

きんもくせい

第8号



公平病院

師長ごあいさつ

皆さまの一番身近な存在であり続け、
支えとなるよう取り組んで参ります。

こんにちは、外来看護師長の上田と申します。

公平病院はがん・糖尿病・きずとけがの外来を中心とした地域に貢献する病院を目指しています。かかりつけ看護師になれるよう、これからも頑張っております。

介護保険はいつ申請したらいいかや、夫や妻の物忘れがひどくなった気がするなどがありましたら、看護師にご相談ください。

こんにちは、病棟師長の山田と申します。

当院は地域の皆さまの「かかりつけ医」として、急性期から終末期まで幅広い疾患の患者さまが入院されています。私たち看護師は、「看護師としての誇りを持ち、患者さまから信頼される優しい看護を実践する」を目標に、患者さまの一番身近で頼りになる存在であり続けられるよう努力して参ります。気になることがございましたら、いつでもお声がけください。また、入院という形にとらわれず、住み慣れたご自宅や施設などの生活の場で、柔軟に治療が継続できるよう入院時から在宅ケアサービスと連携し、早期退院を目指したサポートをして参ります。



全職員対象にBLS研修を行いました(134名実施)

BLS(1次救命処置)とは、Basic Life Supportの略で、心臓停止または呼吸停止に対する一時救命処置のことです。正しい知識と適切な処置の仕方さえ知っていれば、誰もが特別な器具(AED以外)がなくてもできる心肺蘇生法で、救急隊や医師が到着するまでの間に行う応急処置です。

日本では毎日多くの方が心臓突然死で命を失っています。心臓が原因で突然心停止となる人は、1年間で約9.1万人。1日に約200人、7分に1人が心臓突然死で亡くなっています。倒れた人が心臓停止状態の場合、1分経過するごとに7~10%ずつ救命率が低下するといわれています。その場に居合わせた人が

AEDを使い、適切な心臓マッサージも行うことで、救命率の低下を3~4%に下げることができ、その後の高い救命率につながります。(救急車到着まで要する時間は10~15分)救命に最も大切なのは、**素早く心臓マッサージを開始し、なおかつ質の高い胸骨圧迫を絶え間なく行うことです。**

当院では、医療職のみならず、事務職員含め、新入職員からベテラン職員の全職員に対して年に2回のBLS研修を行っております。いざという時に適切な行動ができるよう、繰り返し訓練し、地域の皆さまが安心して病院をご利用いただけるよう、職員の技能向上に努めてまいります。

【研修の目的】

- ・医療職以外のスタッフもBLSの流れを知る
- ・心臓マッサージを正しい手技で行うことができる
- ・スタッフコールを発動することができる



LeMon おとなとこどものクリニック

フランス語で「Le」は定冠詞「Mon」は「わたしの」を意味し、「レモン」と読みます。公平病院にはない小児診療と内科診療を組み合わせ、コミュニティホスピタルとして「わたし(みなさま)のクリニック」の役割を果たしていきます。

早めのワクチン接種で病気を予防

1回目は9月末までに

子宮頸がん
ワクチン接種を
お忘れなく

キャッチアップ接種は
2025.3末までです

対象 1997.4.2~2009.4.1生まれの女性

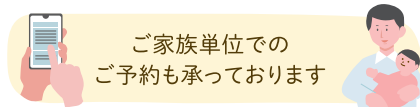
- 2008.4.2~2013.4.1 生まれの女性(小6~高1相当)の定期接種も随時受け付けています。
- 2008.4.2~2009.4.1 生まれの女性(高1相当)は定期接種は今年度中までとなります。9月末までに1回目を完了しましょう。

10月になったら

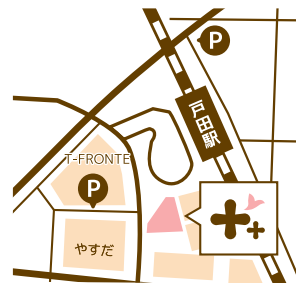
おとなも子どももインフルエンザ
ワクチン接種はお早めに

接種開始時期・・・10月初旬より
費用・・・・・・・・・・3,000円

予約開始日や接種開始日は決定次第
HPやLINEでお知らせいたします。



ご家族単位での
ご予約も承っております



提携駐車場
最大22台

駐車証明を受付にご提示ください。
最大1時間分のコインをお渡します。

戸田駅西口徒歩1分

Instagram
始めました



〒335-0021
埼玉県戸田市新曾423番地
トモエビル1F

Tel.048-242-3434

こちらから
ご予約
いただけます



予約受付
時間

平日 10:00~13:00 / 14:00~19:00
土曜 10:00~13:00 / 14:00~17:00

ご予約は右記の電話または
LINEからお願いいたします

乳がん検診 実施中!

