

～地域の未来と共に～

くまそう

KUMASOU

社会医療法人
熊谷総合病院
院外報「くまそう」

Vol. 7 2020.1



2020年秋 グランドオープン予定

Contents

新年のご挨拶	1	栄養科のチャレンジ健康レシピ	4
まちのパートナー連携登録医紹介	2	健康診断のご案内 PET健診のおすすめ	5
毎日やってみよう簡単リハビリ体操	3	超音波内視鏡(EUS)導入のお知らせ	6



社会医療法人
熊谷総合病院

<http://www.kumasou.or.jp>



ご挨拶

2020年新春を迎えるにあたり



社会医療法人 熊谷総合病院
院長 中村 信一



令和2年の年頭にあたり謹んで新春のお慶びを申し上げます。

皆様、新年明けましておめでとうございます。

当院、熊谷総合病院は昭和20年に農業会病院として産声をあげ、昭和から平成を経て令和へと長きに渡り時代に即した医療を地域の皆様に提供してまいりました。

そして本年、新しい年号の元めでたく開院75周年を迎えます。

これも偏に地域皆様のご支援とご厚情の賜物と心から感謝申し上げます。

当院、人間に例えますと75歳、医療制度上の後期高齢者区分に突入するわけですが、ご覧のように未だ成長の途中、これからも地域に安全で高度な医療を提供するという目標に向かって前進してまいります。

その中で昨年を振り返りますと4月、無事に新病棟が完成いたしました。この7階建て新病棟の稼働により当院の理念である「地域にふさわしい専門的視野と未来への展望に立った」予防医療から急性期と早期の社会復帰を目指す回復期医療への継ぎ目のない医療サービスを一層強化展開する体制を整えました。病床数は310床となりHCU病棟、急性期一般病棟と回復期リハビリ病棟に加え新しく地域包括ケア病棟59床を有する総合病院となりました。また、念願の腎臓内科を標榜し10病床を有する最新設備の透析室を稼働いたしました。訪問医療に関しましては今までの訪問看護サービスに加え「訪問リハビリ」も開始いたしました。今後、是非とも地域の皆様にご利用いただきたいと存じます。

また、10月には社会医療法人の認可を頂きました。社会医療法人とは、「公益性の高い医療」の担い手として医療法で定められた医療法人の類型の一つであり、都道府県知事の認定を受けたものをいいます。2019年1月1日時点で、日本全国302法人が社会医療法人として認可され、埼玉県内には9病院あります。この認可を良い機会とし職員一同、今一度気持ちを引き締め、今日より明日は少しでも良い病院にすると言う意識を堅持し、安心・安全で質の高い医療を皆様に提供することを目標にこれからも地域から真に信頼される病院であり続けるよう日々努めて参る所存であります。

最後になりましたが現在進行中の再整備計画は、9月の玄関棟の完成をもって完了を迎えます事を皆様にご報告いたします。

2階建ての玄関棟1階に広いエントランスと総合受付、その2階には100人を超える収容力を有した多目的スペース「熊総ホール」(仮称)を備える予定です。

また、只今、皆様にご不便をおかけしている駐車場不足の問題解消にむけて玄関棟前に新たに約90台分の駐車場を設けます。

ラクビーW杯の熱気も未だ冷めやまぬ内に東京オリンピックが開催される本年、新しい年号の元、当院は開院75周年の節目を迎え9月にグランドオープンいたします。今後も地域の皆様の健康増進に更にお役にたてるよう職員一同、努めてまいります。

新しい時代の年頭にあたり、今後も引き続き倍旧のご厚情を賜りたくお願い申し上げます。

地域連携室より 連携先医療機関紹介 (No.002)

熊谷総合病院の医療連携パートナーをご紹介いたします。

高津江南クリニック

住所: 熊谷市樋春1974番地5

電話: 048-539-0500

院長: 高津 出 診療科 内科・外科・小児科

●●●●● 診療所の特色を教えてください。●●●●●

特色としてはすべての年齢層の方に利用していただいていることだと思います。また、内科・外科・小児科を中心として標榜しておりますがプライマリーケア(初期対応)に関しては可能な限りになりますが広範囲に対応またはご相談にかかわりたいと考えております。

