地域と病院をむすぶネットワーク情報誌



69 2020.10 AUTUMN

特 集

### 糖尿病の新しい考え方 糖尿病・内分泌内科 主任診療科長/友常 健 出会いから始まる糖尿病看護

糖尿病看護認定看護師 / 長島 まゆみ



糖尿病ケアチームのスタッフ

• リレーエッセイ

Information

副院長 飯田 俊彦

新型コロナウイルス感染症に対する当院の感染対策について

は

じ

め

# 糖尿病の

い考え方

ついてご紹介します。 回、糖尿病治療に大きく影響を与える゛スティグマ〟に 日常生活に大きな制限が加わることもありません。今 1型糖尿病もあります。また、糖尿病だからといって くても糖尿病になる人も多く、 糖尿病になるわけではありません。不摂生をしていな ませんか?でも実際は違います。不摂生な人がみ みなさんは糖尿病を「本人の不摂生が原因で、 人並みの生活は送れない」病気と考えて 生活習慣とは無関係な

んてい

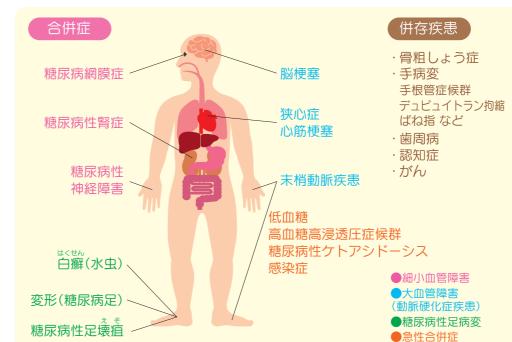
な 0

# ス 1

誤ったイメージを〝負の烙印(スティグマ)〟と言いましてしまう方が多くいらっしゃいます(図1)。このか治療に消極的になり、糖尿病やその合併症が重症化したりするケースがあります。その結果、糖尿病を隠すによって、糖尿病の方が不利益を受けたり嫌な思いを 隠さずにいられる社会を目指す取り組みへの支援 す。近年、このスティグマに加え、糖尿病であることを -ボカシー)が重要視されてきています。 糖尿病についての誤ったイメージが拡散されたこと

# 病と

図1:糖尿病の合併症と併存疾患



# ●急性合併症

図2:コントロール目標値 血糖正常化を 目 標 目指す際の目標

コントロール目標値 注4) 合併症予防 のための目標

治療強化が 困難な際の目標

HbA1c(%)

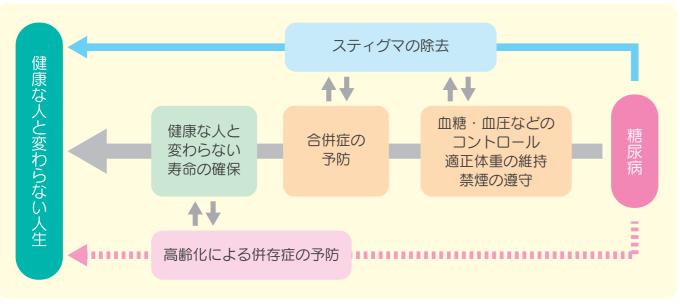
6.0 未満

7.0 未満

8.0 未満

治療目標は年齢、罹病期間、臓器障害、低血糖の危険性、サポート体制などを考慮して個別に設定する。

- 適切な食事療法や運動療法だけで達成可能な場合、または薬物療法中でも低血糖などの副作用なく達成可 能な場合の目標とする。
- 合併症予防の観点からHbA1cの目標値を7%未満とする。対応する血糖値としては、空腹時血糖値 130mg/dL未満、食後2時間血糖値180mg/dL未満をおおよその目安とする。
  - 低血糖などの副作用、その他の理由で治療の強化が難しい場合の目標とする。 いずれも成人に対しての目標値であり、また妊娠例は除くものとする。
    - 出典:日本糖尿病学会 編·著:糖尿病ガイド2020-2021,P.33,文光堂,2020