乳がんの早期発見・治療をすることで 完治できる可能性が高くなります

乳がんは日本女性の9人に1人が罹るとも身近ながんで、その罹患率は年々増え続けています。生活習慣の改善などで多少のリスク低減はできても、乳がんになることを完全に防ぐ方法は残念ながらありません。一方で、乳がんは早期の状態で見れば完治できる可能性が高いがんでもありますので、**検診で早期発見・治療することが最も重要となってきます。**

当院は戸田市の乳がん検診実施施設に認定されており、お手元に市からの受診券が届いている方はぜひご利用ください。

Q. 戸田市の乳がん検診では何をしますか？

A. マンモグラフィ(乳房専用のレントゲン)撮影を行います。撮影した画像は2人の乳腺専門医が別々に読影し、総合的に診断します。

Q. マンモグラフィは乳房を挟んで撮影するので痛いと言いました。

A. 乳房を薄く均一にした状態で撮影を行います。痛みの感じ方は個人差がありますが、月経周期前後は特に乳腺が硬く、痛みを感じやすい傾向があるので、スケジュールに余裕のある方はできるだけその期間を避けて予約を取っていただくことをおすすめします。

Q. どうして圧迫して撮影するのですか？

A. 乳房を薄く平らの状態にすることで**画質が良くなり、検査精度が上がります。**また、乳房厚を薄くすることで撮影に必要な放射線量も減らせるので、**被曝が軽減されます。**

乳がん検診 (基本予約制)

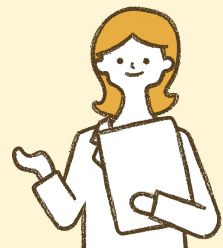


月曜日～金曜日(祝日除く) 9:30～15:00

第3土曜日 9:00～12:30

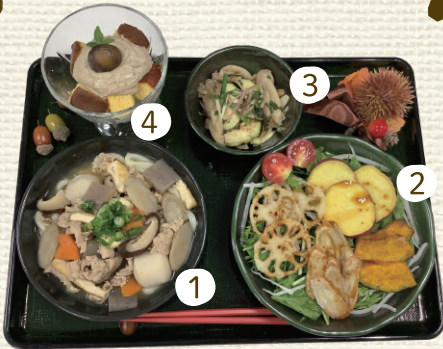
※当院は日本乳がん検診精度管理中央機構のマンモグラフィ検診施設・画像認定を取得しており、検査はすべてマンモグラフィ認定を持つ女性技師が対応いたします。

乳がん検診(マンモグラフィ)
実施日はこちらのとおりです。



季節の献立

秋を味わうメニュー



旬の食材でバランス良く栄養をとり、秋の味覚を楽しんでください!

- 豚バラと根菜のけんちんうどん**
豚バラ肉と根菜を胡麻油と生姜で香ばしく炒め、めんつゆと味噌で仕立てました。身体が温まります。
- 秋野菜の素揚げサラダ**
水菜と千切りした大根の上に素揚げした秋野菜を盛り付け、和風ドレッシングをかけました。彩り良く満足感のあるサラダです。
- きのこ秋茄子の青じそみょうがポン酢和え**
きのこ(舞茸、しめじ、えのき)は軽く電子レンジで加熱し、スライスした秋茄子を水でさらしてから水気をとり、青じそ、千切りみょうが、ポン酢で和えました。
- 甘栗のデザート**
一口大にしたカステラの上に甘栗ペーストを盛り付け、甘栗をのせて簡単マロンケーキにしました。

簡単参考レシピ

甘栗のデザート

材料(2,3人分)

市販の甘栗	60g	① 甘栗と生クリーム、牛乳、砂糖をペースト状になるまでミキサーでよく攪拌する。
生クリーム	40g	② 器に一口大にしたカステラを盛り付け、甘栗のペーストをかけ、甘栗をのせる。
牛乳	20cc	③ 冷蔵庫で軽く冷やしてできあがりです!
砂糖	10g	
カステラ	適量	



