TAKE FREE
ご自由にお持ち帰りください

地域と病院をむすぶネットワーク情報誌

みやのわ

71
2021.4
SPRING

特集

❶“凍らせて取る”気管支内視鏡クライオプローブ検査

呼吸器センター長(兼)外科系診療部長 呼吸器外科 主任診療科長 / 田島 敦志
呼吸器センター副センター長 呼吸器内科 主任診療科長 / 仲地 一郎

❷AIを活用した看護記録支援システムとは

呼吸器センターのスタッフ

- リレーエッセイ　副院長 大久保 泰宏
- みやのわ情報局　救急･集中治療科 藤田医師 国際 ECMO 学会にて Young Investigator Award 受賞！ 他
- Information　一般外来診療のご案内 他

特集 1

肺疾患の新たな診断検査 〝凍らせて取る〟気管支内視鏡 クライオプローブ検査

はじめに

肺疾患を正しく診断するためには、「生検」が必要になります。生検とは、病変組織の一部を直接採取し、顕微鏡などを使って詳しく調べる検査です。近年、生検で広く用いられている技術が、気管支内視鏡によるクライオプローブ検査というものです。

日本では2017年3月に医療用機器として薬事承認され、当院では、2020年11月より運用を開始しました。この技術は、肺がんや間質性肺疾患*をより正確に診断できる新たな検査として注目されています。

＊間質性肺疾患…肺を構成する間質に異常が生じた肺炎の総称で、原因は多岐にわたります。

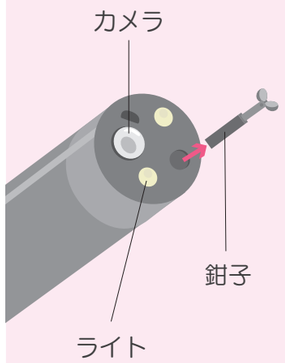
クライオプローブ

気管支内視鏡検査とは

胸部レントゲン検査やCT検査で異常が見つかった時、まずは診断して病名を確定する必要があります。その際によく行われるのが気管支内視鏡検査です。当院では、毎年500件ほどの検査を行っています。

内視鏡検査は、先端に小型カメラがついている細い管を口から肺に通し、直接肺の様子を確認します。消化管を覗く〝胃カメラ〟に対して、こちらは肺を覗くので〝肺カメラ〟になります。生検の場合は、「鉗子（かんし）」という小さなハサミで病変組織を採取します。

内視鏡の先端



クライオプローブ生検の原理

クライオプローブの特徴は、病変組織を「凍結」して採取することです。マイナス89℃以下に冷却されたクライオプローブの先端が接触すると、病変組織は凍結し先端に接着します。その凍結組織を物理的に引き離すことで、生検組織が採取可能です。

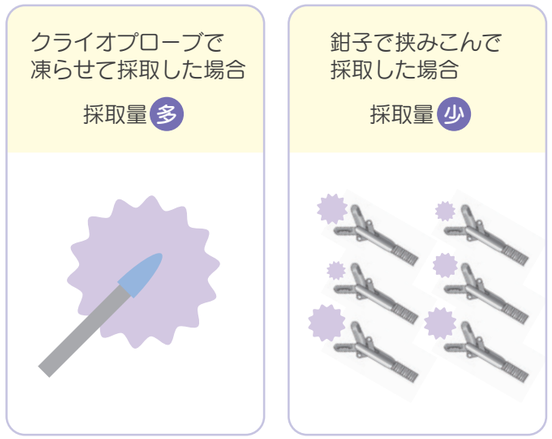
生検の様子

検査の流れ

❶ 内視鏡の挿入　❷ 病変組織の採取　❸ 病理検査・診断

クライオプローブの利点

近年は、病理検査に加えて遺伝子異常も調べてから治療方針を決めます。そのため、検査で必要な組織量も多くなります。通常検査で使用する鉗子による生検では、一回に採取可能な組織量に限りがあるので、時間をかけて何度も採取する必要があります。一方で、クライオプローブは一度に多量の組織採取が可能であり、患者さんの負担も軽減できます。また、凍結組織は鉗子で採取したものと比べ損傷も少ないため、正確な診断を得やすくなります。