病院でも創設されていることが多くなっている総合臨床内科のイメージだと思いますがこれを実践したいと思っています。小外科手術 上部(下部)内視鏡なども可能な範囲で実践しています。

●●●●● 院長先生のモットー・大切にされていること ●●●●●

重複になりますが可能な限りいろいろな病状に対応すること、また一番可能性の高い疾患を中心に考え変化があれば又はなければ臨機応変に対応できるよう考えています。

したがって専門性の高い疾患と思われた際には熊谷総合病院をはじめ近隣の病院に適切な科を考えて速やかに紹介できるように準備しています。

さらに対応困難な場合は埼玉医科大学や小児医療センター、群馬県内の病院、東京都内の病院などにもご紹介しております。

本当の意味で治癒できる疾患は、実際には少ないので出来る限り正常に近い状態、困らない状態を維持できればと思います。皆様の応援団に徹することが目標です。

●●●●● 受付時間 ●●●●●

休診日 火曜・祝日・木曜午後・日曜午後

月	火	水	木	金	土	日
09:00~12:45 16:00~18:45		09:00~12:45 16:00~18:45	09:00~12:45	09:00~12:45 16:00~18:45	09:00~12:45 15:00~17:50	09:00~12:45

●●●●● 案内図 ●●●●●



バスでお越しの方：国際十王バスをご利用ください。熊谷駅行き ◀▶ 県立循環器呼吸器病センター・小川町駅行き



リハビリテーション科の
ワンポイント講座

スマホ漬けの
人は要注意！

スマホ首で気になる肩こり予防体操

スマホの使用によるスマホ首は肩と首をつなぐ筋肉を硬くし様々な症状を引き起します。スマホ首は**背筋が丸まり**やすく女性が気になる**顔のたるみ**や**ポッコリおなか**になりやすい姿勢をとります。その為、硬くなった首の筋肉をほぐし正しい姿勢をとることが肩こりや健康のために大切です。

スマホ首

スマホやパソコンの使用により頭が肩よりも前方へ偏位した姿勢がスマホ首です。頭が垂直の位置から30度傾くと通常の3倍頸部にストレスがかかると言われています。



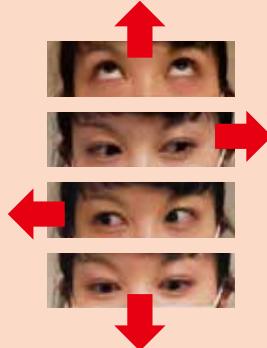
硬くなった首の筋肉をほぐす

顎関節の筋肉(外側翼突筋)をほぐす



ストレスや噛み合わせにより顎関節筋肉は硬くなりやすく、一緒に首の筋肉も硬くなってしまいます。

眼球運動



眼の運動のスムーズさが低下すると肩こりが起こりやすくなります。眼を上・下・右・左・一周回すように動かします。

背筋が伸びた正しい姿勢をとる

丸まった背筋を伸ばす運動



掌は内側に
肩90°まで
挙げる



掌を外側に
両腕を開く



息を吐きな
がら両手を
挙げる

腰を支える筋肉(多裂筋)を鍛え背筋を伸ばす



背筋を伸ばし
た姿勢でお
腹を凹ませる



体をねじって
3秒とめる



左右行つ
いき3分間
連續で行う

※痛みが強くなる場合は運動を中止し、主治医に相談してください。

ビタミンC 栄養科より で風邪予防!

