

生活習慣病教室のお知らせ

上尾中央総合病院では、下記の日程で生活習慣病教室を開催しています。生活習慣病でお悩みのご本人だけでなく、ご家族やご友人など、興味のある方はどなたでも参加できます。生活習慣を改善して元気で楽しい毎日を送りましょう。

開催日	テーマ	内容	講師
11月1日 火	糖尿病体験映画	糖尿病はどのような病気？ 糖尿病についてのDVDを鑑賞しながら説明、疑問にお答えします。	看護師 加藤
11月2日 水	生活習慣病と心臓病について	虚血性心疾患と心不全についてお話しいたします。	看護師 菅原
11月3日 木		お休み	
11月4日 金	薬物療法について（糖尿病）	糖尿病はどんな病気？ 薬の効果・飲むタイミング・副作用の症状	薬剤師 千原
11月7日 月	ゼロから学ぼう！糖尿病食品交換表	調理実習の献立を用いて、交換表の使い方をお話しします。	栄養士 降旗
11月8日 火	これだけは知っていたい合併症と予防とは（糖尿病）	合併症にはどのようなものがあるか 合併症を予防するための生活習慣について	看護師 山室
11月9日 水	運動で伸ばそう健康寿命～打倒 2025年問題と生活習慣病～	生活習慣病の予防や改善、健康寿命の増進に対する運動の効果についてお伝えします。また、実際にパフォーマンステストを行ないます。	理学療法士 篠田
11月10日 木	糖尿病の検査について	血糖、HbA1c、合併症などの検査についてご説明します。	検査技師 保科
11月11日 金	低血糖、高血糖とは	高血糖・低血糖症状についてお話しいたします。 また、低血糖を起こした時の対処法についてご説明いたします。	看護師（10A） 田辺
11月14日 月	知っておきたい糖尿病の基礎知識	糖尿病はどのような病気？なぜ治療しなければならないの？ どの程度まで血糖を下げればよいの？などの疑問にお答えします。	医師 瀧
11月15日 火	糖尿病カンパセーション・マップ	「食事療法について」 カンパセーションマップを使用して糖尿病について詳しく学び、自由に話し合います。	栄養士 松井
11月16日 水	生活習慣病と心臓病について	虚血性心疾患と心不全についてお話しいたします。	看護師 菅原
11月17日 木	足を大切にしよう	糖尿病による足病変の予防と日常のケアについて 毎日のフットケアのポイントを知っておきましょう。	看護師 森
	喫煙による健康障害と禁煙方法	喫煙によって癌や心筋梗塞、脳梗塞、糖尿病などが起こりやすくなります。禁煙方法や禁煙補助剤としてのニコチンパッチや経口薬についてもご説明いたします。	医師 橋本
11月18日 金	薬物療法について（糖尿病）	糖尿病はどんな病気？ 薬の効果・飲むタイミング・副作用の症状	薬剤師 大島
11月21日 月	これなら出来る！食事療法	糖尿病の食事療法の基本と塩分について	栄養士 蒔田
11月22日 火	これだけは知っていたい合併症と予防とは（糖尿病）	合併症にはどのようなものがあるか 合併症を予防するための生活習慣について	看護師（8A） 山崎
11月23日 水		お休み	
11月24日 木	糖尿病の検査について	血糖、HbA1c、合併症などの検査についてご説明します。	検査技師 森上
11月25日 金	低血糖、高血糖とは	高血糖・低血糖症状についてお話しいたします。 また、低血糖を起こした時の対処法についてご説明いたします。	看護師（10A） 佐藤
11月28日 月	知っておきたい糖尿病の基礎知識	糖尿病はどのような病気？なぜ治療しなければならないの？ どの程度まで血糖を下げればよいの？などの疑問にお答えします。	医師 熊坂
11月29日 火	糖尿病体験映画	糖尿病はどのような病気？ 糖尿病についてのDVDを鑑賞しながら説明、疑問にお答えします。	看護師 加藤
11月30日 水	生活習慣病と心臓病について	虚血性心疾患と心不全についてお話しいたします。	看護師 菅原

