

地域とともに、あなたと生きる。正峰会グループの広報誌

2020年1月

新春

Vol.79

ふれあい



特集 ❶ おしりの病気

❷ 第13回 正峰会実践研究発表会 せいほうアカデミー開催

❸ デザイナーズホスピタル 神戸大山病院 運用開始



Contents vol.79

理事長からのメッセージ

2

特集 1 Special Feature:1

おしりの病気

3

特集 2 Special Feature:2

第13回 正峰会実践研究発表会

せいほうアカデミー開催

5

特集 3 Special Feature:3

デザインナースホスピタル

神戸大山病院 運用開始

7

素敵な人インタビュー

女子走り幅跳びアスリート 中野瞳さん

9

おいしい健康レシピ

簡単！絶品ローストビーフ

11



今日の表紙

とうが
冬芽

撮影者／竹内 和之（京都府舞鶴市）

庭木に積もった雪も日中の暖かな日差しで融けだし、寒さに耐えながら春を待ちわびる冬芽は、力強く少しずつ生長しています。



あけましておめでとうございます

正峰会グループ 理事長 大山 正

令和になって初めてのお正月を、いかがお過ごしでしょうか？皆さまにとって幸多い一年となりますようお祈り申し上げます。

さて昨年の師走には、加藤厚生労働大臣ならびに日本医師会の横倉会長の講演を聴いて参りました。いくつかのキーワードから、これからの日本の社会保障、医療や介護の動向を予測してみましょ。

* 社会保障と経済は密接である。

* 「全世代型社会保障改革」これまでの高齢者向け給付中心から現役世代（特に子育て）への給付を強化する。

* 待機児童対策や働き方改革そして子育て費用の軽減による「少子化克服」

* 健康寿命の延伸とそれによる支え手の増加。「人生100年時代」の安心の基盤は健康であり、生涯を通じ健やかに暮らすためには予防が重要。これまで寿命を80年として考えてきた人生設計を抜本的に考え直す。それには防ぐ・治す・支える医療と生きがいが必要。

