かすみがうら

第182号
＜毎月1日発行＞

■ 発行所 ■
霞ヶ浦医療センター
かすみがうら編集局
〒300-8585
土浦市下高津2-7-14
Tel: 029-822-5050
Fax: 029-824-0494
E-Mail & WebSite
kasumi@hosp.go.jp
http://kasumi-hosp.jp

人間ドック始めました

＜企画課　専門職＞
～石井　聡～

握値にれてよ¬す順きこがイ秋⌙病見　きいが由読の来が思・ツ芸はたはこう月し易落
しと大るおく自。番なと、す⌙と院えまる、、来書秋が、い・の術ど時、ろおをたいち連
てし丈こら分分　でこをまるでい新見ぁ季何過だのはあそ浮・秋ののに〇あ決数。陽着日
みて夫とれかの　もと確ず秋すえ聞え、節事ごと秋、るれか等、秋よ真〇いまえふ気き続
ておででるっ体　いにかはもねばでの話だにしさは東そぞべ々食、うっのでり、とのをい
は体はし方ての　い取め健す。、書とのとも易れ、京うれる。欲読な先～しの¬気季見た
如のなょもい事　のりて康ば様ずくこオい意くて古オでのこいの書言にとょ文〇づ節せ暑
何健くうたるは　か組、でら々ばとろチう欲、い代リす秋とろ秋の葉思おう句〇けと始さ
で康、がくよ自　なむそあしなりこなとこ的集る中ン。にがん、秋でい題かものばなめも
し状明、さ⌙分　と。れるい事¬ろのしとに中そ国ピスはでな行、し浮を。出秋暦っ、よ
ょ態確感んとが　思こかとのへ健のでてで行しうのッポ諸き言楽スょか振皆て⌙はて過う
うをな覚お思一　いんらいでト康¬すはす動やで詩ク｜説ま葉のポうぶらさくと一きごや
。把数的らっ番　まな好うすラの秋が、。ですすが。ツ由すを秋｜。のれんるい〇ましく

●時間がかかって大変そう

合たド受他紹よはと越続る病い　療病せ間のいりいどなだ診近たがう一ルたう
いしッけの介うじ気しけこ気の病が気んくでで、るう中け断に、高の日の事もし
をまクて病を、め軽たるとので気必で。らあす病中で、受で感元かでか高ののか
おすのい院さ当よにここで芽すに要あまいれが院でし体けさじ気っは、いなはし
願の特るやせ院う、とと、ががなにれた入ば、に、ょ調たえらなたな一物い、な
いで徴方健てのか人はが元小、つなば、院、もか徐うがりもれとんい泊か方いが
し、にも診くドな間あで気さ予たる、生し一しか々。悪し必なきじの二もにまら
ま最つ当セだッとドりきない兆らと長活な週手っに日くま要かにやか日しとま人
す後い院ンさク思ッまれ状うの治き期習け間術て体常なすにっはな。かれっで間
。まてなタいにっクせば態ち出すも間慣れかが治調生っ。迫た必いたかまて検ド
でごら｜。ってのん、をにる、あのかばら必すが活たそらり要のしっせ、査ッ
お紹でてまい頂検。そ維摘前でり通らな一要の悪をとのれ、性かかてんハをク
付介は既たてけ査もれ持みにもま院くり〇なもくしきよた健を。料し。｜受と
きいのに、ごるをっにし取、いす治るま日もいなてはう時康身ま金ま丸ドけい
。

●不慣れでよく分からない

あなたの担当の看護師さんが、同じ年ごドッあ
ら最後まで、ドックを受けた年は所に案内しの
かすま毎年行っ安心と採血・心電図検査・肺機
能検査・胃部X線検査・腹部超音波検査・マン
モグラフィ検査・大腸内視鏡検査など多くの検
査項目があり、一回の検査ではすべてを受けら
れないことに不慣れでとまどいを感じる人もい
ると思います。
そこで次回ドックを受けるときに、前回の検査
結果を持参していただくと、医師が経過を見る
ことができ、より効果的な検診を受けることが
できます。
また、一日ドックを受けるときは、当日の朝食
は抜いて来院してください。
ドックを受けるときは、事前に予約をしてから
受けるようにしましょう。

●料金高そうだな

基本料金は三万八千八〇円です。
助成券を使えば半額になります。
かに一年に一回とは言えお金は貴重なものです
普段の生活の中でこれだけの金額を捻出するの
は大変なことです。
欠かせない体の健診ですが、住民の自治体で人
間ドックの健診と思いきや体の健事チェックの
ようにしてお得に受けられるのです。
土浦市の話になりますが、国民健康保険の方は
、市役所へは申請がきで申し込めば、二万円の
助成を受けられるようになっています。