○場 所：G館4階多目的室 ○参加費：無料

○時 間：生活習慣病教室 月曜日～金曜日の午後3時～午後4時 禁煙教室 第1・第3木曜日の午後4時～午後5時

○生活習慣病教室と禁煙教室の講義内容および講師は、都合により当日に変更となる場合がございますので、ご了承ください。

○開始時間（午後3時、禁煙教室は午後4時）から15分が経過した時点で、参加者がいない場合は中止となります。

問合せ先

上尾中央総合病院
生活習慣病教室運営部会
048-773-1112（総務課）

11月のすこやか教室 ～ご家族のため、なによりあなたのために、ぜひご参加ください～

テーマ “二次性頭痛”、知っておきたい基礎知識と問題点

講 師 脳腫瘍センター 渡邊 学郎 医師 場 所 F館4階 講義室

日 時 平成28年11月19日（土）15:00～16:00

入場無料・お申込み不要です。お気軽にどうぞ！

●二次性頭痛とは

頭痛は日常的によく経験される症状です。そのほとんどは脳に異常のない一次性頭痛ですが、脳に異常のみられる二次性頭痛が潜んでいる危険があります。見分け方、診断、治療を学びましょう。

●当院での治療について

上尾中央総合病院では脳腫瘍センターとして、専門の医師が対応する体制を構築しております。どのような治療を行っていくか、流れを含めてお気軽にご相談ください。

臨床研修理念・基本方針

基本的診療能力を備え、
医療人としての品性と向上心を持ち、行動力、決断力、
コミュニケーション能力を有する医師を育成する。

- 救急総合診療科での救急研修（昼間および夜間での救急対応）、ならびに総合診療研修（病棟および外来）、離島・へき地での地域医療研修の3つの研修の柱とする。
- 各専門家研修においては、各科が扱う疾患の診療内容を理解し、基本的疾患の診療能力、各科へ適切に依頼する能力を習得する。
- 医療事故の未然防止と事後の対応法、および病院感染防止策を理解しマニュアルに従い行動できる能力を身につける。

患者権利章典 患者さまの権利と責務

1. 医療を平等に受ける権利
2. 十分な説明を受ける権利（説明と同意および理解と選択の権利）
3. プライバシーが守られる権利（個人情報の保護）
4. カルテを知る権利（個人情報の開示）
5. セカンドオピニオンを受ける権利（情報収集の権利）
6. 良好で快適な環境で医療を受けられる権利
7. 健康教育を受ける権利
8. マナーや規則を守る責務
9. 自身の情報提供の責務
10. 権利章典を守る責務

段々と涼しさが肌をつくようになり、乾燥が激しい季節へと変化していきます。乾燥した肌がかゆみを発して、肌をかきむしると傷がつかます。傷ついた肌は細菌が入り込みやすくなりますから、とても危険です。外出時はハンドクリームやボディクリームといった基礎化粧品を利用して肌から病気を守りましょう。

編集長 平田 一雄



*見やすく読みまちがえにくいユニバーサルデザインフォントを採用しています。



医療法人社団愛友会 上尾中央総合病院

〒362-8588 埼玉県上尾市柏座1-10-10 TEL048-773-1111（代）

Mail：ageohp@ach.or.jp

http://www.ach.or.jp

上尾中央

検索

- 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 QJH005



上尾中央総合病院 広報誌

～愛し愛される病院を目指して～

アウンクル



●看護師特定行為研修修了式

●地域医療連携 石塚内科クリニック

●インフルエンザ予防接種

●INFORMATION 11月 ●生活習慣病教室のお知らせ ●すこやか教室

看護師特定行為研修修了式

10月22日、上尾中央総合病院にて看護師特定行為研修を受講した職員の修了式が行われました。特定行為とは、医師の処置に関する負担を軽減し、かつ機能的に患者様に治療を提供することをいいます。当院ではそうした看護師の育成カリキュラムを昨年から開始しており、今回初めて受講した7名が修了したことになります。



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すすめ、各医療機関が相互に円滑な連携を図り、専門機能を最大限有効に提供することを目的をしています。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。



石塚内科クリニック

標榜科：内科・糖尿病内科・内分泌内科

住所：さいたま市北区吉野町1-377-4

TEL：048-661-0888

こんにちは。当院は開業して約3年になります。さいたま市にありますが、上尾市に比較的近い場所にあり、当院の近隣で上尾中央総合病院に通院している患者さんも多いと思います。糖尿病や高血圧を専門に診療をしており、将来合併症を来さぬように患者さんに指導をしています。血糖コントロールの指標でありますHbA1cを採血検査し、結果を当日お伝えします。糖尿病の治療の主役は患者さんにあり、医師は伴奏役です。患者さん一人ひとりの日頃の生活習慣、食事運動療法が大切です。お手伝いいたしますので、ぜひお越しください。

