

【2018年7月1日現在】

# 各科外来担当医一覧表

最新の情報はこちらへ→



※ は女性医師です。  
【初再診受付時間】7:30~11:00・13:30~15:00

内 科	月	火	水	木	金	土
予 約 制	佐々木 池田 鈴木(宣)	池田 關(昌) 鈴木(拓)	關(昌) 伊海 八重樫	關(昌) 伊海 鈴木(拓)	中川 三井 関(敏)	専門外来
初診・予約外	浅井 内田	今西 内田	小池	浅井 内田	吉住 内田	-
予 約 制	關(昌) 鈴木(宣) 三井 佐々木	森野 伊海 芹澤(優)	鈴木(拓) 池田 今西	三井 尼子 八重樫 内田	中川 芹澤(優) 関(敏)	-
初診・予約外	今西	三井	八重樫	鈴木(拓)	内田	-

【受付時間】7:30~11:30(土曜日の受付は11:00までです)・13:00~16:00  
午後の診療開始時間は14:30からです。

小 児 科	月	火	水	木	金	土
午 前	河崎 鶴井	河崎 鶴井	河崎 伊藤(祐)	大森 鶴井	交替制	交替制
午 後	交替制	交替制	交替制	交替制	河崎 伊藤(祐)	-
午後 小児健診 (予約制)	-	-	交替制	-	交替制	-
乳幼児予防接種 (12:30~13:30)	交替制	交替制	-	交替制	-	-
午後 小児心臓 (予約制)	7/3・17・31...内山 7/24...福岡					
午後 小児神経 (予約制)	-	-	-	-	鶴井 (第2週を除く)	-
午前 小児内分泌 (予約制)	7/7・14...中島(信) 7/28...緒方					
午後	7/6...藤澤					

【受付時間】7:30~10:30

産 婦 人 科	月	火	水	木	金	土
予 約 制	谷口	大野	宮部	大野 谷口 山道	山道	-
初診・予約外	山道	交替制	大野 田島	-	福地	-

7/9(月)谷口医師不在となります。  
7/30(月)初再診休診です。

【受付時間】7:30~11:30 大腸・肛門外来・血管外科 13:30~15:30  
乳癌外来は母乳外来とは異なります。母乳外来につきましては、産婦人科までお問い合わせください。

外 科	月	火	水	木	金	土
予 約 制	大澤 那須野 丸尾	吉田 芹澤(淳)	大澤 (第1・2・3週) 大石(公) (第4週) 那須野 丸尾	大澤 吉田	上原 芹澤(淳) 佐藤	-
初診・予約外	佐藤	眞野	交替制	大石(康)	大石(公)	-
午前 乳腺外来 (予約制)	大澤	-	-	-	-	矢部 (第2・4週)
午後 大腸・肛門外来	佐藤 (第1・3・5週) 那須野 (第2・4週)	-	-	-	-	-
午後 血管外来	-	眞野	-	-	-	-

第4水曜日は、大澤医師不在につき、休診となります。

【受付時間】7:30~11:30(生駒医師の診療開始時間は10:00からです)  
第1木曜日のみ、予約外の診療開始時間は10:00からです。

呼吸器外科	月	火	水	木	金	土
午 前	-	中里	-	中里	-	生駒 (第1・3・5) 中里 (第2・4)

7/7(土)生駒医師不在につき、休診となります。

【受付時間】13:00~16:00

形成外科	月	火	水	木	金	土
午 後	松村	-	松村	-	松村	-

7/13(金)松村医師不在につき、休診となります。

循環器内科	月	火	水	木	金	土
予 約 制	-	丹原 (開始9:30)	-	藤田	和田(則)	宮崎
初再診・予約外	-	-	-	-	-	-
予 約 制	小西 (開始14:30)	-	芹澤(敬)	藤田	藤田	-
初再診・予約外	-	-	-	-	-	-

7/2(月)、30(月)小西医師不在となります。

皮 膚 科	月	火	水	木	金	土
午 前	酒井(咲)	-	-	酒井(咲)	-	-

7/12(木)、30(月)休診となります。

整 形 外 科	月	火	水	木	金	土
午 前	西山 道下	上條 平船	西山 上條	吉田(勇) 関部 仲村 (第2・4・5週)	西山 上條 十字 (第1・3・5週) 伊藤(勝) (第2・4週)	交代制 (初診のみ)

