

恵愛だより

9月号
No.236

院内保育所「すくすく保育園」



子育て中の職員が安心して仕事ができる環境づくりの一貫として、2017年7月に開園しました。場所は当院外来駐車場敷地内にあり、生後2ヶ月から3歳に3月末日までの職員の子どもが12名入園可能です。また、病児の利用も可能です(定員1)。

毎月、季節の行事やお誕生日会を開催したりしながら楽しく過ごしています。今の季節は子どもたちにとっては水遊びが一番の楽しみです。

ここ数年、コロナ禍で行事も思うように開催できていませんが、今後は通常通り開催できる日を子どもたちも心待ちにしていることと思います。

<文責:総務課>

骨粗しょう症予防の食事

【その3:カルシウムの吸収率】

骨に重要なカルシウムの吸収率は牛乳・乳製品は約40%、小魚は約30%、野菜は約20%と差があります。

骨粗しょう症予防・治療のために摂りたいカルシウムは1日700~800mg以上。効率的にカルシウムを摂ることができる牛乳・乳製品を含め、様々な食材を組み合わせることでカルシウムを摂るようにしましょう。

また、リン(加工食品、炭酸飲料などに多い)、食塩、カフェイン(コーヒー、紅茶、栄養ドリンクなどの摂り過ぎ)などはカルシウムの吸収を阻害するので注意が必要です。

一方、ビタミンD(サケやサンマなどの魚、鶏卵、干しいたけなどにも多い)はカルシウムの吸収を高め、ビタミンK(納豆、青菜などに多い)はカルシウムを骨に取り込むのに役立ちますので、カルシウムと一緒に摂ると良いでしょう。

<文責:栄養管理課>

(注:現在治療中の方は、主治医の指示に従いましょう)

~ふらっと吉原 第4回~

そばもうどんも本手打。伝統を守りつつ革新に挑戦する心意気を感じられる一品一品です。王道メニューのざるそばに加え、スタミナつけ麺を始めとする革新メニューをお楽しみください。



【メニュー・価格(税込)】

ざる	730円
大葉おろし	830円
ごぼうおろし	880円
あみえびおろし	1,030円
スタミナおろし	1,030円
すだちおろし	950円
スタミナつけ麺	950円
かけ	630円
その他各種	きつね 850円
月見	680円
五目	900円



ごぼうおろしそば夏



スタミナつけ麺



ごぼうそば冬

本手打 鯛屋

住所:〒41-0051 静岡県富士市吉原 2-3-21
TEL/FAX: TEL0545-52-0012 / FAX0545-53-3830
営業時間:11:00~14:00 定休日:水曜

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



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



訪問看護ステーションけいあい
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

お知らせ

クールビズ・ウォームビズの通年化について

年間を通して実施します



冷房時の室温 28℃、暖房時の室温 20℃で快適で働きやすい服装に努めます。

※通年化と同時に、「通年ノーネクタイ」を導入します。
※一部の女性事務スタッフについて、制服を廃止しました。

患者相談窓口のご案内について

当院では、患者様、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し、患者様からの相談内容に応じて、適切に対応できる体制を整えております。

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
- 臨床検査技師
- 看護師(病棟・内視鏡・透析)
- 訪問看護師

お問い合わせは総務課の望月まで、メールまたは電話でお願いいたします。
E-mail seireifuji@sis.seirei.or.jp
電話 0545-52-0780(代)

せぼねの「構造」と「役割」について

体の中心であるせぼねは、頭を支える頸椎（くび）、肋骨と胸郭を作り、肺や心臓を守る胸椎（むね）、上半身と骨盤をつなぎ支える腰椎（こし）、骨盤の一部である仙骨からできています。

その役割は主に、

1. 体を支える支柱
2. 体の知覚や運動をつかさどる神経（脊髄、馬尾）の通り道です。

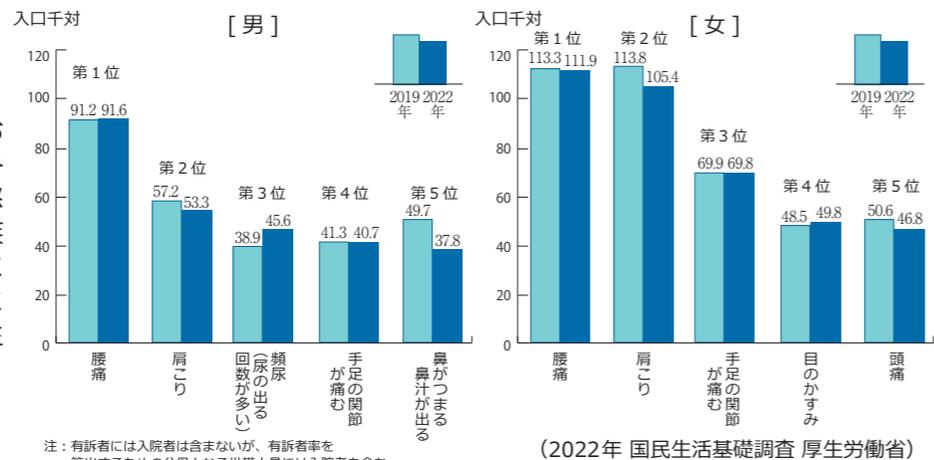
脊椎の疾患はその2つに異常を来たしたときに起こり、

1. 体や手足の痛み
2. 手足のしびれ
3. 麻痺（運動障害）

など症状を引き起こします。

性別にみた有訴者率の上位5症状

2022年の国民生活基礎調査においても、腰椎、肩こり、関節の痛みなどのせぼねと関連ある項目の有訴率が高いことから“せぼね”の疾患が日本人の健康を阻害していることが分かります。また、腰痛や肩こり、手足のしびれは仕事の不調や生活の質に直接かかわってきます。



