

診療のご案内

		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
内科	午前	高田(洋) 工藤	高田(洋) 高田	風間 工藤	高田(洋) 高田	工藤 高田	※工藤 高田/高田(洋)
	午後	高田 高田(洋)	高田(洋) 高田	風間 駒橋	工藤 高田	工藤 高田(洋)	
整形外科	午前	和宇慶	李	田中	宮本	吉田	※及川 冨塚/山口
	午後	和宇慶	李	田中	宮本	吉田	
眼科	午前	黒川	黒川	黒川	黒川	黒川	※中島 加島/朝生
	午後	野村	黒川	黒川	黒川	黒川	
耳鼻 咽喉科	午前	小坂橋	小坂橋	小坂橋		小坂橋	※小坂橋
	午後	小坂橋	小坂橋	小坂橋		小坂橋	
皮膚科	午前			大西		石川	
	午後					石川	

<午前>受付時間 8:00~11:30 診療時間 8:30~12:00

<午後>受付時間 12:00~16:00 診療時間 13:30~16:30 土曜午後休診

※ 土曜日は診療時間や担当医が変更になる場合がありますので、お問い合わせの上ご来院ください
~往診しております~

診療科目：内科のみ（16歳以上の患者さま）

診療日：月・水・金の午後 木の午前

詳細は電話でお問い合わせください 電話番号（3910）6336 医事課



ソフト餅入り雑煮

~大和芋と米で作る「ソフト餅」でお餅を安全に、美味しく食べましょう~

もち米で作る餅は粘りが強く、飲み込みにくいため、喉に詰まりやすく毎年お正月の時期は高齢の方の事故が多いこともよく知られています。そこで、もち米の代わりに米を使用し、大和芋を入れて炊いた「ソフト餅」をご紹介します！普通の餅ほど粘りは強くない、箸でも切れるほどです。

山芋の粘性は、熱を加えることにより少なくなります。雑煮の他に、焼き餅、あべかわ餅、おはぎ等にしても美味しくいただけます。

【材料5人分】

大和芋	200g	A	だし汁	3カップ	人参	60g
米	2合		薄口しょうゆ	大1	三つ葉	20g
水	720cc		みりん	小1	しいたけ	適量
塩	少々		塩	小1	他好みの具	

【作り方】

1. 大和芋は7~8ミリ厚さの薄切りにし、分量の水で米と共に炊く
2. 炊き上がった後塩を加え熱いうちに、すりこぎ等でよくつぶす
3. 2を一口大に丸める
4. Aの調味料を温めて、しいたけ、人参など好みの具と3の餅を静かに煮る
5. お椀に盛り付け、三つ葉を添える



<脳トレ特大号の答え>

1. 回 英 固
2. 春夏秋冬春夏秋冬春夏秋冬春夏秋冬春夏秋冬春夏秋冬春夏秋冬
3. ゴボウ ゴマ ジネンジョ ダイコン ブロccoliー ジャガイモ 等
4. めばる まだい さんま はまち さより 等
5. 一日千秋 一攫千金 三寒四温 一汁一菜 一日一善 等

どれくらいわかりましたか？

日ごろから脳に活力とリラックスを！



滝野川病院広報誌

なごみ

冬号

平成27年1月



社会福祉法人 新栄会 滝野川病院

滝野川病院附属介護老人保健施設 介護老人保健施設指定通所リハビリテーション
滝野川ホームヘルプサービス 滝野川指定居宅介護支援事業所
滝野川西地域包括支援センター(滝野川西高齢者あんしんセンター)

〒114-0023
東京都北区滝野川2丁目32番12号
TEL 03-3910-6336(代表)
FAX 03-3910-6745

http://www.takinogawa-hp.com/
Eメール info@takinogawa-hp.com

発行 平成27年1月15日
編集 広報委員会



年頭のご挨拶



滝野川病院長 風間 睦美

明けましておめでとう御座います。

年頭に当たっては何時も今年こそはと決意を新たにしますが、今年もいろいろな困難に立ち向かってゆかなければなりません。

ご承知のように、わが国では、高齢化に伴い医療・介護の経費が増大しており、これへの対策として、政府当局は高齢の患者様の自己負担割合を増加させる一方で病院や介護施設の経営を締め付ける政策を押し進めており、患者様にとっても、病院や介護事業者にとっても、年々負担が大きくなっております。

当病院も例外ではなく、厳しい経営環境にあります。中でも地域の皆様にも少しでも良い医療・介護を提供するための活動を強化してきました。昨年度は眼科の黒川先生、肝臓専門医高田洋先生を常勤医に迎え、外来診療体制の充実をはかっております。今年度は、院内のコンピュータシステムの再構築に着手します。これから約2年をかけ、院内のシステムを刷新することにより、検査結果の迅速な伝達や会計処理の効率化をはかり、患者様へのサービス向上につなげていきたいと考えております。

私たちのモットーは地域の方々への質の高い医療・介護サービスの提供であります。確かに当病院は全科が揃っている訳でもなく、夜間救急車を受け入れる体制もありません。しかしそれでも地域の方々、「滝野川病院に相談すれば何とか面倒を見てくれる。滝野川病院内で対応できない場合でも、大病院への紹介等、何らかの道筋をつけてくれる」と信頼される病院にしたいと全員が努力しております。