【受付時間】7:30~11:30・13:00~16:00

脳神経外科	月	火	水	木	金	土
午前 予約 初診・再診	安藤 中島(裕)	安藤	安藤	安藤	安藤	-
午後 脊椎外科外来	大井	大井	-	大井	大井	-
午後 ずつう外来	-	安藤	-	-	安藤	-
午後 てんかん外来 (予約制)	-	-	-	山本 (7/12)	-	-
午前 午後 神経内科	-	-	塚本	-	-	-

7/27(金)大井医師不在につき中島医師の代診となります。

泌 尿 器 科	月	火	水	木	金	土
予 約 制	餌取	酒井(宏)	餌取	酒井(宏)	力石	-
初診・予約外	交替制	交替制	交替制	交替制	-	-
午後 予約制	-	中島(拓)	木村	酒井(宏)	-	-

7/30(月)~8/3(金)酒井医師不在となります。

眼 科	月	火	水	木	金	土
予 約 制	※1	山本	池原	池原	池原 (第1週)	-
初診・予約外	-	-	-	池原	池原	-
午後 予約制	-	-	池原	池原	池原	-
初診・予約外	-	-	-	-	-	-

※1、7/2(月)、9(月)、30(月)池原医師初再診行います。(10:30まで)  
7/23(月)休診となります。

耳鼻咽喉科	月	火	水	木	金	土
午 前	-	-	-	-	加藤	交替制
午 後	交替制	-	交替制	交替制	-	-
午後 予約制	7/20...難聴外来・補聴器外来					

放射線科 (画像診断部)	月	火	水	木	金	土
予 約 制	中島(容) 杉山	中島(容) 杉山	中島(容) 杉山	中島(容) 杉山	中島(容) 杉山	-
午後 予約制	交替制	中島(容) 杉山	中島(容) 杉山	交替制	中島(容) 杉山	-

【受付時間】7:30~11:30・13:00~16:00  
放射線治療は行っておりません。原則予約制です。

歯科口腔外科	月	火	水	木	金	土
午前 初診・予約外	山口 田中	山口 田中	山口 田中	山口 田中	山口 田中	山口 田中
午後 予約制	手術日	山口 田中	山口 田中	山口 田中	山口 田中	-

一般歯科診療は行っておりません。疾患対象につきましてはホームページをご確認いただき、お電話でお問い合わせください。  
7/13(金)~14(土)山口医師不在となります。  
7/6(金)午後、21(土)、30(月)田中医師不在となります。

- 各科の担当は医師等の都合により変更させていただくことがあります。
- 最新の情報は、ホームページまたはお電話でご確認ください。

2018年7月1日発行/発行者 伊藤 孝

## 聖隷沼津病院

# せいらい 7 通信

2018 July No.185

## 今年も地域連携懇話会を開催しました

日頃お世話になっている地域の医療機関の方々をお招きして  
当院の紹介をさせていただき地域連携懇話会を開催し、120名  
余りの方々に出席して頂きました。

12回目を迎えた地域連携懇話会の今回のテーマは、泌尿器科  
部長の酒井宏昌医師から「当院泌尿器科の現状」と、医長の  
木村明乃医師から高齢の女性に好発される子宮脱の治療として  
「骨盤臓器脱の外科的治療」を紹介させて頂きました。地域の先  
生方に当院の活動を知って頂く良い機会となりました。

また、当院の地域包括ケアの取り組みとして、看護・小規模  
多機能型居宅介護事業所や昨年開設した地域包括ケア病棟につ  
いて、また入院した患者様が安心して退院できるよう活動して  
いる在宅支援室の紹介をさせて頂きました。

当日は、地域の先生方に加えて、医療機関の事務職の方や社会  
福祉士や看護師の方にも出席して頂き、顔の見える連携作りが  
できたと思います。これからも、地域の医療  
機関の方々に、当院の  
活動を知っていただく  
機会を作って行きたい  
と考えています。



在宅支援室  
大須賀 裕子



TEL.055-952-1000  
FAX.055-952-1001  
〒410-8555 沼津市本字松下七反田902-6  
http://www.seirei.or.jp/numazu-hp/



