



アウंकフル

上尾中央総合病院 広報誌

～愛し愛される病院を目指して～

VOL.12

平成19年12月15日 発行



今回のトピックス

『アウंकフル発行3年にあたり』

院 長 中村 康彦

いつも広報誌『アウंकフル』をご愛読いただきありがとうございます。早いもので、本誌も2005年12月の創刊から3年を迎えました。発行も今回で第12号を数えるようになり、回を重ねるごとに病院内の部署紹介などを通して上尾中央総合病院を地域の皆様に知っていただけることを大変嬉しく思っています。

当院では、11月に、医療機関の第三者評価となる病院機能評価の更新をおこないました。この更新は、当院が医療の質の向上にきちんと努めているかを審査される大変厳しいものです。審査結果はまだ正式には出ておりませんが、必ずや職員の努力や地域の皆様のご期待に応える結果となることを確信しております。

ここ数年の間に医療界では、医療制度の改正等に伴う医師、看護師不足により病院機能の崩壊が危惧されております。しかし、どのような難局の時代を迎えようとも、当院はこの地域の医療が決して疲弊することのないよう、継続性のある安全で安心かつ高度な医療の提供に努めてまいります。

これからも本誌が発信する情報が、読者の方々の健康増進や地域の医療連携の発展の一助となれましたら幸いです。



● 12月3日より 全診療科予約制(小児科のぞく)となります。 ●

当院では、外来待ち時間緩和を目的として、一部再診診療について「時間帯予約制」を開始しておりましたが、12月3日より全診療科予約制(小児科のぞく)となります。これはあらかじめ診察する時間帯を患者さまにお知らせすることにより待ち時間の短縮を目的とする制度です。但し、患者さまのご容体によっては診察の順番が前後することがございますのでご了承ください。

ご理解のほど、よろしくお願いいたします。

～知っていますか？ 食品の栄養成分表示について～

栄養成分表示をする場合、次のような決まりがあります。



- ・ 栄養成分の含有量を表示する場合は、エネルギー・たんぱく質・脂質・炭水化物・ナトリウムの順で表示しなければなりません。
- ・ 表示単位は、100g、または100ml、1食分、1包装などです。
1食分の場合はその量も記載されます。
- ・ 炭水化物の代わりに、糖質と食物繊維が表示されている場合もあります。
- ・ ナトリウム＝食塩ではありません!! ナトリウムを食塩の量に換算するには…

栄養成分表示
(100g当たり)

エネルギー	□□kcal
たんぱく質	□□g
脂質	□□g
炭水化物	□□g
ナトリウム	□□mg

$$\text{ナトリウム(mg)} \times 2.54 \div 1000 = \text{食塩(g)}$$



ナトリウムを食塩の量と間違えないように気をつけましょう。

表示を見るコツ



栄養成分を多く含むこと、あるいは栄養成分が少ないことを強調して表示する場合、必ず、栄養成分表示を行います。また、その基準値が定められています。

① 「カルシウム強化」



カルシウムは、100g当たり、210mg以上・100ml当たり、105mg以上含有されていれば、『高』・『多』・『豊富』・『強化』などの高い旨の表示ができます。

② 「ビタミンC入り」

ビタミンCは、100g当たり、12mg以上・100ml当たり、6mg以上含有されていれば、『供給』・『含有』・『入り』などの含む旨の表示ができます。

③ 「ゼロカロリー、無糖、ノンファット」

- ゼロカロリーとは、食品100g当たり、エネルギーが5kcal未満のもの。

※食品100g中にエネルギーを3kcalしか含んでいない商品は、基準値である5kcal未満を満たしているので、表示上は0kcalと表示することも可能です。



- 無糖、ノンシュガーとは、食品100g当たり、糖類が0.5g未満のもの。

※「無糖」でも甘みがあるのは、糖アルコール(キシリトール・ソルビトール etc.)という糖から化学的に作られる低カロリー甘味料や天然・人工甘味料を使用しているためです。



- ノンファットとは、食品100g当たり、脂質が0.5g未満のもの。

※いわゆる、ノンオイルドレッシングについては、100g当たり脂質が3g未満となります。



これらを参考に、同じような商品があった場合、栄養成分表示を見ながら商品を購入するとよいでしょう♪



地域医療連携の推進にご協力いただいている先生方

「地域医療連携とは？」

地域医療連携とは、地域の医療機関が自らの施設の設備や地域の医療状況に応じて、診療内容・医療機関の分担や専門化を進め、各医療機関が相互に円滑な連携を図り、専門的機能を最大限有効に提供することを目的としています。当院は、地域の医療機関との連携を推進しており、様々な医療機関と連携することで、より質の高い医療を効果的に地域の皆様に提供することが可能になると考えております。この医療連携にご協力いただいている医療機関をご紹介します。

伊藤内科医院

内科、小児科、循環器科、アレルギー科

住所：上尾市上1572-1
TEL：048-771-1470

■資格

日本内科学会会員、日本循環器学会会員、
小児アレルギー学会会員、日本東洋医学学会会員

当院は、昭和33年に桶川市に開院し、平成8年に先代より引継ぎ、平成12年に桶川市から上尾市上へ新築移転開院しました。開院以来、地域に密着したホームドクターとして内科、小児科を問わず幅広い層の患者さまに医療を提供しております。