呼吸器センター副センター長
呼吸器内科　主任診療科長
仲地　一郎 なかち・いちろう
出身：東京
出身大学：北海道大学
アメリカ留学を経て 2014 年より当院に勤務
普段の診療で心掛けていること：正しい診断と告知
趣味や好きなこと：野球、ゴルフ

呼吸器センター長（兼）
外科系診療部長
呼吸器外科　主任診療科長
田島　敦志 たじま・あつし
出身：東京
出身大学：慶応義塾大学
2002 年より当院に勤務
普段の診療で心掛けていること：病気ではなく、人に寄り添った医療の提供
趣味や好きなこと：ゴルフ、世界の平和と全人類の健康を考えること

特集2

AIを活用した看護記録支援システムとは

AIとは

AI（Artificial Intelligence）は日本語で「人工知能」を意味する言葉です。AIはその優れた学習機能を活かし、スマートフォンの音声認識機能やエアコンの自動温度調節機能など、身近なところで私たちの日常生活を助けてくれています。

近年、こうしたAIの技術を医療の分野にも取り入れ、医療従事者の負担軽減や医療の安全性を高める取り組みが進んでいます。

当院もAIを導入

2021年2月より、日本電気株式会社（NEC）との共同開発によるAIを活用した看護記録支援システムを導入・運用開始しました。

看護師の業務は、患者さんのケアや処置、看護記録作成など様々です。これらの業務にAIの技術を導入することで、業務時間を短縮し、ケアの時間をより多く確保することができます。そのため、質の高い看護に繋がります。

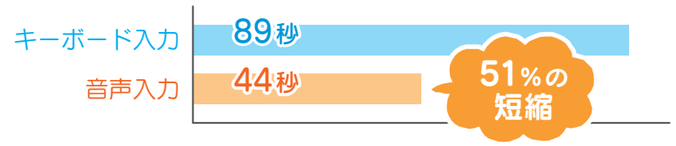
導入したシステムについて

看護師が患者さんに行ったケアや治療経過について、電子カルテに記録したものを看護記録といいます。今回導入したシステムは、専用のスマートフォンを使って看護記録を音声で作成することができるシステムです。スマートフォンに音声を認識させると、AIがその内容を解析して自動的に文字に起こしてくれるため、どこでも簡単に記録を残すことができます。

一般的な音声認識システムの課題として、意図しない言葉へ変換されてしまうことが挙げられますが、このシステムは医療の専門用語にも対応しているため、非常に高い精度で変換することができます。

… 入力時間の短縮につながります …

（NEC 記録時間短縮の効果測定結果より）



100 文字あたりの入力時間を比較すると、キーボード入力より音声入力の方が短い時間で完了することが分かります。

看護記録支援システムの仕組み

1

スマートフォンのアプリを立ち上げ、記録したい内容をスマートフォンに向けて話しかけます。

2

アプリが音声を認識し、AI が適切な文字に変換して記録します。

3

ナースステーションに戻ったら、記録内容をパソコンに転送します。

4

転送された記録をチェックし必要な修正を行った後、カルテに保存します。

Check！

看護記録支援システム導入により期待できる効果

1. 効率的に記録できるため、記録の作業時間を短縮できます。
   ➡患者さんのケアに十分な時間を充てることができ、質の高い看護につながります。
2. ベッドサイドや移動中でも記録が可能になります。
   ➡診察やケアの直後に記録が可能になるため、記録の精度が向上します。
3. パソコンなどの機器に触れる機会が減少します。
   ➡接触による感染リスクが軽減されます。

●システムの使用に当たって

＊声漏れによる情報漏えいを防ぐため、音声入力は周囲の状況を確認し患者さんのプライバシーに配慮した環境で行います。

＊スマートフォンは、セキュリティが確保された専用端末とネットワークを使用します。記録された内容が外部に漏れることが無いよう、プライバシーを考慮して実施しています。

