

あおきホットライン

病院広報誌 自由に持ち帰りください。

10th Anniversary



特集
青木病院院長対談
 お!簡単リハビリ紹介!
 肩こりストレッチ

まちのパートナー
富沢医院・かみさとナーシングホーム
 あ!行くんべえ。本庄
 珈琲屋 コスタリカ

このちゃんの栄養科レシピ
たけのこのマスタード炒め
 き!になる情報
 病院機能評価ver.6.0へ更新

青木病院 外来診療表

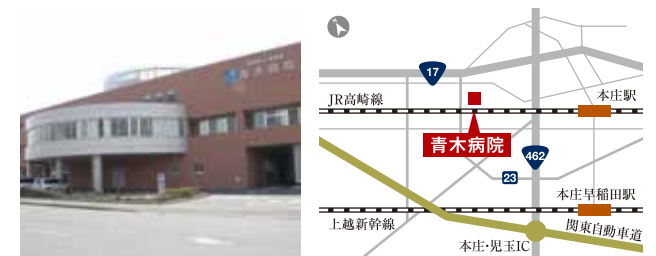
2012.4月現在

診療科		月	火	水	木	金	土
整形外科	午前	青木 隆志 渡邊 伯夫	今西 淳悟	青木 隆志	鳥尾 哲矢	青木 隆志 根岸 朋弘	第1,3,5 群馬大学医師 第2,4 青木 隆志 根岸 朋弘
	午後	青木 隆志 渡邊 伯夫	休診	青木 隆志	鳥尾 哲矢	青木 隆志 根岸 朋弘	根岸 朋弘
内科 消化器・肝臓 (橋本良明医師) 呼吸器 (野本泰介医師) (大塚健蔵医師)	午前	橋本 良明 大塚 健蔵	橋本 良明 禁煙外来 青木 三重子 大塚 健蔵	野本 泰介 青木 三重子 大塚 健蔵	野本 泰介 青木 三重子	橋本 良明 野本 泰介	糖尿病・甲状腺 専門医師 常勤医1名 大塚 健蔵
	午後	橋本 良明 野本 泰介 大塚 健蔵	15:30~診療 青木 三重子 大塚 健蔵	橋本 良明 青木 三重子	青木 三重子 大塚 健蔵	瀬田 玲子 野本 泰介	大塚 健蔵
外科 (9:30~診療)	午前	青木 謙二	休診	休診	青木 謙二	休診	休診
	午後	青木 謙二	青木 謙二		青木 謙二		
泌尿器科 (9:30~診療)	午前	休診	休診	休診	休診	松本 和久	休診
	午後					松本 和久	
循環器科 (14:30~診療)	午後	土屋 寛子	休診	休診	休診	第2,4 館野 利絵子	第1,3,5 中野 明彦 第2,4 後藤 耕作
リハビリ科	午前	月曜日~土曜日まで実施しています。					

※事情により、外来診療表の内容が変更されることがございます。 お電話でのお問い合わせ先(予約専用電話) **0495-25-5533**

【企画・発行】
 医療法人 青木病院 広報委員会
 〒367-0063 埼玉県本庄市下野堂1丁目13番27号
TEL.0495-24-3005 FAX.0495-24-3007
<http://www.aoki-hospital.com>

受付時間/午前 8:30~12:30 午後 14:30~17:30
 診療時間/午前 9:00~13:00 午後 15:00~18:00



患者さんのためには妥協しない それが青木イズム



―病院がめざしていることは？

「大規模病院よりも親切に、クリニックよりも幅広く」というスタンスを、私たちは大事にしています。患者さんには納得して治療を受けていただきたいので、丁寧にわかりやすく説明することを心がけていますし、患者さんご本人だけではなく、「一緒に住む」家族の健康も含めて支えるのが私たちの使命であると考えています。

一方で、病院はクリニックとは異なり、総合力が問われます。たとえば、整形外科を受診された患者さんでも内科の病気が隠れているかもしれません。当院は内科も充実していますから、「両方診ていきましょう」という提案ができます。また、総合力だけではなく、継続性も大事。病院は組織です。私が年を取ってパワフルに診療ができなくなっても、質を保ち続けられる

よう、常に先のことを考えて人を育てています。数十年というスパンではなく、百年先でもこの地域に住んでいる方々の健康を支援できる存在であり続けられればいいですね。

―質が担保された医療とは？

私たちは「急性期」の医療に注力していますので、急な病気や怪我を発症された患者さんを、まずは受け止め、しっかり導いてあげられる医療機関でありたいと思っています。当院では対応できない場合は、他の適切な医療機関を紹介するということも含めて、しっかり導いてあげることが私たちの使命です。今、全国的に救急医療の現場が疲弊しているといわれますが、もし、他の一部の病院が救急から撤退するとしても、私たちは最後の最後まで救急を続けたいと思っています。病気は、昼も夜も

