



「医療」「人」「地域」をつなぐメディカル広報誌

架け橋



トピックス

- ・プロ野球・Jリーグたけなわ ～新サカスタ参戦～
- ・地域包括ケア推進出前講座
- ・糖尿病療養指導士だより
- ・アプリ予約の利用お願いについて
- ・瀬尾医院ポチたまペット大集合
- ・癒しの空間

第107号 2024年

春号

癒しの空間 ～ガラス細工展～



編集後記

今春社会人デビューして25年が経ちました。当時は分からないことばかりの連続で、ひよこのようにピョコピョコと先輩に付いて回っていました。この季節になると当時厳しく優しく指導して下さった先輩や上司を思い出し、あらためて感謝の気持ちでいっぱいになります。その上司が、「人は一生育つ」という信念のもと指導して下さり、常に学び続けることを大切にしようと今に至るまで思っています。

経験年数を重ね、体力がいささか落ちてきています。記憶力も若干心配になってきていますが「学び」を大切に、新年度をスタートしたいと思っています。

ピースウイング 広島の名には「恒久平和と、夢や希望を持って明るい未来へはばたく」との願いが込められています。



2月23日開幕戦 ピースウイング広島



地上7階 観客席 28520席



当院ガーデニング パンジー



花言葉
紫:思慮深い 黄:つつましい幸せ



花便りも伝わる今日この頃、皆さまお変わりございませんか。

季節の移り変わりは早いものですね。変化の早さと言えば情報通信技術や機器の進歩は目ざましいものがあります。昨今の情報化社会では、パソコンやスマホ等で簡単にいろいろな情報を得ることができ、オンラインショッピングや現金以外での支払い、会議や授業などもできるようになりました。当院では現在、スマホを活用したオンライン予約(アイチケット予約)に力を入れております。待ち時間予測ができ、大変便利です。今後も皆さまのお役に立てますよう、時代の変化に柔軟に対応していく所存です。

また、皆さまとの架け橋になりたいとの思いで始めた情報誌も、昨年創刊から100号を迎えました。新年度より「架け橋」は季刊誌としての発刊となります。間隔は少し開きますが、より内容の濃いものをお届けできればと思っております。これからもよろしくお願いたします。

医療法人社団千手会

〒729-5121

瀬尾医院

広島県庄原市東城町川東163番地7

TEL (08477) 2-0023

FAX (08477) 2-3950

電話予約 8:30 ~ 9:30(午前診療のみ予約可)

アプリ予約 7:30 ~ 11:20 / 15:00 ~ 17:00

★正面玄関は午前7時30分に開きます ★日曜・祝日は休診です



アイチケット広場アプリ

簡単予約可能、待ち状況を確認

※アイチケットにて待ち状況を確認のうえでお越しください。

※発熱などの風邪症状のある方はご様子をお伺いします。アプリ予約後に電話をおかけください。



診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前9:00~12:00	○	○	○	○ 12:30まで	○	○ 12:30まで	休
午後3:00~6:00	○	○	○	休	○	休	休

診療科:内科 / 消化器内科 / 放射線科

各種検査など:胃カメラ / 大腸カメラ / CT / 大腸CT / MRI / 各種エコー / 骨密度検査DXA

:人間ドック・各種健診 / 生活改善のためのサポート(栄養指導) / 健康教室 / 禁煙外来

プロ野球・Jリーグたけなわ ～新サカスタ参戦～



ほそかわ やすし
院長 細川 鎮史

野球の守備は2塁
サッカーの守備はサイドウイング

本号が発刊されるころはプロ野球・Jリーグとも開幕から1、2カ月経過している時期でしょう。多くの方は、カープの勝ち負けに一喜一憂されていることと思います。

皆様には少しずつ認識していただいているところですが、私は昨年「ARE」「AREのARE」で楽しませていただいた阪神ファンです。にわかではなく、子供のころからずっと50年以上の筋金入りです。ですがサッカーは、ちゃんと地元サンフレッチェ広島の比較的熱心なサポーターです。