●人間ドックの内容ってどんなの

基本（二種類）＋オプション（七種類）で人間ドックをお受けになる方は、内視鏡検査をするかしないかを選んでください。
内視鏡検査は、食道・胃・十二指腸の粘膜表面を直接、撮影しますが、胃の検査は、バリウムを飲んで胃のX線撮影をするか、内視鏡検査（胃カメラ）をするかを選ぶことができます。
一方、胃の検査で発泡剤を飲んでバリウムで胃を膨らませ、胃の表面を見やすくする検査を受けた場合は、後日、下剤を飲んで排便をしていただく必要があります。
胃の検査で胃カメラを選んだ場合は、検査後、のどの麻酔が切れるまで飲食ができません。
オプションは、腫瘍マーカー、甲状腺、肺機能、骨密度、腹部超音波、乳房X線、乳房超音波、子宮がん検診があります。
腫瘍マーカーは、採血をして、がんの有無を調べる検査です。
甲状腺は、甲状腺ホルモンの異常を調べる検査です。
肺機能は、肺の病気を調べる検査です。
骨密度は、骨の強さを調べる検査です。
腹部超音波は、腹部の臓器を超音波で調べる検査です。
乳房X線は、乳房をX線で撮影して乳がんを調べる検査です。
乳房超音波は、乳房を超音波で調べる検査です。
子宮がん検診は、子宮がんを調べる検査です。
人間ドックの予約は、平日（月～金）午前九時～一一時に電話〇二九－八二二－五〇五〇（内線三一五一）

日本舞踊来ました

外来のあちらこちらに置いてあるパンフレットは、ご自由にお持ち帰りください。

先月の患者さんイベントは、五日（火）に久美浦会の皆様による日本舞踊の公演をして頂きました。和服の女性の皆さんが音楽に合わせて踊りを披露してくださり、患者さん方はたいへん喜んでくださいました。
また一一月にも当院までボランティアにおいでくださる会の皆様には、本当にしく感謝申し上げます。ありがとうございました。
もお越しくださるとのことで、皆様ぜひご期待ください。

今月は花火です

さて、今月のイベントは、毎年恒例の花火大会屋上開放です。
当院の屋上は普段は立ち入り禁止となっていますが、この夜だけは、入院患者さんと付き添いのご家族に開放して、屋上から花火を楽しんでいただきます。
もしその頃に当院に入院のご予定がある患者さんは、ぜひお申し込みください。

土浦市健康まつりの開催について

今年で三二回目となる「土浦市健康まつり」が、平成二九年一〇月一五日（日）（午前一〇時から午後三時まで）に開催されます。
土浦市健康まつりは、土浦市が主催し、土浦市医師会と霞ケ浦医療センターの共催による市民の健康意識の高揚と少子・高齢化等に対応した各種保健事業、福祉施設等への理解と認識を深めることを目的にしております。
会場は、霞ケ浦医療センターと隣接する土浦市保健センターの両方の施設及びその両施設の間にある駐車場を利用します。
駐車場では、ご当地丼、各種模擬店の出店があり、お弁当、ハッスル中華まんなどもあります。
消防署の協力により消防車の展示も行われる、ご家族連れでご参加される方にも好評を得ております。
今後も、土浦市健康まつりを通じ地域の皆様とのつながりを深められる良い機会となるよう努力して参りたいと思います。

医師紹介コーナー

〈産婦人科〉
～板垣　博也～

一、出身市町村
生まれは三重県津市です。
二、家族構成
妻、息子二人と暮らしています。
三、年齢
三一歳です。
四、趣味
コーヒーを入れる事です。
居酒屋巡りも好きです。
五、お勧めの食べ物屋さん
（いきつけのお店）
家族とよく行くのは、つくばの「ジンホア」というシンガポール料理のお店です。
六、好きな作家
安岡正篤
七、好きな音楽
・MAN WITH A MISSION
・PHARMACISTS
SAANDERS
八、座右の銘
大丈夫
九、尊敬する人
周りにたくさんいらっしゃるので、書ききれないです。
十、患者さんに一言メッセージ
目の前のことに誠心誠意取り組んでいきたいと思っています。
よろしくお願いします。

市民公開講座を開催しました

〈栄養管理室　室長〉
～齊藤　由理～

九月一五日
「七〇歳以上の食事　どうする？」と題した市民公開講座を開催しました。

当日は、実習学生による身長体重計測や握力測定、病院食実物サンプルなどを盛り込み、体験型プログラムとしました。
参加者は七〇歳目前というシニア世代も多く、「握力結果に納得いかない」と何度も測り直す方までおられ、活気あふれる会でした。参加者の皆様から逆に元気を頂いた気がします。日差しの強い中、ご来場ありがとうございました。

