



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法 講師 保健指導科 科長 保健師 岡野 直美	12 (月)	お休み	22 (木)	糖尿病の検査について 講師 検査技術科 係長 臨床検査技師 松本 さゆり
2 (金)	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 白崎 竜也	13 (火)	慢性腎臓病について 講師 腎臓内科 科長 医師 野坂 仁也	23 (金)	糖尿病の薬の使い方、副作用について 講師 薬剤師 西垣 美沙
5 (月)	これなら出来る！食事療法 講師 栄養科 管理栄養士 工藤 志帆	14 (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 理学療法士 中澤 未耶子	26 (月)	糖尿病を正しく理解しよう ~基本から学びましょう~ 講師 臨床検査科 科長 医師 熊坂 一成
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 講師 8A病棟看護科 看護師 鈴木 喬子	15 (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	27 (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 看護師 藤澤 雅美
7 (水)	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 生活習慣病センター長 医師 橋本 佳明	16 (金)	お休み	28 (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 理学療法士 池田 美咲
8 (木)	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	19 (月)	ゼロから学ぼう！糖尿病食品交換表 講師 栄養科 管理栄養士 中川 智香子	29 (木)	お休み
9 (金)	糖尿病の検査について 講師 検査技術科 臨床検査技師 森上 洋子	20 (火)	コレステロールが高いとなぜ悪いの？ 講師 糖尿病内科 診療顧問 医師 高橋 貞夫	30 (金)	お休み
	糖尿病の薬の使い方、副作用について 講師 薬剤部 薬剤師 中野 舞	21 (水)	会話やゲームをしながらインスリン注射について一緒に考えましょう 講師 薬剤部 主任 薬剤師 大島 聡子		

※ 開始時間 (15:00、禁煙教室は16:00) 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：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)

8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 **生きることを支える緩和ケア**
講師 13B病棟看護科 係長 **安江 佳美**
日時 2019年8月24日(土) 15:00~16:00
場所 B館8階 会議室3+4

緩和ケアについて学ぼう
がんは日本人の2人に1人がかかる身近な病気です。痛みや辛さをやわらげるアプローチである「緩和ケア」。皆様は緩和ケアについてどのようなイメージをお持ちでしょうか？緩和ケアはネガティブなものではなく、生きることを支えるものです。緩和ケアについて聞いてみませんか？

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

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)、難病・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。

はじめじめした梅雨も終わり、夏本番となりました。先日、ヘッドスパに行きリフレッシュしてきました。暑さで余計に疲れる季節ですが、水分補給を忘れず、熱中症などに気を付けて夏を楽しみましょう。

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)
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 QJH005



即位礼正殿の儀に伴う休診のお知らせ(2019年10月22日)

上尾中央総合病院では、10月22日(火)の国民の祝日・即位礼正殿の儀は休診いたします。なお、救急の方は、救急外来で随時受付いたします。

- **メディカルサポートのご紹介**
- **75歳以上の方、国民健康保険の方へ** ▶ 令和元年8月1日から保険証が更新されます!
- **地域医療連携** いけだファミリークリニック桶川
- **INFORMATION 8月** ● 生活習慣病教室のお知らせ ● すこやか教室

メディカルサポートのご紹介

今回は当院の「スポーツ医学センター」「リハビリテーション技術科」で理学療法士が行っている「メディカルサポートチーム」についてご紹介します！

Q メディカルサポートチームではどんなことをおこなっていますか？

チームまたはサークル単位でのスポーツの継続サポートをしています。おもに練習の現場に伺って、テーピングなどの練習前の調整をおこなったり、ケガをしていて練習ができない方リハビリの指導をしたり、という活動を行っています。理学療法士が競技の前段階の評価をすることで、ケガをしないようにサポートしています。

Q 対象となるスポーツと活動の時間帯・場所は？

野球、サッカー、バスケットボール、バレーボールなどのチームでおこなう球技から、グラウンドゴルフやテニスのサークルなどです。障がい者スポーツの支援も可能です。ランニングやジョギングなど、個人で行う競技も「サークル」「チーム」などの集まりでしたら対象です。年齢は問いません。時間帯はチームの活動に合わせています。現在サポートしているチームでも、授業前の朝や放課後の夕方から夜にかけて、試合のある土日など様々です。場所は、上尾市内をメインに埼玉県内でお伺いしています。

Q 病院の外で活動をはじめたきっかけを教えてください。

理学療法士が皆さんにお会いするのは、病院内では「ケガをしてからのリハビリ」で、「患者さんとして」です。スタッフ間で「スポーツを長く楽しんでもらう、上達してもらうためにはなによりケガをしないことが重要」という話をしていの中で、どうしたらケガをしないようにサポートしていけるのかを考えました。病気になることを防ぐ「予防医学」の考え方が当たり前になりつつなるように、運動でもスポーツを長く続けるための「予防」を大切にしています。