出典:日本糖尿病学会 編·著:糖尿病ガイド2020-2021,P.31,文光堂,2020 より改変

も少しずつでも良いので、「体に良いこと」を

にする事です。そのためには、理想的でなくて

「日々行う」ことが重要です。一方、治療で問題

社会生活や家計に大きな問題が起きないよう

よって起こる様々な合併症で、

糖尿病の方の

しょうか?それは、

それでは、

糖尿病の治療をする意義は何で

悪い血糖コントロ

ルに

尿病治療

の意義

# 尿病治療 ح ステ 1

マ

影響されています。

こる「放置」です。これらはスティグマに強く

や一人で抱え込んだ結果の「諦め」によって起

となるのは、

糖尿病についての「知識の欠如」

ことが必要です。 には、 をはじめ周囲の人々が積極的に る」と糖尿病の方自身のほか、医療者やご家族 値観に基づいて自由に生活をすることができ 込みを無くすためには「糖尿病でも自分の価 ます。「糖尿病があるから○○○でなければな い込みがスティグマを強くします。この思い らない」「△△△できるはずがない」という思 糖尿病の方が安心して治療に向き合うため スティグマの影響を弱める必要があり ″承認する″

糖尿病·内分泌内科 主任診療科長

## 友常

ともつね・けん

1976年 東京都出身 2002年 弘前大学医学部卒

弘前大学病院ならびに北東北の関連病院勤務を 経て2012年から当院内科勤務。2017年糖尿病 内分泌内科主任診療科長に就任。

好きな言葉は「柔軟心」、「莫妄想」と「知足」



# 院 で の糖尿 病治療

医の強み」と当院の「専門外来と総合病院の強他、通院や相談のしやすさなどの「かかりつけ 尿病の方を切れ目なく応援していきます。糖 ます。みなさんの近くで頑張る です。そこで当院では、地理的なメリットの 病気に対する考え方なども考慮する事が重要 疾患なのでスティグマの問題だけでなく、 ます。当院では医師だけでなく看護師、管理栄 尿病でお困りの事がありましたらお気軽にお み」を活かした、ダブル主治医制を推進してい 解決策を一緒に考えます。また、糖尿病は慢性 糖尿病の方が抱える療養上の問題点について 職種による <sup>″</sup>糖尿病ケアチ 養士、検査技師、薬剤師、理学療法士などの多 人ひとりのライフステージや生活スタイル、 .掛けください スティグマによる影響は様々な側面に及び の先生方と積極的に連携することで、 で協力して

活を送る中で、 外来通院している患者さんとご家族や、 糖尿病看護 糖尿病看護外来を行っています。糖尿病とともに日常生 外 かかりつけ医から紹介になっ

や不安などについて相談をお受け しています 午前 ·午後(予約制

身体や

心の変化は

人ひとり違うため、

困っていること

受診をご希望の方は

お気軽に内科外来にお声を掛けてください

日々の血糖値の確認、内服薬の服用や インスリン自己注射の手技の確認を行 い、日常生活で改善に取り組んだ結果 の振り返りや解決策について一緒に考 える支援をしています。

「糖尿病とは」「治療をどのように生活

の中に取りいれるか」「自己管理の方

法」「合併症」などについて、パンフレッ

トや模型を使用し、患者さんに合った

必要な知識を提供しています。

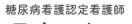
看護師と共に、 ます。退院に向けて不安がある患者さんには、 から依頼を受けてベッドサイがある方、糖尿病による合併 外来通院で血糖値が安定しなかった方、主疾患とは別に既往に 糖尿病による合併症がある方を対象に、 必要な情報提供や支援を 病棟看護師や退院支援課 、主治医や病棟看護師とは別に既往に糖尿病 5

病看護認定看護師が在籍しています 看護外来や退院に向けての支援を行う糖尿

# まる糖尿病看護

糖尿病の方は、予備軍を含め 2000 万人以上と言われています。 予備軍でも、動脈硬化の進行が早まり 脳梗塞や心筋梗塞などを引き 起こすとされています。 食事・運動・生活習慣の見直しが

大切です。毎日の習慣を変えることは とても難しいことですが、 できることから少しずつ 始めましょう。



長島 ま ゆみ

ながしま・まゆみ

糖尿病看護外来では、患者さ んと共に泣いたり、笑ったり、 喜んだりしながら、それぞれ の患者さんの立場に立った看 護ができるように心がけてい

### 地域の先生方からの依頼を受けて当院で対応している専門的治療

- ●栄養指導:エネルギー制限食、たんぱく制限食、カーボカウント※1 など
- ●持続皮下グルコース測定※2(CGM):インスリン療法を行っている方が対象
- ●妊娠中の血糖管理:1型糖尿病合併妊娠も対応可能
- ●持続皮下インスリン投与\*3(CSII)の外来導入

Check!