医療機器めぐり 第26回

Medical equipment

診療放射線技術科

磁気共鳴画像診断装置（MRI）SIEMENS 社製「MAGNETOM Vida 3T」

はじめに

医療には常に新しい技術が求められ、MRI もそのうちの１つです。当院に 2020 年 12 月に導入された MRI 装置についてご紹介します。

診療放射線技術科
特殊撮影二課
阿部　翔吾
あべ・しょうご

新しい技術に対応し、良質な画像の提供ができるよう、放射線科一同、日々尽力していきます。

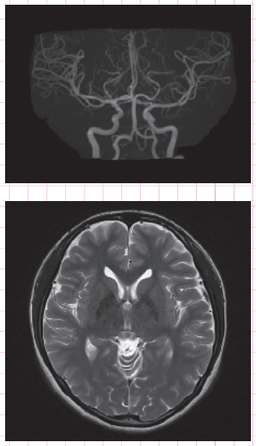
MRIについて

MRIとは、磁気共鳴画像診断装置のことであり、磁気の力で画像を得ています。１種類の画像だけでなく、水を白く表示する画像や脂肪を黒く表示する画像、血管を白く表示する画像など、何種類もの画像を撮影することができます。これらの画像によって腫瘍の成分を判別できるため、悪性または良性の診断の手助けにもなります。画像は、磁気の力で得ることができますが、その磁気の強さにも種類があります。一般的に臨床の現場では１.５T（テスラ）もしくは３Tのものが使用されることが多くなっています。

導入されたMAGNETOM Vida 3T

今回ご紹介するVida（ヴィーダ）は磁気の強さが３Tであり、１.５Tよりも２倍の磁気の強さを備えています。４台ある当院MRIのうち、２台目の３T仕様となりました。また、１.５T、３Tそれぞれに適した撮影部位があり、以前よりも部位に対して最適な装置を選択し撮影を行うことができるようになりました。

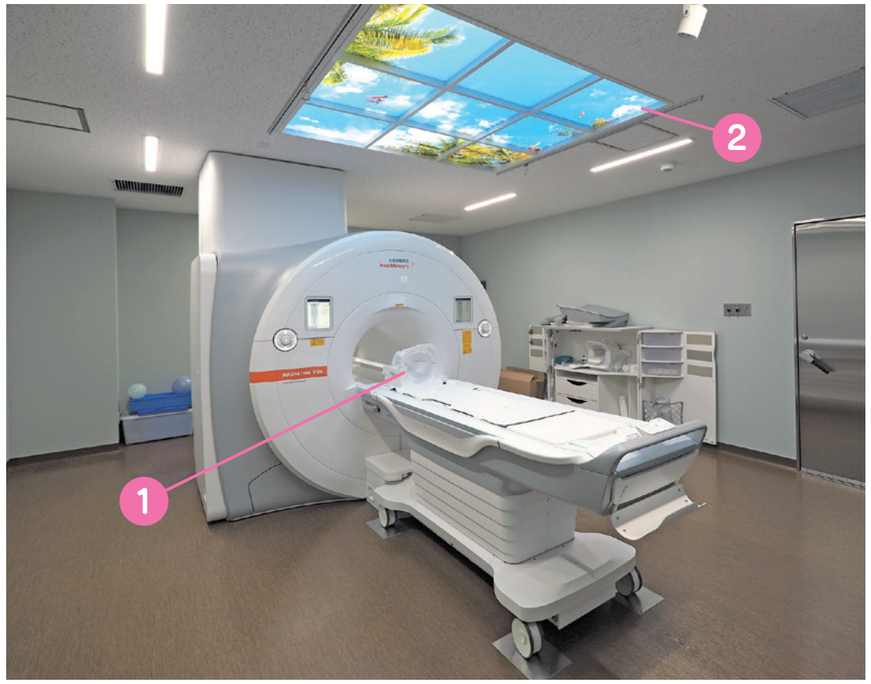
下肢動脈撮影



頭部撮影

検査の負担を軽減するための仕組み

検査時間が20分～1時間に及ぶこともあるMRI検査では、撮影中に身体を動かさないことが良好な画質を得るうえでとても重要になります。長時間に及ぶ検査で、患者さんの負担を和らげるための仕組みをご紹介します。