〔資格〕
医学博士

【日本内科学会】認定内科医・総合内科専門医
【日本糖尿病学会認定】糖尿病専門医・研修指導医
【日本糖尿病協会】療養指導医
【日本腎臓学会認定】腎臓専門医・指導医
【日本高血圧学会認定】高血圧専門医・特別正会員
【日本医師会】認定産業医
【日本内分泌学会】会員



・今羽駅から徒歩8分
・宮原駅から徒歩20分

皆様へ 待合室から庭を眺めて、お待ちになる間、少しでもリラックスしていただけたらと思います。

診療時間

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

※土曜は午前中のみ診療

※【休診日】木曜・日曜・祝日休診

ホームページ：<http://ishizuka-cl.byoinnavi.jp/pc/index.html>



院長 石塚 恒夫 先生



インフルエンザ予防接種



今シーズンは流行が早く、当院の受診も増加傾向にございます。
ワクチン接種には数量の限りがございますので、お早目に受付頂けますようお願い致します。

一般・上尾市高齢者

実施期間	平成 28 年 10 月 20 日(木)～ 平成 28 年 12 月 24 日(土)
実施時間	平日 午前 9：00～12：00 午後 2：00～4：30 土曜 午前 9：00～12：00
接種場所	インフルエンザ予防接種会場(F 館 2 階)
料 金	一般 4,400 円(税込) ※満 13 歳～65 歳未満の方 上尾市高齢者 1,500 円(税込) ※65 歳以上の方

※今回のワクチンは季節性インフルエンザ
(A/カリフォルニア・香港、B/プーケット・
テキサス)4価混合ワクチンになります。

上尾市以外(埼玉県内)の高齢者について
実施期間 平成 28 年 10 月 20 日～
平成 28 年 12 月 24 日まで

※費用については各市町村にご確認下さい。
※埼玉県外の方は対象になりません。
希望される方は一般と同じ 4,400 円での接種になります。

妊婦用

接種対象	当院かかりつけの妊婦
実施期間	平成 28 年 10 月 26 日(水)～ 平成 28 年 12 月 21 日(水) ※ワクチンの在庫状況により終了日程が変更になる場合があります。
実施時間	毎週水曜 午後 2：00～4：30
接種場所	インフルエンザ予防接種会場(F 館 2 階)
接種回数	1 回
料 金	4,400 円(税込)
そ の 他	母子手帳をご持参ください。

※今回のワクチンは季節性インフルエンザ
(A/カリフォルニア・香港、B/プーケット・
テキサス)4価混合ワクチンになります。

※今年度は防腐剤(チメロサル)を含まないワクチンは全国的に製造中止となりました。接種ご希望の方は防腐剤を含むワクチンとなりますのでご了承ください。尚、『産婦人科診療ガイドライン産科編 2014』では、「チメロサル含有ワクチンを妊婦に投与しても差し支えない」と記載されています。

小児用

接種対象	1 歳～12 歳まで ※中学生以上は一般の方と同様です。
実施期間	平成 28 年 10 月 19 日(水)～平成 28 年 12 月 22 日(木) ※休診日は除く ※10 月 12 日より予約を開始いたします。 毎週水・木曜日 ※ワクチンの在庫状況により終了日程が変更になる場合があります。
実施時間	水曜日 午後 3：00～4：00 木曜日 午後 2：00～4：00
接種場所	小児科外来
予約方法	電話のみの予約受付 TEL 048-615-1110
予約受付 時 間	平日 14：00～17：00 ※初回時に 2 回目の予約も可能です。 ※上記時間帯以外は受付しておりません。 ※予約・変更は電話のみとなります。
接種回数	2 回
料 金	初回接種：4,000 円 2 回目接種：3,500 円

※今回のワクチンは季節性インフルエンザ(A/カリフォルニア・香港、B/プーケット・テキサス)の4価混合ワクチンになります。

ご不明な点は、インフルエンザ予防接種会場又は健康管理課までお問い合わせ下さい。
健康管理課 TEL 048-773-1114(直通)