

2018年10月
第41号

ひまわり

とうみ
東御市民病院

〒389-0502 長野県東御市鞍掛198番地

TEL 0268-62-0050

FAX 0268-62-0400

URL <http://hospital.city.tomi.nagano.jp/>

発行責任者 結城 敬

第4回

東御市民病院

病院祭

～ おかげさまで25周年 ～

日時

平成30年10月27日 土

午前9時30分～午後3時

場所

東御市民病院

「第15回福祉の森ふれあいフェスティバル」共催

▼駐車場は、東御中央公園一帯（市民プール下・武道館・芝生）をご利用ください。

パネルディスカッション

- 第1部
「地域包括ケア
って何？」
- 第2部
「市民が安心して
くらせるまちづくり
をめざして」

展示ご紹介

- 一目でわかる
医療・介護・
福祉施設
- クリニックの
先生方
- 地域で医療を
支える方々

健康チェックコーナー

- 骨密度測定
- 体脂肪測定
- ロコモ度テスト

お楽しみコーナー

- ハンドアート
- 玉入れ
- 輪投げ
- ヨーヨーつり
- 助産所
フリーマーケット

※名称や内容については、当日までに変更になることがあります。あらかじめご了承ください。

お問い合わせ先 東御市民病院 電話:0268-62-0050



第1回 東御市病院等運営協議会の様子

8月3日（金）、東御病院等運営協議会の平成30年度第1回会議が市民病院で開催されました。

会議では、病院等の運営状況や、新公立病院改革プランに基づいた取り組み、これからの市民病院の目指すべき将来像などについての協議がなされ、各委員から活発な意見が出されました。

第1回 東御市病院等 運営協議会開催



委員1名の委嘱

巨峰の王国まつり

9月15・16日に開催された巨峰の王国まつりにおいて、東御市民病院では、骨密度測定と健康相談を行いました。骨密度への関心は高く、2日とも切れ間なくお客様が測定を受けられ、結果の説明を聞きながら健康相談をされていました。



骨密度測定・健康相談の様子



ストレッチャーを用いたけが人搬送の訓練

院内火災訓練

7月24日（火）、院内における火災発生を想定した火災訓練を行いました。



水消火器による消火訓練

訓練では、ストレッチャーを用いたけが人搬送、関係機関への通報、職員による水消火器を用いた消火等の訓練を行いました。

助産所ナースアウト

8月8日（ばいばいの日）に助産所とうみで「ナースアウト」が行われました。「ナースアウト」とは英語で、「Nurse」授乳する、「Out」外で」という意味があり、家から出てみんなで集まっておっぱ



ナースアウトの様子

いをあげようというイベントです。8月1日から1週間は世界母乳育児週間でもあり、母乳育児中のお母さんが集まって同時にとおっぱいをあげることで、自分の母乳で子どもを育てることの重要性を社会にアピールしていきます。

今年は「絵本の話」と同日開催し、14組の母子が参加しました。和気あいあいとした温かい雰囲気のおかげで、楽しい時間を過ごすことができました。



インフルエンザワクチン接種のお知らせ

平成30年度インフルエンザワクチン接種の予約は次のとおり受付いたします。インフルエンザワクチン接種の予診票を記入される前に、必ず説明文章をお読みください。中学生で、会場へ保護者の方が付添しない場合は、予診票の中の保護者の同意欄に必ずご記入ください。体温は、あらかじめご自宅で測って、ご記入ください。