- ●透析予防外来(糖尿病性腎症外来):腎機能が eGFR 30ml/min/1.73m2 以下の方が対象
- ●血糖コントロール & 教育入院: 通常入院(7~14 日間)、糖尿病食体験コース(土日の1泊2日)
- ※1 食事に含まれる炭水化物の量を計算して糖尿病の食事管理に利用する考え方。
- ※2二の腕などにセンサーを装着して、グルコース値を連続して測定します。
- ※3 小型のポンプを装着して、持続的にインスリンを注入して血糖コントロールを行います。

# 糖尿病予防のために ••••

CHECK 1

3食バランスよく食べましょう。

適正な食事

- 黄・赤・緑色の野菜、海藻やきのこなどの食物繊維を しつかり摂り、脂肪や塩分は控えましょう。
- 甘いものや果物、清涼飲料水などは血糖値を急上昇さ せるので、控えめにしましょう。

### よい睡眠を

● 睡眠をとり十分な休養をとることが、糖尿病予防に役 立つとされています。早めの就寝を心がけましょう。

### 無理のない運動 CHECK 3

● 運動は、無理なく毎日続けることが大切です。「外出時 は歩く」「エレベーターやエスカレーターより階段を 使う」「ラジオ体操をする」など、生活に運動を取り入 れましょう。

### CHECK 4

● 喫煙は糖尿病を発症するリスクが高まると言われて います。喫煙者は禁煙を始めましょう。



糖尿病の知識や治療についての情報提 供、日常生活の振り返りを行い、退院後 の生活改善に繋がるよう支援をしてい

2.



主治医や糖尿病・内分泌内科医師の治 療方針の確認を行い、治療に必要な情 報提供、器具の使い方の確認、使用して いる器具の工夫や変更を患者さん、病 棟看護師と共に考え、治療の継続に繋 がるよう支援をしています。

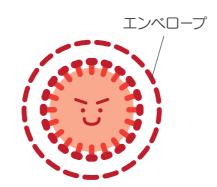
い。 入院中の患者さんやご家族で希望の方は病棟看護師にお声掛けくださ

が健康的な生活が継続できるよう、糖尿病当院は、糖尿病を持つ患者さんとご家族

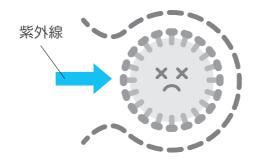
### 消毒のしくみ ••••

ライトストライクは、特殊な紫外線を照射することで、薬剤耐性菌や エボラウイルス、新型コロナウイルスなどの消毒が期待できます。

これらのウイルスは、エンベロープ といわれる膜で周りをおおわれた 構造になっています。



紫外線には微生物に対する 強力な消毒作用があります。 ライトストライクの特殊な紫外線を 照射すると、エンベロープは破壊され、 ウイルスはダメージを受け非活性となり 感染力を失います。





照射中の様子

## 照射 の か

が消毒されるので、2回目を行う時は器材や物ドを挟むように複数回照射します。物体の表面 品の向きを変えて照射を行います。 消毒をする病室や手術室に本機を設置し、

が完了するため、

ことが可能です。

替わる度に短時間で効果的に消毒をする また、5~10分の紫外線の照射で消毒 部屋の患者さんが入れ

閉鎖された場所での環境整備に適してい 消毒が可能な特殊な紫外線を生成しま ガスのバルブランプを使用し、 の消毒に用いられる機械です。 療施設における壁やドア となり感染力を失います。 の細菌・ウイルスは特殊な紫外線を吸収 し、DNAと光が結合することで非活性 その紫外線により照射されたエリア ノブなどの表面 病室のような 病院などの医 継続的に キセノン

パルス方式 キセノン紫外線 照射ロボット

MEセンター

第25回

**Medical equipment** 

はじめに

私たちの周りには、薬剤耐性菌な どの細菌や様々なウイルスが存在し ます。今回、特殊な紫外線(パルス 方式キセノン紫外線)で殺菌・消毒 する機械をご紹介します。

臨床工学課 係長 臨床工学技士







### 意外と知らない Part. 車いすの正しい使い方



車いすには正しい使い方があります。誤った使用方法は車いす機能を十分に発揮しないばかりか、思わぬ事故やケガ、トラブルを引き起こすことも少なくありません。常に正しい使い方、乗り方を実践しましょう。Part.1 では車いすの広げ方・たたみ方などについてご説明しましたが、今回の Part.2 では、移動介助についてご説明します。