1月20日は、1年のうちで最も寒いころとされる「大寒」です。冷え込みが一層厳しくなりますが、皆さんは体調を崩していませんか？

風邪やインフルエンザ等の予防として、手洗い・うがいだけではなく、毎日の食事も重要な役割を担っています。食べ物には様々な栄養素が含まれていますが、今回はその中でもビタミンCを紹介します。

皆さんは、ビタミンCが沢山の働きを持っていることをご存じでしょうか？ビタミンCを摂ることで、風邪を引きにくくなり、治す力が高まります。他にも、コラーゲン合成に使われたり、ストレスや疲労を和らげる働きも持っているのです。

ビタミンCは旬の野菜や果物に特に多く含まれています。これらの食材をバランスよく食事に取り入れてビタミンCをたっぷり摂取し、寒い冬を元気に乗り切りましょう！



季節のレシピ紹介



《作り方》

- Aを合わせ4～5分ふやかし、湯せんでき溶かす
- 混ぜ合わせたBを入れ、濾し器で濾す
- 水で濡らしたゼリー型に入れ、冷蔵庫で1～2時間冷やし固める

みかんゼリー

材料(ゼリー型1個分)

(ゼリー1個あたり40kcal)

A	粉ゼラチン	2g
	水	5g
B	みかん果汁	50g
	砂糖	5g
	レモン果汁	少々

一言メモ

果物や生クリームを添える等、
オリジナルのアレンジを
楽しんでください！



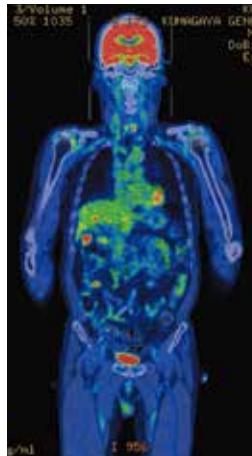
お知らせ

当院では、外来栄養指導を行っています。
お食事について何かお困りの際は、お気軽にご相談ください。

健康診断のご案内

～PET 健診のおすすめ～

PETとはPositron Emission Tomography(陽電子放射断層撮影)の略称です。CTやMRIが臓器の形を写しだすのに対し、PETは細胞の代謝を観察する検査法です。がん細胞は正常細胞の3～8倍のブドウ糖を取り込みます。PETはこれを利用し、疑似ブドウ糖製剤(FDG)を用い、このFDGの分布から、腫瘍の存在を見つけます。PET-CTは、PETより得た情報とCTの画像とを同時に取り込む機器で、精度の高い検索を行う事ができます。



**PET-CTコース
所要時間 約3時間
88,000円(税込)**

一度に全身(首から股下まで)のがん検査が可能です。痛みは薬剤の注射のみで、苦痛や不快感はなく着衣のまま検査できます。
PET-CTコースは、当院の人間ドックをH30年4月以降に受診された方に限ります。

**基本コース
所要時間 約4時間
132,000円(税込)**

PET-CTコースに、MRI/CT/超音波/血液検査、腫瘍マーカーなどを加えた検査を行います。

**推奨コース
所要時間 約4.5時間
154,000円(税込)**

基本コースに、脳MRIと頸動脈エコーを加えたコースです。

**プレミアムコース
所要時間 1泊2日
205,800円(税込)**

推奨コースに、人間ドックを加えた検査を行います。
1日目:PET-CTなどの検査後、提携ホテルに宿泊
2日目:人間ドックを行います。終了は12:00頃です。

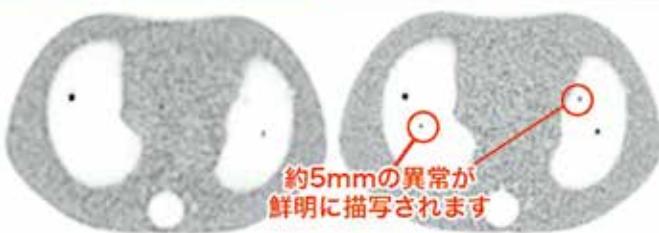
当院のデジタルPET-CTの特徴

従来のPET-CTに比べ

- ①解像度が2倍
- ②検査時間が約1/2
- ③被曝量が約1/2

従来のPET-CT

デジタル PET-CT



[お問合せ先]



