

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
6月1日 木	メタボリックシンドロームと家庭血圧測定について	メタボリックシンドロームとは？家庭血圧測定の勧め	保健師 田中
	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
6月2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 難波
6月5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 中島
6月6日 火	糖尿病カンパセーション・マップ	「運動療法について」 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。	理学療法士 福田(達)
6月7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
6月8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 上野
6月9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 加藤
6月12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ればよいの？などの疑問にお答えします	医師 瀧
6月13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） 佐藤
6月14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 甲原
6月15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
6月16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 坂下
6月19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 中島
6月20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
6月21日 水	糖尿病と目の合併症	網膜症・黄斑症・白内障、その他眼の症状についてご説明いたします	医師 渡邊
6月22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 小宮山
6月23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 田辺
6月26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ればよいの？などの疑問にお答えします	医師 熊坂
6月27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
6月28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 小黒
6月29日 木	お休み		
6月30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

○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

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

6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～

入場無料・お申込み不要です。お気軽にどうぞ！

テーマ 腰が痛くならない体づくり

講師 リハビリテーション技術科

安原康平 原田翔平 木村敦子

日 時 平成29年6月17日(土)

15:00～16:00

場 所 臨床研修センター1F

●腰痛とは？

年齢に伴い多くの人が経験している腰痛をテーマに、腰が痛くなる原因を学び、みなさんと腰が痛くならない運動・生活を、実際に体を動かして覚えましょう！

問合せ先 上尾中央総合病院 総務課 TEL: 048-773-1112 FAX: 048-773-7122 mail: ageohp@ach.or.jp URL: http://www.ach.or.jp

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

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

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。

編集後記

気候変動により、近年は春が短く、梅雨が長くなっていると言われています。そんなじまじめとした初夏の清涼感を演出する花といえは紫陽花。淡い色彩を放つこの花に癒される方も多いのではないのでしょうか。

編集長 平田 一雄



*見やすさ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

アウンクル



●上尾市 住民健診のご案内

●INFORMATION 6月 ●生活習慣病教室のお知らせ ●すこやか教室

上尾市 住民健診のご案内

当院で実施している検査

検査項目	受診券の種類	受診期間
特定健診（上尾市国保加入者）	A 4 サイズの黄色の紙	平成 29 年 5 月 23 日から平成 29 年 10 月 31 日
後期高齢者健診	A 4 サイズの緑色の紙	
大腸がん 骨粗しょう症検診（女性のみ） 前立腺がん検診（男性のみ） 肝炎ウイルス検診	はがして見開きになるハガキ	平成 29 年 5 月 23 日から平成 29 年 11 月 30 日
介護予防事業参加適正判定検査	A 4 サイズのオレンジ色の紙	通年
一般健康診査（受診条件あり） ※ 20 ～ 30 代ヘルスチェック ※	問診票に同封されている白いハガキ	平成 29 年 5 月 23 日から平成 29 年 11 月 30 日
※ 20 ～ 30 代ヘルスチェック及び一般健康診査は上尾市の担当窓口にお申し込みしてから受診券が届きます。		
子宮がん検診	はがして見開きになるハガキ	平成 29 年 5 月 8 日から平成 29 年 11 月 30 日 ※桶川市民は 7 月 3 日～12 月 22 日まで ※伊奈町民は 7 月 1 日～12 月 28 日まで 月曜日～金曜日 火・水曜日は午後も実施
乳がん検診	クーポン	平成 29 年 5 月 1 日から平成 29 年 11 月 30 日

実施期間

平成29年 5月23日～11月30日

● 曜日：火・水・木・金

● 時間：5月～10月は9時～15時、11月のみ9時～12時
（月・土・日・祝/8月11日～15日はお休みです）

検査の内容や場所など

特定健診
内 容：身体計測・血圧・採血・心電図・腹囲測定 眼底検査・医師の診察・尿検査
対 象：40歳以上の上尾市国保加入者（受診当日も加入している事）
会 場：住民健診会場

後期高齢者健診
内 容：身体計測・血圧・採血・心電図・眼底検査 医師の診察・尿検査
対 象：上尾市に住民票のある後期高齢者
会 場：住民健診会場

前立腺がん検診
内 容：血液検査
対 象：50歳以上の男性
会 場：住民健診会場

骨粗しょう症検診
内 容：身体計測・医師との問診・手のレントゲン
対 象：40・45・50・55・60・63・65・68・70歳の女性
会 場：住民健診会場

肝炎ウイルス検診
内 容：採血・医師との問診
対 象：40歳以上の過去未受診者
会 場：住民健診会場

20～30歳代ヘルスチェック
内 容：身体計測・血圧・採血・医師の診察・尿検査
対 象：20～39歳の男女
会 場：住民健診会場

大腸がん検診
対 象：40歳以上の男女
会 場：住民健診会場
受診方法：問診票記入・検便容器受取・ご自宅で2回 分便を採取・住民健診会場に提出
※大腸がん検診のみを受診される方※ 予約は不要ですが受診券と保険証を持って、 実施期間内にお越しください。

当院では予約・受診できない検査
● 乳がん検診（市からクーポンが届いていない方） ● 胃がん・肺がん・結核検診 ● 成人歯科健康診査 市に個人でお申し込みが必要です。
住民健診会場では予約・受診ができない検査
● 子宮がん検診（婦人科外来） ● 乳がん検診（市からクーポンが送られてきた方） 予約方法が異なるため、表面をご参照ください。

介護予防事業参加適正判定検査
内 容：身体計測・血圧・採血・心電図・医師の診察
対 象：市より送付されたチェックリストの返送者
会 場：住民健診会場

一般健康診査
内 容：身体計測・血圧・採血・心電図・腹囲測定 眼底検査・医師の診察・尿検査
対 象：受診条件あり
会 場：住民健診会場

Medical Check Up

ご予約は
お早めに

予約のしかた

上尾市から送られてきた
受診券をお手元に
用意します

子宮がん

乳がん

外来予約センターで
予約

TEL: 048-773-1197
※実施会場は婦人科外来（B館5F）

健康管理課で
予約

TEL: 048-773-1114
※実施会場はB館12F

上記のうち、特定健診から
ヘルスチェックまでの健（検）診の場合

☎ お電話で予約 ☎

TEL: 048-773-1111

『住民健診の予約』と
お伝え下さい

【時間】 月曜～金曜は9時～17時
土曜日は 9時～13時

● 住民健診会場で予約 ●

上記の実施期間中に
受診券を持って
お越しください

お問合せ先
はこちら▶

上尾中央総合病院
健康管理課

TEL: 048-773-1114
（D館2F）

✉ doc@ach.or.jp