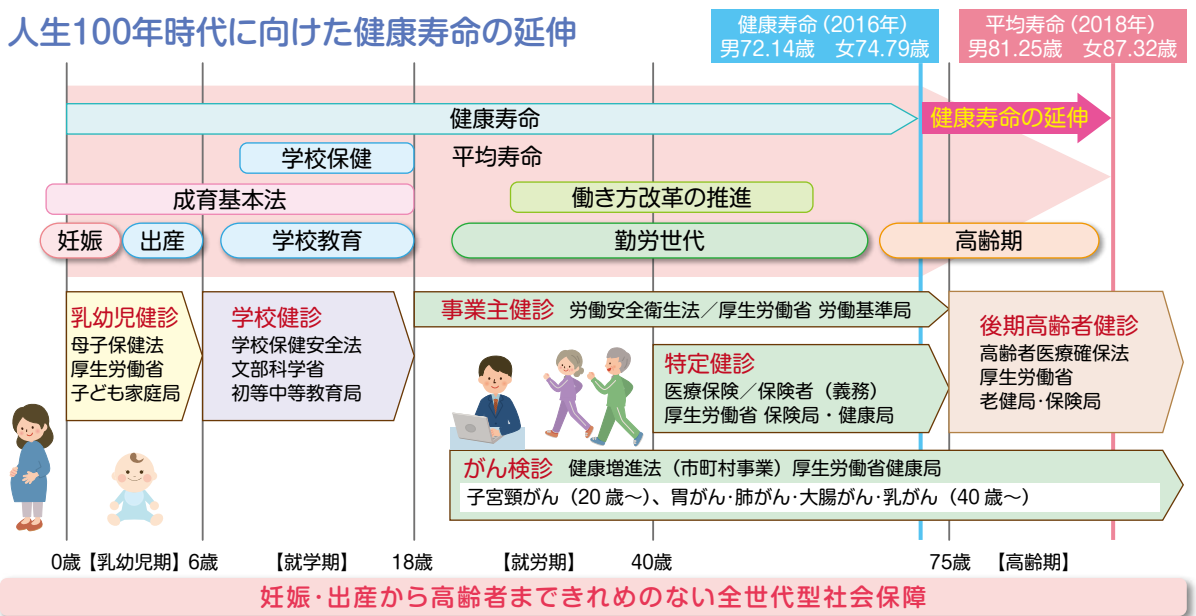
* 国民皆保険の維持・堅持を図る。

人口減少や人生100年時代を考えると、医療機関などで働く人の働き方改革を進める必要性を改めて感じた講演でした。

今年も地域の皆さまに安全・安心な医療・介護・生活支援サービスを提供できるよう精一杯取り組んで参ります。

何卒よろしくお願ひ申し上げます。

人生100年時代に向けた健康寿命の延伸



おしりの病気

実に日本人の3人に1人がおしり(肛門)に悩みを抱えているといわれています。なかなか人には相談しにくい部位であるため、多くの方が人知れず悩んでおられることがうかがえます。今回はそんな「おしりの病気」に焦点をあて、お話ししたいと思います。

主な3つの症状

- ①おしりが痛む。
- ②肛門から血が出る。
- ③肛門から外に脱出するものがある。

種類

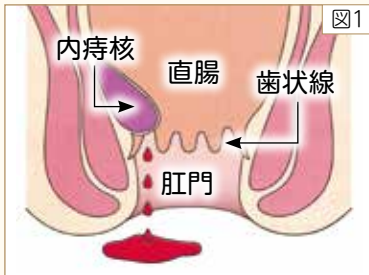
- ・痔核(しじかく)
- ・痔瘻(しじろう)
- ・裂肛(れつこう)



痔核とは肛門にできる血管の集まった出っ張ったもので、内痔核と外痔核があります。歯状線(しじょうせん)(図1)の内にあるか外にあるかで内痔核と外痔核に分けられ、歯状線より内側(上)にできたものを内痔核、外側(下)にできたものを外痔核といいます。

内痔核のGoligher (ゴリガー) 分類

<内痔核の状態により分けた4段階の分類>



Grade1

出血するが脱出しない



Grade2

脱出するが自然に戻る



Grade3

脱出するが押しと戻る



Grade4

押しも戻らない 痛みが生じる

内痔核の治療法

- Grade1と2の場合：保存的治療法 ▶ 経口薬、坐薬、軟膏
- Grade2と3の場合：ALTA療法 ▶ ジオン注射による硬化治療
- Grade3と4の場合：手術療法 ▶ 結紮けっさつ切除術

痔瘻は肛門の周辺に瘻孔(ろうこう)ができて膿(うみ)が出る疾患で、裂肛は肛門部が切れたり裂けたりして、一般に切れ痔と呼ばれる疾患です。

この中でも比較的症例の多い痔核(内痔核)について説明します。



大山記念病院 院長
総合診療科・外科
大腸肛門科
大山 正 医師

なりやすい人の特徴

- お酒が好き
- からい食べ物が好き
- 座りっぱなし、立ちっぱなしの仕事をしている
- 妊娠している
- 長時間トイレの便座に座っている

⚠ 血流がよくなるので
刺激物には注意！



⚠ 肛門に力がかかるので
注意！



手術治療で懸念されるのは、入院期間が長くなり、仕事に支障をきたすことや家族に迷惑をかけることですが、大山記念病院では1泊入院で手術治療を行なっています。お仕事が平日の方は、土日で治療をし、

気になることがある

- 便秘または下痢をよくする
- 便の色が黒い
- 便に血が混ざっていることがある
- 肛門から血が出る
- 肛門がかゆい

月曜日から通常どおり職場に行き日常生活を送ることも可能です。術後、排便時の痛みについても、下剤や鎮痛剤の使用で対処します。



チェックが入った方は、まずは受診をおすすめします。

■ 大山記念病院 大山正 院長診察

診療時間	日	月	火	水	木	金	土
午前診	総合診療科 ・外科 (第1・3・5)	大腸肛門科			総合診療科 ・外科	大腸肛門科	総合診療科 ・外科



☎0120-05-3773 TEL:0795-28-3773 (携帯電話・PHSからはこちらにおかけください)

【午前診】 9:00~12:00 【午後診】 15:00~17:00 【夜間診】 17:00~19:00

第13回 正峰会実践研究発表会 せいほうアカデミー開催



11月16日(土)

に大山記念病院
大ホールにて
「せいほうアカ
デミー」が開催
されました。開催
において行政、医師会、地域の方々など
たくさんの方にご支援いただきありがとうございます
ございました。