一般診療のほか、訪問診療も行っており、上尾市健診、小児の予防接種、学校医、幼稚園医、老人ホーム嘱託医等の地域の公衆衛生業務など、地域に密着した医療業務を実践しております。また、専門病院や総合病院との連携を重視した診療も行っております。CT、エコー、胃カメラ、CR、ホルター心電計、加速度脈波波形等の設備と、駐車場25台分を有し、隣接地に調剤薬局を配しております。



院長 伊藤 喜三男

皆様へ

当院は、開院以来、皆さまから頼られる地域のかかりつけ医を目指して参りました。院長をはじめスタッフ一同、誠実な診療と高度な医療をモットーに地域の皆さま方のすこやかな暮らしをサポートします。小さなお子さまからお年寄りの患者さままで安心して来院いただける体制作りを整えておりますのでお気軽にご来院ください。

受付時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:30	●	●	●	●	●	●	/
15:00~18:30	●	●	/	●	●	/	/
14:00~17:00	/	/	/	/	/	●	/



小松眼科医院

眼科

住所：上尾市柏座2-4-28
TEL：048-779-0505

■資格

日本眼科学会眼科専門医

長野県出身であるため、上尾とはご縁がありませんでしたが、大宮赤十字病院（現：さいたま赤十字病院）勤務後、上尾駅西口に開業して、もうすぐ10年になります。専門分野は糖尿病眼科です。白内障・緑内障日帰り手術、レーザー手術、眼瞼の手術を行っております。

皆様へ

白内障手術は視力が、0に近くなってから受診するものと考えている方がまだ多いようですが、近年、白内障の手術は大きく進歩しております。白内障で、生活に不便を感じるようになったら手術を検討する必要がありますので、お気軽にご受診ください。

受付時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:30	●	●	11:30迄	●	●	●	/
15:00~17:30	●	●	手術	●	●	/	/
17:30~19:30	●	/	/	●	/	/	/



院長 小松 茂



バレー部通信

『プレミアリーグへ～挑戦!!』

2007/08V・チャレンジリーグが1/19、千葉県柏市で幕を開けます。8位、3位と着実に順位を上げてきたチーム、今リーグの目標はもちろん『優勝』。全試合、全セット「勝ちたい」ではなく「負けられない」と自らを追い込み、目の前の試合を全身全霊で戦って参ります。

『新戦力紹介』

我が上尾メディックスはヌネス・シダルカ選手を迎えて2007/08V・チャレンジリーグを戦います。

シダルカ選手はドミニカ共和国出身のプレーヤー。

182cmのサウスポーで脅威の跳躍力を活かしたスパイク、バックアタック、ジャンプサーブを得意とするサイドアタッカーです。2007ワールドカップバレーでも世界の競合相手に活躍いたしました。

シダルカ選手の加入により昨シーズンとはまた違った上尾メディックスのバレーをご覧いただけるとおもいます。今リーグは関東近郊でのゲームが多く組まれています(下記日程参照)。是非、会場に足を運んで頂き、盛大なるご声援をお願い致します。

上尾メディックス監督 高野 圭輔



関東地区で行われる、チャレンジリーグ

【1/19・20】柏市中央体育館(千葉)

【2/2・3】東京体育館

【1/26・27】三郷市総合体育館(埼玉)

【2/23・24】上尾市民体育館(埼玉)

病院の理念

「高度な医療で愛し愛される病院」
理念の実行方法

1. 地域住民地域医療機関と密着した医療
2. 連携組織による24時間救急体制の実施
3. 何人も平等に医療を受けられる病院
4. 医療人としての自覚と技術向上のための教育
5. 最新鋭医療機械導入による高度な医療
6. 予防医学の推進に向けた健診業務

●●● 当院主催の教室・実習のご紹介 ●●●

講座・教室名	内 容	開催日時	備 考
生活習慣病教室 (問合せ先:総務課)	病院職員による生活習慣病(糖尿病)についての教室	毎日(土・日・祝日除く) 15:00~16:00	1コース10回構成 参加費無料
すこやか教室 (問合せ先:総務課)	病院職員の講師による、病気や健康に関する講義	毎月1回土曜日 15:00~16:00(予定)	定員:45名 参加費無料
調理実習 (問合せ先:栄養科)	当院の栄養士による糖尿病・肥満の方を対象とした調理実習	隔月第4金曜日	定員:25名(予約制・先着順) 参加費700円

※開催予定は変更になる場合があります。開催日時の詳細は各課までお問い合わせ下さい。

12月3日月曜日から、午前の受付開始時間に変更となります。
午前7時30分から→午前8時と変更となります。
ご了承ください。

医療法人社団 愛友会

上尾中央総合病院

TEL.048-773-1111(代)

〒362-8588

埼玉県上尾市柏座1丁目10番10号

<http://www.ach.or.jp/>



編集 後記

いつも、アウंकルをご覧いただきありがとうございます。

今年も、早いもので残りわずかになり、忙しい日々が続きますが体調管理には充分お気をつけください。来年も病院理念「愛し愛される病院」に基づき皆さまに愛される広報誌を目指してまいりますので、宜しくお願い致します。

編集長 平田一雄

■発行:上尾中央総合病院 ■発行人:中村 康彦
■編集者:平田 一雄 ■編集:広報部会
■内容に関するお問い合わせは 総務課広報係まで

文書番号 QIJH004