



アウンクル

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.20

平成21年6月発行

セカンドオピニオン外来のご案内

平成21年6月1日よりセカンドオピニオン外来を開始しました。

上尾中央総合病院では、セカンドオピニオンを受ける権利を保障しております。

また、他の医療機関に通院している患者様が、最も適切な治療法を選択するため、患者様の主治医からの情報提供等をもとに、当院の専門医が診断内容及び治療方法に関して、意見を提供することを目的とした外来です。セカンドオピニオン外来では当院における、診療行為（新たな検査や治療）を受けることはできませんので、ご了承ください。

対象となる疾患

・胃がん ・大腸がん ・肺がん ・肝臓がん ・乳がん

対象となる方

・**患者様本人**（※ご家族のみでの相談はお受けしておりません。）

現在診療を受けている医療機関より、紹介状や検査結果等の資料提供が受けられる事。

セカンドオピニオン外来をお受けできない場合

- ・予約を取られていない場合
- ・当院が指定する資料を準備できない場合（診療情報提供・検査データ・レントゲンフィルム等）
- ・医療過誤及び裁判係争中に関する相談の場合
- ・当院における治療や検査を目的とされている場合
- ・相談内容が当院の専門外である場合

相談日

・担当医師と相談の上、相談日時を決定し、ご連絡致します。

セカンドオピニオン実施に必要なもの

・**主治医よりの診療情報提供書**

【例】

- ・超音波検査の結果と画像記録
- ・病理組織検査の報告書
- ・MRI検査、CT検査の画像記録
- ・血液検査の結果（腫瘍マーカー等）

※担当医師と協議上、必要な検査結果をご連絡致します。

相談時間及び費用について

- ・基本料金（30分間）10,500円（消費税込）
- 30分超60分まで21,000円（消費税込） ※最大60分までとなります。
- ・全額自費で、健康保険は適用されません。
- ・担当医との相談終了後、外来会計にて料金を徴収致します。



その他事項

・申し込みをキャンセルする場合は、お早めに下記連絡先にご連絡ください。

申込み手順 ※セカンドオピニオン外来は完全予約制となっております。

- ① 主治医に、他の医療機関でのセカンドオピニオンを受けたい旨相談し、**診療情報提供書（紹介状）**を作成していただく。
- ③ ホームページより『セカンドオピニオン外来受診申請書』・『セカンドオピニオン外来相談シート』をダウンロード印刷してご利用ください。印刷できない方は、病診連携室へ電話にてご請求ください。
- ④ 『診療情報提供書』・『セカンドオピニオン外来受診申請書』・『セカンドオピニオン外来相談シート』を「病診連携室」まで郵送願います。
- ⑤ お送りいただいた書類を確認し、セカンドオピニオン外来担当医師が、相談の可否を決定いたします。
- ⑥ 相談の可否を郵送にて連絡いたします。（セカンドオピニオンが可能な場合は、**決定通知書**をお送り致します。決定通知書に相談実施日時を明記いたします。相談実施日時にご都合がつかない場合は、担当者まで電話にてご連絡願います。担当する医師と患者様のご都合を調整し、相談日時を再度設定致します。）
- ⑦ 相談日当日は、相談時間の**15分前**までに、3番の初診受付にお越しいただき、**決定通知書**を提出してください。

問い合わせ、申請受付

厚生労働省 臨床研修指定病院
医療法人社団愛友会



上尾中央総合病院 病診連携室

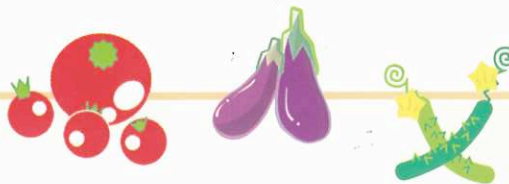
〒362-8588 上尾市柏座1-10-10

☎048-(773)-5941（直通）

はじめよう。地球と身体に優しいエコクッキング

安売りで買ったもやしやきゅうり、気付いた頃には冷蔵庫の中でしんなり・・・なんてことはありませんか？ 世界中で多くの人が飢えに直面している反面、私達日本人は冷蔵庫の2～3割、コンビニに弁当の3～4割をゴミとして捨てています。普段何気ない“食べる”という行動の中にも、消費者の立場から実践できるエコがありそうです。無理なくできることから始めてみませんか？