### 坂道編

### 登り坂

脇をしめ、歩幅を広げて一歩一歩ゆっくりと 押し戻されないように進みます。



### 下り坂

緩やかな下り坂は、進行方法を向いたまま進みます。 急な下り坂は、後ろ向きで進むと比較的安全です。



### 段差編

### 上がり方

- ティッピングレバーを片足で踏んで、前輪を上げます。
- 2 バランスをとりながら前進させ、前輪を段差の上にのせます。
- 3 後輪をゆっくりと押し上げます。



### 降り方

- 申いすを後ろ向きにして、後輪を下ろします。
- フィッピングレバーを踏んで前輪を浮かしながら、 ゆっくりと後ろへ下がります。
- 前輪を静かに下ろします。

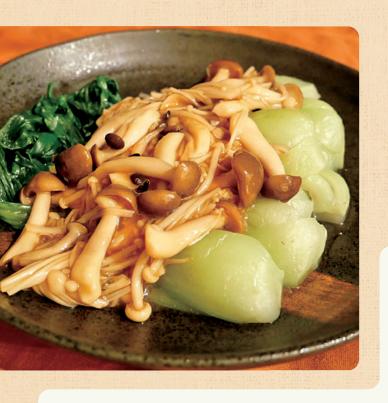


### エレベーター編

エレベーターの乗り降りは、後ろ向きに入り前向きに出る方法が一般的です。前輪がエレベーターとフロアのすき間に落ちないよう扉に対して垂直に進みましょう。



★介助者は、こまめに声かけをすること、焦らずゆっくりと進むことを心がけましょう。



### 季節の素材で

# 医食同源れい。

チンゲン菜の きのこあんかけ





### 材料 【2人分】

チンゲン菜2株えのき1/2パックしめじ1パックにんにく1片ごま油(茹で用)小さじ 1/2水溶き片栗粉適量オイスターソース小さじ 2しょうゆ小さじ 1

しょうゆ小さじ 1水100ml砂糖小さじ 1/2鶏ガラスープの素小さじ 1/2

【 1人分の栄養価 】 [ エネルギー ] 55kcal [ 塩分 ] 1.9g

### 作り方

- チンゲン菜を縦に4等分に切り、ごま油小さじ1を加えた熱湯で茹でて、ザルに上げる。
- ② フライパンに、ごま油小さじ 1/2 とみじん切りのにんにくを入れて、 弱火で炒める。
- **③** にんにくの香りが立ってきたら、食べやすい大きさに切ったえのき、 しめじを加え炒める。
- ④ 調味料を入れ、煮立ってきたら、水溶き片栗粉でとろみをつける。
- **⑤** 水気を切ったチンゲン菜を器に盛り付け、きのこあんをかける。

### Point

- ・ごま油を加えた熱湯で茹でることで風味が良くなります。
- ・チンゲン菜のシャキシャキとした食感を残すために、 茹ですぎないようにしましょう。
- ・あんかけの具材をカニ缶や卵に変えるのもオススメです。

### 栄養素

調味料

チンゲン菜はカロテンやビタミンC、Eなどのビタミン類が豊富で、抗酸化作用があり、生活習慣病の予防効果が期待できます。また、カルシウムや鉄などのミネラル類も多く、栄養価の高い緑黄色野菜です。油と一緒に摂ることで、ビタミン、ミネラルの吸収率が高まります。

医療栄養科 管理栄養士

ごすけがわ あいみ 小助川 愛未



### 坂主さんの ある日のスケジュー

8:30 申し送り 環境整備 9:00

10:00 救急搬入患者対応、診療介助、処置 看護、他メンバーの支援、電話相談対応 カンファレンスなど

11:30 昼休憩

13:30 救急搬入患者对応、診療介助、処置、 看護、他のメンバーの支援、 電話相談対応、外回り業務

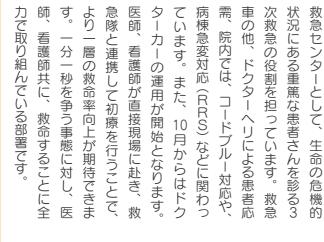
大切な役割の一つです。

そして、

家族への心理的サポー

17:00 夜勤帯への申し送り

17:30 日勤業務終了



同僚と一緒に

# 救急外来看護師の役割

救急外来とは

当院の救急外来は、

栃木県の救命

常に変化し、 ことが救急外来看護師の役割です とが重要となります なければなりません。患者の症状は れます。「疾患から症状をアセスメ を持つ幅広い年齢層の患者さんが訪 あるため、 また、 、ト(※1)し、看護へ繋げる」の 観察・ し、看護・治療へ繋げていく」 患者さんを短時間でトリ 治療・処置の介助だけで 「症状から疾患をアセス アセスメントをするこ 急激に悪化することも 様々な疾患や外傷 緊急度を判断し

