

# さくら前線



発行：吾妻さくら病院 広報委員会

中之条町伊勢町 782-1

TEL：0279-75-3011

FAX：0279-75-3299

URL：<http://www.a-sakurahosp.com>

e-mail：info@a-sakurahosp.com

## 『 事務長着任の挨拶 』

事務長 木村 孝一



3月11日に発生した国内史上最大規模の東北地方太平洋沖地震により被災された皆様に心よりお見舞い申し上げます。また、頻発しております余震が早く収束し復旧に向かえる事を併せて願っております。

さて平成23年2月 佐藤前事務長の後を引き継ぎ、着任しました木村と申します。

まだ職員の方々の名前と顔が一致しない状態ですが日々業務に取り組んでいます。当院は昨年“吾妻さくら病院”として再スタートいたしました。本年は今後の病院運営に向けて正念場の年になると思います。このような大事な時期に事務長を任され身の引き締まる思いです。事務長としてできることは限られますが、人と人の心の繋がりを大切にして地域医療に少しでも貢献できますよう、安全で安心な医療の提供、サービスの質の向上に努め、地域の皆様や患者様に愛される病院を目指していきたく思います。どうぞよろしくお願い申し上げます。

なお、当院は先の震災による直接の被害は幸いにも受けませんでした。現在、燃料の確保が難しく暖房、給湯の利用時間の短縮を実施しています。また院内の照明など節電に努めております。患者様にご不便をお掛けいたしますが、ご協力とご理解をお願い申し上げます。

## 『あいさつと介護用品展示について』

看護部長 山本 光江



“先般、甚大な災害により被災された皆様に心よりお見舞い申し上げます。”

初めまして、群馬在住歴 6ヶ月。千葉から単身赴任で参りました。看護部長の山本と申します。

昨年4月に母を亡くし、ストレスのため体調を崩していた折、吾妻さくら病院さんのお話をいただきました。

自分の癒しも含め、心新たに今までの看護を見つめ直し、後輩の育成に力を注ぎたいと思っております。

看護部長職と共に、地域連携室の一員でもあります。地域の医療、福祉との連携も少しずつ軌道に乗ってまいりました。

皆様のご協力のお陰と感謝申し上げます。

この度、病院内に介護用品の展示をいたしました。物品紹介と共に技術も提供いたしたいと思っております。

在宅介護でお困りの方の相談もお受けしております。遠慮なくご相談ください。

今後はいろいろな構想も描いており、病院の繁栄は基より地域の活性化も目指しております。

すべての患者様を家族と思い、職員一丸となってサービス提供を心がけてまいります。

どうぞよろしくお願い申し上げます。

## 【理事長よりメッセージ】

地震による停電で皆様ご苦労されていると思います。当院では被災者の受け入れを行う予定です。停電時や被災の場合でも、かかりつけの患者様に対しては必ず対応いたします。ご安心ください。何かございましたら遠慮なくご連絡ください。

中田 賢一郎

# 健康だより

## 『花粉症の方におすすめにゅー』

ヨーグルトに含まれる乳酸菌は、免疫と大きな関わりがある腸の健康を保つことで花粉症の症状を和らげるといわれています。即効果がみられるわけではないので、年間を通して毎日食べ続けましょう。

ここでは一味違うヨーグルトの食べ方をご紹介します。

☆ヨーグルト黒蜜きなこがけ

プレーンヨーグルト 1/3 カップにきなこ大さじ1と、黒みつ小さじ1~2をかける



## 『花粉症にならない食事とは』

- ① サバやイワシ、アジ、サワラ等の青背の魚にはn-3系脂肪酸が豊富に含まれ、アレルギー性の炎症に関連が深いといわれる物質の産生を抑える働きがあります。
- ② 肉の脂肪に多いn-6系脂肪酸の摂取が多いと、花粉症の発症に関係があるIgEが増える可能性があります。肉類は脂肪の少ない部位（胸肉、ささみ、ヒレ肉等）を選び、高カロリー食品は控えましょう。
- ③ 緑黄色野菜に含まれるビタミンA・果物や野菜に含まれるビタミンCはアレルギー疾患の抑制に関わっているといわれています。
- ④ ごまやナッツ類に含まれるビタミンEは、花粉症の発症に関係があるIgEの産生を抑える働きがあります。加工食品やインスタント食品には、多くの化学物質が含まれ、化学物質はIgE産生を促進する働きがあるそうです。昔ながらの質素な手作りの食事が、花粉症をはじめとするアレルギー発症を予防するカギといえます。

※ IgEとは免疫グロブリンの一種で、この値が高いとアレルギーの発症も重くなります。

管理栄養士 齋藤

# 診療案内

(外来担当医表)

		月	火	水	木	金	土
午前	内科	中田※1	中澤	中澤	中澤	中澤	中澤
	循環器	中澤※1					
	外科	藤井 (群大)	休診	笹口 ※3	八巻 (群大)	休診	(群大)
	整形外科						
胃腸科							
	心療内科	中田	休診	休診	休診	休診	休診
	認知症	※2					
午後	内科	中田	休診	中澤	休診	中澤	休診
	循環器	中澤					
	外科	藤井 (群大)	休診	休診	八巻 (群大)	休診	休診
整形外科							
	胃腸科		※4	※4	(群大)	※4	※4



- ※1 内科月曜日の第1・3は中田、第2・4・5は中澤となります。
- ※2 心療内科・認知症は第1・3月曜日の午前中のみとなります。
- ※3 外科笹口は第2・第4水曜午前中のみとなります。
- ※4 外科休診日でも軽度のケガなどは対応いたしますので、ご相談ください。
- ※ 外科当番医は外科救急の患者様のみの対応となります。
- ※ 当院かかりつけの患者様の急病時の対応は、24時間365日体制で行っています。
- ※ 4月の休日外科当番医は10日、24日、29日です。

外来受付時間：午前 8時45分 から 12時00分まで / 午後13時00分 から 17時00分まで

※ 休診日：土曜日午後、および日曜・祝祭日（ただし当番医は救急対応します）