現在、正峰会グループは、72事業所、職員
数1700名を越える組織となりました。

そのため、今年から各エリアで予選会を
設ける形に変更し、予選を勝ち抜いた6つ
の事業所がエリアを代表して発表を行
いました。

最優秀賞は、グローバル化への取り
組みという地域や社会情勢に合わせた最
先端の実践をした神戸大山病院医事課が
受賞しました。その取り組みは次ペー
ジで紹介しています。

特別講演では、F1ドライバーとして世界
で活躍され、現在さわらびグループCEO/
DEOである山本左近氏に講演いただき
ました。理事長は挨拶で、海外出張時に

見たアゼルバイジャンの保育園の壁面の
アインシュタインの言葉「教育とは事実を
教えることではない。考える知性を養成
することである。」を元に「一人材育成では、
記憶することや覚えることより自ら考える
力を伸ばすことが大切です。それを
育成できる組織を作り、その取り組みを
発表できるせいほうアカデミーにしてい
きたい。」と、話しました。今回は国際色豊か
なせいほうアカデミーだったといえます。

これからも
正峰会の基本
理念である
「地域ととも
に、あなたと
生きる。」の
もと、職員一
同
が結束し挑戦
し続け、地域
共生社会の
実現に貢献
できることを
願っています。



特別講演



さわらびグループCEO/DEO
元F1ドライバー 山本 左近氏
「超“幸”齢社会をデザインする」

F1と医療介護。一見関わり
のなさそうな分野ですが、共通
する最先端テクノロジー、チーム
ワークという2つの視点から、
今後の方向性や医療介護に
携わる者としての考え方や
あり方を示す熱いお話でした。



※せいほう
アカデミーとは？

職員の資質向上とお客さまサービスの向上を目的とし、
年に1回開催される正峰会グループの研究発表会です。
予選：22部門 本選：6部門



神戸エリア 最優秀賞 1位	神戸大山病院 医事課	KOBE OHYAMA GLOBAL HOSPITAL ～グローバル化への取り組み～
舞鶴エリア 優良賞 3位	アザレア舞鶴 施設サービス部 入所3階	ラーメンから始まる在宅復帰 ～私と多職種の仲間たち～
大山記念病院	大山記念病院 放射線課	造影剤低減への道 ～患者さまにやさしい造影CT検査をめざして～
西脇・丹波エリア	みらいポケットにしわき	発達障害(ADHD)をもつ子どもへの支援のための放課後 等デイサービス事業所による質的アクションリサーチ ～家庭を含む関係機関連携による効果～
推薦枠 優秀賞 2位	大山記念病院 事務部 医事課	“整理整頓”から始まる医事課の働き方改革 ～一歩踏み出す勇気、私たちのイノベーション～
社会福祉法人	コモエスタにしわき	I'm Home ～私が私らしく居られる場所～

最優秀賞 1位 神戸エリア 神戸大山病院 医事課
KOBE OHYAMA GLOBAL HOSPITAL ～グローバル化への取り組み～
 発表者: ハグエン ミン チャン



- 取り組み内容
- 1 受診体制の整備
 - 2 受診体制の周知
 - 3 受診者へのアンケート調査



今後の構想

- 外国人が受診しやすい地域をつくる
- 労働力だけではなく健康面もサポートする病院をつくる

【目的】

神戸大山病院では、外国人患者さま受け入れの体制整備を開始した。
 近隣で生活する外国人患者さまに対する円滑な診療を実現する。

- 日本は在留外国人が増加しているが外国人に対する医療体制の整備が遅れている
- 在留外国人の1番の悩みは言葉である
- 特に医療機関への受診に困っている



【方法】

1. 受診体制の整備 2. 受診体制の周知 3. 日本での日常生活の課題を把握

【結果・考察】

予想以上の高いニーズ

- 在留外国人が医療機関への受診に困っている実情を把握することができた
- 医療通訳者の大きな役割
- 近隣だけでなく遠方からの問い合わせも多い
- 当院の診療科以外のことや日常生活の悩みを相談されるケースもある
- 医療通訳者を支える柔軟な体制づくりも不可欠である

外国人患者さまも安心して医療を受けられる体制を構築していきたい。



デザイナーズホスピタル
神戸大山病院 運用開始



↑の旧病院建物を解体し、工事中。

神戸市兵庫区に位置する神戸大山病院は、Ⅰ期工事が無事完了し、運用を開始しました。引き続き、旧病院建物（写真左側）の解体工事を行いⅡ期工事を進めています。Ⅱ期工事は2021年3月に完成予定となっています。