亚行して行っていくことも看護師の し客観的に解決すべき問題を評ント…看護に関する患者さんの 治療対象の患者さんだけ Group photo 救急外来の皆さんと (下段左から2番目が坂主さん) 担送専用口



## マイスターに Q&A

### この職種を選んだきっかけは?

A. 両親や親戚が医療機関でお世話になることが多く、知識や技術をもったうえで家族を 安心させたいという思いから「人の為になる仕事がしたい」という目標ができ、看護 師を目指しました。

### Q. 心がけていることは何ですか?

A. 分からないことを分からないままにしない。「何故?」「どうして?」と治療や検査-つ一つの過程に疑問を持つように心がけ、アセスメント力の向上に努めています。又、 日々ご指導いただく先輩スタッフへ感謝の気持ちを持って業務に取り組んでいます。

### O. 当院を選んだ理由は?

A. 「施薬救療」を看護部理念として掲げ、医療に恵まれない人にも寄り添い、質の高い 医療提供を目指している当院で、救急医療を学び看護師として、人として成長したい と思いました。

### Q. 今後の目標・意気込みをどうぞ。

A. 3次救急(生命に危険が及ぶ重症患者さんを治療する救急医療機関)に指定されてい る当院の救急外来で成長できるよう、やりがいを持って前向きに日々の業務に取り組 んでいきたいと思います。

### Q. 趣味は何ですか?

A. ジムで筋トレをすることが趣味であり、特技です。

### Q. 好きな言葉は何ですか?

A. 「前後際断」目の前のことを大切にすることが未来へ繋がり、過去の失敗や経験など が活かされていくのだと思っています。







MEISTER

第27回

いつも元気に笑顔で働 くヒミツを教えてもら うべく、笑顔の「匠」 の素顔に迫るコーナー です♪

ここでは、日々の業務 や職種についても詳し くご紹介いたします。

10

### ✓ 院内の消毒について







自動再診受付機や診療費支払機、診察室のドアノブや座席など、共用のものや触れるものについては 毎日清掃・消毒作業を行っています。また、病棟・手術室・検査室においては、強力な消毒作用がある 特殊な紫外線(キセノン紫外線)を照射するロボットを導入し、必要に応じて消毒を徹底しています。

※紫外線照射ロボットは医療機器めぐりで詳しく掲載しています。あわせてご覧ください。

### ✓ ビニールカーテンの設置



飛沫感染対策として、受付窓口・面談室などの職員と患者さんとの対面になる場所に、ビニールカーテンを設置しています。

### 🗹 職員の感染対策の徹底



サーモグラフィーカメラを使用した出勤時の 体温測定、マスク着用の義務付け、手指衛生の 徹底など、日頃から健康管理を行っています。

### 来院される皆さまへのお願い



ご来院の際は、マスク の着用をお願いしま す。



積極的な手指消毒に ご協力ください。



入館される際、検温に ご協力ください。



面会・付き添いの方で、 発熱や体調不良の症状 がある場合はご来院を お控えください。

今後とも、患者さん及び職員の安全を第一に考え、 感染対策を徹底してまいりますので何卒よろしくお願いします。

# 新型コロナウイルス感染症に対する 当院の感染対策について



新型コロナウイルス感染症流行に伴い、 当院では皆さまに安心して来院していただけるよう 様々な感染対策を行っています。



### ☑ 入館時のご案内







正面玄関・西口にて、瞬時に顔を認識し体温を計測することができるサーモグラフィーカメラと、非接触型体温計を使用し、来院者の体温を職員一人ひとり確認します。37.5℃以上の体温が検出された場合、外来トリアージにて看護師による問診・医師の診察を必要に応じて実施し、適切な場所で診療を受けられるよう動線を分けてご案内します。また、手指用消毒液を複数設置しており、ご自由にお使いいただけます。

