

午前	受付時間	8:30～11:30	午後	受付時間	13:30～16:30
	診療時間	9:00～12:00		診療時間	14:00～17:00

※外来診療の予約・予約変更受付時間は 9:00 ～ 16:30

		月	火	水	木	金	土
産婦人科	午前	山本信	山本信	原田明	原田明	原田明	荘園 9日 (検診)
	午後	—	—	原田明	原田明	原田明	

※土曜日の荘園医師の検診は9:00～12:00です。

脳神経外科	午前	藤本 25日	—	—	—	—	
-------	----	-----------	---	---	---	---	--

物忘れ外来	午後	—	—	堀部※	—	—	
-------	----	---	---	-----	---	---	--

※物忘れ外来は受付12:30開始、診療13:00開始です。

脳神経内科	午前	—	土山	—	—	—	
-------	----	---	----	---	---	---	--

※「もの忘れ外来」を受診希望の方も対象です。
※脳神経内科の診療は9:30～になります。

循環器内科	午前	松浦啓	—	—	—	—	
	午後	松浦啓	—	—	—	—	

呼吸器内科	午前	三木 11・25日	—	—	—	—	
-------	----	--------------	---	---	---	---	--

心療内科 (完全予約制)	午前	—	—	—	—	松宮	
	午後	—	—	—	—	松宮	

※心療内科午前の診療は10:30～12:00、午後の診療は13:30～16:00です。

皮膚科	午前	—	—	—	—	—	
	午後	—	森田	—	—	—	

健診	午前	生良	鈴木	生良	鈴木	担当医	
		—	—	鈴木	—	—	
	午後	生良	生良	生良	—	生良	

ご案内

人間ドック ランチ招待券

受診後の、
ちょっとした贅沢を皆様に。

聖隷淡路病院で人間ドックを受けられた方には、
3ヵ月有効の無料ランチ券をお渡ししております。
受診後は美味しいランチタイムをお過ごし下さい。



※写真はイメージです

【婦人科、乳がん検診の単独受診も下記日程で可能です】

- ・土曜日：毎月第2土曜日の午前中（8時45分～12時）
- ・平日：午前（10時～12時）・午後（14時～15時）

婦人科健診と特定健診はオンライン予約が便利



婦人科健診は
こちら



特定健診は
こちら

QRコードから必要項目を入力・送信するだけ! (作業3分程度)

聖隷 おのころ通信

2024.11.1
No. 296

聖隷コツコツクッキー販売中！

聖隷コツコツクッキーは骨粗鬆症予防啓発のため、医師、管理栄養士で昨年より企画。今回、洋菓子店クローバー様にご協力いただき販売が実現いたしました。名前には『元気なうちから骨粗鬆症予防にコツコツ取り組んでほしい』という願いが込められています。

骨粗鬆症予防に必要な不可欠な栄養素であるカルシウムを多く含む食品を使用しており、不足しがちなカルシウムを補うことができるクッキーです。

味は「チーズ」と「黒ゴマ」の2種類。このクッキーが骨粗鬆症予防について考えるきっかけとなれば幸いです。是非お試しください！



～製造・販売場所～
洋菓子店 クローバー
住所：兵庫県淡路市浦103

※仕入れや製造等の都合により品切れの場合もございます。
予めご了承ください。

聖隷淡路病院

〒656-2306
兵庫県淡路市夢舞台1-1

TEL (0799) 72-3636 FAX (0799) 72-5071
検診・人間ドック予約はフリーダイヤル
☎0120-010-489(平日8:30～17:00)
発行責任者:院長 黒田勝哉 編集責任者:事務長 中村知明

ホームページアドレス <http://www.seirei.or.jp/awaji/>

外来担当表 2024年11月 (祝・日休診)

		月	火	水	木	金	土
救急・総合診療科	午前	11・25日 担当医 (初診)	担当医	担当医 (初診)	担当医	武本	担当医 ※2
		18日 担当医	原田英	武本	大橋	8・29日 担当医	
	午後	—	武本	—	担当医	8・29日 担当医	
		—	担当医	—	—	—	
内 科	午前	原	担当医 (初診)	佐藤	担当医 (初診)	北村	担当医 ※2
		11・18・25日 担当医	北村	担当医	佐藤	山本慶	
	午後	—	—	白石勉 20日※1	—	15・22日 担当医	
		11・18・25日 担当医	—	担当医	—	15・22日 担当医	
要再検・要精密外来	午後	鈴木	—	—	鈴木	鈴木	
糖尿病外来 (完全予約制)	午後	佐藤	鈴木	—	—	佐藤	

