

健康フェスタに参加



高萩協同病院受付ブース

さる9月29日(日) 高萩市総合福祉センターにおいて高萩市主催の「健康フェスタ」に参加し講演会と健康相談を行いました。講演会は筑波大学附属病院水戸地域医療教育センター総合病院水戸協同病院、県北医療センター高萩協同病院、感染症科、総合診療科 加藤 幹朗 医師による「頻尿、それって尿路感染？」の講演を行いました。

健康相談コーナーでは、血圧や血管年齢の測定や、来場者の方々の相談に対し当院看護師が



健康相談／検査：金澤部長 事務：木原課長

対応させていただきました。今年が初参加となりましたが、健康相談コーナーには176名、講演会には127名の方に来ていただきました。多くの方が足を運んで下さりありがとうございました。

また、当院では毎月第3土曜日14時～16時イオン1階エスカレーター前にて健康相談を行っておりますので、気軽にお声かけください。

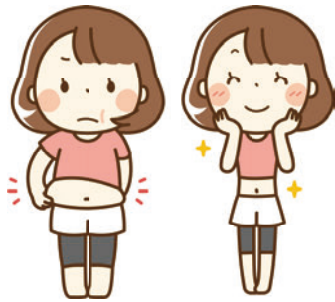


血圧についての相談が多く寄せられました



加藤幹朗先生の講演

ママとベビーの ヨガ始めました



「息抜きがしたいなあ」
「育児について相談したい」
「産後太りを解消したい」
そんなお母さんへ、赤ちゃんを連れて参加できるヨガでリフレッシュしませんか？

ヨガを通して、気持ちが楽になり、笑顔になれるそんな場所にしていきたいと思っています。



増子師長

長谷川助産師

菊池助産師

ママと
ベビーの
ヨガとは？

お母さんと赤ちゃんが触れ合
いながら一緒に行うヨガです。
ママが癒されることを目的と
した内容になっています。
ママだけのヨガ、ママと赤
ちゃんが一緒にやるヨガ、ベビー
マッサージなどを組み込んだ内
容になっています。





ママに

いいます

●産後の不快な症状(肩こり・むくみ・ストレス)を和らげます



赤ちゃんに

いいます

●運動能力が高まり、脳や身体の発達を促します

●抵抗力、免疫力、消化機能を向上させます

●親子の絆、信頼関係を深めます

ママと
赤ちゃんの
双方に
いいます



第1回ママとベビーのヨガを 7月22日に開催しました。



※写真はスタッフへの講習会

次回開催等の詳細は高萩協同病院HPをご覧ください。

<http://takahagi-kyodo-hp.jp/>

身体がかたくて心配…。 **ヨガ初心者大歓迎です。**

気軽に参加してください♪

皆さんの参加をお待ちしております。

診療のご案内

県北医療センター高萩協同病院

【受付時間】 午前7時から11時30分まで（土曜日は11時まで）
※但し、一部の科において受付終了時間が異なる場合がありますので備考欄を参照して下さい。
※救急の際は24時間診療体制になっております。
【診療日】 月曜日から（第1・3・5）土曜日
【休診日】 日曜日／祝祭日／（第2・4）土曜日／年末年始（12月29日から1月3日）

