ゆうかり便り

静岡徳洲会病院会報誌＊yuukaridayori　vol.93

11・12
November・December

平成25年10月20日「医療法人　徳洲会」と「特定医療法人　沖縄徳洲会」の臨時理事会が開かれました。そこで徳田虎雄理事長は、去る9月中旬の東京地方検察庁の家宅捜索以来、一連のマスコミ報道によって患者様や職員家族、取引先などに多大な不安を与えていることを改めて謝罪し、一連の事態の責任を取って理事長職を退任しました。新理事長には、鈴木隆夫副理事長が選任されました。鈴木新理事長とは33年前、私が医学部6年生の時に出会い、その情熱に打たれ、その場で徳洲会入職を決めた経緯があります。

今後はグループとしても反省の上に立って修正すべきところは一日も早く実行し、新体制の下、徳洲会の「生命だけは平等だ」の理念を基本に、地域医療を更に充実させるべく努力する所存でありますので、ご指導・ご鞭撻のほど何卒よろしくお願い申し上げます。

特定医療法人 沖縄徳洲会

静岡徳洲会病院

院　長 相澤　信行

基本理念

生命だけは平等だ！

～健康と生活を守る病院～
～生命を安心して預けられる病院～

診療科目

内科・外科・整形外科・小児科
歯科口腔外科・耳鼻咽喉科・皮膚科
婦人科・神経内科・循環器科
泌尿器科・脳神経外科・形成外科
リウマチ科

診療時間

●午前診療受付　平日・土曜　8:00～12:00
●夕方診療受付　平日のみ　16:30～19:00
※時間帯により診療科目が限定されます

《入院面会時間》
12:00～20:00

●急患は年中無休・24時間いつでもお受けします（内科・外科）

無料駐車場 250台有

公共交通機関での来院の場合

JR東海道線「安倍川駅」より、タクシーで約10分
JR東海道線「静　岡　駅」より、バスで約30分
静岡鉄道　「新静岡駅」より、バスで約30分

バスは下記の中原池ヶ谷線・東新田下川原線をご利用ください。
中原池ヶ谷線　「徳洲会病院」行き 徳洲会病院下車
東新田下川原線「徳洲会病院」行き 徳洲会病院下車

特定医療法人 沖縄徳洲会　静岡徳洲会病院 広報室
〒421-0193 静岡市駿河区下川原南 11 番 1 号　TEL:054-256-8008(代表) FAX:054-256-8020
ホームページ：http://www.shizutoku.jp/　メール：web-shizuoka@tokushukai.jp

部署便り ①

通所リハビリテーション

みなさんこんにちは！ 通所リハビリテーションです♪

体、動かしていますか？

静岡徳洲会病院通所リハビリテーションです。
みなさん、ご自宅での生活の中で、体を動かすのって、なかなか大変ではありませんか？
そのうち外出や趣味がおっくうになって、トイレに行くのが大変だな～お風呂に入るのがめんどくさいな･･･等々
まだまだ動けるのにもったいない！
自宅にひきこもっているのはもったいない！
そんな皆様に1人1人に合ったリハビリを提供していく介護保険適応のデイケアです。

専門スタッフが笑顔・元気をお届けします！

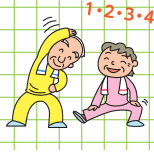
明るく元気いっぱいのスタッフがリハビリと癒しをご提供いたします。
ご利用の際にはご自宅から病院まで車で送迎いたしますので、交通の心配もございません。
●理学療法士 個別にプログラムを組み皆様のリハビリを一手に請け負います。
●看護師 健康管理、体調のご相談、親身に聞きます！
●介護士 介護の事ならおまかせあれ！

1日のスケジュール

8:30～
ご自宅へお迎えに伺います

9:30～
当施設到着
バイタルチェック
個別リハビリ・足浴等
リラクゼーション

11:00～
集団体操



12:00～
昼食

13:00～
午前同様
リハビリ等

16:00～
ご自宅へ
お送りします

お問い合わせ

静岡徳洲会病院　通所リハビリテーション

直通電話　054－256－8048
営業日　月～土曜日　祝日営業(8:30～17:00)　担当　河内(こうち)
※ご利用の際には介護保険認定が必要です。
※見学・1日お試し(食事代600円)随時実施しております。お気軽にお問合せ下さい。

部署便り ②

栄養管理室

秋が旬の食材は栄養いっぱい

秋刀魚・さつまいもや栗、くだものなど、
秋を代表する食材は栄養豊富です。
でも、天高く馬肥ゆる秋、食欲の秋…ともいうように、
食べ過ぎにも気をつけたいところ。
実りの秋を楽しみながら、
健康的な食生活を送りたいものです。

オススメ食材

きのこは低カロリーという点で、
食べ過ぎが気になる方にはオススメの食材！！
食物繊維のほかに、ビタミンB類、ビタミンDも豊富です。

秋の味覚には、さつまいも、果物、きのこなどの食物繊維が豊富な食べ物が多い

食物繊維は役に立たない食べ物のカスといわれていましたが、現在は腸内環境を整えて便秘を予防してくれるほか、余分なコレステロールを体の外に排出し、急激な血糖値の上昇を防ぐ働きもあることがわかっています。食物繊維は野菜・きのこ・海藻類・いも類に多く含まれています。

