

訪問看護ステーションかみや



訪問看護ステーションかみやでは、自宅で療養している方々を、自分らしく安心して日々の生活を送れるように地域に密着した在宅生活の手助けをしています。

地域で暮らす赤ちゃんから高齢者まで全ての世代の方が対象で、市町村や医療・福祉などと連携し、主治医の指示を受け、看護師や理学療法士・作業療法士が訪問して、一人一人に必要な支援をしています。

また、「最期を家で過ごしたい」という、御本人やご家族の思いに寄り添うことをモットーにしております。

その他にも、年間を通じて、看護学生や病院看護師・ケアマネジャーの実習を実施すること、地元の中学生体験学習の場を提供させていただいています。

現在、訪問に関しては、スタッフの検温や手洗い・うがい・マスク着用の徹底に努め、三密を避けるようにしています。

今後も利用者様ご家族様にも体調管理をお願いしながら訪問させて頂きたいと思っております。

〈文責：訪問看護ステーションかみや〉

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。

泌尿器科

月曜(終日)と木曜(午前中)

脳神経外科

木曜(午後)

外来診療を行っております。

医療福祉相談のご案内

病気やけがによって起こる様々な問題や心配事について、医療ソーシャルワーカーが、一緒に考え問題解決に向けてのお手伝いをいたします。

たとえばこんなときにご相談ください

- 医療費や生活費の心配 ●介護保険などの福祉制度について知りたい
- 退院後の家庭での療養や介護が不安 ●転院、施設入所を考えている
- その他、誰に相談してよいかわからないことなど…

相談方法・受付時間

月曜日～金曜日 9:00～16:30 (土曜日・時間外も予約対応可)
場所 1階 地域医療連携室 (又は、病院スタッフにお申出ください)
☎0545-52-0780 (代)

駐車場についてのお知らせ

当院では専用駐車場をご用意しておりますが、北側に契約駐車場(2ヶ所)もご用意しております。専用駐車場と同じ料金で利用できますので、朝の混雑時などには是非ご活用ください。

(右ページの配置図をご参照ください→)

求人情報

- 医師 ■看護師 ■訪問看護師 ■薬剤師
- 作業療法士 ■看護補助者

お問合せは総務課の望月・鈴木まで、メールまたは電話で御願致します。
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I.C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

糖尿病について シリーズ 第3回

糖尿病治療では、運動療法・食事療法で上手にコントロールできない場合に薬を使用して治療の補助をしていきます。薬を使っていて多くて飲んだかどうか分からないなんてことはありませんか？今回は「お薬の飲み忘れ」についてお話したいと思います。

【とある日の診察室での出来事】

医師：『お薬はしっかりと飲めていますか』
患者：『(忘れちゃってるときもあるけど) はい、忘れずに飲めています』
医師：『(その割には…？別の薬に変えたるか、増やしてみようか)では、今回から薬を追加しますね!』
患者：『(また増えるのかあ…) はい分かりました』

正直に飲み忘れを申告しないとお薬が増えてしまうことがあります。

薬を飲み忘れないためにどうしたら良いかいくつか具体例を上げてみましたので参考にしてみてください。

①薬のシートの裏側に日付を書く。



シートの後ろに日付を書くことで飲んだかどうか一目でわかるようになります。1日に何回か分けて飲む薬は①②③等の数字も合わせて振るのもいいかもしれません

②薬をまとめる「一包化」する。



薬を飲むタイミングごとに袋にまとめます。お薬をまとめることで、誤って飲むことを防ぐことができ、安心して服用することができます。外出が多く、飲み忘れがちな方にも便利です。

③服薬カレンダーを使用する



カレンダー形式で、日付や曜日、タイミングごとにお薬を分ける「お薬カレンダー」を使って、管理する方法です。目につくところに置けば忘れることも減るかもしれません

他にも色々な工夫が出来ます。ぜひ、医師または薬剤師に相談してみてください。

〈文責：糖尿病療養支援委員会〉

《トピックス》

整形外科的「こわれないからだ」

整形外科を受診される方の多くは、腰や膝、首の痛みを訴えられます。時に重大な病気が隠れていることも稀にありますが、そのほとんどが結局のところ“老化”のせいと言われてしまうことが多いようです。しかし「なんだ、老化か…」と思って諦めてはいませんか？そこで終わりですか？健康で明るいこれからを過ごしたいと思っている方なら“老化”と言われたことはむしろ幸運ではないでしょうか。これ以上“老化”をすすませないこと、また場合によっては若返ることさえ出来るかもしれないのですから。

