

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	風間 工藤	風間 高田	風間 工藤	風間 高田(洋)	工藤 高田	※工藤 高田/高田(洋)
	午後	高田 高田(洋)	高田 高田(洋)	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	※朝生 加島
	午後	白木	黒川	黒川	黒川	黒川	
耳鼻 咽喉科	午前	小板橋	小板橋	小板橋		小板橋	※小板橋
	午後	小板橋	小板橋	小板橋		小板橋	
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

～医師夏季休診のお知らせ～

風間 8/4~8/7 高田(暁) 7/31~8/10 工藤 7/23~7/25、9/17~9/19

高田(洋) 7/28、9/22 小板橋 7/11~7/12、8/12~8/15

～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



簡単・夏バテ防止レシピ ～ジャージャー麺～



【材料 2人分】

中華めん 2玉
豚ひき肉 200g
きゅうり 1/2本
プチトマト 3個
長ねぎ 1/3本(みじん切り)
サラダ油 大さじ1/2

(A)

テンメンジャン 大さじ2
トウバンジャン 小さじ1
砂糖 小さじ1
酒 小さじ1
しょうゆ 大さじ2/3
生姜すりおろし 少々
水溶き片栗粉 少々

【作り方】

1. フライパンにサラダ油を熱してねぎを炒める。香りが出てきたら豚ひき肉を加えて炒め、色が変わってきたら(A)を加え、2分ほど煮たあと、水溶き片栗粉でとろみをつける。
2. きゅうりは縦切りに切り、小口切りにする。プチトマトは4つに切る。
3. 中華めんは表示通りに茹で、流水で洗う。
4. めんに1、2をのせ、混ぜながらいただく



★栄養メモ★

素麺、冷麦等でもよく合う味付けです。野菜とピリ辛の肉みそで、暑くて食欲のない時でも栄養補給ができます。のどごしの良い麺料理で夏バテしないようにしましょう。(管理栄養士 渡邊)

滝野川病院広報誌



平成26年7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/>
info@takinogawa-hp.com

発行 平成26年7月14日
編集 広報委員会

どうぞよろしくお願ひします！



内科 高田 洋 医師

平成 16 年より内科非常勤医としてお世話になっておりましたが、このたび四月より内科常勤医として勤務することになりました。

昭和 58 年に獨協医科大学を卒業し、同年 5 月に同大学第二内科(現消化器内科)に入局、2 年目より群馬県、栃木県の関連病院に出向し、昭和 61 年に獨協医科大学越谷病院消化器内科に勤務いたしました。

約 28 年在職中に医学博士、日本消化器病専門医、日本消化器内視鏡専門医、日本肝臓専門医、日本内科学認定産業医等の認定を受け消化器病の専門分野で診療、研究、教育に携わってきました。

東京 23 区の中でも高齢化率が 25%と高い北区にある滝野川病院は、地域医療・高齢者医療を中心に力を注いでいる病院です。昨今大学病院も、連携病院を模索する時代の流れに沿って紹介・逆紹介の機会が増えてきていると思われます。大学病院では専門領域については最新の医学知識、治療法には精通しておりますが老人医療、介護、在宅医療、他職種連携などの実態については経験が少なく不慣れな感が否めません。徐々に学びながらスタッフの方々の協力を仰ぎ、地域医療に貢献していきたいと思ひます。



眼科 黒川 直行 医師

4月より眼科外来に勤務いたしております、黒川直行(くろかわなおゆき)と申します。

東京都に生まれ、大学卒業後、亀田総合病院や国立病院東京医療センターにて一般眼科を学びましたのち、診療所での勤務を経て、長らく屈折矯正手術に携わっておりました。

当院の眼科は、月曜午前と土曜のみの診療が続き、患者さんにはご不便をおかけいたしておりますが、すでに平日の診療を再開し、いつでもおかけ頂けるようになっております。

まずは、視力検査やメガネ合わせ、眼底検査、視野検査など、お気軽にご相談頂けたらと思ひます。もし、より専門的な検査や手術が必要な場合には、患者さんのご希望を踏まえました上で、適切な近隣の病院をご紹介します。