Ⅰ期運用開始：2019年11月1日 Ⅱ期運用開始：2021年 4月1日
 工事期間：2018年2月1日～2021年3月31日 構造：鉄筋コンクリート造 地下2F 地上6F

concept 急性期から在宅までをつなぐ在宅特化型の急性期病院



環境が人を元気にする
 神戸大山病院は、デザイナーズホスピタルとして生まれ変わっています。医療や建築の世界では、生活の視点が乏しい設計になりがちですが、神戸大山病院では患者さま・お客さまにとって癒しと安らぎの環境であることにこだわっています。当院をデザインしている株式会社ドムスデザインの社長、戸倉啓子さんの著書『医療の場を整える環境デザイン』では、4床部屋（下記、写真左）は、「カーテンレールを直線ではなく丸くすると病室がやさしくなります。窓からの光も奥まで入りやすくなり、廊下側の患者さまにも喜ばれます。」と紹介されています。



カーテンレールが丸い4床部屋



暖色の照明で安らげる待合室



ホテルのような受付

地域の医療機関のご紹介 田中外科医院

大山記念病院は、患者さまが安心して住み慣れた地域で療養生活を送れるよう「在宅療養支援病院」の認定を受けています。当院と訪問診療ネットワークのある医療機関をご紹介します。

Q. 開院からの経緯について教えてください。

A. 父は大阪市内での開院を予定していましたが、旧氷上郡のご指導により、当時外科診療所の無かったこの地で昭和39年に開院しました。私は大学病院で診療と研究に勤しんでいましたが、市中病院で診療経験を積んだのち今後は地域医療を担おうと帰郷し、平成17年に父の後継として院長に就任しました。

Q. 診療の特徴を教えてください。

A. 患者さまの層は幅広く、何でも診る、とりあえず診る。必要なときには専門的な病院へ紹介しています。

Q. 診療で大切にされていることは何ですか。

A. 「病気だけでなく人を見る」

患者さまの病気を診るだけでなく、患者さまの家族構成などバックグラウンドをみる。特に独居や老夫婦生活の方も多いため、まずは食べることや買い物について聞いて、生活全体をみて診療をしています。

Q. 大山記念病院との連携についてはいかがですか。

A. 夜間診については特に無理を聞いていただき、また多様な診療科がそろっていて助かっています。

Q. 地域の皆さまに一言お願いします。

A. 自治会、老人会、同級生友人という住民同士の横の絆とつながりを保つようにしてほしいです。昼間一人というのも大変心配です。誰かと繋がっているということ、地域での見守りや支え合いを大事にしてください。



院長 田中 庸生

昭和39年 田中外科医院開院（父：庸介）
昭和61年 兵庫医科大学 卒業
平成8年 田中外科医院 勤務
平成17年 院長就任
平成26年 丹波市医師会 副会長

【趣味・特技】 街歩き・ゴルフ・スキー



医療法人 田中外科医院

〒669-3131 兵庫県丹波市山南町谷川 541-1

TEL：0795-77-0002 FAX：0795-77-2989

診療科目：外科、消化器科、リハビリテーション科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前 08:30~12:00	○	○	○	○	○	○	—
午後 16:00~18:00	○	○	○	—	19:00 まで	—	—

令和2年度の 糖尿病教室

5/19(火)
8/18(火)
12/15(火)

大山記念病院1階
多目的ホールにて



ご参加ください。

糖尿病チームでは、自宅で簡単にできる運動の方法などを実演し、分かりやすくお伝えする健康教室を行なっています。糖尿病教室にぜひ

ご参加ください。

その少しの努力があなたの体をつくっていきます。

運動の習慣はありますか？
生活習慣病の予防のためには普段の生活の中に運動を取り入れていくことが重要です。5分のラジオ体操、いつも使うエレベーターを階段に。その少しの努力があなたの体をつくっていきます。

あけましておめでとうございます。2020年といえは東京オリンピックです。私は地元をホッケー競技をしていただき、さくらジャパンの活躍がとても楽しみです。皆さまも熱い戦いを楽しみにされているのではないのでしょうか？

