

JCHO うつのみや病院広報誌



新いずみ

第4号

通算72号 2015.5.20 発行

独立行政法人地域医療機能推進機構 (Japan Community Health care Organization : JCHO) うつのみや病院
〒321-0143 栃木県宇都宮市南高砂町 11-17 TEL028-653-1001 HP アドレス JCHO うつのみや病院 <http://utsunomiya.jcho.go.jp/>



新任あいさつ



教育センター長◆長嶺 伸彦

平成 27 年 4 月 1 日から JCHO うつのみや病院で勤務しています教育センター(地域臨床教育)の長嶺伸彦と申します。「長嶺」という名前は沖縄県に多い名字らしく「沖縄県出身ですか」と聞かれることがありますが、生まれもルーツも九州の宮崎県です。

私と栃木県とかかわり合いは、昭和 50 年に自治医大に入学して6年間の学生時代を過ごしたことに始まります。入学までは茨城県・栃木県・群馬県の位置関係もよくわからない状況でしたが、現在では体内カーナビ(栃木県在住 30 年)のおかげで栃木県の地理は容易にイメージできるようになりました。余談ですが、未だカーナビのない自家用車で通勤しております。以下、大学卒業後の略歴にて自己紹介をさせて頂ければ幸いです。

昭和 56 年に自治医科大学を卒業後、2 年間の初期研修を県立宮崎病院と宮崎医科大学で行いました。その後の 8 年間は、内科医として宮崎県内の県立病院(2 力所)・市立病院・町立病院・村立病院(2 力所)・保健所に勤務して平成 3 年 5 月に義務年限を終了しました。

なお、昭和 61 年に自治医大消化器内科で後期研修を行いました。ご存知の方も多いと思いますが、自治医大の卒業生は卒業後に出身都道府県の山間僻地や離島で一定期間(4~5 年間)の勤務が義務づけられています。私も昭和 59 年に国内「秘境」TOP3 のひとつで九州山地の中央に位置する椎葉村(当時の人口約 5,000 人)の村立病院に先輩医師と 2 人で 1 年間勤務しました。ご当地は平家の落人部落のひとつですが、住めば「都」の人情味溢れる土地柄で、今でも良き思い出の地となっています。

義務明け直後の平成 3 年 6 月に自治医大消化器内科に入局し、平成 10 年 5 月までの 7 年間は、消化器内科専門の診療・研究・教育に携わり、専門医・指導医・学位などを取得出来ました。この間には、中華人民共和国の僻地での腹部超音波集団検診(自治医大と北京医大の共催)、西アフリカの象牙海岸(コートジボアール)共和国と周辺 5 カ国(ブルキナファソ、マリ、トーゴ、ベナン、ニジェール)の医師を対象とした内視鏡治療の現地指導(自治医大と国際協力機構(JICA)の支援事業)などを経験しました。文化や宗教、言語や慣習は異なっていますが、同じ「地球人」を意識できる人々との遭遇でした。

平成 10 年 6 月に地域医療学と消化器内科とを兼務することになり、平成 19 年 3 月までの 9 年間は、学生教育(講義、院内外実習など)や地域で働く卒業生関連の業務などの比重が急に大きくなりました。自分の学生時代や義務年限中を思い出ししながら、また、時代の変遷を意識しながら、学生や卒業生とのより良い接点を探る日々を送りました。



更に、平成 19 年 4 月に救急医学と消化器内科、地域医療学(一部)を兼務することになり、平成 27 年 3 月までの 8 年間は、上述の役回りに加えて、救命救急センター業務(初期研修医教育を含む)、国内や海外(カナダ、タイ、モンゴル、インドネシアなど)の医科大学・医学部からの実習生の指導、特別外国人大学院生選考面接試験(モンゴル:首都ウランバートル)などを経験できました。研修医時代以来の多忙な日々でしたが、国際色豊かな環境もあり、更に所轄 4 消防署の救急隊員の方々と公私にわたる交流もできて良かったと思います。

