

小豆島中央病院だより Vol.1

平成28年7月

皆さんに小豆島中央病院のことをもっと知ってもらうために、「小豆島中央病院だより」を発行することといたしました。

これからも病院からのお知らせや情報など、随時発信していきたいと考えています。



糖尿病教室のご案内

小豆島中央病院では、糖尿病教室を開催します。糖尿病の方もそうでない方も、ぜひご参加ください。

日時：7月20日(水) 13:30~14:30
場所：小豆島中央病院 1階ふれあい広場
テーマ：もし、災害にあったらどうしたらいいの？
参加料：無料
講師：原大雅 医師、竹原美妃 看護師
問い合わせ先：小豆島中央病院 内科
【☎0879-75-1121】



マタニティクラスのご案内 (予約制)

1コース(妊娠25週くらいまでの妊婦さん対象)
内容：妊娠の生理、妊婦健診について、妊娠初期の注意
妊娠中の栄養、妊娠中の歯の健康、母子手帳
担当者：産婦人科医師、助産師、管理栄養士
実施予定日：7月14日(木) 8月18日(木)

2コース(妊娠25週以降の妊婦さん対象)
内容：分娩の経過と産後、呼吸法のリラクセス、当院の分娩
お乳の手入れ、入院中の生活、赤ちゃんについて
施設の見学
担当者：産婦人科医師、小児科医師、助産師
実施予定日：7月28日(木) 8月25日(木)

※緊急手術や分娩、学会出張等によりやむなく変更する場合があります。事前に日程の確認をしてお越しください。

小豆島中央病院 産婦人科 【☎0879-75-1121】



《お知らせ》

- ◎泌尿器科 6月23日(木)~7月1日(金) 休診
- ◎耳鼻咽喉科 7月4日(月)~7月8日(金) 休診
- ◎皮膚科 7月19日(火) 休診
- ◎大部巡回診療 7月20日(水) 休診

※7月から、皮膚科の月曜日の診察が予約のみになります。





ドクター紹介



院長代行
山口 真弘 (やまぐち まさひろ)
 土庄町大部出身 香川医科大学卒業
専門科・専門分野
 日本結核病学会結核・抗酸菌症指導医
 気管支鏡専門医 総合内科専門医



外科部長
石井 泰則 (いしい やすのり)
 土庄町淵崎出身 岡山大学卒業
専門科・専門分野
 呼吸器外科
 日本DMAT隊員



医員
原田 こと葉 (はらだ ことは)
 北海道出身 群馬大学卒業
専門科・専門分野：小児科専門医
コメント：バニラアイスに醤油、はまっています♡



医員
樋元 主税 (ひもと ちから)
 小豆島町馬木出身 自治医科大学卒業
専門科・専門分野：一般内科
コメント：小豆島の医療のために、精一杯精進させていただきます。



医員
福岡 史朗 (ふくおか しろう)
 木田郡三木町出身 自治医科大学卒業
専門科・専門分野：整形外科
コメント：みなさん、転倒しないように注意してくださいね。



臨床栄養科おすすめ

簡単レシピ

豚肉の中華和え



材料 (2人分)

豚肉：120g
 きゅうり：80g (千切り)
 人参：40g (千切り)
 しいたけ：20g (スライス)
 わかめ(乾燥)：4g (水でもどす)
 生姜：4g (千切り)

1人分
 エネルギー：162 kcal
 塩分：0.7g

酢：10 ml
 さとう：小さじ1
 しょう油：小さじ1/2
 ごま油：小さじ1

作り方

- ① 豚肉を茹で、冷水にとる。
- ② 調味料を合わせ、合わせ酢をつくる。
- ③ 人参、しいたけは下茹でしておく。
- ④ ①、③、きゅうり、わかめ、生姜を混ぜ、②で和える。

ポイント!

豚肉にはビタミンB1が多く含まれており、炭水化物などの糖質をエネルギーにかえます。疲れのたまりやすいこれからの季節には、豚肉のビタミンB1で夏バテを予防してみたいいかがでしょうか。

～お薬手帳を活用しましょう!～



お薬手帳はいつ、どこで、どんなお薬を処方してもらったかを記録しておく手帳です。複数の医療機関を受診する時などにお薬手帳があれば、お薬の重複、副作用の再発などを未然に防止できます。病院や歯科、薬局へ行く際はぜひ利用しましょう。

◆編集後記◆

小豆島中央病院が開院して、3か月が経過しようとしております。予想を超える患者さんにお越しいただき、また、職員の不慣れもあり、待ち時間や会計において非常にご不便とご迷惑をおかけしております。業務や対応の見直しを図り、皆さんの期待に添える病院となるよう今後も努力してまいりますので、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

編集担当