



# ゆきぐに大和病院だより

## 理念

私たちは、自然のうるおいの中で、  
人それぞれの希望に満ちたくらしを支え、地域医療を推進します。

2015

3月号

## 生活習慣病の予防

内科 医師 仲 公正

働き盛りに発症する病気で、以前は成人病と呼ばれていたものが、実は食事の習慣、運動の習慣、喫煙習慣、休養、ストレス等に関連して発症するということが分かり、生活習慣病と呼ばれるようになりました。

この中には、肥満・メタボリック症候群から高血圧症・糖尿病・脂質異常症を経て動脈硬化を引き起こし、虚血性心疾患・脳血管疾患に至るものだけでなく、がん・アレルギー・貧血・骨粗鬆症・肝臓病・痛風なども含まれます。

病気が発症する要因として、両親から受け継いだ遺伝子要因、病原体や有害物質などの外部環境要因と共に生活習慣要因があるとされています。

生活習慣に関わる要素として、栄

養・運動・休養・喫煙・飲酒の5つが取り上げられます。生活習慣病の予防のためには、この5つについての正しい生活を習慣づけることであり、この目標のため勧められる健康習慣が「一無・二少・三多」であると言われます。一無とは、禁煙の勧めです。タバコには、ニコチン・タール・酸化炭素の三悪が含まれるため体にいろいろの障害を引き起こします。二少は、少食と少酒で、昔から腹八分目に医者いらず、少量の酒は良薬にもなるが、万の病は酒よりこそおこれ・と言われている通りです。三多は多動・多休・多接のことで、有酸素運動でよく体を動かし、しっかりと休養を取り、多くの人・事・物に興味をもって接し、趣味や目的を持ち創造的な生活を送ることです。

高血圧症・脂質異常症・糖尿病はサイレントキラー（静かなる殺し屋）と呼ばれているように、症状がなく経過し、突然死や、命までは取らないまでも重大な後遺症を残すことになる病気です。健診・人間ドックなどを受け、これらの異常を指摘されていても、辛い症状がない・・・というだけで何年もほったらかしにしていく人をたくさん見かけますが、考え直し、生活習慣を良くしてみませんか。



# 診療日のご案内

入院患者さまとの面会は、  
月曜日～金曜日：15:00～20:00、  
土曜日・日曜日・休日：13:00～20:00  
となります。(時間厳守)

説明	診療科に対する曜日欄の記載は、○=診療日、—=休診となります。
	○と(休診有)の記載がある場合は、当月に臨時休診があります。備考欄で、休診日をご確認ください。 また、曜日欄に「日付」の記載がある場合は、記載の日のみの診療となります。 ※予約外で一日2科受診(併診)を希望される場合は、午前10時までに受付をしてください。 受付が午前10時を過ぎますと、2科目の受診ができない場合があることをご了承ください。

整形外科	月	火	水	木	金	土	受付	診療	備考・休診日
一般外来	○	—	○	○	○	新患のみ	8:00～10:00	⑧⑨9:00～ ⑩⑪⑫10:20～	※一日15名で受付終了
予約	○	—	○	○	○	—	電話での予約受付は できません		
専門外来	—	3日・17日	—	—	—	—	予約制 (電話での予約受付は できません)	10:20～	
脊椎	—	—	—	○	—	—		9:00～	
上肢	—	—	—	—	—	14日			
足	—	—	—	—	—	—			
退院後	○	—	—	—	—	—			
人工関節	—	—	○	—	—	—			
骨粗しょう症	—	—	—	○	—	—			

形成外科	月	火	水	木	金	土	受付	診療	備考・休診日
	—	—	—	—	○ (休診有)	—	13:00～14:30	13:30～	休診=27日(金)

リウマチ科	月	火	水	木	金	土	受付	診療	備考・休診日
午前	—	—	○	—	—	7日・14日	⑧8:00～11:00 ⑨予約制	9:00～	
午後	—	—	4日・18日	—	—	—	13:00～15:00	13:00～	

リハビリ テーション科	月	火	水	木	金	土	受付	診療	備考・休診日
	—	—	—	—	○	—	予約制	9:00～	

## ★子どもの予防接種日程

予防接種の種類	接種日	受付時間	接種時間
ヒブ・肺炎球菌 二種混合(ジフテリア・破傷風) 三種混合(ジフテリア・百日咳・破傷風) 四種混合(ジフテリア・百日咳・破傷風・ポリオ) 麻しん風しん混合(1期・2期) BCG・ポリオ・日本脳炎 水痘・おたふく・ロタウイルス A型肝炎・B型肝炎 子宮頸がん	3月12日(木) 3月26日(木)	15:00～ 15:30	15:10～