磁気共鳴画像診断装置（MRI）
SIEMENS社製「MAGNETOM Vida 3T」

1 コイル

撮影を行うためには、撮影部位に装着するコイルと呼ばれる機器が必要です。Vida導入に伴い、体勢保持の負担が以前よりも軽減できる新しいコイルも導入しました。以前は、撮影部位によっては無理な体勢に協力していただくことが多くありましたが、新しいコイルにより無理な体勢をお願いすることも減り、患者さんの負担を以前よりも軽減できるようになりました。

2 スカイファクトリー

Vidaの撮影室の天井には、南国の風景が映し出されています。MRI装置は円筒の形状をしており、人が１人入れるくらいの穴に入り撮影を行います。圧迫感のある空間での撮影になる中で、検査前にやすらぎを与えてくれるような空間となっています。また、狭い場所が苦手な患者さんやお子さんにも以前よりも安心して撮影していただける仕組みとなっています。

ワンポイント リハビリ

テレビを見ながらできる！

寝ながらできる体操

新型コロナウイルスの流行により、おうちで過ごす時間も多いかと思います。
そこで今回は、おうち時間におすすめする寝ながらできる体操をご紹介します。

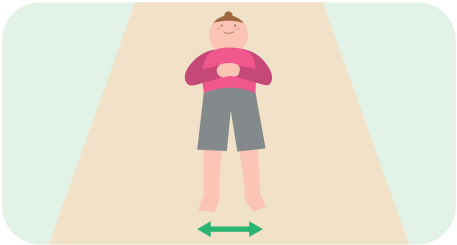
STEP 1 片方ずつ足をあげる体操

❶ 片方のひざを立てます

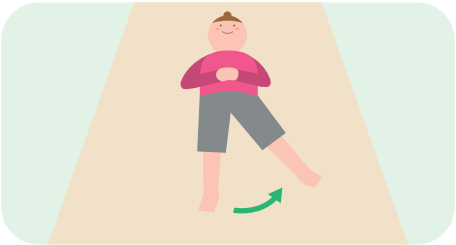
❷ 反対側の足を少しあげましょう

STEP 2 片方ずつ足を開く体操

❶ 足を肩幅に開きます



❷ 片方ずつ足を外側に開きましょう



理学療法課

薬 やく くすり に立つ！ のあれこれ

File.27

妊婦・授乳婦さんへのお薬について

妊娠中や授乳中によく使われるお薬について説明します。

痛み止め（解熱鎮痛薬） …… 非ステロイド性消炎鎮痛薬（ロキソニン®など）は、妊娠後期に飲むと赤ちゃんに影響を及ぼすことがあり、湿布薬などの外用薬も慎重に使う必要があります。妊娠中は、アセトアミノフェン（カロナール®など）が比較的安全性が高いといわれています。通常、解熱鎮痛薬は母乳中へ移行する量はごくわずかなため、授乳中に使用しても赤ちゃんへの影響はほとんどなく、使用は問題ないとされています。

花粉症 …… 安全性が確認されている薬もあります。また、目薬や点鼻薬は血液中に入る薬の量が少ないので、赤ちゃんへの影響も少ないと考えられ、安心して使うことができます。

その他 …… 鉄剤や緩下剤（酸化マグネシウムなど）も妊娠中や授乳中に安心して使うことができます。

当院は、妊娠と薬情報センターの拠点病院となっています。
妊娠中や授乳中に使用するお薬について不安な点などありましたら
お気軽に薬剤師やお近くの医療スタッフへご相談ください。

病棟薬剤課　阿久津　梢

季節の素材で

医食同源 れしぴ

筍の中華炒め

今回の食材は「筍（たけのこ）」です。
春の味覚代表とも言える筍を使用した
ピリッと辛い炒め料理を紹介します。
今しか食べられない皮つきの筍を使って、
香りと歯ざわりを楽しんでみませんか？

材料 【2人分】

あく抜きした筍	160g
豆苗	30g
料理酒	大さじ 1 杯
豆板醤	小さじ 1/2 杯
めんつゆ（4倍濃縮）	小さじ 2 杯
ごま油	小さじ 1 杯
サラダ油	小さじ 1 杯