小児（中学生以下の方）	左記以外の方
1 予約開始日 10月9日（火）	1 予約開始日 10月9日（火）
2 予約方法 小児予約専用電話回線【0268-62-5560】又は当院ホームページ等から、自動予約システムをご利用ください。 当院受付でも予約をお受けします。 ※予約受付時間 月曜日～金曜日（午前9時から午後5時）祝日を除く。	2 予約方法 代表【0268-62-0050】へ申し込みください。 当院受付でも予約をお受けします。 ※予約受付時間 月曜日～金曜日（午前9時から午後5時）祝日を除く。
3 接種日 10月20日、11月10日、17日、24日 12月1日、8日、15日、22日（各土曜日）	3 接種日 11月5日（月）から開始します。 ※接種終了日は12月27日（木）です。
4 接種場所及び時間 東御市民病院 正午から午後2時の間（受付時間：正午から午後1時30分）	4 接種場所及び時間 東御市民病院 毎週月曜日～金曜日の午後2時～3時の間 （受付時間：午後1時30分～2時）
5 料金 3歳未満1回目 2,000円 2回目 2,000円 3歳～小学生1回目の接種 4,000円 2回目の接種（希望者のみ）3,000円 中学生1回 4,000円 ※お支払いは現金のみです（カード払い不可）。 料金はおつりが出ないようご協力をお願いします。	5 料金 1回 4,000円 ◎後期高齢者等補助のある方1,300円 ※お支払いは会計窓口で お願いします。



管理栄養士の ヘルシーレシピ

鮭のきのこ蒸し



一人分:エネルギー 129kcal 塩分0.9g

材料(一人分)

B: たまねぎ	30g	A: 生鮭	60g
赤ピーマン	7g	塩	0.3g
しめじ	10g	料理酒	4g
まいたけ	10g		
植物油	3g		
しょうゆ	3g		
レモン	10g		

作り方

- ① Aの鮭に塩、料理酒で下味をつけます。
- ② Bの材料を、分量の植物油でさっと炒めます。
- ③ ①の鮭に②のをのせて蒸します。
- ④ 仕上がりには輪切りのレモンのをのせて完成です。



外 来 医 師 勤 務 表

平成30年10月現在

東 御 市 民 病 院

☆今後、医師が変更になることがあります。月間の予定表をご確認ください。

曜日	月		火		水		木		金	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
内 科	岡田 川瀬 岩橋		山家 岩橋 松河※		岡田 山家 岩橋 川瀬	岩橋 物忘れ外来 ※要予約	岩橋 松河※	多田 結城 ことばの外来	山家 第1・3・5 岡田 第2・4 川瀬 北原	北原
循環器 泌尿器科		岡田								上田医療センター 第1・3
外 科	高橋		高橋		結城 (予約)	結城	結城	山口 乳腺外科 多田	結城	
整形外科	藤川	奥泉	藤川		藤川	松葉 第1・3	藤川 奥泉	吉松 第1・3・5	藤川	吉松 第2・4
小児科	服部	服部	服部	服部 山崎 第2・3・4	服部	服部	服部	服部	服部	服部
発達外来							平林 第1・3・5 (予約)	平林		
産婦人科			徳平	徳平			徳平 第1・3・4 江夏 第2・5 婦人科のみ	江夏	徳平	渡邊 第2・4 婦人科のみ
眼 科	富山	山本	富山 第2・3・4・5		山本 第1・5 手術日 第2・3・4	山本 (不定期)	飯塚		富山 第1	
訪問診療				○				○		

※妊婦検診・婦人科検診は、予約が必要です。

※松河医師は11月1日(木)まで休診となります。

みまき温泉診療所

TEL.0268-61-6002

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午 前	総合診療 倉澤	総合診療 奥泉	総合診療 第1・3 倉澤 総合診療 第2・4・5 奥泉	総合診療 久堀	総合診療 奥泉	総合診療 久堀
午 後	総合診療 倉澤	総合診療 奥泉	整形外科 奥泉	総合診療 久堀	総合診療 第1・3・5 奥泉 整形外科 第2・4 奥泉	
訪問診療		○		○	○	

診療時間／午前 8:30～12:00(受付8:30～11:30) 午後 13:30～17:00(受付13:30～16:30)

※緊急の場合にはご連絡ください。ご相談の上、可能な限り対応いたします。

※**整形外科**は、原則として予約診療となっておりますので、お問い合わせください。

※急な痛みが生じた場合はご連絡ください。ご相談の上、柔軟に対応いたします。

人事異動の状況

新規採用者

5月1日付け



7月23日付け



9月1日付け



9月1日付け



10月1日付け

