



生活習慣病教室のお知らせ

入場無料

申込不要

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。

1 (木)	血圧の正しい測り方と高血圧の予防方法 保健指導科 保健師 新井 愛子 喫煙による健康障害と禁煙方法 生活習慣病センター センター長 医師 橋本 佳明	12 (月)	お休み	21 (水)	糖尿病による眼の合併症 眼科 医長 医師 渡邊 三紀
2 (金)	糖尿病物語～糖尿病と生活について～ 外来看護科 主任 糖尿病看護認定看護師 加藤 牧子	13 (火)	会話やゲームをしながら 食事療法について一緒に考えましょう 栄養科 管理栄養士 藤田 将久	22 (木)	糖尿病の検査について ～診断と治療、合併症の検査～ 検査技術科 臨床検査技師 森上 洋子
5 (月)	ゼロから学ぼう！糖尿病食品交換表 栄養科 管理栄養士 石井 杏奈	14 (水)	運動で伸ばそう健康寿命 ～打倒 2025 年問題と生活習慣病～ リハビリテーション技術科 理学療法士 原 美穂	23 (金)	糖尿病の薬の使い方、副作用について 薬剤部 藤田 圭奈
6 (火)	これだけは知っていたい！ 糖尿病の合併症とその予防方法 8A病棟看護科 看護師 長澤 祐介	15 (木)	糖尿病による足病変の予防とケア 外来看護科 主任 看護師 森 美枝子	26 (月)	糖尿病を正しく理解しよう ～基本から学びましょう～ 臨床検査科 科長 医師 熊坂 一成
7 (水)	狭心症・心筋梗塞の予防方法 外来看護科 係長 慢性心不全看護認定看護師 菅原 美奈子	16 (金)	低血糖と高血糖の症状と対処法 外来看護科 看護師 田辺 三矢子	27 (火)	コレステロールが高いとなぜ悪いの？ 糖尿病内科非常勤医師 帝京大学客員教授 木下 誠
8 (木)	糖尿病の検査について ～診断と治療、合併症の検査～ 検査技術科 臨床検査技師 森上 洋子	19 (月)	これなら出来る！食事療法 栄養科 管理栄養士 松井 聡美	28 (水)	運動で伸ばそう健康寿命 ～打倒 2025 年問題と生活習慣病～ リハビリテーション技術科 理学療法士 小黒 修平
9 (金)	糖尿病の薬の使い方、副作用について 薬剤部 千原 彬美	20 (火)	これだけは知っていたい！ 糖尿病の合併症とその予防方法 健康管理看護科 主任 看護師 山室 直子		

※ 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。

会場：上尾中央総合病院 C館4階 多目的室 時間：生活習慣病教室 午後3時～午後4時 禁煙教室 午後4時～午後5時 問合せ先 048-773-1112 (総務課)

2月のすこやか教室

入場無料・お申込み不要です。お気軽にどうぞ！

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 大腸がんについて
講師 消化器内科 近藤 春彦 医師
日時 平成30年2月24日(土) 15:00～16:00
場所 B館8階 会議室8

- 大腸がんの基礎知識
消化器内科のがんとして代表的な大腸がん。どのような病気なのか、専門医が丁寧に解説します。
- 検査の有用性
大腸がんが重症化する前に行う予防検査にどのようなものがあるのか、どのような効果があるのか解説します。

問合せ先 上尾中央総合病院 総務二課
Tel: 048-773-1112 Fax: 048-773-7122
URL: http://www.ach.or.jp mail: ageohp@ach.or.jp

公開講座 寺子屋あげちゅう

入場無料・予約不要!

ちょっと気になる症状のこと、気軽に聞いてみませんか?

2/2 (金) 14:00～ (開場13:45)	消化器外科公開講座 胃が痛いつて本当? かくれた消化器のこわい病気 講師:消化器外科 豊田真之
2/16 (金) 14:00～ (開場13:45)	消化器外科公開講座 苦しい内視鏡はやりたくない、しかし正確に診断をしてほしい～最近の内視鏡検査、その他消化器疾患～ 講師:消化器外科 豊田真之
2/23 (金) 11:00～ (開場10:45)	臨床遺伝科公開講座 遺伝子検査が家にやってきた 講師:臨床遺伝科 鈴木洋一

※会場へは、入退院サポートセンター前のエレベーターで8階までお越しください。
※講師の急患対応などにより、予告なく講座が遅延・中止となる場合がございます。

場所 B館8階会議センター 会議室6+7
問合せ先 上尾中央総合病院 総務二課 048-773-1111 mail: ageohp@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(個人情報保護)
4. カルテを知る権利(個人情報開示)
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って行動できる能力を身につける。

編集後記

2月といえば節分ですが、節分とは季節を分ける、つまり季節の変わり目を意味し、季節の変わり目には邪気(鬼)が生じると考えられており、それを追い払うための行事が執り行われたことから始まった行事だと言われています。皆様におかれましても、季節の変わり目の体調管理には充分ご注意ください。

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

アウソク



●ノロウイルス感染症とは?

●遺伝カウンセリングのご案内

●INFORMATION 2月

- 生活習慣病教室のお知らせ
- すこやか教室
- 寺子屋あげちゅう

ノロウイルス感染症とは?