作り方

1. あく抜きした筍を短冊切りする。
2. 豆苗は根を切り、ざく切りにする。
3. フライパンにサラダ油をひき、筍、料理酒、めんつゆを加えて炒める。
4. ③に豆苗、ごま油、豆板醤を入れて味をととのえる。

筍のあく抜き

皮付きの筍	1 本
米ぬか	ひとつかみ
赤唐辛子	1 本

1. 筍の穂先を 3 ㎝程度斜めに切り落とし、根本から穂先に向かって切り目を入れる。
2. 鍋に、筍と米ぬか、赤唐辛子、筍が浸るくらいの水を入れて茹でる。
3. 根本に竹串がすっと刺さったら、そのまま冷ます。

【 1 人分の栄養価 】

[エネルギー] 77kcal
[タンパク質] 3.7g
[塩分] 1.0g

Point

【皮付きの筍の選び方】

穂先が黄色のものを選びましょう。緑色のものは、日に当たった証拠です。筋が硬く、あくが強くなります。

【あく抜き】

筍は、時間の経過とともにあくが増えます。そのため、購入後はすぐにあく抜きを行いましょう。

医療栄養科 管理栄養士
大森（おおもり） 佳代（かよ）

SMILE ★★★★★ MEISTER

笑顔のマイスター

第29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。

今号のマイスターは…

中央滅菌室 技師 宇賀神（うがじん） 洋子（ようこ）さん

マイスターにQ&A

Q. この職業を目指したきっかけはなんですか？
A. 前々から医療に携わる仕事がしたいと思っていました。中央滅菌室という部署を知った時にどんな仕事なのか興味を持ったことがきっかけです。

Q. 当院を選んだ理由は？
A. 子供が入院したことがあって、看護師をはじめスタッフの方々にすごく親身になっていただいたので、少しでも恩返しが出来ればと思ったからです。

Q. 趣味または特技はなんですか？
A. 最近少しはまっているのは、かぎ針編みです。

Q. 気分転換したい時はどうしていますか？
A. 子供とおもいっきり遊ぶことです。

Q. 自分の正確を一言であらわすと？
A. マイペース

中央滅菌室とは

まず、滅菌とは、器材に残っている菌やウイルスを全て除去する工程のことです。器材に合わせて滅菌方法を選択しています。

中央滅菌室は、手術室・病棟・外来などで使用される医療器材の洗浄・点検・滅菌を行い、清潔な器材を供給しています。業務は、滅菌技師という資格を持ったスタッフを中心に行っています。滅菌不十分な器材を供給してしまうと、感染を引き起こす原因となってしまうので、感染管理に関しても重要な部署です。医療現場における医師・看護師が安全な器材を使用して医療を提供できるよう努めています。

宇賀神さんのある日のスケジュール

8:30〜12:00	病棟・外来回収・洗浄・払出 手術器材洗浄・組立・滅菌
12:00〜13:00	休憩
13:00〜14:00	手術器材洗浄・組立・滅菌
14:00〜15:00	外来器材回収・洗浄
15:00〜17:30	手術器材洗浄・組立・滅菌

中央滅菌室での技師の役割

中央滅菌室での役割として主に洗浄・組立（点検）・滅菌・供給を行っています。洗浄は、部署と器材を照らし合わせ、回収された器材の数を確認し専用の機械に入れ洗浄を行います。機械にかけられない場合は人の手で洗浄しています。組立（点検）は、洗浄した器材にサビや汚れ破損や刃こぼれはないかなどを確認し、専用のケースや袋などに入れて包装していきます。

私たちは直接患者さんに接することはないですが、間接的に手術や処置に関わっていることを常に念頭に置き、緊張感を持って業務へ取り組んでいます。

今後の目標

当院では、ロボット支援手術などで使用される複雑な構造をした器材の洗浄・滅菌にも対応しています。日々新しい器材が導入されていくので、それらに対応出来るように知識向上に努めていきたいです。また、中央滅菌室での人材育成にも協力していけるように、真摯な気持ちで仕事に取り組んでいきたいと思います。

