

## 腎臓病・糖尿病教室のご案内

内容は、医師、看護師、管理栄養士、薬剤師、臨床検査技師、理学療法士、社会福祉士といった、多職種によるそれぞれの専門をもとにした腎臓病・糖尿病の療養に関する講演です。

どなたでもご参加いただけます。  
**■スケジュール** 時間:14:30~15:30  
 場所:聖隷佐倉市民病院 6階ホール

参加無料・  
 申込不要

開催日	テーマ
9月5日(木)	・慢性腎臓病(CKD)ってなんだろう?(医師)
9月19日(木)	・腎臓を守る秘訣を教えます(看護師) ・腎臓病の薬ってなんだろう(薬剤師) ・腎臓病患者のための運動療法(理学療法士)
10月3日(木)	・糖尿病と糖尿病の腎障害について(医師)
10月17日(木)	・糖尿病とうまく付き合うために(看護師) ・糖尿病のお薬について(薬剤師)
11月7日(木)	・検査で知るCKD(臨床検査技師) ・腎臓を守るための食事(管理栄養士)
11月21日(木)	・透析ってなんだろう?血液透析、腹膜透析(看護師) ・腎移植について(腎臓病療養指導士) ・医療費軽減制度について(社会福祉士)

## 人間ドックのご予約はお早めに

例年、秋以降は多くの方が人間ドックの受診を希望されるため、混雑する傾向にあります。

希望のオプション検査、日時での受診のためにも早めにご予約ください。

あなたとあなたの大切な方の笑顔のために1年に1回、人間ドックの受診をおすすめします。

※オプション検査は別途料金が発生します。

詳細はホームページをご確認ください。

●人間ドック・健康診断お問い合わせ

聖隷佐倉市民病院 健診センター

☎043-486-0006(平日9:00~16:30/土曜9:00~12:00)



## 栄養科通信

### 敬老の日に長寿を祝う鯛

9月の第3月曜日、今年は9月16日が敬老の日です。多年にわたり社会に尽くしてきた老人を敬愛し、長寿を祝う日とされています。

敬老の日はプレゼントを贈ったり、お祝いの食事をしたりといつより特別な日を過ごすことも多いと思いますが、皆さんはどんなお食事をされますか?

縁起物として知られる食材は様々ありますが、今回はその中でも鯛についてご紹介いたします。

めでたいという語呂合わせで縁起が良いと親しまれている鯛ですが、魚の中でも寿命が長く、長寿祈願として祝いごとに用いられることが多い食材です。

高タンパクで脂質が控えめなので、さっぱりと食べることができます。うまみたっぷりの鯛は焼き魚や煮魚など様々な方法で食べられますが、今回はいつもの食事が少し豪華になる鯛ものレシピをご紹介します。

### 鯛の菊花揚げ (1人分)

材料	分量	(餡)・水	分量
鯛切り身	40g	顆粒だし	1g
塩	少量	塩	少量
(水溶き片栗粉)		醤油	2g
水	3cc	菊花	少量
片栗粉	2g		

#### 作り方

- ①菊花を酢を入れた熱湯でさっと茹でて冷水に取る。キッチンペーパーで水気をしっかり拭き取る。
  - ②鯛の切り身全体に塩を振って約10分おき、水分を拭き取る。
  - ③アルミホイルで包み、オーブントースターで火が通るまで蒸し焼きにする。
- 〈餡〉1 水、顆粒だし、醤油を火にかける。塩を少量入れて味を整える。  
 2 いったん火を止め、水溶き片栗粉を回し入れる。  
 3 再度加熱してとろみが付いたら菊花を入れる。  
 〈盛り付け〉鯛を椀に入れ、上から菊花揚げをかけて完成。

#### 【栄養成分(1人分あたり)】

◎エネルギー: 89kcal ◎たんぱく質: 9.3g ◎脂質: 3.8g  
 ◎炭水化物: 5.8g ◎食塩相当量: 0.8g 管理栄養士 石田 多恵

9月号

聖隷

## さくら通信

Seirei Sakura Tsushin vol. 242  
 Sep.1.2024 発行者/鈴木 理志



8月3日(土)に佐倉花火フェスタ2024が開催されました。

- \*ACPをご存じですか? vol.3
- \*せいいいフェスティバル開催
- \*市民公開講座を開催します/糖尿病週間イベント・わくわく健康教室が4年ぶりに復活!!
- \*各科外来担当および診療内容
- \*外耳道炎
- \*腎臓病・糖尿病教室のご案内/人間ドックのご予約はお早めに
- \*敬老の日に長寿を祝う鯛