きのこあんかけ茶碗蒸しレシピ

きのこの香りで普段の茶碗蒸しを秋仕様に。
あんがかかるので、茶碗蒸しはうす味に仕上げましょう。
きのこあんは豆腐や厚揚げにもおススメです。

材料

茶碗蒸し（4人分）

・卵	2個
・だし	300cc
・塩	小さじ1/4
・みりん	小さじ1
・酒	小さじ1
・ぎんなん	1個
・鶏ささみ	80ｇ
・にんじん	20ｇ

きのこあん（4人分）

・しめじ	100ｇ
・しいたけ	3枚
・だし	150cc
・しょうゆ	大さじ1
・みりん	大さじ1
・砂糖	小さじ1
・酒	大さじ1
・水溶き片栗粉	適量
・三つ葉、柚子	

作り方

茶碗蒸し

①ボウルに卵を溶きほぐし、だし・塩・みりん・酒を加え、混ぜてこす。
②器に鶏肉、ぎんなん、にんじんを入れ、②の卵液を注ぐ。
③蒸気の上がった蒸し器に③を入れ、強火で1分、弱火で12～15分蒸す。
④竹串を指して透明な汁が出てきたら茶碗蒸しのできあがり。
　濁った汁が出てきたら、もう少し蒸してください。

きのこあん

①きのこを適当な大きさに切る。
②鍋にだし、しょうゆ、みりん、砂糖、酒を入れて煮立たせ、きのこを加える。
③きのこに火が通ったら、火をとめて水に溶いた片栗粉を加え、
　再び火をつけとろみをつける。

茶碗蒸しに
きのこあんをかけ、
お好みで三つ葉、
柚子をかざれば
完成！

1人分の栄養価

・エネルギー	137kcal
・たんぱく質	12ｇ
・脂質	6.2ｇ
・塩分	1.3ｇ

●11月診療日のご案内

		月	火	水	木	金	土
午前診療 受付 8:00～12:00 診療 9:00～	内科	●	●	●	●	●	●
	神経内科						●※1
	循環器科	●	●	●	●	●	●
	外科	●		●		●	●
	整形外科	●	●	●	●	●	●
	関節外科	●	●		●	●	
	リウマチ科		●		●	●	
	心臓血管外科		●	●			●
	脳神経外科	●			●	●	
	小児科	●	●	●	●	●	●
	皮膚科			●			
	形成外科（受付10:30迄）						●※2
	耳鼻咽喉科	●		●		●	●
	泌尿器科（受付11:30迄）		●	●			
	婦人科		●	●	●		
	歯科口腔外科	●	●	●	●	●	●
午後診療 要事前連絡	脳神経外科					●※3	
	歯科口腔外科	●	●	●		●	
夕方診療 受付 16:30～19:00 診療 17:00～	内科	●	●	●	●	●	
	外科	●	●	●	●	●	
	小児科		●			●	
	整形外科		●				
	歯科口腔外科	●				●	

急患は年中無休・24時間
いつでもお受けします。

（内科・外科による受付）

紹介状がなくてもお受けしますが
初診に限り保険外併用療養費として
1,050円をご負担頂きます。

診療日の変更・休診もございます

とくに初診時には、来院前に下記まで
お問合わせいただく事をおすすめします。

tel.054-256-8008

※1：2日と16日　※2：2日と30日
※3：22日

●25年11月公開医療講座 入場無料！ 申込不要！

お問合せ先 静岡徳洲会病院・育友会 tel.054-256-8008

日・曜日	開始時間	講座名	場所	講師
8日（金）	14:00	ソケイヘルニア（脱腸）の日帰り手術 ～ダイレクトクーゲル法について～	静岡徳洲会病院 1階講義堂	外科
9日（土）	15:00	動脈硬化と睡眠時無呼吸症候群（SAS）について ～頸動脈エコーが体験できます～	静岡徳洲会病院 1階講義堂	検査科
15日（金）	14:00	日帰りで出来る下肢静脈瘤の治療 ～スカートをはいて街にでてみませんか？～	静岡徳洲会病院 1階講義堂	外科
18日（月）	14:00～18:30	歯科矯正（歯並びの治療）個別相談会 ★ お電話にてご予約のうえ来院下さい。★	静岡徳洲会病院	歯科口腔外科
20日（水）	14:00	がんのお話	葵区 アカデ美和	外科
	14:30	身体にやさしい手術		
21日（木）	14:00～16:00	インプラント（人工歯根）個別相談会 ★ お電話にてご予約のうえ来院下さい。★	静岡徳洲会病院	歯科口腔外科
22日（金）	14:00	いぼ痔の新しい治療法 ～痛みの少ないPPH法、切らずに治すジオン注～	静岡徳洲会病院 1階講義堂	外科
	14:00	知っていただきたい腎臓の話 ～あなたは腎臓を大事にしていますか？～	駿河区 長田生涯学習センター	看護部
	15:00	腎臓病教室 ～腎臓を守る食事～		栄養管理室
29日（金）	14:00	巻き爪・陥入爪で悩んでいるあなたへ ～痛みのない矯正法～	静岡徳洲会病院 1階講義堂	外科
	14:00	高額療養費について ～限度額と還付金について～	藤枝市 広幡公民館	医事課
	14:30	～介護保険の申請から利用まで～ 介護保険の上手な使い方		医療相談室

どなたでもご参加いただけます！お気軽にご来場ください♪※諸事情により時間、講演内容が変更になる場合がございます。