耳鼻科外来の向かいでお待ち申し上げます。どうぞよろしくお願ひ申し上げます。



5階におります
介護保険のご相談など
お気軽にどうぞ！



地域包括支援センター 内田純也

1月から5階でケアマネージャーとして勤務させて頂いております内田純也と申します。昨年まで他区でケアマネを8年、訪問介護やグループホームで10年、少し長い下積み時代を過ごして来ました。そしてついに滝野川病院にめぐり会いました。チャンスは平等に与えられるはずという言葉に信じてきて良かったです。このチャンスを滝野川の地域の皆様とやさしい仲間の笑顔のために生かしていきたいです。よろしくお願ひします。



地域包括支援センター 宗像充穂

2月1日より地域包括支援センターでお世話になっている、看護師の宗像充穂です。

お年寄りが大好きで、みなさんが元気にご自宅で生活できるお手伝いがしたくて、この職場にお世話になる事を決めました。

解らない事がまだまだ沢山ありますが、優しい先輩方に教えて頂きながら楽しく仕事をしています。

これからもよろしくお願ひします。



ミニ脳トレ



「思い出して」ゲーム

- ◆ 3文字の野菜を5つ
- ◆ あで始まる魚を5つ

滝野川病院無料健康講座



昨年は予想を上回る猛暑となりましたが、今年の夏はどうでしょうか？毎日の健康管理にぜひこの講座をお役立てください。



医療費について説明する
安恒医事課長

4月の「消費税 8%の窓口会計」では4月1日から8%になった消費税が医療費にどのように影響するのかという話でした。患者さんが受ける医療サービスには消費税はかかりませんが、病院が薬剤や医療材料を仕入れる際には消費税がかかります。このため医療行為に対する診療報酬の点数が見直されました。医療行為によって増額されたものもあれば減額されたものもあります。

また、平成 26 年 4 月 2 日以降に 70 歳の誕生日を迎えた方は窓口の負担金が 2 割となりました。(すでに 70 歳になられている方は経過措置として 1 割負担が継続されております)

なお、入院や高度治療により医療費がかさみ一定額を超えた場合に、その超

えた金額を支給する高額療養費制度という助成制度があります。年齢や所得に応じて一定額(医療費の上限)が定められておりますので、健康保険証を発行している市区町村窓口・健康保険組合等にお問い合わせください。

5月は高田洋医師より「便秘症について」話がありました。排便習慣は個人差が大きく、毎日排便していても排便困難や不快感があったり、2~3日おきの排便でも何の苦痛も不快感もない場合もあります。また、便秘の原因は、毎日飲んでいる薬の影響や腸の運動低下・機能障害など様々です。苦痛や不快感が強く、生活習慣を改善しても変化がなければ受診しましょう。便秘の改善には、便意を我慢せず排便習慣をつけ、十分に水分を摂り、適度に運動し規則正しい生活が大事です。食事内容も、食物繊維を意識して摂取することを心がけましょう。



便秘の説明をする高田医師

6月の健康講座は滝野川消防署三軒家出張所から、岩間様始め3名の隊員の方々をお招きして、AED(自動体外式除細動器)の使用方法和救命救急についてご指導いただき、参加された方々にも心臓マッサージを体験していただきました。

緊急事態の場合、救命の可能性は時間と共に低下してゆきますが、居合わせた人が救急車到着まで応急手当てをすることにより、蘇生の可能性は高くなるのです。ぜひ、このような機会を活用して応急手当てを覚え、役立てていただきたいものです。

また、病院へ行くか、救急車を呼ぶべきか判断に迷ったら、救急相談センター#7119に電話しましょう。24時間年中無休で、症状の緊急性についてのアドバイスや適切な医療機関の案内を受けられます。救急車には限りがあります。本当の緊急事態に救急車が間に合わないことのないように、#7119を活用していきましょう。まだまだ、#7119を知らない人もいるのでご近所で話題にするのもいいですね。三軒家出張所の皆様、お忙しいところをありがとうございました。とても勉強になりました。



心臓マッサージを体験する受講者



救命の指導をしてくださった
消防隊員の皆さん

今後の無料健康講座

- 7月19日(土) 「熱中症のおはなし」 内科 風間院長
- 8月16日(土) 「介護保険利用までの流れ」 滝野川病院在宅部門
- 9月20日(土) 「認知症にならないための生活習慣」 リハビリテーション科