ステップ 1 買い物



●旬の食材を選びましょう。

- ・旬のものはビニール栽培や輸入物に比べ栽培にかかるエネルギーも少ないだけでなく、何より味も格別です。さらに、夏野菜は身体を冷す効果も期待でき理にかなっています。

●買い物前に在庫をチェック！！

- ・買い物前に冷蔵庫や食品のストックを確認し、買いすぎを防ぎましょう。



●エコ視点でお買い物。

- ・調味料は詰め替え用の商品を、使い捨ての割り箸・スプーン・醤油等のパックはもらわず、自宅にあるものを使いましょう。そして、エコパックでエコの意思表示をしてはいかがでしょうか。

ステップ 2 料理

●食材丸ごと使い切りで無駄なく活用しましょう。

- ・野菜はよく洗って皮ごと料理、皮や端きれも利用しましょう。冷蔵庫に忘れがちな残り野菜（入れ物にひとまとめにしておくくと便利）・ウインナー・かまぼこなどはチャーハン・味噌汁・スープに利用しましょう。野菜がどうしても使い切れない場合は、少量（1/2・1/4）の物を買きましょう。

簡単！エコ料理



☆皮ピクルス☆

【材料】2人分

人参や大根の皮 適量
酢・水各大2、砂糖小2、塩小1/2
ロリエ1/2枚、こしょう少量

【作り方】

1. 野菜の皮は食べやすい大きさに切る。
2. 調味料を混ぜ合わせレンジで1分加熱、野菜を加え更に30秒加熱、そのまま冷ます。

☆菜めし☆

【材料】2人分

カブの葉（大根の葉）1株分
ごはん 茶碗2杯、塩小1

【作り方】

1. カブの葉はさっとゆで水気を絞り5mmに切り、塩で調味する。
2. 1を炊き立てご飯に混ぜる。

☆カレースープ☆

食べ終わった後のカレー鍋に残り野菜、ベーコンなどを加え、コンソメ、塩、こしょうで味を調える。



●調理の際の一工夫でエネルギーと時間の節約。

- ・オーブンやグリルを使う時は火の通りの早いものを手前に置き、同時に数種類の食材を調理します。数種類の茹で野菜は同じお湯でアクの少ないものから茹でましょう。
- ・やかんや鍋の底の水滴は拭き取ってから火にかけ、火は鍋からはみ出さない強さに（弱すぎても×）、蓋又は落し蓋を必ずしましょう。

ステップ 3 片付け

●水を大切に使い、水を汚さずごみをなるべく出さない工夫をしましょう。

- ・食器は洗う前に汚れを古布で拭き取ります。油污れてない時は水に浸し、水やお湯、料理に使用したレモンの皮で洗っても十分きれいになります。
- ・ごみは排水を汚さないよう三角コーナー・排水口のごみ受けにためないようにし、水気をしっかり切ってすぐに捨てましょう。



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。

上尾胃腸科外科医院

標榜科：消化器内科 内科 外科

住所：上尾市上町2-13-3

TEL：048-771-6553

■ 資格

日本外科学会外科専門医

日本消化器外科学会消化器外科認定医

日本消化器内視鏡学会消化器内視鏡専門医

日本消化器病学会消化器病専門医

上尾警察署の近く、上町二丁目にあります、上尾胃腸科外科医院です。当院は、昭和41年に父、伊藤敏夫が開院し、現在は父と私の二人で診察しております。消化器系の疾患が専門ですが、最近では生活習慣病（高血圧、糖尿病、脂質異常症）の治療にも力を入れており、血管年齢の測定や頸部エコー等も行っています。口からの他、苦痛の少ない鼻からの内視鏡や、日帰りでの大腸ポリープ摘出も行っています。



院長 伊藤 裕之

皆様へ わかりやすい、ていねいな説明を心がけています。お気軽にご相談下さい。

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



上林眼科医院

標榜科：眼科

住所：上尾市今泉365-68

TEL：048-781-0290

こんにちは、上尾駅西口からバスで10分、バス停第一団地入り口前の上林眼科医院です。このたび先代の院長である父の後を引き継ぎ院長に就任いたしました。引き継ぎにあたり、通院して下さる患者さまのご要望に答えるべく院内外の大規模なリニューアルを施行いたしました。院内外のバリアフリー化や、駐車場の増設、以前からご要望の多かった白内障の日帰り手術にも対応しております。白内障で手術を検討されている方はお気軽にご来院ください。



