~17時)	※2 京極(受付17:00まで)	京極(受付16:00まで) ◎ワクチン接種(受付16時~17時)	—

※1原則予約制のため、受診希望の際は予めお電話にてお問合せ下さい。尚、電話予約は新患の方でも可能です。※2火・木曜日の午後14時~15時は乳幼児健診・予防接種のみ 火・木曜日の受付時間は17時までで行いません ◎通常診療時間内でのワクチン接種は行いませんのでご注意ください

		月	火	水	木	金	土
皮膚科	午前	杉浦(診察9:30開始)	杉浦(診察9:30開始)	杉浦(診察9:30開始)	—	杉浦(診察9:30開始)	—
	午後	杉浦	杉浦	杉浦	—	杉浦	—