※1 火曜日午後診療・水曜日の白石勉医師の診療は予約制です。

※2 土曜日午前診療は内科または救急・総合診療科が交代で担当します。

外 科	午前	中村	担当医	板東	板東	中村	
	午後	担当医	板東	板東	板東	担当医	
緩和ケア外来	午後	黒田	—	—	—	黒田	

整形外科	午前	西原	山本裕	西原	古川	西原	
	午後	西原	山本裕	西原	加藤	西原	

リハビリ科 (ボトックス外来)	午前	—	—	—	村上 14日	—	重松 9・30日
		—	—	—	—	—	村上 30日

インフルエンザ・新型コロナワクチン 予防接種のご案内

【インフルエンザ予防接種】

接種期間： 2024年10月1日(火)～2025年1月31日(金)

接種対象者： ①接種日に満65歳以上
②接種日に満60歳～65歳未満で心臓・じん臓・呼吸器の機能・ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障がいを持つ方(身体障害者手帳1・2級)

③接種日に満16歳以上

自己負担： ①②1,500円(税込) ③3,500円(税込)

予約方法： お電話または直接ご来院いただき窓口にて

【新型コロナワクチン接種】

接種期間： 2024年10月1日(火)～2025年3月31日(月)

接種対象者： ①接種日に満65歳以上
②接種日に満60歳～65歳未満で心臓・じん臓・呼吸器の機能・ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障がいを持つ方(身体障害者手帳1・2級)

③接種日に満12歳以上

自己負担： ①②3,000円(税込) ③17,820円(税込)

予約方法： お電話または直接ご来院いただき窓口にて

お電話番号：0799-72-5161

【注意事項】
※原則、予約制です。
※インフルエンザとコロナワクチンの同時接種が可能です。

糖尿病教室が開催されました

当日の各講義の内容、様子をお伝えします。

「自分の糖尿病の状態を知っておこう」 (内科部長 佐藤倫明 医師)

糖尿病はすい臓からのインスリン分泌不足やインスリンは出ていてもその作用が十分に発揮されないために血糖値が高くなる病気です。状況に個人差があり、血中・尿中のCペプチドという検査である程度の病態が推測できます。また、HbA1c(ヘムoglobin-A1c)は、合併症予防のため7%未満に保つこと、さらに重要な合併症である眼の網膜症、腎臓障害、動脈硬化などは定期的にチェックを受けておくことも必要です。自分の糖尿病の状態を把握し、しっかりと血糖コントロールを行って健康寿命をのばしましょう！



内科部長 佐藤医師によるお話し

「電子レンジで簡単ごはん」
(管理栄養士 佐々木達雄)
「豆腐で作る抹茶蒸しパン」を実食しました。小麦の代用として絹ごし豆腐とおからパウダーを使用し、砂糖ではなく甘味料を使用することで低カロリー(55Kcal)と低糖質(2.8g)を実現。甘さ控えめでもおいしくいただきました。

「知っていますか？フレイルとサルコペニア」
(理学療法士 木本なつき)
フレイルやサルコペニア※には、栄養、身体活動、社会参加に関連性があり自分自身で予防することが重要です。そこで、サルコペニアの3つのセルフチェック①指輪っかテスト②開眼片脚立位③5回立ち座りテストを実施しました。参加者の皆様は優秀だったようです。

※フレイルとは、加齢により心身が疲れやすく弱った状態。
サルコペニアとは、フレイルの原因となる筋肉量の減少および筋力が低下している状態



サルコペニアのセルフチェックの様子

体験型介護講座が開催されました



9月18日に聖隷カーネーションホームと千鳥会ほほえみが主催する体験型介護講座が聖隷淡路病院の大会議室で開催されました。今回のテーマは「認知症について」がテーマで行われました。当院内科の北村弘子医師が認知症サポート医として、脳のメカニズムや認知症の症状についての講義を行い、聖隷カーネーションホームの職員が動画を使用し、認知症者の世界を説明し、関わり方をお伝えしました。

＜編集後記＞
今月号は 目標6：「安全な水とトイレを世界中に」のカラーを使用しています。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

6 安全な水とトイレを世界中に