集團の活気は何と言ってもマンパワーです。病院のスローガンである「職員皆が足を揃えて一步前進」を実行すれば、予想外のエネルギーが生まれるものです。今年こそこのエネルギーが結集され、わが滝野川病院が輝かしい進展を見せてくれることを心から願っております。

今後の健康講座

- 1月17日(土) 13:00~ 内科 高田洋医師 「下痢のおはなし」
- 2月21日(土) 13:00~ 耳鼻科 小坂橋医師 「花粉症 舌下療法について」
- 3月7日(土) 13:00~ 眼科 黒川医師 テーマは未定

脳トレ特大号！

- 漢字バラバラゲーム(合わせると何の漢字でしょう?)
- 並んだ漢字の違うところはどこでしょう?

口	央	十
口	サ	口

春夏秋冬春夏秋冬 春夏秋冬春夏秋冬 春夏秋冬春夏秋冬 春夏秋冬春夏秋冬 春夏秋冬春夏秋冬	豊作豊作豊作豊作 作豊作豊作豊作 豊作豊作豊作豊作 作豊作豊作豊作 豊作豊作豊作豊作
--	--

- 濁音で始まる野菜の名前を5こ思い出して
- 3文字の魚の名前を10こ思い出して
- 数を2つ使った四文字熟語を5こ思い出して



※答えは裏にあります



肝炎のはなし



内科医 高田 洋

<肝炎とは？>

肝炎とは、肝臓の病気のひとつで、文字どおり「肝臓の細胞が破壊され、炎症が起こる」ものです。肝炎のうち、発病から数か月のうちに治癒または死亡するものを「急性肝炎」、炎症が6ヶ月以上続くものを「慢性肝炎」と呼んでいます。

<肝炎の原因>

肝炎の原因は、ウイルスに感染によるもの、アルコールの摂り過ぎによるもの、肝臓に脂肪が蓄積したことによるもの、薬物や毒物を摂取したことによるアレルギーや中毒によるもの、自己免疫型(本来自分を守るための免疫機能が逆に自分の体を攻撃する)など、さまざまです。

<肝炎の症状>

急性肝炎の場合の自覚症状は、風邪のような症状、発熱、黄疸(白目や皮膚が黄色くなること)、悪心嘔吐、食欲不振、倦怠感などです。慢性肝炎でもこれらの症状が出ることはありますが、無症状の場合も多いです。

<ウイルス性肝炎>

肝炎の原因となる肝炎ウイルスはA型からE型まであり、どの種類のウイルスに感染したかによって、「◆型肝炎」と呼ばれます。

感染経路	ウイルス	慢性化	特徴	治療
経口感染 (飲食物を介する)	A型	なし	冬~春にかけて生牡蠣などで感染する可能性がある	安静を保って自然治癒を待つ 多くは2~3か月で治癒
	E型	なし	イノシン、クマなどの動物肉や内臓を生、あるいは加熱不十分なままで摂取することで感染する可能性がある	
血液感染 (血液や体液を介する)	B型	あり	成人してから感染では一過性の急性肝炎で終わることが多い 一部は慢性肝炎へと移行	抗ウイルス剤やインターフェロンなど
	C型	あり	輸血や刺青、歯科治療、ピアスなどの感染が多い 1980代以前に輸血や大きい手術をした人は要検査	
	D型	あり	単発では発症せず、B型と共存する 日本ではまれ	

肝硬変の81~90%、肝臓の90%が、B型・C型肝炎のよるものと言われています。肝硬変・肝臓に進行させないために、早期の診断と治療が大切です。

<アルコール性肝炎>

アルコール性肝炎は、多量飲酒によるアルコールの摂取過剰が原因で発症します。早期に禁酒すれば改善も期待できますが、重症になると肝硬変に進行し死に至ることもあります。治療は禁酒以外にありません。

<非アルコール性肝炎>

非アルコール性肝炎(NASH)は、飲酒しないにもかかわらず、アルコール性肝炎に類似した病態で肝硬変・肝臓に進行する疾患です。治療は、食事管理と運動療法で、適正体重を維持することです。

<薬物性肝炎>

薬物性肝炎(薬物性肝障害)は、薬物(覚醒剤・麻薬・危険ドラッグなど)、薬剤(抗生剤・解熱鎮痛剤・精神神経薬など)を原因として肝臓が障害を受けるものです。急性と慢性、中毒性とアレルギー性に分かれますが、一般には急性・アレルギー性の肝炎が多くみられます。治療は、薬物薬剤の使用中止、または変更です。

<自己免疫性肝炎>

自己免疫性肝炎は、自己の身体を守るための免疫機能が逆に自身の肝細胞を傷つけて起こるものです。進行する前に早期に治療することが必要で、副腎皮質ホルモン剤が有効なことが多いです。

<まとめ>

どの種類の肝炎も、早期診断・早期治療により、肝硬変・肝臓への進行を防ぐことが大切です。初期には自覚症状のない肝炎も多いので、定期健康診断をきちんと受けて下さい。

