



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。

2 (月)	これなら出来る! 食事療法 講師 栄養科 寺田 節	11 (水)	運動で伸ばそう健康寿命 ～ Let's exercise!! ～ 講師 リハビリテーション技術科 中澤 未耶子	23 (月)	糖尿病を正しく理解しよう ～基本から学びましょう～ 講師 臨床検査科 科長 熊坂 一成
3 (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 講師 8A 病棟看護科 看護師 谷口 雅子	12 (木)	糖尿病の検査について 講師 検査技術科 小宮山 英幸	24 (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 講師 健康管理看護科 主任 看護師 開 陽子
4 (水)	狭心症・心筋梗塞の予防方法 講師 外来看護科 係長 慢性心不全看護認定看護師 菅原 美奈子	13 (金)	糖尿病の薬の使い方、副作用について 講師 薬剤部 難波 由里子	25 (水)	運動で伸ばそう健康寿命 ～ Let's exercise!! ～ 講師 リハビリテーション技術科 甲原 美穂
5 (木)	血圧の正しい測り方と高血圧の予防法 講師 保健指導科 科長 保健師 岡野 直美	16 (月)	お休み	26 (木)	糖尿病の検査について 講師 検査技術科 森上 洋子
6 (金)	喫煙による健康障害と禁煙方法 講師 生活習慣病センター センター長 医師 橋本 佳明	17 (火)	コレステロールが高いとなぜ悪いの? 講師 糖尿病内科非常勤医師 帝京大学客員教授 木下 誠	27 (金)	糖尿病の薬の使い方、副作用について 講師 薬剤部 藤田 圭奈
9 (月)	低血糖と高血糖の症状と対処法 講師 10A 病棟看護科 看護師 米田 恵理	18 (水)	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 講師 栄養科 松井 聡美	30 (月)	ゼロから学ぼう! 糖尿病食品交換表 講師 栄養科 寺田 節
10 (火)	慢性腎臓病について 講師 腎臓内科 副院長 兒島 憲一郎	19 (木)	糖尿病による足病変の予防とケア 講師 外来看護科 看護師 森 美枝子	31 (火)	糖尿病診断・治療のトピックス 講師 糖尿病内科 医師 高橋 貞夫

会場 : C館4階 多目的室 時間 : 生活習慣病教室 15:00~16:00 禁煙教室 16:00~17:00 問合せ先 048-773-1112 (総務二課)

※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。

7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 ガンと向き合う食事～おいしく楽しいを基本に～
- 日時 2018年7月28日(土) 15:00~16:00
- 講師 栄養科 箱田 亜惟
- 場所 C館4階多目的室

●ガンと向き合う

ガン治療において軽視できないのが食事です。適切な食事によって、適切な栄養を確実に摂取するためには、重要な栄養素を含む食べ物を十分に摂取することが必要です。がんの治療中の適切な食事は、がんにより影響やがん治療の副作用に対する処置が容易になります。がんと食事について学びましょう。

第4回 上尾中央総合病院 心臓血管センター 公開講座

- テーマ 気になる足の悩み
- 日時 2018年7月28日(土) 14:00~(受付13:15~)
- 場所 上尾中央総合病院 B館8階 会議センター
- 参加費 無料 (患者さん、ご家族に関わらず、どなたでも参加可能です)

プログラム・講師

- 慢性下肢虚血.....循環器内科 科長 緒方 信彦
- 深部静脈血栓症.....循環器内科 副科長 谷本 周三
- 下肢静脈瘤.....心臓血管外科 医員 湯手 裕子

入場無料・お申込み不要です。お気軽にどうぞ! 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: https://www.ach.or.jp 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 患者さまの権利と義務

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義務
9. 自身の情報提供の義務
10. 権利章典を守る義務

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。

夏といえば、野外ロックフェス。ちなみに日本の現代ロックフェスのルーツは1997年に開催されたFUJI ROCK FESTIVALと言われている。富士山のふもとで行われていた過酷な状況を知るものとしては、たくさんの方を楽しまることのできるこの状況を本当にうれしく思います。 編集長 平田 一雄

UD FONT by MOHSAWA *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
https://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 QIUH005

アウンクル



●熱中症について

●INFORMATION 7月

- 生活習慣病教室のお知らせ
- すこやか教室
- 心臓血管センター公開講座

巻頭写真: 患者さんの作品

いよいよ夏本番を迎え、熱中症予防についてご紹介します



熱中症予防のキーワード「こえがけ」

こ え が け

こまめな水分補給！

炎天下を避けよう

風通しを良く

健康管理

こんな症状が出たら注意

熱けいれん

足・腕・腹部の
筋肉に痙けいれん



熱失神

めまい・
失神・
たちくらみ



日射病

直射日光により
大量の汗をかく

脱水症状



近年は温暖化の影響からか、6月の梅雨時期から熱中症を訴える方が急増しているといわれています。

梅雨が明け、太平洋高気圧が強くなる夏になれば、より一層の注意が必要です。

熱中症は「暑熱環境における身体適応の障害によって起こる状態の総称」と定義され、「暑い環境で起こる健康の障害」のことをまとめて熱中症といいます。

熱中症対策の基本は ●こまめな水分補給 ●炎天下を避け、風通しの良い場所で過ごす ことです。

これをキーワードに、標語化したのが「こえがけ」です。皆さまもぜひご活用いただき、日頃の健康管理に努めていただけたら幸いです。