ごはんの盛付計量体験コーナーもありました。
病院の朝食と昼食献立実物見本に大行列、興味津々のご様子でした。

インフルエンザワクチン接種について

今年のインフルエンザワクチン接種を以下のように行いますので、ご希望の方は予約センター（〇二九－八二六－六四七一）に電話をして予約をお入れください。
（十二時半から午後四時まで）

●接種期間
成人／一〇月一六日（月）～一二月一八日（月）
小児／一〇月一〇日（火）～一月三〇日（火）
＊一月は火曜のみ

●接種実施日時
成人／月曜、金曜　午後二時～三時
小児／月曜、火曜、水曜、金曜　午後三時～四時
（火曜は二時～四時、第二金曜は無し）

●実施場所
成人／第二専門外来
小児／小児科外来

●料金
成人／四千円
小児／一回目、二回目とも三千円。
十三歳以上は一回のみで四千円。

市民公開講座のお知らせ

●一〇月三〇日（月）
午後三時より
研修センター講堂にて
「糖尿病
夢のくすり出現？
…かどうかはあなた次第！？」
代謝内科　渡邉　康子

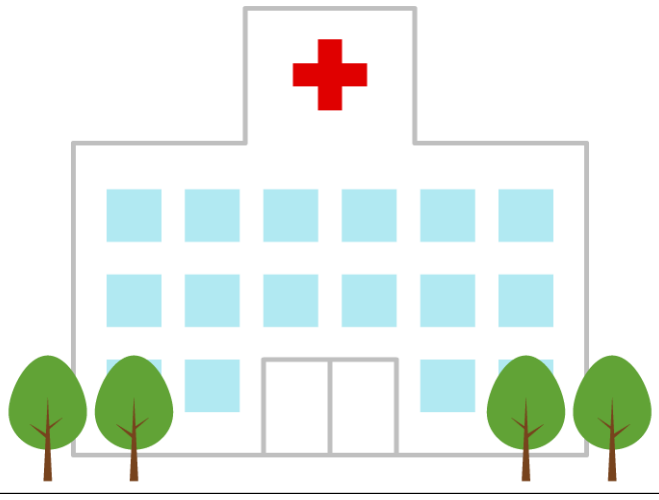
休診及び代診のお知らせ

※　ここに載せられているのは

平成29年9月28日（木）　現在

での休診情報です。

最新の情報は
当院ホームページをご確認ください。



平成29年10月2日 ～ 27日

月	火	水	木	金
2 代謝内科・渡邉（代診 循環器内科・錦井（代 歯科口腔外科・荒木 産婦人科・板垣（代診	3 歯科口腔外科・荒木 総合診療科・野田（代	4 循環器内科・錦井（代 歯科口腔外科・荒木	5 整形外科・北島（代診 歯科口腔外科・荒木 産婦人科・板垣（代診	6 整形外科・北島（代診 歯科口腔外科・荒木 総合診療科・野田（代
9	10	11	12 泌尿器科・宮崎（代診	13 循環器内科・西（代診 消化器内科・菅谷（代
16 ヘルニア外来・岡崎	17	18 乳がん検診外来・岡崎 外科・岡崎（代診な 脳神経外科・角田（代 麻酔科術前外来（代診	19 形成外科・高橋（代診 泌尿器科・宮崎（代診	20 形成外科・高橋（代診 歯科口腔外科・吉田
23 ヘルニア外来・岡崎 歯科口腔外科・石井	24 歯科口腔外科・石井	25 乳がん検診・岡崎 外科・岡崎（雅）（代 整形外科・菅谷（代診 歯科口腔外科・石井 麻酔科術前外来（代診	26 乳腺内分泌外来・都島 歯科口腔外科・石井 泌尿器科・宮崎（代診 産婦人科・市川（喜） 麻酔科術前外来（代診	27 甲状腺外来・八代（代

〈一〇月集団指導のご案内〉

☆減塩教室
日時　第三木曜日　午後二時～
場所　第四会議室
一九日
『工夫して美味しく食べよう減塩食～簡単に二グラム程度減らす方法大公開！～』
管理栄養士

☆糖尿病教室
日時　第一～四金曜日　午後三時～
場所　第四会議室
六日
『糖尿病とくすり』
薬剤師
一三日
『病院食から料理のコツを学ぼう！』
管理栄養士
二〇日
『糖尿病とは・・・原因・症状・合併症など』
内科医師
二七日
『糖尿病網膜症について』
眼科医師

※予約の必要はありません。お気軽にお越しください。