ところで、皆さまは日常生活で

糖尿病 コラム

Vol.2

糖尿病看護
認定看護師

東田 美紀



素敵な人 interview

今回は正峰会グループが応援していて、現在ドイツに拠点を移してトレーニング中の、女子走り幅跳びのアスリート中野 瞳選手に、“挑戦”について語っていただきました。

中野 瞳さん

1990年11月23日生まれ

陸上競技（専門種目：走り幅跳び、三段跳）

自己記録 走り幅跳び：6m44（日本高校記録）

三段跳：13m00



■ 海外での挑戦について

ドイツは陸上競技の強国です。2017年ドイツでトレーニングを行なった際、「ここで必ず強くなれる」と感じました。3ヶ月のトレーニングでパフォーマンスに変化が少し現れましたが、学びきれなかったこともたくさんあったため、拠点をドイツに移してじっくりとトレーニングをすることにしました。言葉も文化も違う中で、一人で生活することに少し不安もあります。しかし、それ以上に「もっと強くなりたい、学びたい」という思いが大きく上回りました。いろんな世界に触れて、トレーニングも生活もメンタル面も言語も、たくさん吸収してきます。また、将来は陸上競技のコーチになりたいと考えています。ここで学んだことを今は自分自身の競技に、将来は次世代のアスリートに還元できたらと思っています。



ドイツでのトレーニング

ただ、この挑戦は、自分の意志だけではなく、家族やコーチ、スポンサーなどの理解やサポートのお陰で行うことができている。感謝してもきれませんし、だからこそ「良い経験」では終わらせず、必ず成長して結果に繋がりたいと思っています。

■ 挑戦の一步を踏み出すこと

私は以前、失敗を恐れたり周りの目を気にしたりして挑戦の一步が踏み出せなかった時期がありました。「挑戦したい、でもまだ大した結果も残していない自分が、海外なんて行って良いのだろうか。」「失敗したら周りから笑われるのではないだろうか。」「...と。自分の人生を生きていない気がしてモヤモヤしていました。しかし、悩み抜いた結果、「やりたいならやろう」という考えに至り、それからは、自分のワクワクする方向へ人生を切り開くようになりました。すると、

ありのままの自分でいられるようになり、見えていた景色もパツと明るくなりました。
また、挑戦を通していろんな人との出会いや経験もあり、ここで得た学びがまた自分を成長させてくれます。これは私の財産ですし、これからも大切に育んでいきたいと思っています。もちろんうまくいくときもあれば、いかないときもあり、悔しくて悔しくて眠れない日もあります。そんな時はとことん落ち込んで、また次に向けて、やるべきことを一つずつ積み重ねます。そうすると、また自分が輝けるタイミングがくると思います。

■ 挑戦し続けるために

挑戦をし続けるために必要なこと、それは「元気でいること」です。私は高校時代、インターハイで優勝するという目標に夢中になりすぎて、身体の不調（下痢、腹痛、血便など）を無視してトレーニングし続けました。その結果、「潰瘍性大腸炎」という診断結果を受けて入院し、インターハイへの道も閉ざされました。その後も、なかなか休む勇氣をもてず、再発を繰り返してしまいました。しかし、この失敗から、身体の声を聞くこと、頑張るために休むことの大切さを学びました。アスリートとして限界の突破をめざしていますが、自分の身体の限界を超えてしまうとゲームオーバーになります。この見極めが難しいですが、これがうまくできるようなになると、これまでにないビッグジャンプができると思います。両親が与えてくれたこの身体をフルに生かして、これからも元気で自分越えに挑戦し続けます。



2019 アジア選手権
カタル



簡単！ 絶品ローストビーフ

大人数が集まることのあるお正月や、節分、ひな祭りに、おもてなし料理の一品としていかかでしょうか。
焼き目をつけて、後は放っておくだけで簡単に作ることでできます。
豪華なメイン料理にしたり、サラダや丼のトッピングにしたりと応用範囲の広いおすすめレシピです。
牛肉は他のお肉に比べて、体内に効率的に吸収されるへみ鉄や免疫力アップにつながる亜鉛を豊富に含みます。たんぱく質も多く含みますのでサルコペニア予防のためにも積極的に摂取しましょう。