診療科番号				月	火	水	木	金	土
⑪・⑫	内科	午前	1診	総合内科／初診担当 青山 英樹	総合内科／初診担当 青山 英樹	—	総合内科／初診担当 青山 英樹	—	—
			2診	総合内科／初診担当 中村 一希	—	総合内科／初診担当 中村 一希	—	総合内科／初診担当 中村 一希	—
			3診	—	—	—	—	総合内科／交代制 長崎 一哉 内田 卓郎	循環器内科/交代制 （※※）
			4診	総合内科／予約 渡辺 重行	—	総合内科／予約 小林 裕幸	総合内科／予約 加藤 幹朗	総合内科／予約 森山 直子	総合内科 交代制
			5診	—	糖尿病内科／予約 大根田 実	—	循環器内科／予約 廣江 道昭	循環器内科／予約 （筑波大学）	—
			6診	—	腎臓内科／予約 田原 敬	—	—	腎臓内科／予約 田原 敬	—
		午後	1診	—	—	—	—	—	—
			2診	—	—	—	—	—	—
			3診	総合内科／初診担当 森山 直子	総合内科／初診担当 森山 直子	総合内科/初診 青山 英樹	総合内科／初診担当 加藤 幹朗	総合内科／初診担当 加藤 幹朗	—
			4診	総合内科／予約 渡辺 重行	—	—	—	総合内科／予約 渡辺 重行	—
			5診	—	—	循環器内科／予約 岡部 雄太	循環器内科／予約 廣江 道昭	—	—
			6診	—	—	—	—	腎臓内科／予約 田原 敬	—
	受付時間 午前 7：00～11：30 午後 13：00～16：00（土曜日は7：00～11：00） ※※土曜日の循環器内科の診療は予約の患者さんのみです。								
⑭	外科	消化器 外科	午前	近藤 匡	松尾 康平	中野 順隆	古田 智章 （筑波大学）	塚本俊太郎（第1・3・5） 松村英樹（第2・4）	交代制
		乳腺 外科	午前	—	橋本 幸枝	—	—	—	—
			午後	—	橋本 幸枝（予約）	—	齋藤 剛（予約）	—	—
	受付時間 午前 7：00～11：30 午後 13：00～16：00（土曜日は7：00～11：00） ○土曜日の診療は9時30分より開始となります。								
⑭	脳神経 外科	午前		金子 庸生	金子 庸生	—	金子 庸生	日野 天佑 （筑波大学）	金子庸生（第1） 交代制（第3）
		午後		金子 庸生 （※）	金子 庸生 （※）	—	金子 庸生 （※）	—	—
		受付時間 午前 7：00～11：30（土曜日は7：00～11：00）							
		※月曜日・火曜日・木曜日の午後受付時間 13：30～15：00 診療開始14:00～ ○月曜～木曜の午前および第1土曜（金子医師）の診療は10時より開始となります。							
⑬	整形外科	午前	1診	井汲 彰	井汲 彰	井汲 彰	井汲 彰	寺嶋 祥	交代制
			2診	野上 裕子	寺嶋 祥	十時／熊谷	野上 裕子	柴尾／熊谷	—
			3診	—	—	—	—	—	—
			脊椎専門外来	—	—	—	船山 徹（予約） （第2・4）	—	—
		午後	脊椎専門外来	—	—	船山 徹（予約） （第1・3・5）	船山 徹（予約） （第2・4）	—	—
			受付時間 午前 7：00～11：30（土曜日は7：00～11：00）						
⑪	皮膚科	午前		—	—	小川 達也	—	倉持 美也子	倉持 美也子
		午後		—	—	—	—	倉持 美也子	—
		受付時間 午前 7：00～11：30 午後 13:00～16:00 診療開始13:30～（土曜日は7：00～11：00）							
⑮	産婦人科	午前	1診	佐伯 吉彦	佐伯 吉彦	佐伯 吉彦	伊藤 浩子 （※）	佐伯 吉彦 （※）	交代制
			3診	伊藤 浩子	小関 剛	伊藤 浩子	佐伯 吉彦	伊藤 浩子	交代制
			4診	井上 久美子	伊藤 浩子	渡邊 之夫	井上 久美子	小池 数与	交代制
		午後	1診	井上 久美子	渡邊 之夫	—	渡邊 之夫	—	—
			3診	佐伯 吉彦	伊藤 浩子	渡邊 之夫 （※※）	佐伯 吉彦	—	—
			4診	小池 数与	—	—	井上 久美子	—	—
			新生児一ヶ月健診	—	—	—	新生児科	—	—
		受付時間 午前 7:00～11:30 午後 13:00～15:00 診療開始14:00～（土曜日は7:00～10:00）							
		産褥外来は木曜日の午後となります。							
		※木曜午前の伊藤医師・金曜午前の佐伯医師の診療は、病棟診療のためお待ちいただく場合があります。							
※※水曜午後の渡邊医師の診療枠は産婦人科の診療のみ・妊婦健診に関する診療は行いません。									
⑩	耳鼻 咽喉科	午前		小泉 仁志	—	—	西村 文吾	—	—
		午後		小泉 仁志	—	—	西村 文吾	—	—
		受付時間 午前 7:00～11:30 午後（月）13:00～15:00（診療開始は13:30～）（木）13:30～15:30（診察開始は14:00～）							
⑯	歯科・ 口腔 外科	午前		野地 秀彦	野地 秀彦	野地 秀彦	野地 秀彦	野地 秀彦	☆野地 秀彦 （第3）
		午後		野地 秀彦	—	野地 秀彦	★野地 秀彦 （第1・2・4週目）	野地 秀彦	—
		【予約制】 受付時間 午前:7:00～11:30（診療開始は8:30～） 午後 13:30～16:00（診療開始は14:00～） ☆第3土曜日のみ診療を行います。（受付時間 土曜日は7:00～11:00） ★第3週目の木曜日の午後は休診になります。（12月は19日が休診です）							



高萩協同病院の産後食変更に関して



2019 年 4 月に赴任し、病院の食事を改善したいとの助産師さんの声を聞き、どのようにしたら妊婦さんに美味しい食事を届けることができるだろうかと、スタッフ、栄養部と相談しながら色々試行錯誤をしてきました。味だけでなく、見た目も大事なので食器を選び、試食をしながら、これなら喜んでもらえるだろうと思える食事を提供し始めました。ただ、まだまだ改善しなくてはいけない問題もあり、今後の課題は食事の量や、さらなる美味しいと思えるような食事の内容を追求するため、様々な部署と連携しながら改善していく予定です。ご期待下さい。