症状について

せぼねの疾患によって生命の危険にさらされることはそう多くはありませんが、痛いことや歩けないこと、動けないことは生活の質を大きく下げます。場合によっては、寝たきりになったり、引きこもったり、仕事に不都合を生じるなどの障害が起こります。

当院の脊椎専門外来

当院では、聖隷浜松病院の整形外科脊椎専門医と連携し、脊椎専門外来と手術を実施しています。

くび、こしの痛み、手足のしびれ等でお悩みの方はご相談ください。

※ 聖隷浜松病院 整形外科における 2021年脊椎手術は694件（新型コロナウイルス禍）

外来：毎週火曜日（第5火曜日を除く）10時30分～11時30分

※ 第2・4火曜日は佐々木医師、第1・3火曜日は交代制（石井医師・水野医師）

<担当医師>

- ・佐々木 寛二 医師（聖隷浜松病院院長補佐 兼 手術センター副センター長 兼 整形外科統括部長）
- ・石井 啓介 医師（聖隷浜松病院整形外科主任医長）
- ・水野 哲太郎 医師（聖隷浜松病院整形外科主任医長）



各科外来担当医一覧表

2023年9月1日現在

受付時間	午前 8:00～午前11:30 午後 13:00～午後16:00	(診察開始時刻 9:00) ※一部の診療科を除く (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
※1 内科	午前	芹澤 馬場(一般/肝臓) 藤原 清水(診察9:30開始)	奥村 馬場(肝臓) 藤原	※2 芹澤(予約のみ) ※2※3 源馬 (糖尿・内分泌・予約のみ) (診察10:00開始) ※2 石黒(腎臓)	奥村 芹澤 依馬(透析) 藤原	奥村 芹澤 藤原	※4 交替制(第2) 平野(第4) ※5 渡邊(アレルギー外来)
	午後	馬場(一般/肝臓) 清水(受付13:00まで)	馬場(一般/肝臓) 野村(呼吸器)	奥村 野村(呼吸器) ※6 石黒(腎臓・予約制)	※7 依馬(予約制)	瀬尾	—

※1 午後受付は15時まで ※2 水曜午前の予約外の一般内科は不可 ※3 源馬医師の診察は第2・4水曜日のみ ※4 岡田医師・奥村医師・芹澤医師の交替制 ※5 渡邊医師の診察は第4土曜日のみ(第2へ変更の場合有り) ※6 水曜午後の石黒医師の診察は第2・4のみ ※7 診察時間15時～16時 ◎禁煙外来は現在休止しております

		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	—	—

※受付時間：12時～15時(診察開始時間：13時)

		月	火	水	木	金	土
循環器科	午前	※3 富樫	※3 富樫	※3 富樫	梶本	※2 ※3 富樫	丹原(第2・4) (受付11時まで)
	午後	※1 富樫(初診・紹介患者のみ)	富樫	藤林 (不整脈外来)(予約制) ※1 富樫(初診・紹介患者のみ)	梶本	梶本	—

◎初診・紹介患者でも午前中の受診、梶本医師の受診は可能です ※1 カテーテル検査・治療のため、長時間お待ちになってしまう場合があります。受診を希望される方は、お手数ですが事前にお問い合わせ下さい。 ※2 第4金曜日は休診 ※3 富樫医師の午前診療は9時30分開始

		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	※第2・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	—

※第2土曜日は瀬戸口医師 第4土曜日は稲葉医師(偶数月)、原医師(奇数月)

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

※第1・第5水曜日は休診

		月	火	水	木	金	土
整形外科	午前	※1 福塚(予約制) ※3 花田	※1 福塚(予約制) ※2 第1・3 交替制 第2・4 佐々木(脊椎外来)	※1 福塚(予約制) ※4 布田	※1 福塚(予約制) (紹介患者可)	※1 福塚(予約制) (紹介患者可)	神田(第2・4)
	午後	花田(予約制)	—	※5 第1・2 下肢一般外来 (受付13時～16時) (診察14時開始) 第4 膝・スポーツ外来 (受付13時～15時) (診察13時30分開始)	—	※6 森 (膝・股関節専門外来)	—

※1 当院他科受診中で整形外科初診の方は要相談 ※2 10時30分診療開始・一般整形不可 第1・3は石井医師、水野医師の交替制、第5は休診 ※3 初再診受付10時30分まで ※4 初再診受付は11時まで ※5 第1・2は遠藤医師、第4は鈴木医師、一般整形は不可 ※6 一般整形不可・不定期

		月	火	水	木	金	土
泌尿器科	午前	松原(受付11:00まで)	—	—	※1 舘取	齋藤	—
	午後	松原	—	—	—	齋藤	—

※1 初診受付は11時まで、再診受付は11時30分まで

		月	火	水	木	金	土
※1 眼科	午前	尾花 (診察9:30開始)	高柳 (診察9:30開始)	朝岡聖子	—	朝岡亮 (診察9:30開始)	—
	午後	—	—	—	—	—	—

※1 受付時間：8時～11時

		月	火	水	木	金	土
皮膚科	午前	※1 杉浦	—	※1 杉浦	—	※1 杉浦	—
	午後	※2 杉浦	—	※2 杉浦	—	※2 杉浦	—

※1 診察9:30開始 ※2 15時30分受付終了