ノロウイルスは冬季を中心に発生する感染性胃腸炎の原因となるウイルスです。感染力が非常に強く、極少量のウイルスでも感染します。家族の誰かが感染すると、家庭内でも拡がる可能性があります。

●感染した時の症状

感染後1~2日で、吐き気、嘔吐、下痢、腹痛などの症状が現れます。発熱は軽度です。感染しても症状がない場合（不顕性感染）もあります。

●感染経路

・ノロウイルスに汚染された食品を食べて感染する経路（食中毒）

牡蠣などの二枚貝を十分に加熱調理しないで食べた場合や、食品を扱う人が感染しており、その人が調理した食品を食べて感染する場合があります。

・感染者の糞便や嘔吐物を介して感染する経路

感染者の糞便や嘔吐物には多量のノロウイルスが含まれています。この糞便や嘔吐物を触り、手を介してウイルスを自分の口に付ける場合や、糞便や嘔吐物が乾燥して空気中に舞い上がり、これを吸い込んで口に入る場合があります。

予防のポイント

●石鹸でしっかりと手を洗いましょう

手洗いは、手指に付着しているノロウイルスを減らす最も有効な方法です。調理の前後、食事の前、トイレの後、嘔吐物の処理やおむつ交換等を行った後は、必ず石鹸で手洗いをしましょう。

●貝類は十分に加熱しましょう

貝類を、内蔵を含んだまま調理する場合には十分に加熱しましょう（85~90℃で90秒以上）。また、貝類を取り扱う調理器具（まな板、包丁等）は専用にするか、使用の都度、洗浄し熱湯消毒しましょう。

●嘔吐物・糞便は正しく処理しましょう

- ・床等に飛び散った嘔吐物等が乾燥しないうちに、速やかに処理を行いましょう。
- ・処理をする人は使い捨てマスクとビニール手袋（あれば使い捨て手袋）・エプロンを着用します。使用後のビニール手袋とエプロンは塩素系家庭用漂白剤（200倍程度）での消毒をお勧めします。
- ・雑巾等で嘔吐物等をふき取り、その後、塩素系家庭用漂白剤を浸み込ませた別の雑巾等で、嘔吐物等で汚れた場所を数分間浸して消毒します。使用した雑巾等はビニール袋に密閉して捨てましょう。
- ・嘔吐物等で汚染した衣類はバケツで水洗いし、さらに塩素系家庭用漂白剤で消毒してから、洗濯機で洗います。いきなり洗濯機で洗うと洗濯機がノロウイルスで汚染され、他の衣類にもウイルスが付着するので注意が必要です。

【手洗いの手順】



1 石鹸をつけ、手のひらをこする



2 手の甲とひらを重ねてこする



3 手のひらに指先を重ねてこする



4 指の間を重ねてこする



5 親指をつかんでねじり洗う



6 手首を洗い、水で流す

遺伝カウンセリングのご案内

臨床遺伝科では、遺伝カウンセリングを通して、遺伝の影響に関する疑問や悩みに寄り添います。

当院の臨床遺伝科は、病気の遺伝子や家族への遺伝の影響に関する、疑問・悩みに対応するカウンセリング、すなわち「遺伝カウンセリング」を行うことを主な使命とする診療科です。



遺伝カウンセリングとは

このようなお悩み・ご相談に対応可能です

- 遺伝病と診断されたが、詳しい病気の説明を聞きたい
- 遺伝病の患者さんの兄妹や子供に対する影響を知りたい
- 遺伝子診断を受けたいと考えているが、どんなことをするのか知りたい
- 出生前診断について、詳しい方法やすべきかどうかについて聞きたい
- 自分の身内にがんになっているものが多いが、家族性腫瘍と言えるのか知りたい
- 脂質異常症、糖尿病、高血圧だが、遺伝は考えなくて良いのか?
- いとこ婚は良くないの?

関係する診療科

- ・小児科・産科：先天異常、先天性代謝異常、筋ジストロフィー
- ・外科・内科：家族性腫瘍（家族性大腸ポリポージス、多発性内分泌腺腫症など）
- ・乳腺外科・婦人科：遺伝性乳がん卵巣がん症候群
- ・神経内科：脊髄小脳変性症、遺伝性末梢神経炎
- ・整形外科：軟骨無形成症、骨軟化症
- ・脳神経外科：もやもや病
- ・眼科：網膜色素変性症
- ・耳鼻いんこう科：遺伝性難聴
- ・形成外科：先天奇形（唇裂口蓋裂、裂手裂足など）



受診方法

まずは、下記いずれかの方法にてご予約をお願いします。ご予約時には電話問診を行います。問診結果を基にカウンセリング等の準備を行いますので、予約日はお電話から一週間以降を目安としてください。また、お時間があるときにおかけいただくことをおすすめいたします。

▶ 当院かかりつけの方

まずは主治医にご相談ください。その後外来予約センターへお電話いただき、ご予約をお取りください。

▶ 他の病院・クリニックからの紹介状をお持ちの方

病診連携室へお電話いただき、ご予約をお取りください。

▶ その他の方

外来予約センターへお電話いただき、ご予約をお取りください。

※直接ご来院いただいでのご予約はお受けできません。

予約受付

外来予約センター

☎ 048-773-1197

病診連携室

☎ 048-773-5941

月曜日・水曜日：9:00～12:00

火曜日・金曜日：9:00～12:00、14:00～17:00

スケジュールや詳しい受診の流れにつきましては当院ウェブサイトをご確認ください。



www.ach.or.jp/dept/clinical-genetics/