



## 整形外科の紹介



世間一般の「整形外科」というイメージは、「顔や身体の見栄えを良くするために手術をする外科」であるのではないかと思います。しかし「このような外科」は「整形外科」ではなく、「美容（形成）外科」と言われる外科です。

「整形外科」の治療対象は顔以外（首から下）の関節や背骨の痛みと変形です。具体的には、変形性関節症（関節の病気）や脊椎疾患（背骨の病気）、骨折やけがです。「内科」や「外科」のように「命にかかわる病気」を対象にはしていませんが、「生活の質（Quality of Life）にかかわる病気」を対象にしています。

当院整形外科は、平成8年開設以来、地域の病院、診療所との綿密な連携をはかり、整形外科全般にわたる疾患・外傷に対して幅広く対応してきました。そして常に患者さんの立場に立って、Quality of Life（生活の質）を大切に、最善できめ細かい治療を行うよう心がけています。

医師はそれぞれ整形外科一般に精通しているだけでなく、専門性の高い医療にも精通しています。中馬敦院長は股関節疾患、齊藤忍医師・国司俊一医師は手疾患、萩原義信医師・仲澤徹郎医師は脊椎疾患に精通しています。また、当院で対応不可能な、高度な専門医療を要する疾患でも、千葉大学医学部附属病院をはじめ他の医療機関と親密な連携をもちながら十分に対応しています。

また「診療」だけでなく、「予防医学」の観点からも、一般住民で悩んでいる方の多い「腰痛」に対して、年間4回程度ですが「腰痛講座」を開講し、「腰痛予防」にも力を入れています。

今後は、人口の高齢化に伴い患者数の増加が予想されている「骨粗鬆症」に対しても、今以上に対応していく予定です。

当科受診を希望される方、当科への紹介状をお持ちの方でご不明な点がございましたら月曜日～金曜日14:00～17:00に当科外来にお電話いただければご説明いたします。

## 理 念

皆様に信頼される安全な医療の提供に努めます

### 〈基本方針〉

- 1 患者様の権利と人格を尊重し、患者様中心の医療を実践します。
- 2 チーム医療を推進し、最善の医療を提供します。
- 3 リスク管理と安全な医療を推進し、真実の公表をします。
- 4 医療連携を積極的に推進します。
- 5 地域の皆様の健康管理を通じ、社会への貢献を目指します。
- 6 健全な経営に努め、職員が誇りを持てる職場づくりをします。

## 「サンビュー城東居宅介護支援事業所」の紹介



介護老人保健施設「サンビュー城東」の玄関脇に、ちっちゃな居宅介護支援事業所があります。訪問看護室と一緒の部屋に、先輩と二人で、日々、ケアマネ業務を行っております。

酷暑の夏も、日焼け対策で、帽子やアームカバー、首タオル、又熱中症対策では、ネッククーラーや、塩分タブレット、水分を持ち、自転車で訪問に出掛けておりました。

大汗をかいての訪問ですが、お客様の元気な顔を拝見すると、安心し、逆に元気を貰っております。

私達は、下町の人情豊かなこの土地で、高齢者の方の援助の為に、頑張っていく所存です。高齢化が進み、介護者の介護負担も増大しておりますので、ご家族のお気持ちにも、寄り添う支援を

心がけてまいります。

幸いにも、病院の相談員の方をはじめ、近隣の在宅介護支援センターの方がたの紹介をいただき感謝いたします。二人の小さな居宅事業所ですが、いつでも気軽にお声をかけて下さい。今後とも宜しくお願い致します。



## 「放射線部」の紹介



放射線部は、部長（医師）1名、診療放射線技師10名（男性技師7名、女性技師3名）で構成されており、病院診療部門と検診部門の放射線検査を担当しております。

放射線検査のなかで最近話題となっておりますマルチスライスCTを用いた低線量肺がんCT検診をご紹介します。

肺がんは日本人がん死亡の第1位であり、死亡率が非常に高く、早期発見、早期治療が唯一の対策です。

低線量肺がんCT検診では、胸部X線検査による肺がん検診と比較して、より小さく、より早期の肺がんを発見出来き、死亡率を20%減少させることが可能であると国内外からの研究で報告されています。近年注目されている肺気腫（COPD）の診断も同