今後は、JCHO うつのみや病院で草野院長先生や各科の先生方、職員の方々はもとより、近隣の開業医の先生方のご支援も賜りながら、当院と自治医大との連携を更に推進し、この地域の地域医療の充実を図るべく、微力ではございますが尽力出来ればと思います。

どうぞ宜しくお願い致します。



イワナシ

新任医師紹介

氏名

1、担当科および専門分野 2、出身地 3、一言

長嶺 伸彦

- 1、消化器・肝臓内科/救急医学(内科学)
*食道胃静脈瘤の診断・治療

2、宮崎県

3、宇都宮南地区の「保健・医療・福祉・介護」を担うJCHO うつのみや病院を院長先生や同僚の先生方、地域の先生方と連携して、より多くの地域住民の方に利用して頂けるように努力したいと思います。



角田 真人

- 1、消化器内科

2、群馬県

3、負担の軽い内視鏡検査を心掛けております。



田中 智子

- 1、眼科

2、鹿児島

3、やさしく丁寧に、なるべく患者さんを待たせないような診療を目指してがんばります。



吉田 友直

- 1、消化器内科

2、埼玉県久喜市

3、地域の医療に貢献できるよう頑張りたいと思います。宜しくお願いします。



森嶋 計

- 1、外科

2、栃木県宇都宮市

3、4月1日からお世話になってます外科の森嶋です。今後ともよろしくお願い致します。



大貫 次利

- 1、呼吸器内科

2、東京

3、呼吸器疾患の中でも特にCOPDの診療に力を入れていきたいと考えています。よろしくお祈りします。



齋藤 晶

- 1、外科

2、埼玉県蕨市

3、若輩者ではございますが精一杯頑張ります。



福島 崇

- 1、整形外科

2、栃木県佐野市

3、地域のためにがんばります。



風當 ゆりえ

- 1、外科

2、東京

3、よろしくお願い致します。



柴野 智毅

- 1、呼吸器外科

2、埼玉県

3、肺癌、気胸を中心に手術を行っています。お困りの事があれば気軽に受診して下さい。



平成27年度『JCHO 家族の会』のお知らせ

ご案内 JCHO 家族の会

介護している家族及び地区の住民を対象に介護予防や介護ケアの技術指導など在宅介護に役立つ情報をお知らせします。

年間予定

	第一部：講座	第二部：介護実技
時間	午後2時～2時30分	午後2時30分～3時30分
ご予約下さい。第一部のみ、第二部のみ参加も可能です!!		
日程	講座テーマ	実技テーマ
8月28日(金)	関節の硬さとは	実践しよう!! 着脱介助
1月22日(金)	移乗介護のポイント 腰痛体操をしよう!!	移乗動作の介護をマスターしよう!!

※日程・テーマ・会場は変更になる場合がございます。ご了承ください。

会場：JCHO うつのみや病院 4階中会議室

問い合わせ先

JCHO うつのみや病院 地域連携室

028-653-1001 (代表)

地域包括支援センター雀宮

028-655-7080

地域連携室

よろず相談、おこなっています!!

「宇都宮社会保険病院」から「JCHO うつのみや病院」へ移行し1年がたちました。各医療機関の皆様や地域の皆様におかれましては「JCHO うつのみや病院」覚えていただけましたでしょうか。

地域医療連携室も地域連携室に名称が変更になり1年がたちました。社会保険病院時代に地域連携室の業務については説明をさせていただきました。JCHO うつのみや病院でも同様に業務を行っております。

今回はその中から地域活動(ボランティア支援・病院見学の対応・よろず相談窓口)についてご報告したいと思います。ボランティア支援については一昨年より活動を中止しており支援はできていません。地域の皆様の中でどなたか当院のボランティアを行ってもよいというグループの方、募集をしております。よろしく願いいたします。

病院見学の対応は小学校が1校、中学校が2校について対応させていただきました。

よろず相談では昨年度は94件の相談がございました。ご相談内容については、病院内の関係部署を巻き込みながら問題解決をしております。

よろず相談というように様々な相談があり、また、何度かご相談に来られる方もございます。何か相談事がある方は是非よろず相談にお越しください。心理相談員の資格を持った看護師が対応させていただきます。

