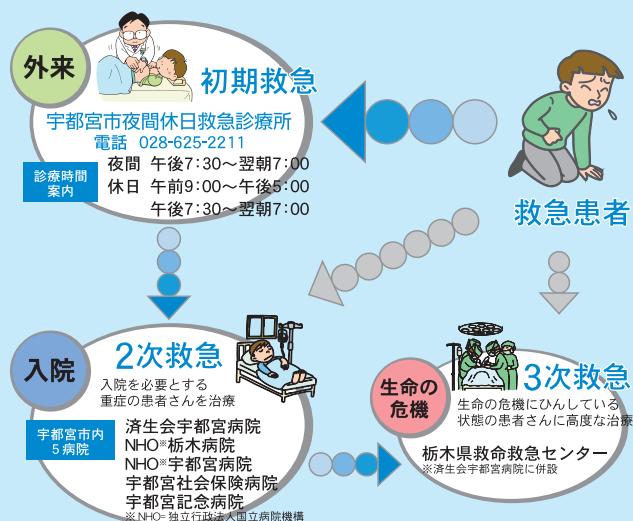


お子さんの急な病気やけがで心配なとき、
ご連絡ください。
看護師が対応のアドバイスをいたします。



診療実績	9月	10月	11月
延外来患者数	33,911人	33,176人	32,877人
実入院患者数	1,232人	1,349人	1,318人
平均在院日数	14.0日	13.3日	13.4日
救命救急センター患者数	1,402人	1,412人	1,337人
救急車台数	421台	443台	430台
手術件数	528件	554件	543件



編集後記

みやのわ
編集委員の



新年明けましておめでとつございます。
新しくなった「みやのわ」をごままで読んでくださってありがとうございます。
今年も皆さんの知りたい情報を分かりやすく提供できるよう、編集委員一同頑張ります。それでは、今年の意気込みを一言ずつお願いします！

さとう

昨年、第二子が誕生してから上の子を怒ることが増えてしまった。子供がどんどん成長していくように、親としてしっかり成長していかなくてはと思う……。

よしずみ

今年こそは東京マラソンに当選できますように……
トレーニングして体を鍛えたいと思います！マッスル・マッスル！

すぎ

二十代最後の一年となります。月並みですが、たくさん仕事をして、たくさん遊んで、色々な事を吸収して、一回りも二回りも成長したいと思っています！

こだいら

二十代最後の一年ですが、恐れも不安ありません。

みずこし

食べるのが大好きな私。今年は食べすぎに注意しながらたくさんのおいしいものに会いたいです。

せんば

健康のため定期的にスポーツすること、昨年はできなかった登山に行きたいです。

あきやま

今年の目標は、昨年末から始めた日課のウォーキングを続けることと毎年恒例となりつつある富士登山をすることです。体力をつけて、みやのわへパワーを注入したいと思います。

ちょこっとメモ

生活習慣病予防週間

2月1日～7日

生活習慣病は、糖尿病や高血圧症、高脂血症など、生活習慣と深く関わりがある病気を総称したものです。

生活習慣病予防週間は、「多くの人が自分の生活習慣を見直し、改めてもらうために必要な情報を提供することを推進する週間」としています。今回の「みやのわ」では、健康づくりのための効果的な歩き方が載っていましたね。皆さんがますます健康に、楽しく毎日を過ごせるように、微力ながら「みやのわ」もサポートしていきたいです。

…でも、まずは委員自身が「みやのわ」をよ～く読んで正月太りを解消しなければいけないかも!?

こもり
今年は宇都宮マラソンに出たいと思います。運動経験はゼロですが、頑張ります！

こじま
今年は薬膳料理を習得したいと思います！自分の体調に合わせた料理を作り、食べる。健康管理の基礎ですね。

しばた
今年の抱負は、たくさん場所に行って、いろんな人と話して、もっといろんなことを知ろうと思います。

「みやのわ」バックナンバーのお知らせ

過去1年分の「みやのわ」を、1階エントランスホール「院外処方せんFAXコーナー」(栃木銀行前)に設置しております。また病棟デイルームには前号の「みやのわ」を設置しておりますので、宜しければお持ち帰りください。