

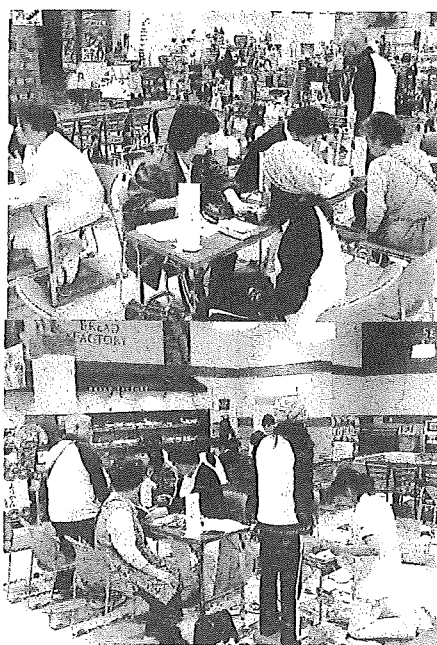
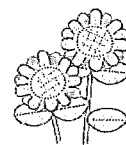
公立浜坂病院・介護老人保健施設ささゆり・

はまさか訪問看護ステーション・はまさか居宅介護支援事業所 広報誌

第11号

平成24年7月発行

すまいる



去る5月11日、昨年同様ナカケー白川店様のご協力により、院外での看護フェアを開催しました。

恒例の体組成測定・血圧測定・栄養相談・介護相談・健康相談のコーナーを設け、買い物の途中で立ち寄ってくださった方など60名の方々に参加していただきました。

公立浜坂病院 基本理念

1. 信頼される病院

医療の質を高め、安全管理の徹底を図ることにより、安心して受診できる病院をめざします。

2. 患者様中心の医療

患者様一人一人を尊重し、安らぎのある療養環境をめざします。

3. 地域への貢献

保健・医療・福祉機関との連携を図り、地域医療の発展をめざします。

4. 職員の自己研鑽

自らを高める努力を続け、医療にいかします。

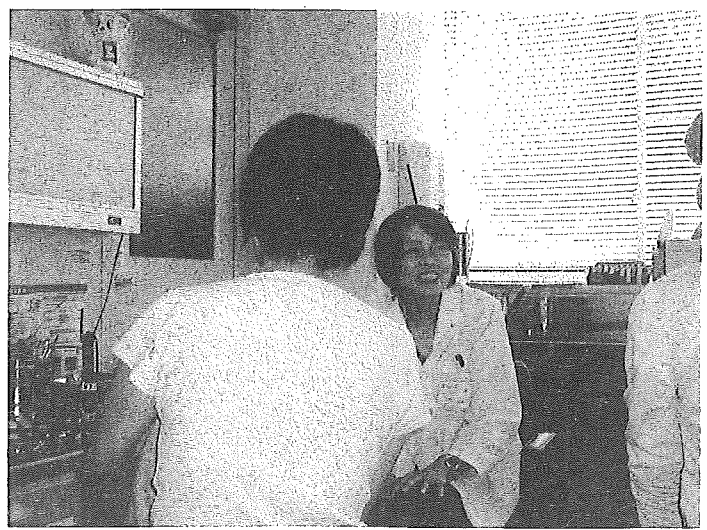
～小児科外来 太田垣綾美医師よりひとこと～

今年4月より、毎週水曜日（午前中）に小児科外来を担当させていただいております。

専門は小児科全般と、その中でも熱性けいれんなどのけいれん性疾患、てんかん、筋肉や神経などの先天性疾患、発達などの小児神経という分野です。

一般的な小児疾患はもちろん、『少し運動発達がゆっくりかな』『言葉がなかなか出ない』『落ち着きがないのが心配』『お友達とうまくコミュニケーションがとれない』など、“ちょっと気になる”

ことがございましたら、お気軽にご相談ください。



人間ドック、企業健診を承っています

当院では、人間ドック、企業健診などの健康診断を承っています。

また、オプション検査もございますので、ぜひお気軽にご相談下さい。

※検査項目などについては、事前にお問い合わせください。

人間ドック

- ・ 疾病の早期発見、早期治療、予防
- ・ 肥満、高血圧、高脂血症などの生活習慣病の要因把握
- ・ 健康リスクについて情報提供

料金は38,000円（税別）となります。

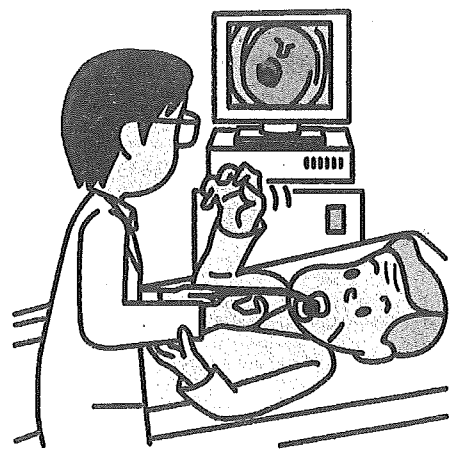
※前立腺癌検査や骨粗鬆症検査等のオプション検査も
ございます。

企業健診

- ・ 法律により企業に義務づけられています。
- ・ “快適な職場環境は従業員の健康から”