昨年までは2名のスタッフで運営しており、連絡が取りにくいなど、皆様にご迷惑をおかけしておりましたが、今年度から看護師・事務とメンバーが2名増員となりました。今後は地域

の方々のご希望やご要望に応えられるよう努力いたします。又、安心して医療が受けられるよう地域の先生方、そして多くの医療機関の方々との更なる連携強化を目指し担当者一同取り組んで参りますので、どうぞよろしくお願ひ申し上げます。



平成26年度よろず相談窓口件数

相談内容	相談件数
診療機関の問い合わせ	14
心療内科について(精神科含む)	14
症状、診療内容について	11
受診科相談	5
医療費について	5
検査について	4
健診について	4
ご意見	4
介護について	3
看護専門(褥瘡・認知症)	3
予防接種について	2
禁煙外来について	2
栄養課関係(食事・献立等について)	1
セカンドオピニオンの問い合わせ	1
福祉関係(タクシー券等)	1
その他(キャッシュコーナー、迷子、忘れ物、献体について)	20
合計	94

平成27年度『医療講座&JCHOカフェ』のお知らせ

ご案内:

医療講座

健康増進・リハビリ・栄養・介護保険など毎日の生活に役立つ情報をお知らせします。

JCHO(ジェイコー)カフェ

介護の悩みや、困ったことの解決方法について参加者の皆さんと語り合うと共に、認知症について理解を深めます。

年間予定

	第一部:医療講座	第二部:JCHO カフェ
時間	午後2時~2時30分	午後2時30分~3時30分
ご予約下さい。第一部のみ、第二部のみの参加も可能です!!		
日程	医療講座テーマ	JCHO カフェテーマ
6/19(金)	健康ってなあに?	認知症 予防のことアレコレ
9/18(金)	介護保険はどんなことが利用できるの?	認知症 家族のこころ(私の介護体験)
11/20(金)	最新医療情報	認知症 本人のこころ
2/19(金)	発展会 一次年度に向けて一	認知症介護をもう一度考えよう(まとめ)

※日程・テーマ・会場は変更になる場合がございます。ご了承ください。

会場:JCHO うつのみや病院 4階中会議室

問い合わせ先:JCHO うつのみや病院

Tel:028-653-1001(代表) 地域連携室 内線578

訪問看護のご紹介 ～ご自宅で安心して過ごしていただくために～

看護部 師長◆石川美香子

緑の色増す季節となりました。皆様、いかがお過ごしでしょうか？

さて、皆様、当院の訪問看護をご存じでしょうか？今回、看護部から、地域の皆様に安心してご家庭で治療の継続と生活をしていただきたいと思います。経験豊富な腕利きの看護師と優しく安心できる医師で成り立つ訪問看護をご紹介します。

☆1. 訪問看護って何？

<退院許可はでたけど……家庭で療養しているけど……>

- 不安でいっぱい
- お世話の仕方がわからない
- 機械や管がついていて処置の仕方がわからない
- 介護や必要なサービスを知りたい
- 寝たきりや一人暮らしで外来通院が困難

このような時に訪問看護が手助けいたします



～訪問診療医師・訪問看護師～

☆2. 実際には、どんな患者さんを訪問しているの？

- ◇継続した処置が必要な方
- ◇尿管・経管栄養・吸引等の医療機器の使用が必要な方
- ◇寝たきり・認知症・通院困難な方
- ◇入院を繰り返し、自宅での健康管理を必要とする方
- ◇ターミナルケアなど



訪問看護利用のパンフレット

※パンフレットは外来に準備してあります

☆3. 手続きの方法はどうしたらよいの？

- ◇お急ぎの方はお電話でも結構です
- ◇外来の方は受診時など利用し担当医師や看護師にご相談ください
- ◇入院中の方は担当医師や看護師にご相談ください
- ◇当院には医療相談室がありますのでそちらでご相談も可能です