※加齢に伴って生じる骨格筋量と骨格筋力の低下

❖材料 4人前

牛肉ブロック (ももや肩) 400g	【簡単ソース】
食塩 …………… 小さじ2/3	しょうゆ …………… 50cc
こしょう …………… 適量	みりん …………… 25cc
サラダ油 …………… 大さじ1	料理酒 …………… 25cc
添え野菜 …………… いろいろ	おろしにんにく …大さじ1

栄養価 < 1人前 >

エネルギー / 256kcal	
タンパク質 / 22.4g	脂質 / 14.4g
炭水化物 / 6.0g	食塩 / 3.0g
鉄 / 3.0mg	亜鉛 / 4.6mg



作り方

- 1 牛のかたまり肉は冷蔵庫から出して常温に戻しておく。
- 2 牛肉に塩コショウをすりこむ。
- 3 大きめの鍋にたっぷりのお湯を沸かしておく。
- 4 フライパンにサラダ油を入れて熱し、牛肉を入れて強火で全体的に焼き色をつける。
※フライパンは洗わずそのまま。<ソース作り>に使用します。
- 5 牛肉に焼き色がいたらラップで包む。ラップは二重にして包む。
- 6 5の牛肉をジップロックなどのポリ袋に空気を抜いて入れ、口をしっかり閉じて輪ゴムでしっかり止める。
※袋も二重にするとお湯が入らない。
- 7 3のお湯に6を入れて、そのまま3分煮る。

- 8 3分経ったら火を止めて、鍋のふたをして15~20分放置。
※肉が浮かばないように上からお皿などで重しをする。
- 9 15~20分放置したらお湯から取り出し、袋から出さずに冷めるまで置いておく。
- 10 ポリ袋から取り出して、ラップを外して薄くカットしたら完成。
※粗熱がとれてから冷蔵庫で一度しっかり冷やすと薄くスライスしやすい。

<ソース作り>

肉を取り出したフライパンに、ソースの材料を全て入れて軽く混ぜて沸騰させればソースは完成。



★ 第17回 大山記念病院 健康ふれあいフェスタ ★

令和元年11月4日、第17回健康ふれあいフェスタを開催いたしました。

好天のもと「つなげよう!つなごろう!地域にひろがれ笑顔の輪」をテーマに取り組みました。学生やお子さまの参加・来場も多く300名のボランティアと、過去最多である約1,600名の来場者でにぎわいました。

今後も地域の良いふれあいの場となるよう継続していきます。



★ さんなん桜の里 開設 20 周年記念行事 ★

令和元年9月、老人保健施設さんなん桜の里は開設20周年を迎えることができました。これも地域住民の皆さまのあたたかいご支援、および理事長夫妻をはじめ開設当時から現在に至るまでの職員の皆さまのご努力によるものと感謝しております。

「さんなん桜の里」は今後も地域の方々への憩いの場であり、安住の場でありたいと願っております。

職員にとっても明るく楽しい職場であり、ご利用の皆さまと一緒に新たな環境を作っていきたいと思っております。20周年の行事は終わりましたが、これからが大切と気持ちを新たに、職員一丸となって挑戦し続けます。

ボランティアで駆けつけてくださった皆さま、ご協力に感謝いたします。20周年記念行事にお越しくくださった皆さまもありがとうございました。



★ 第3回 正峰会大山記念病院 グラウンド・ゴルフ交歓大会 ★

令和元年9月19日、第3回正峰会大山記念病院主催グラウンド・ゴルフ大会を開催いたしました。総勢580名の大勢の方にご参加いただき、誠にありがとうございます。



当日は天候に恵まれ、大きな事故もなく無事大会を終えることができました。皆さま、日頃の練習の成果を存分に発揮していただけましたでしょうか。

次年度もより多くの方にご参加いただけるよう、今回の反省を生かし努力してまいります。



★ 第7回 大山記念病院 院長杯ゲートボール大会 ★

令和元年10月19日、第7回大山記念病院院長杯ゲートボール大会をスパーク西脇にて開催いたしました。10チームのうち、病院からは2チーム出場しました。病院職員は初心者も多く地域の方々から親切にご指導いただき、接戦にもちこめた試合もいくつかありました。楽しいひとときの中、地域の方々との結びつきを感じることができました。皆さまに心より感謝いたします。



大山記念病院

最新鋭のCT装置を導入 関西1号機 SOMATOM Drive (ゾマトム・ドライブ)