院長 上林 潔

皆様へ 地域に根ざした気軽に通院できる医院をめざしております。眼のことで気になることがございましたらお気軽にご相談にいらしてください。

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





平成22年1月からの敷地内禁煙に向けて

平成15年5月に「健康増進法」が施行され、学校、病院など、多くの方が利用する施設は、受動喫煙（他人のタバコの煙を吸わされること）を防止する努力義務が規定されました。

当院としては、平成19年4月から全館禁煙を実施して参りましたが、さらなる患者さま・職員への受動喫煙対策を推進するため、平成22年度1月1日より敷地内禁煙を実施することと致しました。

つきましては、患者さまには喫煙場所としてご利用頂いている「あずまや」の利用時間を下記日程にて段階的に制限させて頂き、最終的には年内一杯を以て「あずまや」を廃止させて頂きます。

ご利用頂いていた皆さまには、健康増進に向けた受動喫煙対策にご理解とご協力を頂きますよう重ねてお願い申し上げます。

敷地内禁煙までの「あずまや」 利用時間

平成21年5月7日から→喫煙は午後8時まで

平成22年1月1日から→敷地内禁煙開始

上尾中央総合病院 院長 中村 康彦
院長代理 徳永 英吉

上尾市住民健診のご案内

ご予約は、平成21年6月16日 火曜日 午前8時30分から開始致します。なお、健診(検診)については、**7月1日**から実施致します。

実施期間	検(健)診名	対象者	備考	費用
平成21年7月1日～平成22年2月27日 火・水・木 土曜(午前)のみ(祝日除く) 8:30～15:30 (8:30～12:00) 但し、8月11日～13日は午前中のみ *年末年始 12月22日～1月18日は実施 致しません。	特定健診(生活機能評価)	40歳以上74歳以下	65歳以上は8月より	900円
	後期高齢者健診(生活機能評価)	75歳以上		無料
	一般健康診査	40歳以上	一定条件あり	無料
	女性健康診査	18歳以上39歳以下女性		無料
	骨粗しょう症検診	18歳以上70歳以下女性	平成17年～20年度に実施した人は除く。5年に1回	無料
	前立腺がん検診	50歳以上75歳以下男性		500円
	肝炎ウイルス検診	40歳以上	41歳以上で、今までに肝炎検査を受けたことのない人	無料
平成21年7月1日～平成21年2月27日 月曜日から金曜日(祝日除く)	大腸がん検診	40歳以上		無料
	子宮頸がん検診	20歳以上女性	平成20年度中に受診した人は除く。 2年に1回	1000円

注意事項) 上記予防健診(検診)の実施については、上尾市役所からのご案内で確認して下さい。

上尾市への申込み期限は、22年2月12日までとなります。

*火・水・木・土曜(午前)日のみ実施(子宮頸がんは除く) 但し、予約状況によりご希望に副えない場合があります。

但し、生活機能評価については、水・土曜(午前)日の方のみ実施となります。

*大腸がん検診については、予約は必要ありませんが、火・水・木・土曜(午前)日に健康診査会場まで直接お越し下さい。

なお、お盆・年末年始及び祝日は実施の制限がありますので、ご了承下さい。

*子宮頸がん検診については、当院産婦人科までお問い合わせ下さい。(月曜から金曜：祝日は除く)

市町村によって異なりますので、ご注意下さい。(上尾市・桶川市・伊奈町)

*健診結果の説明を必要とする方は、健診結果が届き次第ご予約をお願いします。

予約が多数の場合は、ご利用いただけませんのご了承下さい。(毎週水曜日午前実施：祝日除く)

ご予約お問い合わせ先 048-773-1111(代表)

受付または産婦人科外来まで受診券をお手元に揃えて、
ご予約下さいますようお願いいたします。

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。
ございます。

当院では、健康教室として「すこやか教室」を毎月
土曜日の午後に行っております。

様々な診療科の医師による健康講和を行っておりま
すので、ぜひご利用ください。

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