ご注意ください!! 訪問看護で行えないこと

- 夜間休日の臨時訪問
- 処方箋や薬をご自宅へ届けること
- 訪問者の送迎 など

お問い合わせ先

JCHO うつのみや病院 訪問看護
028-653-1001 (代表)

うつのみや病院附属介護老人保健施設

附属介護老人保健施設のご案内

ジェイコー（JCHO）に移行して1年が経過いたしました。

今回は、平成10年4月にうつのみや病院に併設施設として設置された「附属介護老人保健施設」をご紹介します。

国民の超高齢化、認知症の増加等の記事を目にする機会が増えてきていると思います。

介護老人保健施設は、介護保険の認定（要介護1から要介護5）を受けた方が利用できる介護施設になります。疾患により医療の提供が必要な方が、病院で入院・外来受診をして、点滴等の治療が終了して、病状の安定している方がリハビリテーションを行い在宅に帰るための中間施設になります。

介護サービスについては、老健施設入所（定員100名）、通所リハビリテーション（定員30名）となっています。その他、短期入所療養介護（ショートステイ）のご利用も受け入れております。ご利用者は、ご自宅での介護が困難な方や、ご家族での食事介助、入浴介助や排せつ介助でお困りの方に相談をいただき適切なサービスをご利用いただいております。

ご利用者の皆さんに、季節を感じて楽しんでいただくような楽しいイベントも行っており、「春の遠足」「運動会」、地域のボランティアのご協力によりお囃子で「夏祭り」を盛り上げていただいております。お食事もバイキング形式を取り入れたり、手打うどんの実演を行ったり利用者さまに満足いただけるサービスをこれからも提供していきたくと思います。

また、老健施設には、「居宅介護支援センター」「地域包括支援センター」が併設しており、「居宅介護支援センター」は、介護支援専門員（ケアマネジャー）3名を配置しており、ご本人やご家族の介護サービス計画を作成させていただき、サービスをコーディネートしております。



春の遠足

「地域包括支援センター」は、宇都宮市からの委託事業により介護予防事業を中心に行っています。地域での「はつらつ教室」「元気応援教室」及び「元気アップ教室」等各自治会で開催しておりますのでご参加いただけますようお願いしております。

また、認知症の理解を深めるために「認知症サポーター養成講座（オレンジリング）」もご依頼があれば行っておりますので、お気軽にご相談ください。

ご利用のご相談は下記までお願いします。

お問い合わせ先

うつのみや病院附属
介護老人保健施設相談員

TEL：028-655-6601



集団リハビリテーション



大運動会

栄養管理室

栄養だより

減塩にチャレンジ!

私たちの身の回りにある、食品の塩分量を知っていますか? 塩分1gを含む食品を示してみました。

塩分 1g

- 食パン 4枚切り 1枚
- かた焼きせんべい 2枚 (1枚 23g)
- さきいか 14g
- はんぺん 2/3枚 33g
- ちくわ 1/2本 50g
- さつま揚げ 50g
- 醤油 小さじ1杯 6g
- 信州みそ 大さじ1/2杯 9g
- すし酢 大さじ1杯強 18g
- 顆粒コンソメ 小さじ軽く1杯 2.6g
- 梅干し 1/2個 (塩分22.1%) 5g
- 顆粒だし 小さじ山盛り1杯 3g
- たらこ 1/3腹 17g
- カレールー 1/2皿分
- 甘塩サケ 1/2切れ 50g
- たくあん 4切れ 24g

女子栄養大出版部
「FOOD&COOKING DATA
塩分早わかり」より

*** 減塩の指標 ***

塩分の目標値 (日本人の食事摂取基準 2015年版より)

成人男性 8.0 g未満

成人女性 7.0 g未満

減塩することの意義

高血圧の予防 (高血圧の方は、1日 6.0 g 未満 - 日本高血圧学会提示)

胃がんのリスク軽減

何気なく食べている食品に目を向けて、必要な塩分量を知って、取り過ぎないように工夫しましょう!