料金は1人約9,080円（税込）となります。

上部消化管内視鏡検査等の追加項目も可能です。



担当 総看護師長 陣在佳子

~~~~禁煙外来受診レポート~~~~



『卒煙しました！！』

Aさん

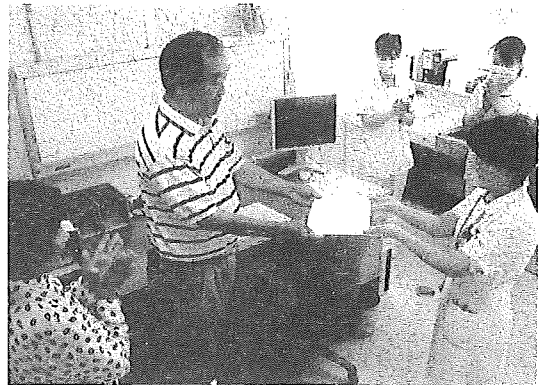
僕は何年か前、禁煙にチャレンジしましたが、誘惑に負けてしまった禁煙失敗者です。薬を飲むだけで止められると聞き、受診しました。

最初は薬を飲みながら普段通りの喫煙を続けていましたが、禁煙中の仲間や医師・看護師の言葉を聞き、徐々に本数を減らしていきました。

薬のおかげで吸いたいという気持ちもやわらげられ、0本という日が続くようになりました。今では薬を飲まなくても0本を続けています。

たまに吸いたいと思う時もありますが、何とか我慢出来ています。禁煙外来を受診して良かったです。

↓Eさんの卒煙式の様子（卒煙証書授与）



Bさん

2月に禁煙外来を受診し、3ヶ月間で5回の通院をし、無事卒煙を迎えることができました。最初の1週間で禁煙を始めて4ヶ月が経過しましたが、飲み会の時でもタバコを吸いたいと思うことがないので、このまま禁煙を続けることが出来ればと思います。

禁煙をサポートしてくださった先生と看護師の皆さんに感謝です。

Cさん

私は喫煙歴34年、めでたくこの2月より禁煙しています。

あれから4ヶ月、体調はさほど変わりはありません。しかし、体重は約4キロ増え、明らかに肥えたように感じます。そこで、インターネットで調べてみる事に。

禁煙して太るというのは、主に2つ。1つは口寂しくてタバコの代わりにお菓子やジュースを摂るようになりカロリーオーバーになる。もう1つはニコチンには食欲減退などの効果があるのですが、これが禁煙によってなくなるため、前よりも食欲が湧いてきたりして体重が増えるわけです。ちなみに、禁煙後の体重増加は平均で2~4キロとされますが、実はこれが本当の体重？（個人差あり）軽い運動をしたり散歩をしたりしてタバコ以外の気分転換が必要のようです。

Dさん

先日、卒煙証書をいただきました。大変ありがとうございました。

我慢やイライラなど欲求不満の感情を想定しておりましたが、薬の服用により、意外と思われる程にタバコへの欲求はしだいに無くなりました。現在は朝、「タバコを吸いたいな」という気持ちが時に湧いてきますが、妻や家族からの嫌煙権にかかる嫌味や嫌な顔もなく、室内は澄んだ空気に包まれています。食事は大変おいしく、量が多くなる傾向にあります。身体を動かして活動性を上げて少しずつ減量を回りたいと思います。

公立浜坂病院

外来診察 担当医師 (平成 24 年 7 月 2 日～)

※網掛部分 = 変更

			月	火	水	木	金
総合診療部	内 科	一 診	小佐見光樹	松岡 学	阿江 竜介	小佐見光樹	松岡 学 阿江 竜介 (交代制)
		二 診 (予約)	松岡 学	阿江 竜介	河崎 雄司	松岡 学	小佐見光樹
		三 診 (呼吸器)					河崎 雄司
	外 科	森川 剛志 (10 時開始)				森川 剛志	
整形外科				山本 勝彦 (午後診あり)			黒田 均 (午後診あり)
耳鼻咽喉科				兵庫医大心援医師 (午後診あり)	兵庫医大心援医師 (午後診あり)	兵庫医大心援医師 (午後診あり)	兵庫医大心援医師 (午後診なし)
麻酔科(疼痛外来)			尾原 秀史 (午後診のみ)		尾原 秀史		
禁煙外来				阿江 竜介			
小 児 科					太田垣綾美 (9 時開始)		

※担当医師が変更となる場合があります。

※毎週金曜日内科初診は交代制での診察となります。事前にお問い合わせください。

※毎週月曜日の森川医師の外科は 10 時から診察開始となります。

※3才児健診のため、9/5、12/5 は耳鼻咽喉科の午後診が休診となります。

受付時間 (全科とも初診受付は 8:30～)

診療科	受付時間
内 科 (月～金曜日)	午前 8:00～11:30
外 科 (月・木曜日)	午前 8:00～11:30 ※月曜日のみ 10:00 診察開始
整形外科 (火曜日)	午前 8:00～11:30 午後 1:00～2:00
整形外科 (金曜日)	午前 8:00～午後 2:00
耳鼻咽喉科 (火～金曜日)	午前 8:00～11:30 午後 2:00～4:30 (診察開始 2:30～) ※金曜日午前のみ
麻酔科 (月・水曜日)	午前 8:00～11:30 (水曜日) 午後 1:00～3:00 (月曜日)
禁煙外来 (火曜日)	午後 1:30～ 3:00 (診察開始 午後 2:00～)
小 児 科 (水曜日)	午前 8:00～11:30 (診察開始 午前 9:00～)

救急対応について

平日の時間外及び土・日曜日、祝祭日、年末年始に診療を希望される場合は、事前にお電話にてご連絡ください。午後9時までの受診にご協力をお願いします。

【発行】公立浜坂病院

・住所 〒669-6731

兵庫県美方郡新温泉町二日市 184-1

・TEL (0796) 82-1611

・FAX (0796) 82-3203

・ホームページ <http://www9.ocn.ne.jp/~hamasaka>

・E-mail byoin@town.shinonsen.lg.jp

皆様からのご意見・ご感想を待っています。