Q スポーツ好きな人に一言！

思いはとにかく「もっとスポーツ、ずっとスポーツ！」
成長期・学童期の子どもたちには年齢に応じて適したトレーニングを、スポーツ現役世代には結果につなげられるようにきちんと調整することを。そして働き盛りからシニア世代には痛みが出ないで楽しく続けられる…スポーツには世代に応じた楽しみ方があります。痛みや加齢などが原因で、スポーツが楽しめない、続けられない、ということだけは避けてほしい。それを防ぐために専門家を頼ってもらえたら嬉しいです！



理学療法士 (PT)

「理学療法士（りがくりょうほうし）」は動作の専門家です。骨折や脳梗塞のあとのリハビリテーション（以下、リハビリ）が有名ですが、現在では、がんなどの手術後の動作の改善や、意識不明の患者さんの筋力低下予防など、活躍の場が広がっています！

スポーツ医学センター メディカルサポートチーム

- お申込み・お問い合わせ
下記連絡先までメールでお問い合わせください。
- 連絡先
ageo.sports@ach.or.jp

- 注意事項
※メディカルサポートは上尾中央総合病院がチームと契約書を取り交わしたうえで、継続したサポートです。
※「専門職業人賠償責任保険」もしくは「理学療法士賠償責任保険」に加入している理学療法士がサポートをおこないます。
※ご利用にあたっては、それぞれがスポーツ保険やレクリエーション保険などに加入していることが条件となります。また、免責（こちらが原因で被害を与えてしまった場合）についても契約上の取り決めを行っております。

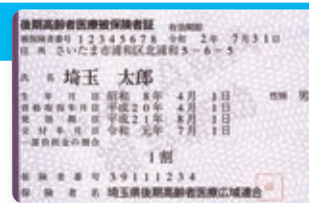
- その他の活動
単発のサポートを希望される場合、お好きな方同士で集まる機会がありましたら出張公演もおこなっています。詳しくはお問い合わせください。

▶ 75歳以上の方、国民健康保険の方へ

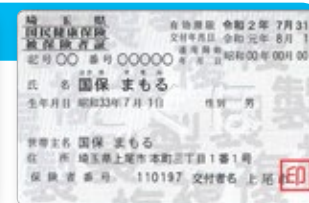
令和元年
8月1日から 保険証が更新されます！

後期高齢者医療被保険者証は **紫色**

国民健康保険被保険者証は **灰色** になります。



後期高齢者医療被保険者証



上尾市国民健康保険

- ※有効期限切れの保険証では、窓口での確認はお受けいたしかねますので、ご注意ください。
- ※新しい保険証の有効期限は、令和元年8月1日から令和2年7月31日までです。
- ※有効期限内に70歳になる、国民健康保険の加入者は誕生月の翌月から新しい保険証に更新されます。（高齢受給者証を兼ねた保険証に更新されます）
- ※有効期限内に75歳になる方は、75歳の誕生日から「後期高齢者医療被保険者」となります。（保険証が変わります）

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。

いけだファミリークリニック桶川

標榜科：内科・小児科

住所：桶川市坂田東2丁目3番地1フレスポ桶川
TEL：048-788-1167

〔資格〕

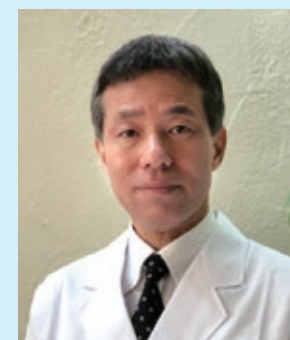
- 日本内科学会内科認定医
- 日本透析医学会透析専門医
- 厚生労働省認定麻酔科標榜医
- 日本医師会認定産業医
- 認知症サポート医
- 東京都地域小児医療研修修了

はじめまして。「いけだファミリークリニック桶川」院長の池田耕一と申します。当院は桶川市坂田東の商業施設「フレスポ桶川」内に今年6月に開院いたしました。総合内科、糖尿病内科、腎臓内科が専門ですが、当院のすぐ近くには、保育園、幼稚園、小学校、中学校があり、たくさんの小児の患者さんの診療を行っております。私は、大学卒業当初は麻酔科医として、大学病院で手術麻酔を中心とした全身管理に関わりました。その後、主治医として治療に関わりたいとの思いから内科に転向。総合内科医及び腎臓内科医として透析管理や糖尿病治療に携わりました。その間、精神科での認知症診療や小児科での勤務を通じ、幅広い年齢層・疾患に対応すべく経験を積んで参りました。専門の病気だけではなく全身をみるように心掛けて診療しています。「お客様からお年寄りまで、地域の皆様が安心して健康な毎日を過ごせるように、医療を通じてお手伝いします。」をクリニックの理念として地域に貢献できるよう努めてまいります。どうぞよろしくお願い致します。

■ 診療時間

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:30	●	●	/	●	●	●	/
14:30~18:00	●	●	/	●	●	/	/

休診日：水曜日、土曜日午後、日曜日、祝日



院長 池田 耕一 先生