簡単、うま塩レシピ

ニンジン・ラペ (1人分) 塩分 0.6g

材料

・ニンジン	60g
・すし酢	小さじ2(10g)
・オリーブオイル	小さじ1/2杯
・胡椒	お好みで

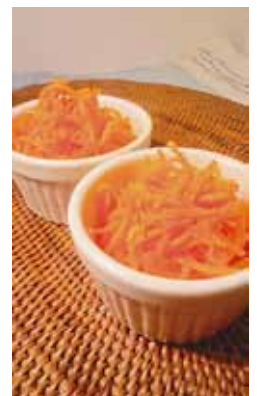
作り方

- ①人参を、千切りにします。
- ②①をすし酢で和えて、冷蔵庫へ(数時間~1日置く)。
- ③味がなじんで、人参がしんなりしたら、水気を適度に切って、オリーブオイルを和えたら出来上がり。

*そのままでも、付け合わせにも◎

*ツナ・蒸し鶏のほぐし身などと和えても◎

*オリーブオイルで、ニンジンのビタミンA(抗酸化・抗発がん作用)も、しっかり吸収!



医療福祉相談室のご案内

ソーシャルワーカーは社会福祉職の総称ですが、「医療ソーシャルワーカー」は医療分野で働くソーシャルワーカーを指し、院内ではMSW (Medical Social Worker の略) と呼ばれています。相談室では、医療ソーシャルワーカーが患者様やそのご家族様が抱える病気やけがによって生じる悩みや心配事に対して共に考え、支援させて頂いています。

当院には急性期病棟と回復期リハビリテーション病棟がありますが、ご病状や身体状況の変化により、今までと同じ生活を送ることが困難な状況になってしまう場合があります。そのような時は地域の各種サービスをうまく活用することで日常生活上の負担の軽減が図れる可能性があります。また、やむを得ずご自宅への退院が困難な場合は、療養型病院への転院や介護施設への入所の検討が避けられない状況となり、患者様やご家族様にとって様々な不安の壁に直面します。相談室ではそういった悩みや不安な思いを聞かせて頂きながら、少しでも安心して療養生活が継続できるよう支援させて頂きます。必要に応じて院内スタッフや地域の

医療・保健・福祉機関と連絡・調整を図りながらサポートさせて頂きます。

何かお困りごとがございましたら、どうぞお気軽にご相談下さい。

<主なご相談内容>

- ・医療費や生活費等の経済的な問題
- ・療養生活上の心配事について
- ・各種在宅サービスについて
- ・退院後の療養先について
- ・その他悩み事について

<ご相談方法について>

- ・医療相談室まで御連絡いただくか、医療スタッフへお声かけ下さい。
- ※ご相談は「予約の方を優先」とさせて頂いております。予めご了承下さい。

<相談場所>

院内一階北口 (時間外通入口) より入ってすぐ左手



おかげさまで —第39回—

「いのり」

新緑の薫季節、みなさん、いかがお過ごしですか？私はこの季節が一番好きです。いのちの息吹を感じます。

さて、今年の1月、成田山新勝寺に向かう途中の出来事。小学校2年生ぐらいの女の子が一人横断歩道を渡ろうとしていました。私は車を止めて、どうぞと横断を促しました。女の子は、軽く会釈をして「有り難うございます」と言って渡りはじめ、渡り終わると突然くると方向を私に向け、今度は深々と頭を下げ、大きな声で「有り難うございました。」と喋りながら登校していきました。私は思わずはっと胸を打たれ、その子に仏を覗き、全身の細胞が共振しているのを感じました。手を合わせ、頭を下げ、どうかあの子が今日一日無事で過ごせますように、そしてお泥に染まらずすくすくと発育しますようにと祈りを捧げました。

よく神様に祈る、仏様に祈るといいますが、この祈る行為には二つの要素が含まれます。一つは祈る対象である神様、仏様。どのような神様、仏様を祈るのか？ということです。八百万の神や如来様、菩薩様、明王様、諸天などいろいろな仏様、また、お彼岸、お盆、ご命日、あるいは毎日お仏壇の前でご先祖様を拝みそして祈る人もいます。