※予約が必要です。予約・お問い合わせは、医事課まで。  
※1日の接種者数が限られておりますので、お早めにご予約ください。

医師別の診療予定が必要な方は、医師(名字)・診療日(数字)が記載された一覧を、医療連携室に用意してあります。

## 病院休診日のお知らせ

16日(月) 第3月曜日  
21日(土) 春分の日

※各診療科の休診日は、「診療科・診療日の案内」の最右「備考・休診日」欄でご確認ください。

平成27年3月1日

## 「電子カルテ」へ

## 移行のお知らせ

ゆきぐに大和病院では、平成27年3月1日(日)から電子カルテシステムに移行します。外来診療については、3月2日(月)の診療から電子カルテとなります。  
「予約なし」で来院いただいた方は、今までどおり外来受付で受付を行ってください。

「予約あり」で来院いただいた方は、待合室に診察券交付場所を設けますので、カード式診察券を受け取ってください。その後、カード受付機で受付を行い、受付票を持って各診療科で診察を受けてください。

診察後は今までと同じ流れとなり医事課の会計窓口で支払いを行い、処方せんを受け取っていただくこととなります。詳しくは、病院内に案内係を配置しますのでおたずねください。  
今までどおり安心して診察を受けていただけるよう努めますので、ご協力をお願いいたします。





平成27年3月

# 診療科

## 予約または予約変更について

受付日時：予約変更は予約変更をしたい診療科が診療している日の、  
月～金曜日の午後2時～4時（歯科は歯科の受付欄参照）  
方 法：電話による予約が可能な診療科（予約は婦人科、リウマチ科、睡眠  
時無呼吸外来、形成外科のみ電話受付可能）  
※予約変更は、「やむを得ない」場合に限りです。

ゆきぐに大和病院 代表

TEL 025-777-2111  
FAX 025-777-3853

内 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
一般外来	○	○	○	○	○	○	8:00～11:00	9:00～	
内分泌糖尿病	—	—	—	—	○	—			
循環器内科	○	備考参照	○	○	—	7日	8:00～11:00	9:00～	火曜日＝予約制
腎臓内科	○	—	○	—	○	14日	予約制 (電話での予約受付はできません)	10:15～	
呼吸器内科	—	—	—	○	—	7日・14日 28日		8:00～11:00	9:00～
神経内科	○	○	—	○	○	—			初診は予約が必要
睡眠時無呼吸	—	—	—	○	—	—	予約制 (3ページ上の記事参照)	13:30～	

和漢診療科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
午 前	○ (休診有)	○ (休診有)	○ (休診有)	○	○ (休診有)	○	8:00～11:00	9:00～	休診＝3日(火)、11日(木)、13日(金)、 25日(木)、27日(金)、30日(月)、 31日(火)
午 後	○ (休診有)	○ (休診有)	○	○ (休診有)	○	—	13:00～14:30	13:30～	休診＝5日(木)、12日(木)、30日(月)、 31日(火)

精 神 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
一般外来	—	○	—	○	○ (休診有)	○	予約制 (3ページ上の記事参照)	9:00～	休診＝27日(金)
メモリークリニック	○	—	○	—	○ (休診有)	—		①②9:30～ ③13:30～	休診＝27日(金)
高次脳機能障害科	23日	—	—	—	—	—		13:30～	

外 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
消化器外科 消化器内科 肛門外科	○	○	○	○	○	○	8:00～11:00	9:00～ 第1④ 10:00～	

小 児 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
一般外来	午前	○	17日	○	—	○	8:00～11:00	9:00～	
	午後	—	—	—	—	○ (休診有)	予約制	14:00～	休診＝20日(金)、27日(金)

婦 人 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
一般受付	—	—	—	—	○	○	8:00～11:00	9:15～	予約優先
予約制	—	○	○ (休診有)	○	—	—	予約制 (3ページ上の記事参照)	①9:15～ ②③10:30～	休診＝25日(木)

眼 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
午 前	—	○	—	—	○	—	予約制 (電話予約可 月～金曜日 14:00～16:00)	10:15～	
午 後	—	○	—	—	○	—			

耳鼻いんこう科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
午 前	—	—	—	—	—	○	8:00～11:00	9:00～	
午 後	—	○	—	○	—	—	13:00～15:00	14:00～	
皮膚科	—	—	○	—	○	—	8:00～11:00	9:00～	
泌尿器科	—	—	—	○	—	—			

歯 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
歯科・小児歯科	○	○	○	○	○	○	予約制 (電話予約可 10:00～12:30 13:30～16:00)	9:00～	
矯正科	—	—	4日・11日 18日・25日	—	—	—			
歯科口腔外科	○	○	—	○	○	○			