聖隷佐倉市民病院  
 〒285-8765 佐倉市江原台2-36-2



Tel.043-486-1151 Fax.043-486-8696 http://www.seirei.or.jp/sakura/

## ACPをご存じですか? vol.3



### ACPを実践しながら重要性を考えてみましょう。

#### Step2 健康や治療について学び考えてみよう!

あなたの健康・治療について医師に相談することも大切です。病気がある場合には、将来どうなるのか、どんな治療があるのか、その治療でどうなるのかを知り、考えてみましょう。

#### ●どんな治療を受けたいですか?

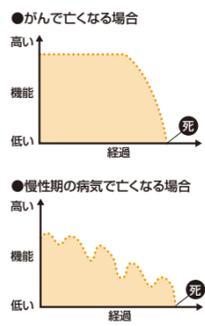
この質問をされると多くの方が「そうなったときに考えたい」と回答します。しかし、実際そうなったときには考えることができず対応に難渋することが多いです。

年齢や病気とともに徐々に進行する病気であれば本人も家族も考える時間をゆっくり取ることができます。しかし、がんなどの急性の病気の場合だと、身の回りのことを自分で行えなくなったり、意思表示ができないなど病気の受け入れに時間がかかり、本人の意向や意思を整理・決定する時間が十分に取れない可能性があります。

- 病気のことを相談してみよう。
- どんな状態になるのか。
- この病気はどんな経過をたどるのか。
- どんな治療方法があるのか。



病気になってからではなく、元気なうちから病気になった時に望む医療やケア、望まない医療やケアについて考えてみましょう。普段から自分が大事にしたいことなど、どんなふうに通じたいかを自分の家族や大切な人と共有することで、医療を受けなければならなくなったときに適切な判断ができます。



## せいいいフェスティバル開催

当院は3月に開院20周年を迎えました。日頃より当院を利用くださる皆さんや、地域の皆さんへ感謝を込めて、「せいいいフェスティバル〜開院20周年の感謝を込めて〜」を開催いたします。皆さんのご参加をお待ちしています!!



10月14日(月・祝) 10:00~15:00

場所 聖隷佐倉市民病院 1階ロビー・6階ホール

#### 市民公開講座

- ・身近な腰の病気のはなし/飯島 靖(せぼねセンター長)
- ・人生100年時代に向けて/有田 誠司(健診センター所長)

#### 健康フェア

- ・各種計測コーナー(身長・血圧・視力・骨密度など)
- ・こども薬局(調剤を体験してみよう)
- ・健康ミニ講座(骨を強くするための食事・ロコモ体操・在宅医療について)

#### パフォーマンス

- ・東京学館高等学校 吹奏楽部
- ・八千代松陰高等学校 書道部

#### マルシェ

- ・地元野菜やパンなどのフードおよびハンドメイドの作品販売



お問い合わせ ☎043-486-1151(代) 総合企画室

※一部先着制、開催時間が決まっています。詳細はホームページをご確認ください。

## 市民公開講座を開催します

日本国内では生涯2人に1人はがんにかかり、3人に1人はがんでなくなっています。

しかし、がんは早期発見できれば治すことができます。人間ドックやがん検診による早期発見の大切さ、肺がんと疑われた場合の検査・治療について幅広くお話しします。

#### ●テーマ

「がんで死なないためには/肺がん〜早期発見の重要性〜」

講師:有田 誠司(健診センター 所長)

廣橋 健太郎(呼吸器外科 副部長)

●日時 10月26日(土) 10:30~12:00(開場10:00)

●場所 聖隷佐倉市民病院 6階ホール ●定員 50名

●お問い合わせ ☎043-486-1151(代) 総合企画室

申込不要  
 参加無料

## 糖尿病週間イベント・わくわく健康教室が4年ぶりに復活!!

『世界糖尿病デー』にちなみ、糖尿病週間イベント・認定看護師によるわくわく健康教室を開催いたします。今回のテーマは『今からはじめる糖尿病対策!正しく知って元気な体を手に入れよう!』です。糖尿病に対する様々な疑問に、認定看護師・薬剤師・管理栄養士・理学療法士・臨床検査技師などプロフェッショナル達がお答えします!!その他様々な分野の認定看護師が、元気な体を手に入れるためのヒントを伝えます!