産婦人科 伊藤浩子



祝い膳



祝い膳



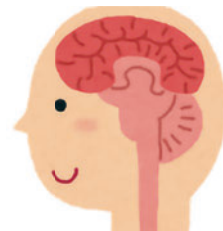
祝い膳



Les petites mains の
焼き菓子・ケーキ



脳ドックのご案内



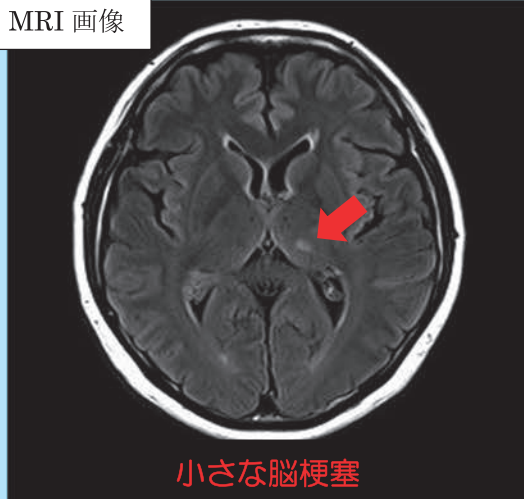
脳卒中（脳梗塞・脳出血・くも膜下出血）の予防目的で行います。
脳卒中は半身不随や認知症などの後遺症を引き起こすため、
「介護が必要になった理由」では第1位です。

検査内容

MRI…磁気で検査を行うため、X線による被ばくはありません。縦、横、斜めなどのあらゆる方向から脳の断層像が見ることができ、脳の構造や病巣、性質まで詳しく分かり、小さな脳梗塞なども映し出せます。

MRA…検査方法はMRIと同じです。
MRAでは脳の血管を立体画像として映し出せます。
動脈硬化が進行して細くなっている血管を発見したり、くも膜下出血の原因となる脳動脈瘤を発見したりできます。

MRI 画像



小さな脳梗塞

MRA 画像



小さな脳動脈瘤

こんな方におすすめです

- 🌸 40歳以上で今までに検査したことがない方
- 🌸 高血圧・糖尿病・肥満を指摘されている方
- 🌸 血縁者で脳卒中になった人がいる方
- 🌸 頭痛がある、手足のしびれがある方
- 🌸 物忘れが気になる、最近やる気が出ない方

料 金 🌸 19,352 円（税込）

問合せ ☎ 0293-23-1122 健康管理センター

★ 日帰りドックのオプション、または単独でもお申込み下さい ★

脳卒中は死や生活が変わる
恐ろしい病気です。
脳ドックでわずかな
兆しをとらえ
発症予防をしていきましょう

新任医師紹介



整形外科
寺嶋 祥
(てらしま しょう)

はじめまして、10月から赴任しました整形外科の寺嶋 祥と申します。
医局は筑波大学で整形外科1年目になります。
専門分野はまだありませんが、外傷や関節痛を中心に診療に携わっています。

まだ若輩者ではありますが、地域医療に貢献できるよう精進致します
のでご指導ご鞭撻のほどよろしくお願いいたします。



訪問診療を行っています



訪問診療って？

- ・病院への通院が難しい患者さんに対して
計画的な医療サービス＝診療を行う事です。
- ・月に2度の訪問診療を行うため、容体悪化の予防や施設に居ながらの
長期療養も可能になります。
- ・「毎週〇曜日の〇時に」と約束をして医師が訪問の上、診療する
ものです。
- ・1週間ないし2週間に1回の割合で定期的、且つ計画的に訪問し
診療、治療、薬の処方、療養上の相談、指導等を行います。

どんな人が 対象なの？

「通院や入院が難しく、ご自宅での療養を希望される方」が
対象です。

- 例)
- ・末期がんなど、自宅での療養を希望される方
 - ・人工肛門などの処置が自分だけでは出来ない方
 - ・認知症など環境変化で落ち着き（興奮する・暴れるなど）がなくな
る方
 - ・自力で通院が難しい方

診療について

診 療 日 月曜日午後（都合により水曜日午後となる場合もあります）
診 療 時 間 月2回 1回に15分～30分
訪問エリア 当院から半径16km圏内（車で30分程度）

お申込み・ お問い合わせ

訪問看護師（3東病棟） 鈴木 三恵子 ・ 鈴木 玲子
又は、患者サポート室（売店前）、各外来診察時担当医へ
ご相談ください。