Group photo

中央滅菌室の皆さんと
（下段左から２番目が宇賀神さん）

サロン みんなの保健室

ご存知ですか？

Q.「サロン みんなの保健室」とは

生活改善のアドバイスや保険・福祉制度の説明、育児相談など、日頃感じている体の不調や気になる事、健康管理の方法などを気軽に相談していただける場です。サロンは、看護師や助産師、保健師や社会福祉士など、様々な専門職で構成され、血圧測定器や体組成（BMI・体脂肪・筋肉量・基礎代謝などを測定する機械）も設置しています。また、おむつ交換、授乳などができる場所を提供する「赤ちゃんの駅」でもあります。

代表 渡邊カヨ子さんに聞きました！

開設のきっかけ

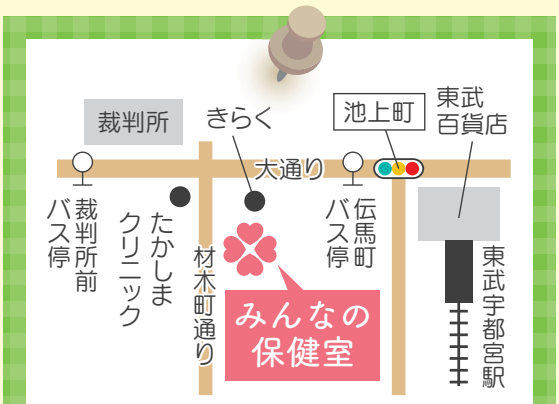
もともと、済生会の炭谷茂理事長の「ソーシャルインクルージョン」の考え方を尊敬しており、地域の人々のために何かできることはないかと考えていました。将来の医療・福祉に関する様々な問題を、「ただ待っているわけにはいかない！」と思い、地域の方がいつでも気軽に相談できる場所を作りたいと考えたのがきっかけです。

どんな人が来ているの？

年代は、30代から80代の方と幅広く男女問わずに訪れていただいています。1日に2～3人ほど訪れ、オープンから約133名（2月末時点）の方の相談に乗りました。

どんな相談があるの？

相談内容は、「通院しているが治療内容が分かりにくい」「こんな症状で病院に行ってもよいのか」など様々ですが、最近では「病院に行きたいけれど、新型コロナウイルスが怖くて行けない」といった新型コロナウイルス関連の相談も多いです。



住　所	〒320-0035 宇都宮市伝馬町4-31
電　話	TEL･FAX 028-601-7005
活動日	火･水･木 14時～18時（祝祭日を除く）
HP	https://minnano-hokenshitsu.net

済生会宇都宮病院 元看護部長 渡邊カヨ子さん･大竹信子さんからメッセージ

新型コロナウイルスが流行し、なかなか
病院にかかる機会がなくなっているかと思います。
些細なことでもかまいませんので、
ぜひお気軽にお立ち寄りください。

代表 渡邊カヨ子さん

相談中の大竹信子さん

みやのわ 情報局

12月 救急・集中治療科 藤田医師　国際 ECMO 学会にて Young Investigator Award 受賞！

昨年ロンドンで開催された学会「The 9th Euro ELSO Congress」で、救急・集中治療科 藤田健亮医師が、「Blood drainage performance characteristics of VV-ECMO drainage cannulas」という演題にて、優秀な若手研究者に贈られる「Young Investigator Award」を受賞しました。

ELSOとは、ECMO領域に関する診療の質向上を目指す国際的な団体で、中でもヨーロッパ圏のEuro ELSOは、最も歴史が古いELSO最大組織です。藤田医師は「コロナ禍でECMOの需要が増す中で、研究の結果が重症患者救命のための治療の一助になれば幸いです。今後も、日々の診療及び研究に努めてまいります。」と意気込みを述べました。

藤田　健亮 医師

1月 コロナ禍の中でいのちをつなぎたい 第２回　学生応援　食料支援実施

当院は、フードバンクうつのみやと「第２回学生応援食料支援会」を昨年10月に続き企画し、緊急事態宣言下のため配送による支援を行いました。

コロナ禍で、生活困窮や社会的孤立を感じる学生が多く、時には自殺に至るケースも増えています。困っている学生に相談窓口を伝えるため、「こころのSOS」や「こころの相談＠とちぎ」などのリーフレットや医療支援（無料低額診療）の案内を食料に同封し配送しました。