## おしらせ

### 沼津市・裾野市・長泉町・清水町にお住まいの方へ

6月11日(月)より

【特定健康診査・各種がん検診】が始まりました。  
完全予約制にて実施いたします。  
ご予約の際はお手元に『受診券』をご用意のうえ、  
下記までお電話ください。

《お問い合わせ》  
聖隷沼津健康診断センター/TEL:055-962-9882  
《予約受付時間》  
月~金曜日 8:30~17:00/土曜日 8:30~12:15

## 地域包括ケア病棟をご利用ください

### 《ときどき入院、ほぼ在宅》

在宅介護されている方の介護休息目的や冠婚  
葬祭で自宅を空けなくてはならないとき等にご相  
談ください。

【お問い合わせ】  
医療相談室 TEL:055-952-1000(代)

## 診療受付時間

●午前...7:30~11:30 / ●午後...13:00~16:00  
※土曜日の診療や診療受付時間は各科で異なります。

## 診療開始時間

●午前...9:00~ / ●午後...14:00~  
※診療開始時間は各科で異なります。

## 面会時間

●平日・土曜日...13:00~20:00  
●日曜日・祝日...10:00~20:00

## 予約受付時間

●月曜日~金曜日...15:00~16:00(祝祭日は除く)  
●電話番号 ☎055-952-1000(代表)

# 口腔管理をしましょう。

口腔管理とは、口腔の正常な機能（食べる、呼吸する、話すなど）を維持することで、全身の健康維持・増進を図ることです。

口腔は、栄養の入り口であると同時に、呼吸・発音など全身の健康に関わる様々な役割を担う重要な臓器です。衛生状態が悪いと（図1）、歯の周りの血管を通じて口腔内の菌が全身に広がり、次のような疾患が起こります。

- 1 誤嚥性肺炎（唾液や食べ物が肺に侵入し起こる。嚥下機能が低下すると起こりやすい）。
- 2 敗血症（血液の中に細菌が増殖する感染症）。
- 3 感染性心内膜炎（心臓の中に細菌の塊ができる）など。

## ●口腔内を清潔にすると次の効果があります。

- 1 口腔機能（食べる、呼吸する、話す）の維持・回復
- 2 虫歯・歯周病（歯槽膿漏）・口内炎の予防による歯の維持
- 3 肺炎や敗血症など感染症の予防
- 4 心疾患、糖尿病などの全身疾患の予防及び改善
- 5 口腔粘膜病（特にがん治療の副作用で生じる口内炎など）の予防・症状の軽減など。

## ●口腔管理の方法

- 1 歯磨き  
1日3回、毎食後に磨きましょう。操作性に優れているヘッドの小さい歯ブラシを選びます。
- 2 うがい  
口腔内の症状により歯磨きが充分行えない場合、1日3回を目安に行いましょう。市販の含嗽剤（※1）では、アルコールを含む

文：歯科口腔外科 部長  
山口 万枝



- ない製品がおすすめで、薄い塩水でもしみにくいようです。
- 3 粘膜・舌の清掃  
舌表面に白色舌苔があるときは、専用のブラシ（舌ブラシやスポンジブラシ）あるいはぬらしたガーゼでそっとぬぐう。
  - 4 口腔内の保湿  
適度な水分摂取を用いて保湿を心がけましょう。
  - 5 かかりつけ歯科医院で年に2~4回、口腔衛生状態のチェック、歯石除去、歯面研磨を受けることが望ましいです。

食文化研究家の永山久夫氏の協力のもと、斉藤滋教授（神奈川科大学）が調べたところ、食事時間、噛む回数とも大幅に減っていることがわかりました（図2）。ちなみに、邪馬台国の卑弥呼の時代の食事（図3）を女子大生に試食してもらったところ 3990回 51分間かみ続けて、途中でダウンしたそうです。昔と比べ現代食は軟らかい食品が多い傾向ですが、よく咬んでお口の健康を保ち、元気に毎日を過ごしましょう。（※1 含嗽剤…口内およびのどの消毒・洗浄に用いる薬剤）

図2

時代	平均値		現代食を1としたときの比較
	食事時間	噛んだ回数	
卑弥呼	51分	3,990	6.4
紫式部	31分	1,366	2.2
源頼朝	29分	2,654	4.3
徳川家康	22分	1,465	2.4
戦前	22分	1,420	2.3
現代食	11分	620	1.0