### ✓ 待合室での対策





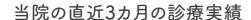


待合室では3密を防ぐため、座席は1席ずつ空けてお座りいただくようお願いしています。また、当院では、粒径0.3 µmの微細な粒子を99.9%以上除去できるHEPAフィルターを使用し、空気中の細菌・ウイルスを清浄化し、空気感染のリスクを軽減するクリーンパーティションを導入しました。発熱などの症状がある方に対しては、クリーンパーティションを設置してあるスペースへご案内しております。

12







	令和2年6月	令和2年7月	令和2年8月
延外来患者数 📞	28,174人	29,102人	27,981人
実入院患者数 堶	1,362人	1,433人	1,427人
平均在院日数	12.4 ⊟	11.8 ⊟	11.9 ⊟
救命救急センター 患 者 数	1,130人	1,222人	1,312人
救急車台数	541台	567台	618台
手術件数 🕍	568件	617件	572件

という、一見すると後悔の念にも盤にさしかかってしまったなますることもた。

る様に

スクを外-

態になって保湿ができているというよりも、 り、皮膚の表面にある角質に水分が充満した状 たまることでマスク内の湿度がとても高くな

うした乾燥を予防する方法は大きく2つ

あり、

布

つ目は蒸れを防ぐこと。通気性の良い綿や

も蒸発し乾燥、肌荒れにつながるそうです。こ

したときに、蓄えておくべき水分まで

盤にさしかかってしまったなぁすることもなく、すでに人生の終の大きな世界というものを経験

### 一般外来診療のご案内



受付時間 8:30~11:00 (一部、受付時間が異なる診療科がございます)

※初診時に紹介状がない場合には、選定療養費5,000円 (税込)をお支払いいただくことになりますので、ご理解 のほどお願いいたします。

### 年末年始休診のおしらせ

令和2年12月29日(火)~令和3年1月3日(日)

上記の期間中、一般外来の診療が休診となります。急を要する場合に は、右下「救急医療体制のご案内」に沿った受診をお願いいたします。

井

底之蛙

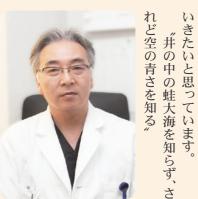
いていのかわざ

ふるまう輩などとは違って、 績を過大に誇示しながら尊 と謙遜して表現できる裏には、中と、自身自身を『井戸の中の蛙』しかし、よくよく考えてみる そりと身を終えるそ もとれました。 S 実

をが届きました。自ら開業した一 きが届きました。自ら開業した一 をが届きました。自ら開業した一 をが届きました。自ら開業した一 きた言葉をもじって、彼が自分自知らず、という中国の古典からはもともと、井の中の蛙、大海を 通知文の裏に、この言葉がさりげで閉じることにしたという短い 身を皮肉ったものです。 なく書き添えてありました。これ てきたが、振り返って見れば、別れ故郷の地元に一生懸命尽くして生ま 限りの整形外科医院をこの夏が届きました。自ら開業した一 元に一生懸命尽くし一開業医として生ま はが



副院長 飯田 俊彦



なので興味のある方はチェッ

みてはい

局などでも対策グッズが市販されているようどを塗り乾燥を予防するのもおすすめです。薬

が保湿でワセリンが含まれた保湿クリ タイプのマスクをつけると効果的です。二つ目

んでくるようです。ながら診察する彼の笑顔が浮からでくるようで言葉を交わり 売ることはなかったけれど、地元見える気がしてきました。学会や見える気がしてきました。学会や恵さと同時に与えられた仕事を虚さと同時に与えられた仕事を が非の中の蛙…、に続く言葉いでしょうか。 があると信じてきたからではな 5 は職人 をたったっ として大切にしてきました。それそこを極めることを人間の美徳 仕事においても黙々と働き続け、思えば、昔から日本人はどんな 0 よの 人々と心を通い合わ だとい 生きる意味、人生の哲学を得のことに打ち込めば、何かし た か から役人まで等しく 。 田 舎 祭する彼の笑顔が浮かと方言で言葉を交わし田舎のお爺ちゃん、おいうある種の満足感で 人で長 い間続けて せた医 生涯

