



高度な医療で愛し愛される病院

理念の実行方法

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

上尾中央総合病院
院長 徳永 英吉



がん相談室のご案内

がん相談室では、患者さんやご家族からのがんに関する疑問や不安、悩みなどのご相談を、看護師や相談員をはじめとするスタッフが、一緒に考え、連携をとりながら問題解決の手助けを行います。お気軽にご相談下さい。

ご利用方法

【受付時間】

- * 月～金曜日 午前9時～午後5時まで
- * 土曜日 午前9時～12時まで（日祭日を除く）

【相談方法】

- * 面談は、原則として予約制となります。
- * 各外来・病棟看護師に声をかけていただくか、直接がん相談室において下さい。

お問い合わせ

【連絡先】 上尾中央総合病院 代表 048-773-1111

【場 所】 G館4階 がん相談室

たとえば・・・

- がんと言われて、これからが不安ばかり・・・。
- 治療や手術にかかる費用が心配で・・・
- 自宅での生活や日常の過ごし方について。
- 使える医療・福祉・介護の制度やサービスは？
- 家族として何かできることはありますか？
- ホスピス、緩和ケアって？家で介護をするには？

などの、不安や疑問。



編集 後記

いつも、アウングルをご覧いただきありがとうございます。

本年も「愛し愛される病院」理念のもと「愛し愛される広報誌」を目標に作成してまいりますので宜しくお願い申し上げます。

編集長 平田一雄

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/>



■発行:上尾中央総合病院 ■発行人:徳永 英吉
■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 QIJH005



アウングル

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.29

平成24年 1月発行



平成24年 年頭挨拶

明けましておめでとうございます。

新年のご挨拶を申し上げます。

さて本年は、当院が開設されてから48年目を迎えました。さらに、節目としての開設50周年に向けて、職員一同医療の機能分化、近隣地域ネットワークの充実を目標に努力してまいりたいと考えております。

また、本年の春には開設50周年記念事業の最大の要となる、当院B館の建築がよいよ始まります。近隣の皆様や関係者の皆様には、工事期間中様々なご迷惑をお掛けいたしますが、何卒ご理解の程お願い申し上げます。B館建築につきましては、地上13階の免震構造で、既存救急室・救急専用病棟の拡充、手術室・集中治療室の拡張といった超急性期の様々なニーズに対応可能な施設となり、さらには感染症病床・緩和ケア病棟の新設、約200名収容可能な記念講堂、受診者の方々にとって利便性に考慮した健診センター新設など、施設の充実をはかる計画でございます。

そして、昨年3月11日に東日本大震災が発生し、当院でも計5回の計画停電を経験いたしました。この際の経験をもとに根本的な設計の変更を行いました。近い将来発生すると言われている巨大地震に見舞われても、地域の基幹病院としての役割を果たすべく、通常通りの救急患者の受け入れだけでなく、必要最低限の医療を継続的に行い、これからも地域の皆様に安心して病院に受診していただくことが出来るよう、安全な医療を提供してまいります。開設50周年に向けさらに成長していく当院を今後とも宜しくお願い申し上げます。



院長 徳永 英吉



もっと青魚を食べよう！

管理栄養士 中谷 千裕

今回は食べて美味しい、知って得する「青魚」についてご紹介します。



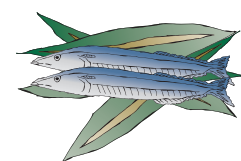
サバ



アジ



ブリ



イワシ



サンマ



マグロ

青魚は「背の青い魚」の総称で、サバ・イワシ・サンマ・アジ・ブリ・マグロ・ハマチ等が上げられます。青魚の脂にはDHAやEPAといわれる成分が多く含まれ、主に次のような効果があるとされています。

☆血中の悪玉コレステロール値を下げる

☆中性脂肪を減少させる効果

☆動脈硬化予防（動物性の脂とは違い、常温では固まりにくく液体を保つ成分なので、血液サラサラ）
etc...

青魚のおいしい話

どんなものを



エラの内側が深紅色、目は黒澄んで、鱗がとれてない、張りがあ



血のエキスが出てない、紫 金 緑色の混ざった蛍光色に光ってない



どれくらい



生活習慣病の予防を考えるなら、目安として週4回、50gほど食べると良いと思われます。

（参考：独立行政法人 国立健康・栄養研究所 「魚の有効性」、日本人の食事摂取基準）



どのように

DHAやEPAは酸化しやすい為、抗酸化作用を持つビタミンを多く含む、緑黄色野菜と一緒に摂ると良いとされます。緑黄色野菜は、1日の野菜摂取量350g以上のうち1/3を占めて欲しい物なので、魚と同じように50gほど、又は、それ以上摂ると良いでしょう。



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。

上尾アーバンクリニック

標榜科：内科・消化器科・循環器科・呼吸器科・アレルギー科・人間ドック・健康診断

■資格
日本内科学会認定内科医
日本消化器内視鏡学会専門医
日本医師会認定産業医

住所：上尾市緑丘3-5-28 シンワ緑丘ビル1F
TEL：048-778-1929

平成17年2月2日に、北上尾のPAPA近隣に開業しました。上尾アーバンクリニックの院長の牛尼と申します。当院では、電子カルテシステムを導入し、各種医療機器（ヘリカルCTスキャン、超音波装置、電子内視鏡など）を完備しており、それら画像とカルテが連動する形態をとっています。特に、生活習慣病（糖尿病、高血圧症、脂質代謝異常症）の治療には力を注いでおり、血圧脈波検査装置（動脈硬化を客観的に評価することのできる検査）などを駆使して、的確にその病態を評価して治療に役立てています。

皆様へ 検査設備が充実したクリニックです。人間ドックや健診業務にも力を注いでいます。“検査は病院でするもの”という固定概念をお持ちにならず、気軽にお立ち寄り下さい。

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



院長 牛尼 秀樹



*予約制です。

ゆげクリニック

標榜科：内科、循環器科

住所：桶川市朝日1-27-7
TEL：048-777-3000

当クリニックは桶川駅と北上尾駅の間で、西口側にあります。マルエツやココスの近くです。私は東京女子医科大学付属日本心臓血圧研究所で心臓病を研究し、上尾中央総合病院の循環器科部長を務めた後、この地に開業しました。心筋梗塞や脳梗塞の原因となる高血圧、糖尿病、高脂血症の治療にも力を注いでいます。薬はなるべく少なく必要最小限で治療することを方針としています。また近年増えているがんの早期発見のため疑わしい病状がある時にはすぐに専門病院を紹介するように努めています。ご高齢の方々の介護や福祉については、私が以前所属していた社会福祉法人安誠福祉会や上尾中央総合病院と連携し、お世話することが可能です。

皆様へ 動悸、息切れ、胸の痛み、心臓病とは限りません。でも一応検査は必要です。

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



院長 弓削 一郎