さらにはもっと身近に仏、神を覗き祈る時もあります。この小学生は私にとってまさに生き仏であり、私の心の中の仏心と呼び起こしてくれた仏さまです。また、道端にひっそりと咲いている一輪の花にも仏を覗いて手を合わせる方もいるでしょう。

祈る神、仏とは自分の心の奥深く存在する清浄なる心を共鳴させてくれる存在ではないでしょうか。

二つ目の要素は祈るという行為です。何を祈るのか、何のために祈るのか？祈りと願いとはどこが違うのか？

「いのり」という語源は、「い」(息)と「のり」(宣) であるといわれ、息の言葉、すなわち「いのちの言葉」であります。人は息をしなければ生きていくことはできません。「いのり」は生き

薬王寺 住職◆倉松 俊弘



ているものにしかできない行為であり、生きていれば誰にでもできる行為なのです。いのちの底から湧いてくる言葉、すなわち今生きているという自覚、生きるという人間が唯一持つ本性の行為です。

この息、呼吸とは不思議なものです。我々の体は、食べたり、歩いたり、物をつかんだり意識して動かす神経(体性神経)と、心臓、消化管、呼吸など意識しなくても動く神経(自律神経)の支配を受けます。その中で呼吸は体性神経と自律神経の両方の支配を受けることができる運動なのです。意識して心臓を止めることは不可能ですが、呼吸は意識して止めることも吸うこともできるのです。

さらに自律神経は交感神経と副交感神経とに分かれ、交感神経とは体を活発に活動させる時に働く神経であり脈拍、血圧を高めます。副交感神経とは体をゆったりとさせるときに働く神経であり消化管、睡眠などの支配をします。呼吸では吸気は交感神経支配、呼気は副交感神経支配によることが知られています。したがって、吸気よりも呼気を意識してなるべく時間をかけて息を吐き出す呼吸法により心は落ち着きます(坐禅、瞑想、ヨガ)。全身の不浄の空気をはき出し、清浄なる空気を全身に送り込む。全身とは60兆という清らかな心を持つ一つ一つの細胞の集合体です。

神様、仏様に祈るとは、諸々の願いを神様、仏様にすがるものではなく、神様、仏様に会うことにより、この60兆という細胞内の清らかな心が共鳴、鼓舞し、清浄なるいのちの根源を自覚し共感することなのです。