配送した食料

相談は、当院のMSW以外にも、県保健福祉部、市保健所、市社会福祉協議会、報徳会宇都宮病院などが協力し支援にあたります。地域の相談窓口が一同に参加し、顔の見える連携に繋がり地域力を高めました。次回は、4月10日の開催を予定しています。

読得（よみとく） ナデシコさんの 便利帳

【No.9】 診療費支払機増設

2021年1月25日に診療費支払機が、新しく2台追加されました。新たに診療費支払機が増え、6台体制になったことで、より患者さんの会計待ち時間を短縮することができます。

診療費支払機

機械の操作方法など、ご不明な点がありましたらスタッフまでお声がけください。

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）

※当院を初診で受診する際は、まず、かかりつけ医に受診し、専門的な治療や検査または入院などが必要とされた場合に、紹介状を持参していただきますようお願いいたします。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。

無料低額診療のご案内

当院は、社会福祉法第 2 条に規定する第 2 種社会福祉事業として、無料または低額な診療を行う医療機関です。

治療費の支払いにお困りの方は、本館1階**「がん相談支援センター／医療相談・看護相談室」**の医療ソーシャルワーカーにご相談ください。

ゴールデンウイーク・創立記念日
一般外来診療休診のご案内

当院の休診日は日曜・祝日・第2土曜・創立記念日・年末年始となっております。**ゴールデンウイーク期間の祝日、創立記念日は、一般外来は休診**となります。なお、救急の場合は救命救急センターにて承っております。その際、お電話でご相談いただいてから来院されますようお願いいたします。

5月

月	火	水	木	金	土	日
4/26	4/27	4/28	4/29 昭和の日	4/30	1	2
3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日	6	7	8 休診日	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24 31	25	26	27	28	29 創立記念日(振替)	30

栃木県からのおしらせ
救急電話相談のご案内

子どもの救急電話相談（概ね15歳未満の方）

☎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）

☎028-623-3344　局番なしの ＃7111
月～金　午後 6:00 ～午後 10:00
土日祝　午後 4:00 ～午後 10:00

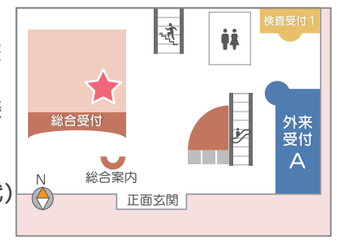
急な病気やケガなどで心配な時にご利用ください。経験豊富な看護師が家庭での対処法や、救急医療の受診の目安などをアドバイスします。

がん相談支援センター 医療相談・看護相談室のご案内

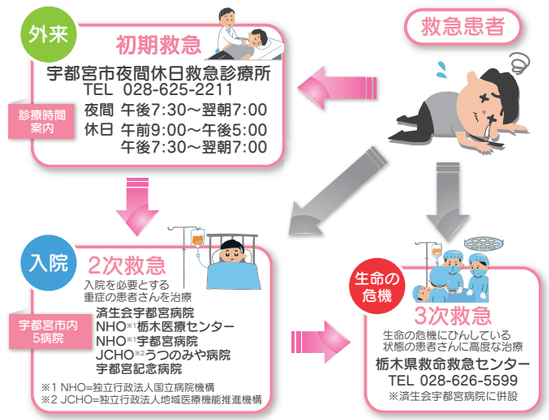
がんの診断を受けた患者さんやそのご家族に対し、専門のスタッフ（専門・認定看護師、医療ソーシャルワーカー）がサポートいたします。「がんと言われて辛い…」「こんな時どうしたらいいの…」「今後のことを考えたい…」「誰かに聞いてもらいたい…」こういった不安やお困りのことがありましたら、どうぞお立ち寄りください。