平日も休日も関係なくやってくるものです。であれば、それに対応するのが私たちの使命です。

最近、職員たちの間で、「青木イズム」という言葉が自然に使われるようになりました。私たちが経営陣の「やるんだったら妥協せずにやろう」、「できない理由を挙げるのではなく、『どうあるべきか』をまず考えよう」といった姿勢にみんなが共鳴してくれた結果、青木イズムという言葉が自然に生まれたようです。

―最後に、新年度に向けて。

4月には診療報酬改定が行われました。今回は介護報酬との同時改定だったこともあり、医療と介護の連携が一つのカギになっています。

当院で治療を受けて良くなった患者さんには、退院後もその状態を維持するか、さらに

良くなっていたかと思っております。ですから、地域で介護を担う人たちに医療について伝えていかなければいけませんし、逆に私たちも介護のことをもっと学ばなければいけないと思っています。そのため、地域の医療スタッフ、介護スタッフとともに学び、コミュニケーションを取る場をつくっていきいたいと考えています。

医者という仕事を選んだ時点で、いずれは地元に戻って、この病院を継ぐかと思っていました。そして、現在の土地に移転し、院長になったときには「この地域のために生きよう」という覚悟ができていました。それから10年。その覚悟は今でも変わっていません。地域全体の医療をより活気づけ、地域の方々により安心して暮らしていただくために、私たち自身、さらに生き生きと日々の診療に取り組んでいきたいと思っています。

このちゃんの
栄養科レシピ

たけのこの マスタード 炒め



春の味覚を代表する
食材といえば、たけのこ
独特の旨みと
シャキシャキの食感で
春を感じてみては
いかがでしょうか

調理時間 / 10分
45kcal(1人分)

和食のイメージが強いたけのこを、今回はあえて、洋風の炒め物にアレンジしてみました。たけのこは、食物繊維、カリウムが豊富に含まれています。食物繊維は、便秘解消や、大腸がん予防になるほか、コレステロールの吸収を防ぐため、動脈硬化予防にも効果があります。カリウムには、ナトリウムの排出を促進し、血圧を下げる作用があり、高血圧予防に期待できます。たけのこはヘルシー食材で料理の応用もきくため、お好みでアレンジしてみたいはいかがでしょうか。

材料(4人分)

- 茹でたけのこ・・・200g
- オリーブ油・・・小さじ2
- 粒マスタード・・・大さじ1
- 塩・・・・・・・・・・少々
- 粉パセリ・・・・・・お好みで



たけのこをいちよう切りに。



軽く熱したフライパンにオリーブ油を敷く。



たけのこを入れ、軽く炒める。



粒マスタード、塩を入れてさらに炒める。

はじめまして!!
栄養士のこのちゃんです。
これから当院で提供している
栄養科レシピをたくさん
紹介していきます。
よろしくお願ひします。



中野古乃佳
(このちゃん)

みんなの 連携先医療・福祉機関紹介 まちのパートナー

青木病院のパートナーを紹介します。

福祉編 第1回

かみさと
ナーシングホーム

介護支援専門員 辻 敏光 さん



Q.特色を教えてください。

まずはこの地域では少ない「介護老人保健施設」という役割を担っていることです(本庄市児玉郡で4施設)。「介護老人保健施設」はリハビリテーションを中心としたサービスを提供し、在宅復帰を目的としています。そのため医師、看護師、介護士に加え、理学療法士、作業療法士などリハビリテーションを専門とした職種を配置しています。

かみさとナーシングホームでは入所して3ヶ月は「毎日(日曜日)」リハビリを行い、在宅復帰を全面的にサポートしています。

Q.大切にされていることを教えてください。

地域に必要とされる存在になることです。リハビリテーションに特化し在宅復帰を目指すという機能は、医療と福祉の中間的な役割を担う存在だと考えています。利用者さんも病院からの紹介、ご家族からの相談、施設からの転所など様々なため、そのニーズも多種多様です。あらゆる場面の力になれる存在になりたいと努力しています。

Q.青木病院へのメッセージをお願いします。

近いということもあり、多くの接点があります。今後も医療・福祉を支える存在として互いに協力していければと思います。今後とも宜しくお願いいたします。



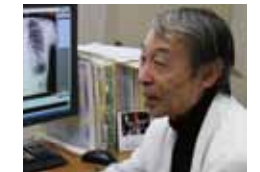
埼玉県児玉郡上里町大字金久保1336
TEL 0495-33-7070



医療編 第1回

富沢医院

富沢 峰雄 院長



Q.特色を教えてください。

「在宅医療」を積極的に行っていることです。ご自宅で医療機器の管理や身体の経過観察、加療が必要な患者さんの診療を行っています。本庄市はもちろん、伊勢崎市、藤岡市からも依頼があり、往診しています。