外来診療表 (令和6年7月1日から)

	月	火	水	木	金	土
内科 / 外科	午前 / 午後	午前 / 午後	午前 / 午後	午前 / 午後	午前 / 午後	午前 ※1,3週目
整形外科	午後			午前 / 午後		午前 ※1,3週目
形成外科		午前 / 午後 ※2週目除く			午前 / 午後	
循環器内科		午前	午前 / 午後			
糖尿病内科			午後	午前 / 午後	午後	午前 ※1,3週目
腫瘍内科 / 緩和ケア内科	午前 / 午後	午前	午前	午前 / 午後	午前 / 午後	
神経内科		午前 / 午後				
乳腺外科			午後 ※1,3週目			午前 ※3週目
腎臓内科	午前 / 午後					
内視鏡内科		午前 / 午後	午前 / 午後	午前	午前	午前 ※1,3週目

頭の体操

応募締切
11/30

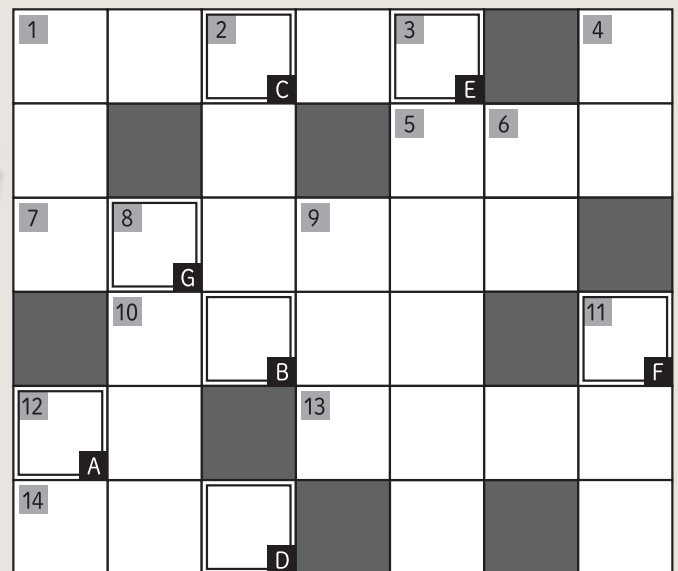
当選発表
12月
中旬頃

クイズに
お答えいただいた
方の中から

抽選で5名様に公平病院ワクチン
センターオリジナルの絆創膏
3パックをプレゼントいたします!



プレゼントは病院受付にて直接のお渡しとなります。(郵送ではございません。) なお、当選発表は当選メールの送信をもってかえさせていただきます。



前号の答え「モンシンヒョウ」



- たて
- ① フィンランド発祥の熱気浴。ととのいます。
 - ② 主訴に加え既往歴や家族歴、生活習慣などの背景を聞き取り診断につなげます。
 - ③ 芥川龍之介の小説のひとつで、京都の大門が舞台です。
 - ④ 深い青の鉱石。ラピスラズリの和名。
 - ⑥ 将棋ではこれを取られると負けです。
 - ⑧ ファッション誌発祥の言葉で、かっこいい男性を指します。
 - ⑨ すでに読んでいること。
メッセージアプリ等でよく使われます。
 - ⑪ 「嫌疑不十分のため〇〇〇処分となった。」
 - ⑫ 弓などで狙う目標物。英語では target。

- よこ
- ① 食中毒の原因菌で、古い卵などに多く存在します。
 - ⑤ 読みかけの本に挟んで目印にします。
 - ⑦ 胃カメラや大腸カメラはこれを使います。
 - ⑩ 面、胴、小手、突きが基本技です。
 - ⑫ 手や足に摩擦などの刺激が加わることでできる水疱のこと。
 - ⑬ 物事が悪い方へ行きそうな様子。「〇〇〇〇が怪しくなってきた」
 - ⑭ パンやパスタなどの食品を挟んでつかむ道具。

応募方法 いずれかの方法にてご応募ください。

A 院内に設置している応募専用紙にご記入いただき、
広報誌クイズ応募箱へ投函

B こちらのQRコードを読み取って
いただき、各項目ご入力の上送信

公平病院広報誌
「きんもくせい」
クイズプレゼント
応募フォーム



公平病院
情報発信

