

東和病院にサンタさんが来ました!

12月25日、東和病院に二人のサンタさんが来てくれました。入院患者さんへささやかなプレゼントがありました。患者さんにとっても素敵なクリスマスになったでしょうか。



マスクの着用をお願いします

インフルエンザなどの感染症が流行する時期となりました。周囲からの咳やくしゃみからでたウイルスをもらわないようにすること、そして自身も周囲に広げないように『マスクの着用』『手洗い・うがい』をして予防していきたいものです。

外来受診の際に熱がある場合は、必ずマスクの着用をお願いします。

また、インフルエンザの全国的な流行時期には院内でのマスク着用をお願いすることがありますので、ご協力をお願いいたします。



☆☆☆お知らせ☆☆☆



○ 生活習慣病対策として下記のとおり予定しておりますので、お気軽にご参加ください。詳しくは、外来窓口でお問い合わせください。

☆ 高血圧教室 1月17日(水) 11時20分から

☆



岩手県立東和病院

〒028-0115
岩手県花巻市東和町安俣6区 75-1
TEL 0198-42-2211
FAX 0198-42-4417
e-mail EA1022@pref.iwate.jp



編集後記

新年明けましておめでとうございます。本年もよろしくお願い申し上げます。

インフルエンザの本格的な流行シーズンに入りますので、手洗い・うがいをしっかりと行っていきましょう。

東和病院だより

～ 2018年1月号 ～



29.12.8 成島地区地域医療懇談会の様子

年頭所感

明けましておめでとうございます。皆様方におかれましては健やかに新年をお迎えになられたこととお慶び申し上げます。本年もよろしくお願い申し上げます。

昨年は、①地域包括ケア病床の拡充(14床)、②病院機能評価更新受審、③服薬指導等病棟薬剤業務の充実、④中部圏域医療情報ネットワークへの参加、⑤地域医療懇談会開催を重点項目に挙げて取り組みました。

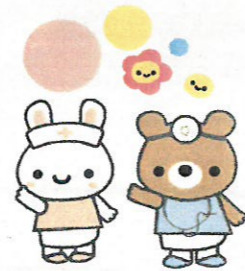
今年は、①クリニカルパスの推進、②待ち時間の解消、③接遇の向上、④中部圏域医療情報ネットワークへの参画、⑤診療報酬同時改訂への取組を重点的に取り組んで参ります。

本年も、当院が地域の皆様から信頼される病院であるために頑張っていきたいと思っております。本年が幸多き年でありますよう、ご祈念申し上げ、年頭のご挨拶とさせていただきます。

院長 松浦 和博

☆☆☆ 外来診療のご案内 (平成30年1月版) ☆☆☆

		月	火	水	木	金
午前	内科	貴田岡 松浦	佐久山 研修医	佐久山 貴田岡 研修医	佐久山 貴田岡 研修医	佐久山 貴田岡 研修医
	外科	佐藤 研修医	佐藤	松浦 研修医	佐藤 研修医	佐藤 研修医
	泌尿器科	星				
	循環器科		井筒(中部病院)			
専門外来(予約制)						
午後	神経内科			田村(中部病院) 1月10-24日		
	呼吸器科			勝又(胆沢病院) 1月10-24日		



※診療医師は変更になる場合がありますので、受付にご確認ください。

※受付時間

8時30分～11時30分 (予約の方はこの限りではありません)
午後は専門外来(予約制)となります。

※慢性疾患指導日

毎週水曜日 17時30分～19時
予約制となります。詳しくお知りになりたい方は内科外来にお問い合わせください。

※**紹介状をお持ちの方や、他医療機関から紹介状の FAX 等があった方は優先的に診療いたします。紹介状は受付時にお出しいたください。**

※診療科は、内科、外科、リハビリ科ですが、岩手県立中部病院、岩手県立胆沢病院から、各種専門医の応援をいただいております。スムーズな連携をとれるように心がけております。
臨床研修協力病院として中央病院・中部病院・国立国際医療センターの臨床研修医を受け入れ、診療にあたっています。

栄養管理科だより

平成29年度
12・1月号
東和病院
栄養管理科

まごわやさしい

～免疫力を高めて元気になる食事～

私たち日本人は、米を中心にして野菜・芋類・魚介・海藻類などを副食とする食生活を長く続けてきました。

この伝統的な食べ方は、体に必要な栄養素をたっぷり含んだ理想的なかたちです。「まごわやさしい」とは和の食材の最初の文字を覚えやすく言いあらわしたものです。

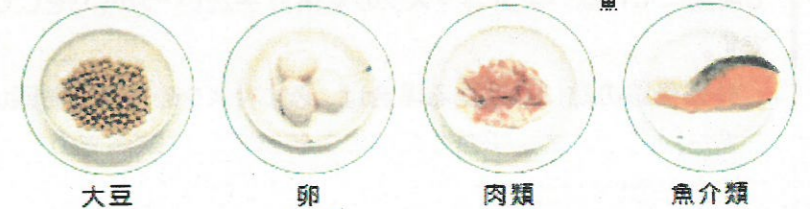
これから空気が乾燥し細菌やインフルエンザがさらに増える季節。体を温め、栄養を十分とり、免疫力をアップさせて病気に負けない体を作りましょう。

免疫力アップに必要な主な栄養素

たんぱく質

体の機能を正常に保ち免疫物質の働きを高めます

例えばこんな食材→



ビタミンA

鼻やのど、消化器管などの粘膜を正常に保ち、感染症を予防します

例えばこんな食材→



ビタミンC…白血球の働きを強化し免疫力を高めます

例えばこんな食材→



ビタミンE

酸化を防ぎ、血行を促します

例えばこんな食材→



鉄分

口内の粘膜を正常に保ち、免疫機能を高める働きをします

例えばこんな食材→



「まめ(大豆製品)、ごま(種実)、わかめ(海藻)、やさい、さかな(青魚など)しいたけ(きのこ)、いも」は、各栄養素をバランスよくとるためのキーワード。毎日の食事に積極的に取り入れ、寒い冬を乗り切りましょう。