があるのをご存知ですか。私自身があるのをご存知ですか。私自身があるのをご存知で働き続けていきたいと思っています。 るがのの 中の蛙 蛙大海を知らず、 身葉

質の侵入を防ぐメ

えました。マスクにはウイ

ルスやア

ルギ

呼気が

ます。今年は例年

よりマスクを着ける機会が増

「みやのわ69号」をご愛読ありがとうござい

編集後記

な

みやの ス タ ッ

フ の



### ちょこっとメモ

### レントゲンの日

き療

元を

11月8日

1895年11月8日ドイツの物理学者ヴィルヘルム・レ ントゲン博士が発見したX線は、医療を大きく変えたと し、レントゲンの日として世界中で祝われています。

真空管に高電圧をかけて実験をしている時に、1000 ページもの厚さの本も透過する光を見つけ、この光が 新しい未知の放射線に違いないと確信し、未知数を意 味する「X線」と名付けました。後の研究で、X線は波長が たいへん短い電磁波であることが判り、体の内部の様 子を撮影するレントゲン写真が生まれたそうです。

毎年11月2日~8日は「レントゲン週間」に制定され ています。興味を持った方はこの機会にレントゲンや放 射線について調べてみてはいかかでしょうか。

### ドクターカーの運行が開始しました!

10月1日(木)より、当院は宇都宮市消防局・塩谷広域行政組合消防本部と協定を結び ドクターカーの運行を開始しました。

### ドクターカーとは?

医師と看護師が、重症の患者さんがいる現場へ直接出動する緊急車両です。患者さんの搬送に加え、 重症外傷に対する手術や心肺停止患者に対する人工心肺(ECMO)の導入など、病院到着前に様々な 処置や専門的治療をいち早く開始することができ、救命率の向上が期待されます。



ドクターカー



ドクターカー車内

### ドクターカーの詳細については、次回70号で特集いたします。お楽しみに!









### ₹ 栃木県からのおしらせ 救急電話相談のご案内

### ままむ 子どもの救急電話相談(概ね15歳未満)

**8** 028-600-0099 局番なしの #8000

月~土 午後 6:00 ~翌朝 8:00 日祝日 午前 8:00 ~翌朝 8:00(24 時間)

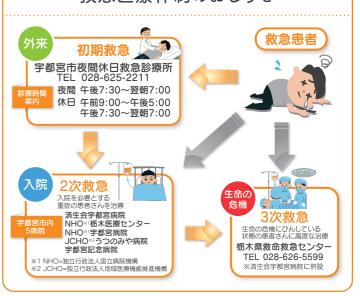
### 大人の救急電話相談(概ね15歳以上の方)

**8**028-623-3344 局番なしの #7111

午後 6:00 ~午後 10:00

急な病気やケガなどで心配な時にご利用ください。 経験豊富な看護師が家庭での対処法や、救急医療の 受診の目安などをアドバイスします。

### ₩ 栃木県からのおしらせ 救急医療体制のおしらせ



13 14

### 敷地内禁煙を

実施しています

皆さまのご理解とご協力を お願い申し上げます。





### 健診センター からお知らせ



### Pick up!! ≫ 年に1度は人間ドックを受けましょう!

### 日帰りドック

忙しい方に、精密かつ迅速な検査! 充実したオプション検査 昼食付

> 男性 44,000 円 (税込) 女性 47,300 円 (税込)

### 専門ドック

- ・脳ドック 55,000円(税込)
- ・乳がんドック 11,000円(税込)
- · 骨密度ドック 6,600 円 (税込)

### 1泊ドック

ゆっくり検査を受けたい方に!

提携宿泊施設:ホテル東日本宇都宮 夕食(和・洋・中から選択)と 2日目の昼食付

男女共通 67.100 円 (税込)

### 詳しく検査を受けたい方に!

- ・肺がんドック 36,300 円 (税込)
- · PET/CTドック 111,650 円 (税込)

### お問い合わせ・ご予約

(→) 月~金  $13:00 \sim 17:00$ 

### **8** 028-643-4441

□ 検査項目、オプション 検査など詳しくは ホームページを ご覧ください。

健診センター ホームページ



### 当院理念

思いやりのある 安全で質の高い医療を提供し 地域社会に貢献します

▶ 当誌「みやのわ」では、読者の皆さまからのご意見やご感想をお待ちしております。▶

お名前などの個人情報は、一切掲載いたしません。匿名でご投稿いただいても結構です。 また、診療に関する個人的なご質問やご意見はこちらでは受け付けておりませんのでご了承ください。

- ・はがきなどの場合 〒321-0974 宇都宮市竹林町911-1 済生会宇都宮病院 経営支援課
- ・電子メールの場合 miyanowa@saimiya.com







