

# kokoro

田辺中央病院 広報誌



Tanabe Central Hospital  
presents

*2017' January*



# 第2回 病院フェア2016を開催しました!

## Program

講演前 「糖尿病に関する話～糖尿病あるある～」 看護部・栄養課

講演1 「生活習慣病について」 教授 佐々木 秀行 医師

講演前 「健康な毎日を送るために～手軽にできる五十肩予防～」 リハビリテーション科

講演2 「五十肩って何ですか？」 助教 市川 耕一 医師

お薬相談/薬局

栄養相談/栄養課

医療費相談/医事課

介護相談/田辺すみれハイムスタッフ

血圧・体脂肪・血糖測定/看護部

## profile



教授 佐々木 秀行 医師  
和歌山県立医科大学付属病院 紀北分院

日本内科学会 認定内科医&指導医  
日本糖尿病学会 専門医&指導医  
日本内分泌学会 専門医&指導医  
日本病態栄養学会 専門医



## profile



助教 市川 耕一 医師  
大阪市立大学 大学院 整形外科  
日本整形外科 専門医





## 講演前「糖尿病に関する話～糖尿病あるある～」 / 看護部・栄養課

看護部と栄養科による「栄養指導の寸劇」  
糖尿病に関する話しを寸劇で行いました。  
(小ネタで)会場の笑いも誘い、場が温まりました。



## お薬相談 / 薬局 栄養相談 / 栄養課

飲んでいるお薬や食事についてのご相談を行いました。  
栄養相談では、糖尿病や中性脂肪の高い方から糖質についての  
質問が多く出ました。



## 血圧・体脂肪・血糖測定 / 看護部

看護部のブースも盛況でした。血圧・体脂肪・血糖値が  
無料で測定できるということで、長い列が出ました。  
お待たせするのが申し訳なかったほどのです。



## 医療費相談 / 医事課 介護相談 / 田辺すみれハイムスタッフ

医事課では入院治療費や高額な治療費の場合における手続きに  
ついて説明しました。介護相談ブースでは介護保険のサービスや  
施設入所についてのご相談を行いました。



## 講演前 「健康な毎日を送るために～手軽にできる五十肩予防～」

### リハビリテーション科

休憩をはさみ、当院リハビリ科スタッフによる「五十肩予防体操」を  
ご来場の皆様と一緒に行いました。講演中は座りっぱなしだったので、  
腕や肩を動かす体操は、良い気分転換になったと思います。



病院長あいさつ

ただいまより病院フェアを  
開催いたします!



司会進行 放射線科



受付 医事課スタッフ

お茶どうぞ〜♪

平成28年11月26日(土)「第2回病院フェア2016」を開催しまし  
た。当日は天候もよく、大変多くの方にご来場いただきました。講演は二  
部構成で第一部は糖尿病専門外来担当の佐々木医師による「生活習慣病につ  
いて」でした。糖尿病を含む生活習慣病について分かりやすくお話いただ  
きました。「肥満」が病気の根本原因につながるので、肥満を解消しましょ  
うという内容でした。

第二部は整形外科で、肩関節の専門医である市川医師による「五十肩って  
何ですか?」でした。実際の症例写真も交えて、病状の経過や生活上の注意  
などを解説していただきました。講演終了後も質問があいつぎ、肩の痛みと  
悩みを抱える方は多いのだなと感じました。

盛況のうちにフェアは終了しました。今回ご来場いただきました多くの皆  
様に心より感謝いたします。ありがとうございました。



各種パンフレット配布





2017年4月  
OPEN  
(予定)

認知症対応型共同生活介護 (グループホーム)

# 田辺すみれホーム



田辺すみれハイムに隣接した、2ユニット18床の認知症対応型共同生活介護 (グループホーム) 『田辺すみれホーム』が2017年4月にオープンいたします。

## 【グループホームって?】

グループホームとは、認知症によって要介護・要支援認定を受けられた方が、少人数で共同生活を送る施設です。

## 【田辺すみれホームでは・・・】

田辺すみれホームでは、利用者様の意思を尊重し、家庭的な環境と、親しみのある人間関係を築いて共同生活が送れるよう努めて参ります。

また地域に根ざした総合的なサービスを心掛け、  
田辺中央病院・介護老人保健施設 田辺すみれ苑・サービス付き高齢者向け住宅 田辺すみれハイムと医療・介護・住まいの連携を一体に行い、ご利用者の方々が安心して暮らしていけるスペースをご提供いたします。



ご入居に関するご相談・スタッフ募集についてのご質問など、お気軽にお問合わせください!

田辺すみれホーム開設準備室 (担当:吉田)

.....