社会医療法人

熊谷総合病院 総合健診センター 電話:048-521-7141 受付時間:月～金 13:00～17:00

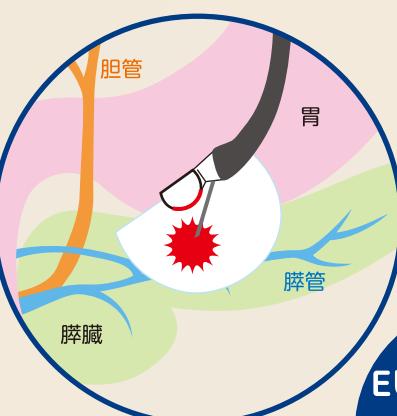
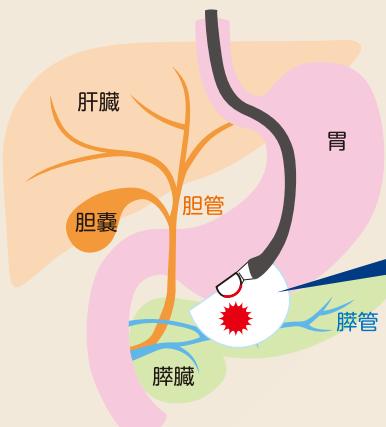
消化器内科からのご案内

超音波内視鏡(EUS) 導入のお知らせ

超音波内視鏡検査(EUS)、超音波内視鏡下穿刺吸引術(EUS-FNA)
による精密検査が可能となりました

▼
膵臓がんの早期発見を目指します

消化管腫瘍・粘膜下腫瘍の評価・観察・診断に



超音波内視鏡(EUS) =胃カメラエコー

CTやMRIで見えない小さな腫瘍が
発見できる超精密検査です。

EUS下針生検 (EUS-FNA)

胃カメラエコーで腫瘍を刺して
細胞を採取する検査です。

EUS下針生検は
安全のため
短期入院で
検査します

下記に当てはまる場合、消化器内科へご相談ください

- | | |
|--|---|
| <input checked="" type="checkbox"/> 慢性膵炎がある | <input checked="" type="checkbox"/> 糖尿病が急激に悪化している |
| <input checked="" type="checkbox"/> 血縁者に膵がんの方がいる | <input checked="" type="checkbox"/> 腫瘍マーカー(消化器系)が高い |
| <input checked="" type="checkbox"/> 胆のう/胆管/膵臓に
腫瘍・ポリープをみると指摘された | <input checked="" type="checkbox"/> 血液検査で膵酵素/胆道系酵素が上昇 |
| <input checked="" type="checkbox"/> 膵臓にう胞を指摘された | <input checked="" type="checkbox"/> 腹痛や背部痛があり、体重が減っている |
| | <input checked="" type="checkbox"/> 食道・胃・十二指腸の粘膜下腫瘍を指摘されたなど |