# ❀ 病院バスが変わります ❀

◎平成27年4月1日より月曜日から金曜日は、市内全域で交通事業者による市民バスが運行となります。  
ゆきぐに大和病院へは、市民バスをご利用ください。

◎市民バスのバス停とバス時刻は、市報3月1日号に掲載されていますのでご確認ください。  
(市民バス問合せ先：都市計画課 都市計画係 ☎773-6662)

◎10月末までの間は、土曜日の患者送迎バスを下記のとおりに運行しますのでご利用ください。  
バス停は市民バスと同じ場所になります。  
(病院バス問合せ先：大和病院庶務課 ☎777-2111)

## ゆきぐに大和病院 土曜日患者送迎バス時刻表

浦佐・五箇コース				
バス停	時刻			
ゆきぐに大和病院	8:00	9:00	11:30	12:20
鈴懸前	8:01	9:01	11:31	12:21
大和庁舎	8:06	9:06	11:36	12:26
浦佐交番前	8:08	9:08	11:38	12:28
浦佐屋	8:11	9:11	11:41	12:31
禎島屋	8:12	9:12	11:42	12:32
桐油屋	8:13	9:13	11:43	12:33
田町駅角	8:14	9:14	11:44	12:34
浦佐駅西口	8:15	9:15	11:45	12:35
北越銀行前	8:17	9:17	11:47	12:37
町屋	8:24	9:24	11:54	12:44
岩山	8:25	9:25	11:55	12:45
境川	8:27	9:27	11:57	12:47
清鱗前	8:32	9:32	12:02	12:52
天王町交差点	8:33	9:33	12:03	12:53
ゆきぐに大和病院	8:36	9:36	12:06	12:56

藪神コース		
バス停	時刻	
ゆきぐに大和病院	8:00	11:30
芹田集会場	8:07	11:37
久田	8:08	11:38
九日町神社	8:10	11:40
米山美容室	8:11	11:41
猫道火の見	8:12	11:42
今町	8:13	11:43
今町センター	8:14	11:44
城山センター	8:17	11:47
猫道入口	8:18	11:48
名木沢センター	8:20	11:50
まほろば入口T字路	8:23	11:53
JA 藪神支店	8:24	11:54
担い手センター上十字路	8:26	11:56
中小路消防小屋前	8:27	11:57
さとこ美容室下十字路	8:28	11:58
市野江	8:30	12:00
ゆきぐに大和病院	8:36	12:06

大崎コース		
バス停	時刻	
ゆきぐに大和病院	8:20	12:00
鈴懸前	8:21	12:01
国際情報高校入口	8:23	12:03
浦佐八色	8:25	12:05
八色原センター	8:28	12:08
穴地新田	8:31	12:11
穴地	8:32	12:12
細越峠下	8:34	12:14
八海山入口	8:34	12:14
柳古新田入口	8:35	12:15
大崎小学校前	8:35	12:15
水尾	8:37	12:17
水尾上新田	8:38	12:18
麓・かごや商店	8:39	12:19
小杉床屋	8:41	12:21
今町新田	8:43	12:23
柳古新田	8:44	12:24
カトリアハイツ前	8:46	12:26
海士ヶ島	8:47	12:27
えび島集落センター	8:48	12:28
国際情報高校入口	8:49	12:29
鈴懸前	8:51	12:31
ゆきぐに大和病院	8:52	12:32

赤石コース		
バス停	時刻	
ゆきぐに大和病院	8:50	12:20
茗荷沢新田	8:54	12:24
JA 東支店	8:55	12:25
黒岩商店	8:56	12:26
荒金	8:59	12:29
堂島	9:00	12:30
島入口	9:01	12:31
桐沢センター	9:02	12:32
荒山センター	9:03	12:33
せせらぎ	9:13	12:43
大倉下口	9:15	12:45
船ヶ沢新田	9:17	12:47
黒土	9:18	12:48
黒土新田・戸田ストア	9:19	12:49
ゆきぐに大和病院	9:25	12:55

三用コース		
バス停	時刻	
ゆきぐに大和病院	9:04	13:00
山崎新田火の見	9:10	13:06
山崎消防小屋	9:12	13:08
谷地集落センター	9:14	13:10
高田	9:15	13:11
門前集落センター下	9:16	13:12
うるおいの里みよう前	9:18	13:14
芋赤集落センター	9:20	13:16
湯谷	9:21	13:17
雷土生活改善センター	9:22	13:18
雷土新田活性化センター	9:23	13:19
ゆきぐに大和病院	9:30	13:26