〒646-0011 田辺市新庄町田鶴1739-22

TEL : 0739-81-3322


FAX : 0739-81-3323



# 乾耳鼻咽喉科医院

- ・耳鼻咽喉科
- ・アレルギー科



耳・鼻・喉を中心とした病気について心配ごとなどあればお気軽に受診ください。地域の皆様が利用していただきやすい耳鼻咽喉科を目指しますので、どうぞよろしくお願い致します 



## 乾耳鼻咽喉科医院

院長 乾 晃造

〒646-0036 田辺市上屋敷1丁目9-5

TEL 0739-22-4488

FAX 0739-22-0770

### 診療時間

	月	火	水	木	金	土	日・祝祭
午前	○	○	/	○	○	○	/
午後	○	○	/	○	○	/	/
備考	午前：9:00～12:00 (受付11:30迄) 午後：3:00～6:00 (受付5:50迄)						

# 訪問看護ステーション

田辺中央病院は、2014年度から訪問看護（医療保険・介護保険）を始めました

## 病院の訪問看護の特色は？



### ◆病院と連携しているから安心

病院の看護師が訪問しますので、もしもの時の外来受診等がスムーズ。  
必要な時は地域医療連携室のスタッフが医療相談をお受けいたします。

### ◆介護保険の場合、単位数（自己負担）が少ない

病院から訪問看護を行う場合の単位数は、少し低めに設定されています。

#### <病院の場合>

- ・30分未満----- 463円 ⇒ 392円
- ・30分～1時間未満----- 814円 ⇒ 567円
- ・1時間～1時間30分未満----- 1117円 ⇒ 835円

- ◎支給限度額がいっぱいで訪問看護を諦めておられる方
- ◎1回あたりに長時間の訪問看護を必要とされる方  
再度ご利用を検討されませんか？

### ◆訪問看護はどんな人におすすめ？

- \* 排便コントロール（下剤の調節や摘便）が必要な方
- \* 定期的に体調や諸症状の観察等を希望される方
- \* 入浴などの日常生活動作に対し看護師の見守りを希望される方
- \* 在宅酸素療法(HOT)をされている方
- \* 褥瘡等の医療処置が継続して必要な方
- \* 点滴・経管栄養の管理が必要な方

～その他、利用者様の症状や希望に合わせてご相談させていただきます～

### ☆特に消化器症状でお悩みの方☆

消化器外科の外来・検査入院（胃内視鏡）等の体制が充実しています。

サービス提供範囲・・・旧田辺市内 --- その他の地域は相談に応じます

### 利用者様の声

何でも気軽に話や相談ができ、信頼しています  
71歳男性

本当に感謝しております  
利用者、家族に対しても  
きめ細かいご指導頂いております  
71歳男性の奥様

看護師さんが私の所に来てくれるのうれしいです  
89歳女性

きれいにきちょうめんにしていただき、大変感謝しています  
92歳女性

○月×日

訪問看護経験の豊富な看護師がうかがいますので安心してご利用になれます

その他 どのようなことでもお気軽にお声掛けください

田辺中央病院 地域医療連携室 TEL:0739-24-5310 FAX:0739-26-1360

# 訪問看護



簡単・おいしい

# スープレシピ

寒い時期に身体もぼかぼか！  
野菜もたっぷりレシピです。

## 和 豚汁

## 洋 南瓜のポターージュ

## 中 中華風卵スープ



野菜がたっぷりお腹もいっぱい！  
ごぼうや油揚げ、きのこなど  
色んな野菜で作れる万能スープ

ミキサーなしでできるポターージュ  
とろとろでからだもぼかぼか！

片栗粉でトロミをつけることで  
ふわふわ卵に。  
白ゴマを加えると風味up！

### 材料

・豚もも	20g
・大根(半月切り)	80g
・人参( " )	40g
・里芋( " )	30g
・こんにゃく	20g
・ほんしめじ	20g
・生姜(千切り)	少々
・青ねぎ	少々
・みそ	20g
・水	300ml

### 材料

・南瓜	100g
・玉ねぎ	40g
・コンソメ	4g
・水	160ml
・牛乳	100ml
・塩	少々
・こしょう	少々
・片栗粉	2g
・乾燥パセリ	少々

### 材料

・卵	1個
・青ねぎ	少々
・玉ねぎ	50g
・乾燥わかめ	1g
・中華スープの素	4g
・塩	少々
・こしょう	少々
・水	300ml
・片栗粉	4g

### 作り方

- 野菜を上記の切り方に切る。
- 水を温め野菜、こんにゃくを入れてひと煮立ちする。
- 野菜がやわらかくなったら豚肉を入れアクを取る。
- 全てに火が通ったら火を止め、みそを入れる。