外来診療担当表

診療科		月	火	水	木	金	土
消化器内科 内科一般	午前	消化器・一般	門野 源一郎	斎藤 雅彦	五月女 直樹	石川 武志	五月女 直樹
			石川 武志	松井 真理子	門野 源一郎	松井 真理子	斎藤 雅彦
			村上 規子	野村 祐介	村上 規子	門野 源一郎	野村 祐介
			土合 克巳	比留間 晴彦		土合 克巳	
						比留間 晴彦	
	午後	新患・予約外	交代制	交代制	交代制	交代制	交代制
		リウマチ・膠原病	和田 琢			伊藤 達也	
		糖尿病	多田 朋子	吉田 直史・多田 朋子	若林 侑香	河盛 隆造	鈴木 智子
		腎臓		岡田 良美	下郷 優	塙田 裕也	小瀧 周平(第1・3)
		消化器・一般	松井 真理子	斎藤・松井			
腎臓内科	午前					伊藤 達也	
	午前		嶺崎 祥平	折茂 圭介	大谷 秀雄	塙田 裕也	小瀧 周平(第1・3)
呼吸器内科	午後	禁煙外来		折茂 圭介			赤羽 朋博
	午前	呼吸器外科			梅咲 徹也		赤羽 朋博
	午後				梅咲 徹也		赤羽 朋博
循環器内科	午前		濱田 英明	杉山 達夫	三好 康介	濱田 英明	濱田 英明
	午後		米田 修平(第1・3・5)			米田 修平	
	午前		細田 隆介		宇賀田 裕介		羽鳥 将史
	午後		杉山 達夫		米田 修平		
神経内科	午後		細田 隆介	中嶋 博之(第2・4)	三好 康介		
外 科	午前		鈴木 理人	杉本 恒平			
	午前		平山 信男	北 順二	中川 彩	北 順二	
整形外科	午前		荻野 康崇	帖地 憲太郎	降旗 誠	帖地 憲太郎	北 順二
	午前		化学療法		降旗 誠		
	午後		伊藤 俊紀	橋本 健	今野 慎	太田 秀幸	交代制
	午後		白谷 悠貴	太田・白谷	伊藤 俊紀	伊藤 俊紀	交代制
脳神経外科	午前		大山 秀平	大山 秀平	白谷 悠貴	大山 秀平	交代制
	午後			太田 秀幸	太田 秀幸		
	午前		脊 椎			今野 慎	
	午前		手の外科	橋本 健			
	午前		1 診	掛川 徹	橋本 郁郎	掛川 徹	掛川 徹
小児科	午前		2 診		古川 博規	渋井 壮一郎	渡部 寛
	午前		3 診				松本 隆洋(第3)
	午後		脳血管内治療科			松本 隆洋	白畠 充章
	午後		物忘れ・認知症		平田 容子		松本 隆洋(第3)
	午前	一 般	赤塚 淳弥	赤塚 淳弥	赤塚 淳弥	藤野 美里	赤塚 淳弥
	午後	一 般	藤野 美里	藤野 美里	櫻井 隼人(発達)	盛田 英司	藤野 美里
産婦人科	午後	神 経	赤塚 淳弥	赤塚 淳弥	赤塚 淳弥	赤塚 淳弥	
	午後	心 臓	藤野 美里	藤野 美里	藤野 美里	藤野 美里	
	午後	内 分 泌	橋本 和美(予約制)			諸岡 啓一(第1・3・5)	
	午後	健 診				山内 秀雄(第2・4)	
	午後				14時~15時	小林 俊樹	
泌尿器科	午前	佐久間 洋	高橋 通(第1・3・5)	佐久間 洋	骨盤臓器脱外來(永田 一郎)	佐久間 洋	佐久間 洋(予約制)
	午前		中村康平	(予約制)		梅山 哲	
	午後	腫瘍(埼玉医大国際医療センター)		梶原 健		中村 康平	中村 康平
	午後		更年期外来(高橋 通(第1・3・5))	不妊症外来(梶原 健)		梅山 哲	
皮膚科	午前					中村 康平	
形成外科	午前						
耳鼻咽喉科	午前		丹沢 泰彦	星野 文隆		中嶋 正人	関根 達朗
	午後		丹沢 泰彦	星野 文隆			関根 達朗
眼科	午前	1 診	河西 雅之	河西 雅之	吉川 祐司		河西 雅之
	午前	2 診	丸山 貴史	丸山 貴史		丸山 貴史	
	午後	1 診		河西 雅之	吉川 祐司		河西 雅之
	午後	2 診	丸山 貴史	丸山 貴史		丸山 貴史	
放射線科	午前		田村 健	田村 健	田村 健	田村 健	
			鷺巣 佳奈	鷺巣 佳奈	鷺巣 佳奈	鷺巣 佳奈	
				高橋 健夫(第2・4)		西村 敬一(第1・3)	

※受付時間 午前8時30分~11時30分(自動再来受付機は、8時より稼働します。) 午後の受付時間は各科により異なりますので、お問い合わせください。

※外来診療医は、都合により変更する場合があります。各診療科により受付時間が異なる場合があります。

詳細の外来スケジュールにつきましては、ホームページまたは院内掲示をご確認ください。

※青字は原則予約制です。

※紹介状をお持ちの方は、事前予約が可能です。(一部診療科を除く) ※休診日・・・日曜日、祝祭日、第2・第4土曜日、12月29日から1月3日