当院は、「地域がん診療連携拠点病院」です。電話と面談による相談をお受けしております。

☎028-626-5500(代)
【内線】3245



栃木県からのおしらせ
救急医療体制のおしらせ



みやのわ バックナンバー

みやのわバックナンバーは、当院のホームページでご覧いただけます。

トップページ ▶ 病院について ▶ 広報

また、1F診療費支払機横、2Fさいみや文庫には冊子をご用意しておりますので、ご自由にお取りください。

当院の直近3カ月の診療実績

	令和2年12月	令和3年1月	令和3年2月
延べ外来患者数	29,976 人	26,895 人	25,723 人
実入院患者数	1,292 人	1,281 人	988 人
平均在院日数	11.5 日	13.0 日	13.8 日
救命救急センター患者数	1,167 人	1,136 人	1,017 人
救急車台数	562 台	556 台	452 台
手術件数	583 件	506 件	435 件

リレーエッセイ

副院長
大久保 泰宏

医師事務作業補助者について

当院では患者さんに安心して、快適に受診していただくための職員が多数存在します。その中で医師事務作業補助者という言葉を聞いたことがあるでしょうか。主に外来診察室で各医師の傍らにいる、上が紺色のユニフォームを着た職員です。医師は外来、入院、検査、手術などをすべて行わなければならないため多忙です。そこで少しでも医師の負担を軽くし、診療する時間を確保するためにカルテ記載などをサポートする、なくてはならないプロフェッショナルなのです。更にお預かりしたいろいろな書類をできるだけ早くお渡しできるようお手伝いする業務も行っています。ただ、医師の指示による事務作業以外、例えば患者さんを介助したり簡単であっても処置をしたり物を搬送したりは制度上できかねます。こういった場合には看護師や補助員にお願いしていますが、お気軽にお声かけいただければと思います。

このほか患者さんのご意見を受け取るサービス部門やチーム医療など、目立ちませんが重要な部署をいくつも設けており、これらの職員の力を借りて皆さまに安心・安全な医療が届けられるよう様々な取り組みを行ってまいりたいと思います。今後ともよろしくお願い申し上げます。

みやのわ 編集スタッフの編集後記

新年に立てた目標を覚えていますでしょうか？

暦は4月になり、新年度、新学期で慌ただしく過ごす方も多くいるかと思います。この時期は季節の変わり目でもありますので、くれぐれも体調にはご留意ください。

さて、早いもので1年の3分の1が過ぎようとしています。新年度になるにあたり、目標を立てるのも良いかと思います。一方、つい3ヶ月前に新年の目標を立てた人も、振り返るには良い機会ではないでしょうか。この節目の時期に、立てた目標と現在地を比べることで、より充実した1年を過ごせるはずです。ひとまず、私は新年の目標を思い出す所から始めたいと思います。

今号も「みやのわ」をご覧いただきありがとうございました。

ちょこっとメモ　5月15日

ヨーグルトの日

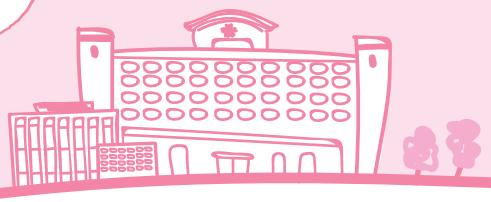
ヨーグルトを世界の人々に広めた、ロシア生まれの生物学者メチニコフが5月15日に生まれたことから制定されました。

ヨーグルトは、牛乳を乳酸菌などで乳酸発酵し作られています。そのため、牛乳と同等の成分を含み、さらに発酵されていることで、カルシウムなどはより吸収されやすくなっています。また、乳酸菌が含まれているため腸内環境を整える効果があることはよく知られていますが、そのバランスを保つためには、継続して摂取する必要があるそうです。

ぜひ皆さんもヨーグルトを毎日食べる習慣を身につけてみてはいかがでしょうか。

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）

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）

専門ドック
詳しく検査を受けたい方に!

- 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）
- 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 ～ 17:00

☎ 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。匿名でご投稿頂いても結構です。
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

社会福祉法人 恩賜財団 済生会宇都宮病院
Saiseikai Utsunomiya Hospital

www.saimiya.com/

当院は日本医療機能評価機構認定病院です
日本医療機能評価機構

令和3年4月発行　第71号　編集／院外報企画編集委員会　〒321-0974 宇都宮市竹林町911-1　TEL 028-626-5500（代）