皆さんも、清らかな心を持って「いのり」のある生活をして下さい。生きる喜びを感じます。

合掌

JCHOうつのみや病院外来診療担当医表

平成27年6月2日より

診療科名		月	火	水	木	金		
内科	AM	1診	(初診外来) 輪番制	(初診外来) 梅田裕司	(初診外来) 岡田麻里 / 9~10時	(神経内科) 滑川道人	(初診外来) 照内聡美	
		2診	(初診外来)	(初診外来)	(総合診療)	(初診外来)	(初診外来)	
			新島 聡(循環器)	鴫田勝也(血液)	松村正巳	北本千雅	渡辺裕昭(循環器)	
		3診		山本尚史(腎臓)	北本千雅(初診外来)	草野英二(初診外来)	中澤英子(腎臓)	
		5診	長嶺伸彦(消化器)	安藤明彦(内分泌)	梅田裕司(循環器)	倉科智行(内分泌)		
		6診		木平百合子(呼吸器)	細野達也(呼吸器)	六角久美子(内分泌/2・4週)		
		7診	大貫次利(呼吸器)	長嶺伸彦(消化器)	相良裕一(消化器)	吉田友直(消化器)	中澤克行(消化器)	
		8診	草野英二(腎臓)	安藤喜仁(神経内科)	草野英二(腎臓)	室崎貴勝(アレ膠)	石沢彩子(アレ膠)	
	PM	1診	岡田麻里(腎臓)			滑川道人(神経内科)		
		2診	細野達也(呼吸器)	根岸経太(循環器)				
		3診	岡田和久(一般内科)	山本尚史(腎臓)	藤川日出行(循環器)		藤川日出行(循環器)	
		5診	平川隆一(生活習慣)	安藤明彦(内分泌)	中澤英子(腎臓不全外来)	齋藤新介(内分泌)		
		6診	山崎久隆(内分泌) 5月より		石川三衛(内分泌) 第2・4週	禁煙外来		
		7診		梅田裕司(循環器)	(消化器)	中澤克行(消化器)	鈴木紫布(頭痛外来)	
		8診	草野英二(腎臓)		草野英二(腎臓)		ほほえみ	
		10診	藤川日出行 (ペースメーカー外来)	水上浩明(血液)			ほほえみ	
		呼吸器外科	AM	10診	金井義彦		山本真一(第2・4週)	
		心臓血管外科	AM	10診				大木伸一
外科	AM	11診	風當ゆりえ	齋藤 晶	齋藤 晶		高橋大二郎	
		12診	森嶋 計	高橋大二郎	森嶋 計	風當ゆりえ	堀江久永	
	PM	12診		穂積康夫(乳腺外来) (第1,3,5週)要予約				
脳神経外科	AM	1診	高 善督	栗田英治	高 善督	高 善督	永井 睦	
整形外科	AM	1診	伊志嶺卓(10:30迄)	坂口亮人	高田 尚(11:00迄)		坂口亮人	
		2診	福島 崇(10:30迄)	福島 崇			蓮江正賢	
泌尿器科	AM	1診	藤崎 明	原 暢助	徳江章彦	原 暢助	原 暢助	
小児科	AM	1診	齋藤貴志	自治派遣	齋藤貴志	齋藤貴志	小熊真紀子	
	PM	1診	齋藤貴志	自治派遣	齋藤貴志	佐間田(心臓)第1・3週 岡(心臓)第2・4週	齋藤貴志	
		2診		(予防接種) 予約		小熊真紀子 (乳児健診) 第2・4週 (予防接種) 予約	宮内 (神経外来) 第3週予約	
眼科	AM	1診	田中智子	田中智子	田中智子	田中智子	澤野宗顕	
	PM	1診			検査	予約のみ	澤野宗顕	
皮膚科	AM	1診	小宮根真由美(隔週)					
	PM	1診	小宮根真由美				足立晃正	
耳鼻科	AM			自治派遣				
	PM					自治派遣	自治派遣	

外来	AM	受付時間	AM 8:30 ~ 11:30	(内科のみ 11:00)
		診療時間	AM 9:00 ~ 12:00	
	PM	受付時間	PM 1:00 ~ 3:30	(皮膚科のみ 1:30 ~ 4:00)
		診療時間	小児科(木のPM 予約制) 耳鼻科(火・木・金)	(皮膚科のみ 2:00 ~ 4:00)
入院患者面会時間		平日 15:00 ~ 20:00	休日 13:00 ~ 20:00	
休日		土曜・日曜・祝日 12月29日~1月3日	(救急患者は随時受入可)	

From one of Editors

次回発行予定 ◆ 2015年9月

◆「新いずみ」に関する
意見、イベント情報などを、
どんどんお寄せください
編集委員会

編集委員・婚活女子

考えています。

今年のゴールデンウィークは5日間と長く、観光地ではなくさんの人出がありました。私も職場の仲間と善光寺御開帳と戸隠神社 デトックスの旅に行ってきました。善光寺では、日の出とともに善光寺全山の僧侶が出仕して365日勤める厳かな法要「お朝事」や、住職が本堂を往復する際に、参道にひざまずく信徒の頭を数珠でなでて功德をお授けになる「お数珠頂戴」などが行われていました。また、宿坊に一泊し、精進料理を頂いてきました。普段の生活から離れ、リフレッシュできました。

平成27年度も、公私共に充実した毎日を送っているようにアクティブに活動していることを考えています。

編集後記

JCHOうつのみや病院となり、2年目の春を迎え、新いずみも第4号を発行することができました。地域の皆様に当院の取り組みや毎日の生活に役立つ内容をお届けできればと試行錯誤で頑張っています。