

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：平成30年 1月11日(木)、 2月8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、呼吸法およびリラックス法、
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：平成29年12月21日(木)、
平成30年 1月25日(木)

※緊急手術や分娩等により、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。

問い合わせ先：産婦人科



薬剤師の嘱託職員・パート職員を募集しています

職務内容：調剤業務

勤務時間：応相談

休日：土曜日・日曜日及び国民の祝日

休暇：有給休暇あり

詳細は、人事・秘書課までお問い合わせください。



看護スタッフを募集しています

職種：助産師・看護師・准看護師・介護福祉士・看護補助者・看護師事務作業補助者(嘱託職員)

※パートタイム勤務についても、ご相談に応じます。
詳細は、人事・秘書課までお問い合わせください。



准看護学生のアルバイトを募集しています

職務内容：看護補助業務(看護師業務の補助、環境整備など)

勤務時間：週5日程度4時間(8:00~12:00)

休日：土曜日・日曜日及び国民の祝日

休暇：有給休暇あり

詳細は、人事・秘書課までお問い合わせください。



第4回糖尿病教室のご案内

糖尿病の食事療法をはじめから
～合併症予防のために～



日時：平成30年 1月17日(水)
13時30分～14時30分

場所：小豆島中央病院1階ふれあい広場

講師：内科医師・管理栄養士

参加費：無料

問い合わせ先：小豆島中央病院 内科



《 お知らせ 》

◎休診について

皮膚科

1月4日(木)

◎耳鼻咽喉科から

※1月4日(木)午後休診のため午前に振り替えて診察となります。

1月4日(木)午前受付は10:00までとなります。

午後の診察は休診となります。

1月5日(金)受付は10:00までとなります。

◎年末年始について

年末年始(12月29日～1月3日)は、休診いたします。

『薬が足りない』など、必要な場合は早めに受診しましょう。

◎代診について

泌尿器科

12月19日(火)午後 三浦医師 → 荒井医師

12月26日(火)午後 三浦医師 → 荒井医師

1月16日(火)午前 荒井医師 → 三浦医師

1月17日(水) 荒井医師 → 三浦医師

小児科

12月20日(水) 富田医師 → 原田医師

12月21日(木) 原田医師 → 富田医師

12月25日(月) 原田医師 → 山本医師

脳神経外科

1月19日(金) 小川医師 → 本城医師





職員紹介



画像情報科

川田 憲伸 (かわた けんじ)

コメント

放射線検査を含め画像を取り扱う検査に関わっています。

放射線検査では被ばく線量を低減した上で有用な画像を提供できるよう目指しておりますので、よろしくお願いします。



画像情報科

紙谷 公一 (かみたに こういち)

コメント

旧内海病院同様、放射線受付付近に常駐しております。

仕事のモットーは「風林火山」です。気軽に声をかけてください。



小豆島中央高校の生徒が実習に来てくれました

12月12日(火)小豆島中央高校の生徒、男女合わせて17名が高校のインターンシップとして当院に実習に来てくれました。午前中は、希望の部署に分かれ体験しながら学んでいただき、午後からは、各部署の見学と説明を聞いていただきました。参加された生徒みなさんが、いきいきとした表情で、熱心に職員の話をお聴いてくれていました。将来は是非、小豆島中央病院で一緒に働きましょうね♡



簡単レシピ

臨床栄養科おすすめ

ミートローフ



1人分
エネルギー：290kcal

材料 (2人分)

- 鶏ももミンチ肉 : 160g
- たまねぎ : 60g
- じゃがいも : 60g
- かぼちゃ : 60g
- グリーンアスパラガス : 40g
- 塩・こしょう : 少々
- オリーブ油 : 2g
- 卵 : 10g
- 食パン : 6g
- 牛乳 : 20g
- ケチャップ・ソース・砂糖 : 適量
- 付け合せの野菜 : 好みの物

作り方

- たまねぎはみじん切りにして炒めて冷ましておく。
- ミンチ肉・たまねぎ・調味料などをよく混ぜてこねる。
- じゃがいも・かぼちゃは1cm角に、アスパラガスも同じくらいの大きさに切って軽く茹でて、②と合わせる。
- ③をブロック状に成形しアルミホイルで包みフライパンで蒸し焼きにし、中まで火が通ったら適当な大きさに切る。
- 好みの野菜と一緒に盛り合わせる。



Check Point

外国ではクリスマスに鶏肉を食べる習慣があり、日本でもかなり浸透してきました。けれど、小さなお子様やお年を召した方では、塊のお肉ではちょっと...という時に、ミートローフはいかがですか？オープンを使わずフライパンで作ることができます。中に、カラフルな野菜をたくさん入れて、たっぷりの付け合せの野菜と一緒に盛り合わせれば華やかな一皿になります。

臨床心理士のひとことコラム No.7 ~小豆島流コーピング~

海に囲まれた小豆島で暮らす私たちは、小豆島流のコーピングがあるようです。その一つは「釣り」でしょう。水面下にいる魚の動きを読みながら行われる、人間と魚との駆け引きは、外から見ればぼーっと魚を待っているように見えて、案外スリリングです。釣り人たちは、波の動きに目を凝らしながら、心のどこかで、今日一日に起こった事をそれとなく振り返ります。このような瞬間は、心が活発に動き、思いがけない気づきや発見が見いだせることも多いでしょう。釣り上げた魚とともに、「何かスッキリした気分」を釣果にして家路に着く人々は、島独特のコーピングを習得されているのだと思います。

◆編集後記◆

今年も残りあとわずかとなりました。年末年始に向けての、準備や大掃除で忙しい日々を追われているのではないのでしょうか。疲れを溜め込まないように、こまめに休憩をとりましょう。みなさま、良いお年をお迎えください。来年も、よろしくお願いいたします。

編集担当

【問い合わせ先】

小豆島中央病院 ☎75-1121

土庄診療所 ☎62-1212

内海診療所 ☎82-2123

ホームページ <https://scha.jp/>

LINE 右記のQRコードを読み込んでください
ご登録よろしくお願ひいたします