時に行います。また、当院の肺がんCT検診による被ばく線量は、通常の胸部CT検査の約10%程度の放射線量でおこなっております。是非、当院健診センターの低線量肺がんCT検診を受診してはいかがでしょうか。

（料金：¥9450 税込）

お問い合わせ：2F 健康管理センター事務 03(3637)0945



## 第三回「敬老の日のイベント」開催

平成25年9月12日(木)、敬老の日のイベントを近隣の皆様、入院中の患者様とご家族を対象に、当院1階ロビーにて開催いたしました。

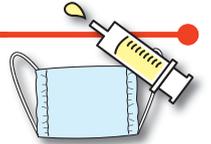
中馬院長による「高齢者の足(下肢)の痛みについて」の講演では、皆様に関心を持って聞かれていました。

体験コーナーでは、青木技師長による「車椅子の安全な介助の仕方」を実施しました。車椅子を操作する時の安全な速度や介助方法などを体験していただき、車椅子運転免許証を発行いたしました。

平日の午後の開催ではありましたが、多くの方にご参加頂き、有意義な時間となりました。



# インフルエンザ対策について



## ◎インフルエンザワクチンを接種しましょう!

はじめに (接種するタイミングについて)

- 例年、インフルエンザ流行のピークはほとんどが1月から2月にかけてです⇒接種するタイミングは11月～12月の間が理想的です (十分な免疫を獲得するまでに約4週間かかると言われています)

### 注意点

- ワクチン接種の主な目的は感染して発病しても病状が重くならないようにする事です
- ワクチンを接種しても発病を100%阻止する事はできません
- しかしながら、高齢者や基礎疾患保有者の重症化リスクを下げる事がわかっています

### ワクチン接種優先対象者

- 妊娠されている方 (重症合併症予防)
- 慢性呼吸器疾患、循環器系疾患、腎疾患、代謝系疾患 (糖尿病など) の基礎疾患をお持ちの方
- 高齢者 (65歳以上の方)

## ◎拡げないための予防は?

“咳エチケット”を守りましょう!

- 咳やくしゃみが出る時 (出そうになった時) はまずティッシュで口と鼻を被いましょう
- その後よく手を洗いましょう (ウエットティッシュも代用できます)
- 咳やくしゃみがひどい時はマスクを着用するように心がけましょう (正しい着用方法は下記の通り)

## ◎サージカルマスク着用方法について

- ノーズフィッターを鼻の形に合わせます。(図①②) (ノーズフィッター=鼻に接触する部分の折り曲げ可能な金具)
- 下端 (プリーツ) を引っ張ってあごを覆い、顔とマスクの間に隙間ができないよう、全体を調整します。(図③④)



# 薬の豆知識

お薬を飲むとき何で飲んでいきますか?

お水?



お茶?