#### 【イベント内容】

●日時 11月9日(土) 9:00~12:00

●場所 聖隷佐倉市民病院 1階ロビー

▶血糖・血圧・体重測定実施!

※先着100名限定!ヘモグロビンA1c測れます!

▶看護師によるフットケア・個別相談・皮膚の水分量測定・物忘れ予防体操など

▶栄養相談、お薬相談、体力測定など

▶その他、趣向を凝らした企画が盛り沢山

※サンプルもご用意しております。(数に限りがございます。)

●お問い合わせ ☎043-486-1151(代) 総合企画室

申込不要  
 参加無料

# 各科外来担当および診療内容

- 診療に関するお問い合わせ……〈直通〉 **043-486-8111**  
平日8:30~16:30
  - 予約受付・変更……〈直通〉 **043-486-1155**  
平日8:30~17:00
  - 夜間受付……〈代表〉 **043-486-1151**
  - 健診のお問い合わせ……〈健診センター〉 **043-486-0006**
- ホームページ <http://www.seirei.or.jp/sakura/>

総合内科	月	火	水	木	金	土
初診	森本 鈴木(隆)	越坂 新川	黒須 川瀬山田 (交替制)	手塚 交替制	山内【第1・3・5】 松永【第2・4】 倉持	—

◎必要に応じて専門外来へ紹介いたします。

腎臓内科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	鈴木(理) 山内	鈴木(理) 藤井(隆) 田中(宏) 寺崎	藤井(隆) 寺崎	田中(宏) 越坂 松永(件数)	鈴木(理)	—
腹膜透析外来	午後【予約】	—	藤井/寺崎 森本/松永	—	—	—
のう胞腎外来	午後【予約】	—	—	—	寺崎【第2・4】	—

消化器内科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	矢挽 坂本(大)	糸川 吉川	佐藤(慎)/佐吉 齊藤	佐藤(慎)/矢挽 坂本(大)	住吉 齊藤	—

内分泌代謝科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	午前	—	瀧澤	杉本	大沼	佐々木(憲) 藤原
	午後	—	瀧澤	杉本	大沼/片平 交替制	佐々木(憲)

循環器科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	午前	徳山 嶋原	長谷川(裕) 二川	徳山 藤井(正)	佐藤(修) 川瀬	徳山田中(-) 嶋原
	午後【予約】	徳山	—	徳山 川瀬山田 (交替制)	仁科	—
動脈硬化外来	徳山	—	徳山	—	徳山	—
ペースメーカー外来【予約】	—	二川【第1】	—	川瀬	—	—
不整脈外来【予約】	—	二川	—	—	—	—
虚血性心疾患大動脈弁狭窄症外来	徳山/嶋原	—	徳山	—	徳山/嶋原	—

- 各科の担当は医師などの都合により変更させて頂くことがあります。詳しくは外来の掲示案内、またはホームページをご覧ください。
- 月に1度、保険証の提示をお願いいたします。
- 受付時間 8:00~11:00  
(但し、午後診療の診療科につきましては15:30まで受付いたします)

健診後外来	月	火	水	木	金	土
初診・再診	午前	—	—	—	久保田	—

専門外来	月	火	水	木	金	土
再診	—	手塚 【午前のみ】	手塚	—	—	—

神経内科	月	火	水	木	金	土
初診・再診【予約】	午前	渡部	中川(友)	—	—	—

和漢診療科	月	火	水	木	金	土
初診・再診【予約】	—	—	永嶺	—	—	—

緩和医療科	月	火	水	木	金	土
初診・再診【予約】	午後	村上	—	村上	—	村上 【再診のみ】

リウマチ膠原病外来	月	火	水	木	金	土
再診【予約】	午後	—	—	—	縄田	—

小児科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	午前	川村 鈴木(繁)	川村 石倉	川村 鈴木(繁)	鈴木(繁) 石倉	川村 石倉
	午後【予約】	石倉	川村 鈴木(繁)	川村	鈴木(繁)	川村 石倉
腎臓外来	—	川村	—	—	—	—
低身長外来	—	—	—	—	川村	—
アレルギー外来	午後【予約】	—	—	鈴木(繁)	—	—
夜尿症外来	—	—	—	—	鈴木(繁)	—
その他	—	—	—	—	—	—