そこで整形外科的こわれない(こわれにくい)からだです。必要なことは強くしてしなやかなからだを作ることです。強い風でも倒れない柳の木のように、強さと同時にしなやかさが大事です。

そのための運動をすることが大切です。膝の悪い人は、膝周囲の筋肉を柔軟にするため下肢の筋肉を強くしましょう。そうすることで膝への負担が軽減し安定した歩行が可能になります。腰の悪い人は、腹筋・背筋などの体幹の筋肉をつけて、膝・股関節・骨盤・背骨の柔軟性をつけましょう。歩く姿勢が良くなり、起床時の腰痛が改善されます。筋力をつけるということは、これらの痛みの改善に対して確実に有効な手段です。しかし、やり方次第ではその痛みを増幅させてしまう可能性もあるので注意が必要です。悪くしないようなやり方で、ある程度の負荷をかけて行うことが必要です。

しなやかなからだは筋肉と関節の柔軟性をつけること、つまりストレッチ(柔軟体操)をすることです。



人体の265ともいわれる関節が調和・協調された状態で、歩く・前かがみで物を拾う・重い物を持つ・階段を下りるなどの動作を行う時、悪くなった膝や腰の関節への負担が減り、守られることで回復が望めるようになります。

硬くなってしまった関節や筋肉の柔軟性が増して円滑に動くことにより、日常のいろいろな動作に余裕が生まれ無理なく行えるようになります。

ストレッチはとても安全性が高く継続することで短期間である程度の効果が望めます。ゆっくりと限界まで動かして10秒程度その位置を保つようにします。筋力をつける運動ができにくい人はストレッチだけでも構いません。筋トレも大事ですが、ストレッチの方がより大事であると思います。

ただし、筋トレ・ストレッチは原則、毎日行うべきではありませんが、どうしても毎日が難しいという方は、少なくとも週3回は行うようにして下さい。時間も30分程度は必要です。毎日の日課の一つとして行って下さい。継続は力です。自分のからだのメンテナンスは自分で行うことです。きつと2ヶ月続けた時にはいろいろと良くなっていると思います。

ただ漫然と老いていく自分を眺めていることをやめましょう。努力をしているあなたは人として美しいと私は思います。

〈文責：副院長兼整形外科部長 上田 尚晃〉



たかあき

各科外来担当医一覧表

2020年12月1日現在

【休診日】日曜・祝日・第1・3・5・土曜日
 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

		月	火	水	木	金	土
内科	午前	芹澤 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	第2・第4交替制 ※2 渡邊(アレルギー外来) ※3 平野
	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)	奥村 野村(呼吸器・禁煙外来)	依馬(腎臓・CAPD含む)	—	—

※1源馬医師の診察は予約制で第2・4水曜日のみ ※2 渡邊医師の診察は第2もしくは第4土曜日のみ(変更の場合あり) ※3平野医師の診察は偶数月の第4土曜日のみ(変更の場合あり)

		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	午後	—	—	—	小野(受付15:30まで)	—	—

		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)	丹原	※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	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)	第2・第4交替制
	午後	福塚(OA外来)(予約制)	—	—	—	—	—

整形外科午前の受付は、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	—	—
	午後	松原	—	—	—	—	—

		月	火	水	木	金	土
眼科	午前	山本(受付11:00まで)	山本(受付11:00まで)	山本(受付11:00まで)	※1池原	—	※3山本 (第2・第4)(受付11:00まで)
	午後	山本	山本	山本	※2交替制(受付15:30まで)	—	—

※1 第1木曜日の午前受付は11時まで 第2～5木曜日の午前受付は10時30分まで ※2 第1木曜日午後は池原医師、第2～5木曜日午後は山本医師で13時30分診療開始 ※3 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	第2・4
	午後	京極(受付15:00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15:00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15:00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・木曜日午後の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時まで行ないます ◎通常診療時間内でのワクチン接種は行な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	—