お薬はコップ1杯程度の水又はぬるま湯で飲みましょう。



ところで、このお水にも種類があるのをご存知ですか? 軟水と硬水があります。



- 軟水**… ミネラル分が少ない (硬度 0~120mg/L未満) 日本水道水、日本産のミネラルウォーター

- 硬水**… ミネラル分が多い (硬度 120mg/L以上) 外国産のミネラルウォーター (特にヨーロッパ、北米) 日本産のミネラルウォーター

硬水はミネラル分が多く含まれるため、お薬と相性の悪いものもあります。

**お薬を飲む時は軟水で!!**

# 診療担当医一覧

平成25年11月現在

外来名		月	火	水	木	金	
内科外来	午前	1	野田和男	※須田理香	野田和男	※高山絵美	太田裕彦
		2	宿谷正毅	※高山絵美	(交代制)	野田和男	野田和男
		3	山谷英樹	坂部日出夫	山谷英樹	坂部日出夫	坂部日出夫
	午後	4	(糖尿病)	宿谷正毅	宿谷正毅	(交代制)	(糖尿病)
		1	星川吉正	山谷英樹	朝山敏夫	宿谷正毅	(糖尿病)
		2	(糖尿病)	宿谷正毅			交代制(第4のみ戸坂)
	3					太田裕彦	
糖尿病外来(午前・午後)			石崎 晃			※嶋原奈弓	
皮膚科外来(午後)			※横山華英			※大泉亜美	
消化器科 外科外来	午前	1	藤田 徹	佐藤裕一	藤田 徹	藤田 徹	森山 宣
		2	阪井 守	(交代制)	森山 宣	※清水 香	※清水 香
		3					
	午後	1	森山 宣		※清水 香		阪井 守
2			※青山 圭				
肛門外来	午前	1	藤田 徹		藤田 徹	藤田 徹	森山 宣
		2			森山 宣	※清水 香	※清水 香
	午後	1	森山 宣		※清水 香		
整形外科 外来	午前	1	齊藤 忍	中馬 敦	中馬 敦	齊藤 忍	中馬 敦
		2	萩原義信	萩原義信	齊藤 忍	萩原義信	仲澤徹郎
		3	国司俊一	国司俊一	仲澤徹郎	仲澤徹郎	国司俊一
		4				國吉一樹(筋電図)	

- 受付時間：午前8：30～11：30 午後1：30～3：30（整形外科外来の受付は午前のみです）
- 担当医の都合で休診の場合がございます。詳しくは、各科外来までお問い合わせ下さい。
- ※は、女性医師です。

## 豆乳 クラムチャウダー



### 【栄養量】(1人分)

熱量.....175kcal 炭水化物.....14.9g  
たんぱく質.....11.9g ナトリウム...455mg  
脂質.....7.4g 食塩相当量.....1.2g

### 健康ひとメモ

体の芯から温めてくれるクラムチャウダーを豆乳であさり味に仕上げました。あさは鉄とビタミンB12を多く含んでおり、貧血の予防に適しています。豆乳も鉄、葉酸といった血を作るのに欠かせない栄養素を多く含んだ食品です。鉄分は日本人にとって不足しがちな栄養素ですので日頃から意識的に摂るようにしたいですね(∩∩)



是非、お試しください!

### 材 料 (4人前)

あさり殻付.....400g 小麦粉.....大さじ2  
(水煮の場合160g) コンソメスープ.....2カップ  
玉葱.....中1/2個 豆乳.....2カップ  
人参.....中1/2本 塩.....小さじ1/2  
じゃが芋.....中1個 胡椒.....適量  
いんげん.....40g パセリ.....適量  
ベーコン.....2枚  
サラダ油.....小さじ1  
バター.....小さじ1

### 作 り 方

- ①あさは塩水で砂抜きをして、ひたひたの量の水に入れ中火にかける。口が開いたらあさりを取りだし、ゆで汁も取っておく。
- ②鍋にサラダ油、バターを熱し、1cm角に切ったベーコンと野菜を炒める。野菜がしんなりしてきたら小麦粉を加え炒める。
- ③②の鍋にコンソメスープとあさりのゆで汁を加えてのばし、野菜が軟らかくなるまで煮る。
- ④あさり、豆乳を入れて軽く煮る。塩、胡椒で味を整えたらパセリを振って出来上がり!!

## 病院のご案内

〒136-0071

東京都江東区亀戸9-13-1

TEL：03-3685-1431(代表)

FAX：03-3637-2739(代表)

URL：http://www.jotoshaho.com

- 都営新宿線「東大島駅」大島口より徒歩8分
- JR総武線「亀戸駅」東口「水神森」バス停から、小岩駅、今井、葛西駅行きに乗車「浅間神社」バス停下車 徒歩3分
- JR総武線「平井駅」都営バスにて東大島駅行きに乗車「小松川健康サポートセンター前」バス停下車 徒歩3分
- お車にて  
首都高速中央環状線 船堀橋出口より5分  
首都高速7号線 錦糸町出口より10分

## ..... 編集後記 .....

広報誌「じょうとう」も早4号目となりました。記事の内容はいかがだったでしょうか。

「じょうとう」は患者サービス接遇向上委員会が中心となって作成しています。患者サービス接遇向上委員会では広報誌「じょうとう」の作成のほか、患者満足度調査の実施や、イベントの開催、掲示物の点検なども行っています。広報誌「じょうとう」は、当院に入院または通院している患者様に少しでも楽しんでもらえるよう、お役に立てるよう、素人が無い知恵を絞りつつ、毎号作成しています。記事の内容についてご意見、ご要望などありましたら、ぜひご一報お願いします。(林)