【予約】：完全予約制

呼吸器内科	月	火	水	木	金	土
初診・再診【予約】	午前 【診察時間11:00-1】	—	—	山岸 【診察時間11:00-1】	—	—
	午後	山岸	—	山岸	倉持	—
禁煙外来【予約】	午後	山岸	—	—	—	—

外科	月	火	水	木	金	土
初診	池口	貝沼	武内	有田	小池(直)	—
再診	有田 小池(直)	武内	池口 大島	有田 貝沼	武内	—
胆石外来	—	—	—	—	小池(直)	—
ヘルニア外来	—	—	武内	—	—	—
化学療法外来	—	—	—	—	篠崎	—
腎移植外来	有田	—	—	有田	—	—

呼吸器外科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	園川	眞崎	廣橋	眞崎【午前】	廣橋【午前】	—
説明外来【予約】	—	眞崎	—	—	—	—

整形外科	月	火	水	木	金	土
初診【予約】 (専門分野)	南 【診察時間10:30-1】 【紹介状を有するのみ】 小谷/飯島(請) (脊椎)	伊勢 (肩・肘) 上野 (手・肘)	佐久間 南 【診察時間10:30-1】 【紹介状を有するのみ】 (脊椎)	岸田 (関節・ 股関節)	—	—
初診・再診【予約】 (整形一般)	志賀 井上	結城	水谷	清水 土屋(太)	植田	—
再診【予約】	佐久間	岸田	飯島(請)	伊勢	小谷 佐久間	—
側弯症外来*	午後	—	南/小谷 佐久間/飯島(請)	—	—	—
上肢外来*	午後	—	伊勢	—	—	—
膝外来	午後【予約】	—	—	—	中川(晃) 【不定期・月1】	—

\*側弯症外来、上肢外来は当日受付可

## 外耳道炎

和漢診療科 永嶺 宏一

外耳道炎とは、鼓膜より手前の外耳道の耳垢腺や皮脂腺に炎症が起きる病気です。耳かき、切り傷、海水浴、ヘアスプレー、ヘアカラー剤、長時間のイヤホンなどが誘引となります。

外耳道炎は幾つかに別けられます。(1)限局性外耳道炎:外耳道の外側1/3の軟骨部の炎症で、主に黄色ブドウ球菌が原因菌です。初期症状は、痛み、痒み、赤みなどで、進行すると、耳だれ、耳閉感、頭痛などが出ます。耳たぶを引っ張ったり咀嚼時に痛みが増すのが特徴です。治療は酢酸を含んだ点耳薬、抗菌薬含有軟膏、ステロイド含有軟膏などです。(2)急性びまん性外耳道炎:耳の奥2/3の骨部の炎症です。掻痒感が強く、悪化すると耳痛、耳閉感、難聴、発熱などが出ます。治療は、薬剤の局所投与(ステロイド軟膏、抗菌薬・ステロイド点耳薬)、痒みに/抗ヒスタミン薬、抗菌薬、消炎鎮痛薬など。(3)慢性びまん性外耳道炎:慢性・難治化し上皮肥厚(外耳道狭窄)があり、治療は(2)に準じます。(4)外耳道真菌症:治療の長期化や免疫力低下時にまれに起こり、強い痒み特徴で、抗真菌薬を塗布します。(5)悪性外耳道炎:糖尿病(高齢者)や免疫低下の人が緑膿菌に感染して発症します。重篤な炎症が生じ、強い痛み、耳だれ、外耳道に肉芽組織ができ、中耳や内耳にも広がり、難聴、目眩が起き、病状が進行し顎関節、側頭骨、頭蓋底に炎症が生じ、顔面神経麻痺などが起きる可能性があります。病変の切除や長期の抗菌薬投与が必要になります。

