

ささえあい

主な記事

- ・リハビリ棟を建設中です
- ・当院のリハビリのご案内
- ・公開講座のご案内
- ・旬の食材『りんご』
- ・12月外来担当医表
- ・エボラ出血熱の対応について



第30号 平成26年12月	隔月発行
医療法人社団玲瓏会 金町中央病院	発行元 東京都葛飾区金町1-9-1
病院長 野田 剛	TEL 03-3607-2001
担当部署 広報チーム	FAX 03-3607-2082 http://www.reiroukai.or.jp/

リハビリ棟を建設中です！



当院の隣にリハビリを専門に行う施設を建設中です。

広さおよそ120平米、南向き全面に開放的な扉を設置した明るい施設です。

この施設では入院されている患者さまへ専門の療法士が作成した身体機能やADLを回復する目的のプログラムを実施する予定です。



完成予想図



当院のリハビリのご案内



当院では入院中の患者さまに在宅復帰へむけた積極的なリハビリを行っております。

- ・理学療法士（PT）

実用的な日常生活における自立を図るために種々の運動療法を、特に下肢を中心としたリハビリを行っております。

- ・作業療法士（OT）

障害がある方、またはそれが予想される方に対して社会適応能力の維持・改善を実施します。特に上肢や手指を中心としたリハビリを行っております。

- ・言語聴覚士（ST）

発声、聴覚、摂食、嚥下（飲み込み）機能などの障害のある方に対して検査、訓練等専門的なかわりによって機能獲得や維持向上を図るリハビリを行っております。



金町中央病院公開講座のお知らせ

12月19日（金）15時～

当院4階食堂にて看護部主催の公開講座を開催いたします！

テーマは「**花粉症**」です。

春に流行期になる花粉症で多くの方が苦しんでいます。でも夏や秋にも花粉が飛んでいる事をご存知ですか？

どんな花粉が症状を引き起こすのか。症状がひどくならないようにする方法はないのか。

花粉症に対する知識を私たちと一緒に深めませんか？

花粉を遮断して生活する事はできませんが、春の花粉が飛び始める前に準備を始めましょう！

看護部より

参加費
無料です！



皆様のご参加をお待ちしております。





旬の食材【りんご】



旬は10月～12月。

みなさん、風邪を引くとりんごをすりおろして食べた経験があるのではないのでしょうか？
ことわざで「りんごが赤くなると医者が青くなる」、「1日1個のりんごは医者を遠ざける」などといわれるほど、栄養価が高いことで有名な果物です。

豊富な栄養が含まれている中で、特に注目したいのが水に溶ける働きのある食物繊維「ペクチン」です。ペクチンは、水に溶けるとゼリー状に固まるため、便秘の時には水分のなくなった便を軟らかくして排便を促しやすくする効果があります。また下痢の時には、ゼリー状の膜となり、腸の壁を守る働きがあります。ペクチンは皮と実の間に多く含まれているので、便秘の時には皮ごとまるかじりして腸を刺激し、下痢の時には腸の中にいきわたりやすくするために、すりおろして食べるのがおすすめです。

その他に、コレステロールや老廃物を便と一緒に出してくれる働きがあるのに加え、ビフィズス菌や乳酸菌のエサとなり腸内環境を整え、整腸作用も活発にしてくれる働きもあるため、お腹の調子を整えたい方は積極的に食べるといいですね。

美味しいりんごを選ぶポイントは、皮にキズがなく、重量感があり、下の方まで赤く色づいているものを選びましょう。これからの時期、りんごを食べてかぜやインフルエンザなどに負けない身体づくりをしましょう。

白和え(りんご入り)

(約80Kcal／1人分)

《材料》	1人分
豆腐	40g
ほうれん草	10g
人参	10g
りんご	10g
こんにゃく	10g
すりごま	3g
しょうゆ	1g
砂糖	2g
塩	1g



《作り方》

- ① ほうれん草、人参、こんにゃくは熱湯で茹で、3～4cmに切る。
- ② 豆腐は沸騰したお湯で茹で、ペーパータオルなどに包み水けを切る。
- ③ 調味料を混ぜて、①、②を入れて、すりこぎで潰すか、泡だて器で混ぜる。
- ④ りんごを好きな大きさに切り、③に混ぜて**できあがり!**

12月の外来担当医表（下線は常勤医師） **赤字は女性医師です**

		月	火	水	木	金	土
内科	A M	<u>関川</u> 中寺	福田 佐藤(太)	<u>横山</u> 宮塚(糖尿病) 齊藤(紘)	<u>関川</u> 渡邊(糖尿病) 中寺	<u>横山</u> 梅本 佐藤	小山 石川
	P M	鈴木	<u>関川</u> 佐藤(太)	南 宮塚(糖尿病)	秋山 渡邊(糖尿病) 河田(腎臓・透析)	星野	高嶋 (1週) 前田(2~5週)
外科	A M	<u>野田</u>	<u>吉永</u>	<u>吉永</u>	<u>野田</u>	村田	<u>野田</u>
	P M		山下		田中	高野	<u>吉永</u> (1・3・5) 尾高(2・4週)
整形外科 リウマチ科	A M	<u>齋藤</u>			<u>齋藤</u>	井上	菅田
	P M	<u>齋藤</u>			<u>齋藤</u>	井上	菅田
婦人科	A M	<u>石毛</u>					木村
	P M						木村
泌尿器科	A M		<u>熊野</u>	<u>熊野</u>		<u>熊野</u>	鈴木(1・3・5)
	P M	山田(1・4・5) 清田(2・3)		清田(1・3・5週) 山田(2・4週)	吉良		鈴木(1・3・5)
脳外科	A M			<u>茂木</u>			

※診療時間については各科によって異なります。※当日の変更もございます。事前にお問い合わせください。

エボラ出血熱の対応について

当院ではエボラウイルス病、および疑われる患者様の**診察を行っておりません**。

エボラ発生国から帰国し、21日以内に発熱を認めた場合は、**最寄りの保健所**にご相談ください。

《平日日中》

葛飾保健所 03-3695-1111

《夜間、土日休日》

東京都保健医療情報センター 03-5272-0303

エボラ出血熱とは

エボラウイルスを病原とするウィルス性の出血熱です。

エボラ出血熱は致死性が極めて高いことで知られ、症状が進行すると吐血・鼻出血など全身にわたって

出血傾向を呈し、致命率は70パーセント以上に達します。

2014年現在、ワクチンも効果的な治療法も確立されておりません。

2014年3月には、ギニアでエボラ出血熱の発症および流行が確認されました。

国境なき医師団（MSF）は、3月末時点で死者78名、感染の疑われる患者は120余名に上っていると報告

。その後もエボラ出血熱の流行は感染拡大を続けています。

2014年11月には、エボラ出血熱による死者は5000人を超えたとWHOが発表しました。