関西1号機(2019年8月8日時点)となる、X線発生装置を2管球搭載したCT装置「SOMATOM Drive (ゾマトム・ドライブ)」を導入しました。2方向同時撮影によるデータ収集で、撮影時間の短縮や心臓など動きのある臓器への対応強化が可能となりました。画質もより向上し、心臓血管もさらに鮮明に描出することができます。さらに低管電圧撮影技術により造影剤量や被ばく量の低減を可能にし、患者さまの検査負担やリスクの低減に繋げることができます。



シーメンスヘルスケア株式会社

ハーベストコート桜丘3号館

間もなく完成！入居受付中！

所在地：兵庫県西脇市黒田庄町田高316
 住宅戸数：60戸 居室面積：18.54㎡
 建物規模：鉄筋コンクリート造 地上3階建て
 3階：居室30室（夫婦部屋あり）
 2階：居室30室（夫婦部屋あり）
 1階：多目的ホール、喫茶店
 開設：令和2（2020）年3月1日



ゆめふぁーむの北側に建設中の「サービス付き高齢者向け住宅 ハーベストコート桜丘3号館」は、西脇市内で初めてのサービス付き高齢者向け住宅となります。これは高齢者の暮らしを支援するサービスの付いたバリアフリー構造の住宅であり、介護が必要となった場合でも在宅介護サービスを利用しながら生活を継続することができます。

地上3階建てで、1階にはカフェ「KuruDot(クルドット)」があり、地域で暮らす人たちが集い、交流



できる地域交流拠点施設としての役割も担います。また大山記念病院が近く通院が便利で安心です。透析送迎や医師の訪問診療も可能です。フィットネスクラブ「アクアスポーツ」の無料利用をはじめ、栄養管理された食事の提供や、さまざまなイベントも行います。近くに食料・日用品などを購入できる店舗もあり、日常生活を営む上で必要な環境がコンパクトにまとまり、暮らしやすい住まいになる予定です。

大山記念病院

健康ふれあい教室 【会場】大山記念病院4階大ホール

【日時】令和2年2月29日(土) 13:30～14:30

送迎ご希望の方は、開催1週間前までにご連絡ください。

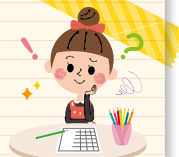
社会医療法人社団 正峰会 大山記念病院 総務課 ☎0795-28-3732 FAX:0795-28-2921

		2	6		5	8		
8								5
	6	ウ				エ	2	
イ		7				1		オ
2			5		7			4
9	4						7	3
		3		1		5		
			8		2			
1			ア					9

前回の答え… 27

頭の体操

正解者の中から
抽選で10名の方に、
クオカード500円分をお送りいたします。
(発送をもって発表に代えさせていただきます)



【ルール】

- 1) 3X3のブロックに区切られた正方形の枠内に1から9までの数字が入ります。
- 2) 縦にも1から9の数字が入ります。
- 3) 横にも1から9の数字が入ります。

空白を全て数字で埋めて、ア、イ、ウ、エ、オの数字の合計をお答えください。答えが分かった方は、官製はがきに下記①～⑤をご記入の上、ご応募ください。

- ①答え ②お名前 ③ご住所
- ④面白かったページ、興味深かった記事
- ⑤今後知りたい内容 ☆(さしつかえなければ)年齢

◆締切 2020年3月10日(火)

◆宛先 〒679-0321 兵庫県西脇市黒田庄町田高313-294 地域交流館くろだしょう4階
(社医) 正峰会 統括本部 広報部 宛



クラフトセラピー



ファー生地でふわふわバッグ

ファー生地/40cm×30cm
中 布/40cm×30cm
持ち手テープ/50cmのもの2本



- 1) フェア生地を両端1cm入ったところと底部分1cm入ったところを縫う。
- 2) 中布は端10cm返し口をあけて1)同様に両端と底部分を縫う。
- 3) 持ち手テープを中布に仮止めする。
- 4) フェア生地と中布を中表に合わせ縫う。
- 5) 返し口からひっくり返して返し口をとじて完成。