現代食：コーンスープ1杯、ハンバーグ1個、スパゲティ半皿、ポテトサラダ少し、プリン1個、パン小2個

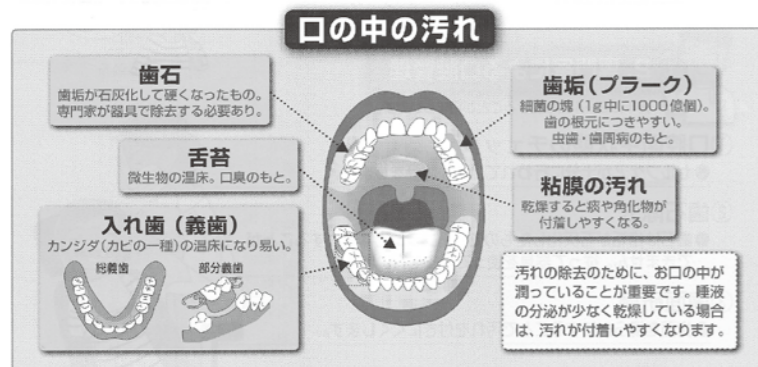


図1 口の中の汚れの種類（日本口腔外科学会監修資料より）



図3 邪馬台国の女王卑弥呼の食事の再現

Column . . . . .

## 糖尿病患者会“松友会”のご紹介

松友会は、糖尿病の患者様が作る会です。有志が集い、糖尿病の知識の向上・健康増進・健康管理などについて情報交換を行い、豊かな生活を目指すことを目的としています。

ウォーキングや食事会または調理実習、糖尿病に関する講演会など、年間を通してイベントを開催しています。



5/20に千本浜～狩野川沿いをウォーキングしました！気持ちのいい風に加え、壮大な眺めに癒されます♪

患者様&病院スタッフの親睦を兼ねてウォーキング後に青空の下でBBQ！肉ばかりでなく野菜も忘れずに♪

当院に通院する患者様のほか、そのご家族、ご友人でも入会できます。年会費として3500円頂戴しております。

### 松友会に入会すると

- 松友会イベントのご案内を、毎回ハガキでお知らせします！
- 糖尿病情報誌“さかえ”をお渡しします！

内科外来に、松友会紹介ポスターを掲示してあります。

入会希望やご質問のある方は、内科外来または以下の松友会事務局までお気軽にお尋ねください。

事務局：聖隷沼津病院・栄養管理課  
(☎ 055-952-1000)  
電話口にて「松友会の件で」とお伝えください。

(文：松友会事務局 栄養管理課)

## 認定看護師 その③ 乳がん看護認定看護師

文：松島 祐美子



乳がんは女性のなかで最も多いがんで現在女性の11人に1人が乳がんになるといわれ、死亡者数も30~50代ではトップとなっています。

要因として過食、肥満、早い初潮、遅い閉経、喫煙、飲酒、夜間勤務、出産の有無、遺伝などがありますが、過食は乳がんだけでなく、大腸がん、胃がん、糖尿病、動脈硬化に伴う疾患など他の病気も引き起こす要因となります。

「私はまだ若いから大丈夫」「私はもう年だから乳がんにならない」という声も時々聞かれますが、乳がんは年齢に関係なく発症します。

定期的なマンモグラフィ検診と月に1度の自己検診（触診）が大切です。乳がんを予防する特効薬や食品はありません。日頃の検診とチェックが乳がん予防、もしくは早期発見につながり、乳がんによる身体的・精神的・経済的な負担を軽減することができます。

自己触診した際、「いつもと違う」と感じたらまずは外科へお問い合わせください。（まれに男性も発症しますので、乳房の痛みや腫れが気になる方はご相談ください。）

もし乳がんと診断されても、前向きに治療に臨めるよう一緒に考え、ご支援させていただきまます。

「いつまでも元気に自分らしい」生活を送られるよう、サポートしていきたいと思ひます。

### セルフチェックをしましょう！



- ①鏡の前で形をチェック！  
両腕を上げ脇の下から乳房にかけて、乳房の一部に引きつれや大きさが傾いてないか確認する。
  - ②乳房全体をくまなく触る  
ボディソープで肌の滑りをよくして、人差し指、中指、薬指の三本で脇の下から乳首までまんべんなく円を描くようになる。
- 違和感があつたらすぐに受診しましょう！