外耳道炎の治療は西洋薬が中心で、漢方薬は適宜併用します。(2)発赤・疼痛・腫脹に、葛根湯加桔梗石膏。痒みに消風散、黄連解毒湯。化膿膿の炎症には排膿散及湯。化膿性病変・外耳道壁の腫脹には十味敗毒湯(痛み↑には加石膏)。水疱や糜爛には越婢加朮。(3)炎症が慢性化し浸出液が充満するような時(耳漏↑)は荊芥連翹湯。乾燥と掻爬による炎症反応には温清飲。苔鮮化の時は桂枝茯苓丸。皮膚乾燥・掻痒感には当帰飲子。体調不良(倦怠感、食欲不振)には補中益気湯や十全大補湯を用います。

外耳道炎は、適切な治療で短期間の治癒が期待できますが、放置しておくとも悪化する可能性があり、早めに耳鼻科を受診してください。

【予約】：完全予約制

血管外科	月	火	水	木	金	土
初診・再診【予約】	午前	—	金岡	—	—	—
	午後	—	—	金岡	金岡	—
硬化療法外来	午後【予約】	—	金岡	—	—	—

乳腺外科	月	火	水	木	金	土
初診・再診【予約】	午前	木谷	川島宮内 【再診のみ】	木谷 宮内	川島 宮内	川島
	午後	川島 木谷	川島	—	川島 【再診のみ】	—
緩和説明外来【予約】	午後	—	川島	木谷	—	—
窪田吉孝外来【予約】	—	—	窪田 【不定期・月1】	—	—	—
辻直子外来【予約】	—	—	辻 【不定期】	—	—	—

リハビリテーション科	月	火	水	木	金	土
リハビリ 外来【予約】	午前	南	交替制	交替制	交替制	—
	午後	瀧澤	—	—	浅野【第2・4】	—

脳神経外科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	瀧澤	尾関	土屋(雅)	交替制	國保 【開診10:30まで】	—
物忘れ外来【予約】	午後	—	—	持田(英) 【第2・4】	—	—

泌尿器科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	午前 【開診10:00まで】	稲原 遠藤	石塚 五十嵐	稲原 杉崎	石橋 福元	五十嵐 交替制
	午後	稲原 遠藤	石塚 五十嵐【予約】	稲原 杉崎	石橋 福元	五十嵐

眼科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	午前	坂本(理) 吉田(い) 佐藤(宏)	坂本(理) 吉田(い) 【不定期】	佐藤(宏)	吉田(い)	坂本(理) 吉田(い) 藤田
	午後【予約】	—	坂本(理) 吉田(い) 【不定期】	佐藤(宏)	—	坂本(理) 吉田(い) 藤田

皮膚科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	午前	—	秋本	—	—	—
	午後 【開診15:00まで】	—	—	三津山	小西	—

形成外科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	午前	宇井	—	宇井	—	宇井
	午後	—	宇井	—	宇井	—

耳鼻咽喉科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	午前	竹内	竹内	牛尾 【予約】	竹内	—
	午後	越智	交替制	牛尾	小池(隆)	越塚

\*予約 緊急患者を優先する場合があります。

放射線治療科	月	火	水	木	金	土
初診【予約】	午前	川上	—	根本 高橋	高橋	川上
	午後	—	—	—	—	—
照射中診察 フォローアップ診察	川上	川上	根本 高橋	川上 高橋	川上	—

看護外来	月	火	水	木	金	土
ストーマ・スキンケア 外来	初診【予約】	—	—	皮膚・排泄 ケア認定 看護師	—	—
	再診【予約】	皮膚・排泄ケア認定看護師			—	—
生活習慣病センター (療養支援・フットケア・透析予防)	初診・再診【予約】	糖尿病看護認定看護師 糖尿病療養指導士			—	—
CKD看護外来 (透析予防)	初診・再診【予約】	CKDコーディネーター 透析療法指導看護師 / 糖尿病看護認定看護師			—	—
禁煙看護外来	初診・再診【予約】	禁煙 認定専門 指導者	—	—	—	—
心不全看護外来	初診・再診【予約】	慢性心不全 認定 看護師	—	—	—	—