Q.大切にされていることを教えてください。

①「笑わせること!」…地域には多くの医療機関があり、それぞれに役割(得意分野)があります。自身(富沢医院)の役割は来院された患者さんに「笑顔」と「安心」を提供することだと考えています。帰宅される際に少しでも「笑顔」になっていただければうれしいですね。

②「顔の見える連携」…在宅医療にも通ずることで、医療機関同士、医療と福祉がもっと連携することが大切だと考えています。システム(連携バスや診療報酬)での連携ではなく、顔を合わせて交流し「腹を割って話す」関係を築くことを大切にしています。この先システムがどんなに高度になろうと心でつながり、人と人で膝を詰めて話をすることが基本であり、患者さんによりよい医療を提供するために必要だと考えています。

Q.青木病院へのメッセージをお願いします。

今後も「顔の見える連携」を宜しくお願いします!!



埼玉県本庄市中央1-1-3 TEL 0495-22-2270

(診療時間) ●月~土...9時~12時 ●月~金...15時~18時 ●休診日...日・祝日



あ! 行くんべえ。本庄

みなさん初めまして! 記念すべき第1回目は、開業して約50年と歴史のある『珈琲屋コスタリカ』に行ってきました。

お店の中から漂うコーヒーの香りに誘われて入ってみると照明・装飾・音楽(ジャズ)が調和し、どこか懐かしい隠れ家のような店内。

喫茶のほか、コーヒー豆の販売も行っており、今ではコーヒーを飲みに来る方より豆を買いに来るお客さんの方が多いとか。

オススメは?と聞くと「オススメはない」とオー

珈琲屋 コスタリカ



▲ベストが素敵なお客さんの角田祐二さん。



▲お店の外観も素敵♪
コスタリカ
 埼玉県本庄市銀座1丁目2-20
 TEL.0495-21-8608
 営業時間/11:00~20:00 定休日/火曜日

ナーの角田さん。そこには角田さんのコーヒーへの深い愛情があります。あらゆるお客さんのコーヒーを飲む状況・時間・好みの味をできる限りお聞きし、その雰囲気にあつた味・抽出方法を提供したいとのこと。角田さんが販売するオリジナルブレンド豆にはお客さんへの想いが詰まっています。

お客さんにとっては自分だけの「スペシャルブレンドコーヒー」。それって素敵! 常連さんが多いのは、自分だけの「コーヒー」が魅力なのですね。

ホットコーヒーでホットする…なんちゃって(笑)。

き! になる情報



青木病院のホームページに病院機能評価の審査結果を掲載しています。詳しくはこちら→<http://www.aoki-hospital.com/about/accreditation/>

病院機能評価 ver.6.0へ更新

このたび、公益財団法人日本医療機能評価機構による「病院機能評価ver.6.0」を受審し、無事に認定を更新することができました。

日本医療機能評価機構とは、医療機関の機能を中立的な立場で評価してくれる第三者機関であり、病院機能評価とは、病院が組織的に医療を提供するための機能が、適切に実施されているかどうかを評価する仕組みのことです。

その評価の対象は「病院組織の運営と地域における役割」「患者の権利と医療の質」「療養環境と患者サービ

現在、全国の病院の約3割がこの認定を受け、「認定病院」となっています。認定されるには、常に良い病院作りを目指して成長し続けるという、継続的な努力が必要であり、その努力の結果を形として表したものが、「認定病院」になることであると思います。

今後、病院の理念である「患者さまに信頼され満足していただく医療の実践」を果たすために、今以上に努力をしていきたいと思

お! 簡単リハビリ紹介!

~これなら毎日できるぞ~

肩こりストレッチ

肩こりとは?…肩こりの原因で、一番多くみられるのは「筋肉の疲労」です。デスクワーク等による「長時間での同じ姿勢」、これに伴う「不良姿勢」「机と椅子のアンバランス」「不良姿勢による長距離運転」など、“全身を使わず、同じ筋肉のみ使いつづける”結果、筋肉が疲労をおこし、肩こりという症状となってあらわれるのです。また、悩み・ストレスによる首や肩周辺の筋肉の緊張も、肩こりのもう一つの要因です。

どのストレッチも伸ばせるところまで伸ばして、20~30秒間姿勢を保つようにしましょう。

1

頭を前後左右に倒し、ぐるっと回します。

2

片手を上に上げて肘を曲げ、反対の手で肘を体側に引っ張ります。手を組みかえて反対側も行います。

3

片手を伸ばし、反対側の肘を曲げて胸の方に引きつけます。手を組みかえて反対側も行います。

4

両手を組んで手のひらをぐりと外側に向け、水平に前へ押し出しながら、背中を丸めます。



力を込めて無理にストレッチをしようすると、筋肉が逆に疲労してしまうので、無理をせず、気持ちのいい程度で行ってください。また、体が温まっているときに行う方が筋肉もリラックスしているため効果的です。