今年の最大の話題は、広島市のど真ん中にできた新サッカー専用スタジアム「ピースウイング広島」です。開幕戦のチケットを発売日に何とか手に入れ、観戦してきました。2月23日のとても寒い日でしたが、以前の西風新都にあったビッグアーチに比べてアクセスも良く、紫に染まった満員のスタジアムで楽しんでまいりました。東城からしょっちゅう行ける訳ではありませんが、機会があれば新サカスタに行ってみたいと思っております。

地域包括ケア推進出前講座

今回、社会福祉協議会主催の家族介護教室さんから声をかけていただき、管理栄養士の沖田と看護師の織田が認知症予防と栄養改善（試食）という講座でお話をさせていただきました。私たち地域包括ケア推進出前講座は、一緒に楽しく学べる時間を過ごすことを大切に思っています。参加者の皆さんからは「楽しかった」「かぼちゃのサラダが美味しかった」という声をいただきました。

当院の地域包括ケア推進出前講座は、地域の皆さんのご希望の会場にお伺いし、認知症や糖尿病についてお話をいたします。地域の皆さんの健康づくりのお手伝いになれば幸いです。ぜひご利用ください。



献立
サンマのかば焼き丼
白菜の塩昆布和え
レンチンかぼちゃのサラダ



お申し込み・お問い合わせ 管理栄養士 沖田



糖尿病療養指導士だより

糖尿病の療養生活は、患者さんの自己管理が極めて重要で、食事・運動・薬物療法が糖尿病治療の柱になります。糖尿病患者さんの数が増加の一途をたどる中、糖尿病による合併症対策において糖尿病療養指導士（以下、CDEJと略す）の活動がますますその重要性を増していると言われています。当院では管理栄養士や看護師が多目的室「どんぐり」で定期的に糖尿病教室を開催し、庄原市の糖尿病予防講座も担当しています。また社会福祉協議会の「地域包括ケア推進出前講座」にも登録しており、糖尿病の予防から治療まで院内、院外と広い分野にわたった活動をしていきたいと思っています。

今回はCDEJ活動の一つである「令和5年度庄原市糖尿病予防講座」の様子をお伝えします。この講座は庄原市の委託により、食生活等の生活習慣、清水あつ子先生による運動指導、糖尿病基礎講座&レシピの実演試食の3回シリーズで行いました。

実演試食は新型コロナウイルス感染症の流行により2020年度から実施を見合わせていましたが、新型コロナウイルス感染症が5類になり、「調理が簡単で糖質が少ないレシピ」の実演と試食を行うことができました。

講座のあと、「糖尿病になると合併症が怖いと聞いていましたが、今日改めて合併症の怖さを聞いて生活改善、特に、運動や食事に日々気を付けて行うことが大切と理解しました。」「自分に合う健康法を見つけたいと思います。キャベツとツナ缶の和え物、豆腐と豚肉のチャンプルー、切干大根のなますを日々のレシピと思っています。」との感想をいただきました。



調理が簡単で糖質が少ないレシピ



ビニール袋を使って調理



管理栄養士による実演



看護師による糖尿病基礎講座



お願い 待合室の混雑緩和・待ち時間解消のために
診察のご予約は、可能な限りアプリ予約をお願いします。

通話不要で予約が可能
簡単&便利
病院で待つことなくアプリで
待ち人数を確認

そろそろ行くと
丁度よさそう

【アプリ予約時間】

7:30～11:20
15:00～17:00

アプリダウンロード
無料

初回だけメンバー登録
家族も登録可能
2回目以降 簡単予約

【アプリ表示画面】

午後	
呼出番号	待ち人数
39番	6人
待ち時間(目安)	24分
呼出時不在者	2人

電話予約も承りますが、午前の8:30～9:30のみになります。電話でのご予約は順番とおおまかな時間をお知らせします。ご予約の順番までにお見えにならない場合は、お待ちいただくことがあります。

また急患・重症者対応、診察の状況によってもお待ちいただくことがあります。ご理解とご協力をお願いいたします。