### 作り方

- 野菜を適度な大きさに切る。
- 鍋で玉ねぎがしんなりするまで炒める。
- 水を加えてひと煮立ちさせてから南瓜を加えてさらに煮込む。
- アクを取り、コトコト煮込む。
- コンソメ、塩、こしょうで味をととのえ、乾燥パセリを上のにせる。

### 作り方

- 沸かしたお湯にわかめを入れ、全て戻ったら中華スープの素、玉ねぎ、青ねぎを入れる。
- 塩、こしょうで味をととのえ片栗粉でとろみをつける。
- 溶いた卵を強火で混ぜながらゆっくり入れる。

1杯あたり	68kcal
たんぱく質	5.1g
脂質	1.8g
炭水化物	1.3g
塩分	1.3g
食物繊維	2.5g

1杯あたり	108kcal
たんぱく質	3.7g
脂質	3.0g
炭水化物	17.2g
塩分	0.9g
食物繊維	2.1g

1杯あたり	40kcal
たんぱく質	3.2g
脂質	2.2g
炭水化物	1.7g
塩分	0.9g
食物繊維	0.8g

野菜の一日の摂取量は350gとされていますが、なかなか難しいかと思います。

しかし寒い時期に作るスープを具沢山にすれば野菜もたっぷり摂れ、汁も少なくなることで減塩にも繋がります。身体もあたためられ一石三鳥！是非、お試しください。

※汁ものには塩分が多く含まれるため、とり過ぎに注意してください。



**診療科目** 内科 外科 肛門外科 整形外科 リハビリテーション科

**受付時間** 午前 8:30~11:00 午後 1:00~2:00

**診察時間** 午前 9:00~11:00 午後 1:00~2:00

**■外来診察一覧表**

- ※1 内科二診  
要予約 糖尿病専門外来  
水曜午前10:00診察開始
- ※2 外科  
第三週のみ 上田医師による  
診察があります(13:30~14:30)
- ※3 整形外科  
・土曜の受付午前10:30まで  
・緊急手術がある場合は午後  
の診察は休診になります

診療科	曜日	月	火	水	木	金	土
内科一診	午前	上 畠	浅 井		上 畠	田 中	交代制
	午後	浅 井	田 中	上 畠	田 中	浅 井	
内科二診	午前			佐々木※1 糖尿病専門外来	荒 川	船 橋	
	午後		荒 川	佐々木※1 糖尿病専門外来	荒 川		
外 科	午前	杉 平	伊 東	杉 平	伊 東	杉 平	交代制
	午後	伊 東	手術※2	杉 平	伊 東	手術	
整形外科	午前	谷 口	金 本	谷 口	手術	金 本	谷口※3
	午後	谷 口	金 本	手術	手術	谷 口	

※金本医師、田中医師、佐々木医師は予約制となります。予約外でも診察は可能ですがお時間がかかります。ご了承ください。

**●交通のご案内●**



**●田辺中央病院迄は…**

JRきのくに線 紀伊田辺駅下車 徒歩約10分  
※湊本通りは駅前通り方面から中央病院方面に向かって一方通行  
になっていますのでお車で越しの際はご注意ください。

**●田辺すみれ苑迄は…**

- 電車**  
○JR新大阪駅から紀伊田辺駅まで  
約2時間30分  
紀伊田辺駅より車で約15分  
○JR和歌山駅から紀伊田辺駅まで約1時間  
紀伊田辺駅より車で約15分
- 車**  
○南紀田辺ICより約15分  
○紀伊田辺駅より約15分
- 電車**  
○JR新大阪駅から紀伊田辺駅まで  
約2時間30分  
紀伊田辺駅より車で約15分  
○JR和歌山駅から紀伊田辺駅まで約1時間  
紀伊田辺駅より車で約15分
- 車**  
○南紀田辺ICより約15分  
○紀伊田辺駅より約15分



医療法人研医会 **田辺中央病院**

〒646-0042 和歌山県田辺市新町147  
TEL 0739-24-5333代 FAX 0739-23-1114  
<http://www.tanabechp.or.jp/>



医療法人社団 董会  
介護老人保健施設

**田辺すみれ苑**

〒646-0217 和歌山県田辺市城山台4番5号  
TEL 0739-81-3300代 FAX 0739-81-3330



サービス付き  
高齢者向け住宅

**田辺すみれハイム**

〒646-0011 和歌山県田辺市新庄町田鶴1739-21  
TEL 0739-23-5600 FAX 0739-23-5601