診察時間 【午前診】 9:00~12:00 【午後診】 15:00~17:00 【夜間診】 17:00~19:00

※手術・救急・学会などにより、担当医師が予告なく変更になることがあります。ご了承くださいませ。

	日	月	火	水	木	金	土	
午前診	総合診療科・外科	院長 ^か 加来 誠一郎 (第1-3-5) (第2-4) (隔週交替)	大山 正人	加来 誠一郎	加来 誠一郎	院長 加藤 大	大山 正人	院長 加藤 大
	乳 腺 外 科				岸本 昌浩 (第1-2-3-5)			岸本 昌浩 (第1-2-3-5)
	大 腸 肛 門 科		院長				院長	
	内 科	荻野 仁志	関谷 純一 内橋 猛	内田 淳 関谷 純一 入江 宏史 <small>ペースメーカー外来(予約制)</small>	関谷 純一 入江 宏史	内田 淳 関谷 純一 <small>(予約制)</small> 内橋 猛	関谷 純一 内橋 猛	内田 淳 入江 宏史
	糖尿病専門外来	担当医 (第1・3・4)		大串 美奈子 (第2)				
	循 環 器 科		森下 陽子	森下 陽子	小林 良幸	森下 陽子	小林 良幸	小林 良幸 <small>(紹介・緊急)</small>
	消 化 器 内 科		大島 庶幾	高取 健人	高取 健人	大島 庶幾	高取 健人	大島 庶幾
	呼 吸 器 科			大搦 泰一郎				
	整 形 外 科	担当医	照喜納 光信 担当医	担当医	担当医	照喜納 光信 下村 隆敏	下村 隆敏 石本 勝彦	照喜納 光信 下村 隆敏 担当医
	形 成 外 科		照喜納 光信			照喜納 光信		照喜納 光信
	皮 膚 科			太田 智秋	太田 智秋	太田 智秋	太田 智秋	太田 智秋
	泌 尿 器 科		小島 圭二	小島 圭二	小島 圭二	近藤有/小島圭二 (第2)	小島 圭二	担当医
	婦 人 科		森川 哲	森川 哲	森川 哲	嘉嶋 那津見	嘉嶋 那津見	森川 哲 (第1・3)
	眼 科		西浦 正敏	西浦 正敏	西川 憲清 (9:30~)	西浦 正敏	西浦 正敏	西浦 正敏
脳神経外科(物忘れ外来) 10:00~12:00		西崎 知之						
午後診	総合診療科・外科						加藤 大	
	内 科						高取 健人	
	乳 腺 外 科				岸本 昌浩 (第1-2-3-5)			岸本 昌浩 (第1-2-3-5)
	下肢静脈瘤外来							神戸大学 担当医 (第1-3-5/14:00~17:00)
	眼 科 15:00~17:30			西浦 正敏	西川 憲清 (~14:00)	西浦 正敏	西浦 正敏	
	脳神経外科(頭痛・漢方・禁煙) 15:00~16:30		上田 徹	上田 徹	上田 徹	上田 徹	上田 徹	
	脳神経外科(物忘れ外来) 13:00~17:00		西崎 知之					
健康食品・サプリメント相談外来 13:30~14:00				上田 徹 (完全予約制)				
夜間診	総合診療科・外科		加来 誠一郎	担当医	担当医	担当医	大山 正人	
	内 科		関谷 純一	高取 健人	担当医	内田 淳	内橋 猛	
	整 形 外 科		担当医	担当医	担当医	照喜納 光信	下村 隆敏	
	形 成 外 科					照喜納 光信		
	泌 尿 器 科			小島 圭二				
	皮 膚 科		太田 智秋	太田 智秋	太田 智秋	太田 智秋	太田 智秋	
循環器科 カテーテル検査・治療	救急対応	心臓カテーテル 午後	救急対応	心臓カテーテル 午後	心臓カテーテル 午後	心臓カテーテル 全日	救急対応	

	日	月	火	水	木	金	土
午前診 (9:00~12:00)		生野 哲雄	生野 哲雄	内橋 猛	生野 哲雄	生野 哲雄	生野 哲雄
午後診 (16:00~18:00)		生野 哲雄	生野 哲雄	内橋 猛		生野 哲雄	



正峰会
グループ
【基本理念】

- 患者さま・お客さまの権利の尊重を第一に考え、信頼される病院・施設づくりをめざします。
- より良い医療・福祉をやさしく効率的に提供するため、職務能力の開発と人間性の向上に努めます。
- 利益を地域社会と職員に還元できるように、経営基盤を安定させます。

編集・発行
社会医療法人社団 正峰会
☎ 0795-28-3688

ホームページアドレス
<http://www.seihokai.com>