



Vol.34

2017年7月発行

編集・発行 最成病院
☎043-258-1211
<http://www.saisei.or.jp>



医療法人社団 有相会

最成病院
Tel.043-258-1211

最成病院ヘルスケアセンター
Tel.043-257-8111

ゆうあい訪問看護ステーション
Tel.047-480-2132

介護老人保健施設 ゆうあい苑
Tel.047-480-2111

グループホームかしわい
Tel.047-480-2165

最成病院 居宅介護支援室
Tel.047-480-2133

千葉市あんしんケアセンター
にれの木台
Tel.043-445-8012

第3回花見川・八千代医療連携ネットワークが行われました



第3回花見川・八千代医療連携ネットワークが平成29年7月14日(金)にHOTEL FRANCSにて38機関、約150名もの方々にご参加いただき開催されました。

講演1は千葉大学大学院医学研究院 整形外科学助教 赤木龍一郎先生による「変形性膝関節症の治療戦略～手術の前～」でした。講演後の質疑応答では地域の先生方を中心に積極的にディスカッションが行われ、注目の高さを肌で感じることができました。



赤木龍一郎先生

講演2は医療法人医仁会さくら総合病院 院長 小林豊先生による「災害医療において地方民間病院ができること」でした。小林先生は災害医療のスペシャリストいらっしゃいます。過去の大震災では現地へ赴き、第一線

で医療支援をされてきた経験をもとに時代、土地、季節の違いによって、各被災地における疾病内容、患者構成、医療環境などが異なり、柔軟な対応が必要だとお話されました。また、その中で一番大事なのは救護スタッフが



小林豊先生

が医療ニーズを増やさないことが大前提で、今後この花見川地域で有事の際に、我々がどのように活動していくのか、具体的に考えておくことが急務であると痛感しました。

その後の意見交換会では近隣の先生方をはじめ、多職種の方々と交流が出来、非常に貴重な時間を共有することができました。ご参加いただいた皆様、本当にありがとうございました。 看護師 奥村恵美子



花見川・八千代医療連携ネットワーク世話会会の先生方

美姿勢が見た目も数値も変える!! ~簡単体操で、より美しく健康に♪~

タチリュウコンディショニングジム

トレーナー：篠塚麻衣子

季節は夏。暑くなり露出が多い季節となりましたね。
T シャツから出る腕やお腹まわりなど、体型が気になる方も多いのではないのでしょうか？

そんな皆様に質問です。あなたの「姿勢」は大丈夫ですか？

まずは右の項目をチェックしてみてください。

この項目は「不良姿勢」を引き起こす要因であると共に、姿勢の改善によって解消される部分でもあります。

つまり、姿勢が改善されると「代謝向上」「不良姿勢による痛みの軽減」が期待出来るのです！今回は家で手軽に出来る「姿勢改善体操」のご紹介をさせていただきます。

＜セルフチェック＞

- 慢性的な肩こり・腰痛がある
- 肥満気味である
- ストレスが溜まりやすい
- 長時間スマホやPCを行う
- 仰向けで寝るのがきつい
- 猫背が気になる



◇太もも裏のストレッチ (腰が丸まりやすい原因を改善！)



1.膝を90度に曲げて座り、片脚だけ伸ばす
そこからつま先を目がけて身体を前に倒す

◇胸開きストレッチ (脱猫背！胸の張れる姿勢を作る)



1.写真の様に上の脚を前に出し、横向きに寝る



2.上の腕を反対側へ広げる

◇首のストレッチ (肩こりの方必見です！！)



1.耳の上を反対の手でつかみ、引くように倒す



2.同様にやや後ろから、斜め前に倒す



3.両手で後頭部をつかみ、前に倒す

＜効果を出すためのポイント＞

- 1、時間を決めてなるべく毎日行う
- 2、呼吸は止めずリラックスして行う
- 3、強い痛みがある日は運動を控えること

ご入会予約・お問い合わせはこちらから
ネット!!
タチリュウジム 検索
www.tachiryugym.com

まずはお電話で無料体験のご予約を!!
TEL.047-407-0126

TACHIRYU
CONDITIONING GYM

〒275-0001 習志野市東習志野7-4-10
東習志野ショッピングモール1F

◆営業時間…平日10:00~22:00 土日祝10:00~19:00
◆定休日…第13水曜日
京成線美杉駅より徒歩約15分、八千代台駅よりバスで約10分



きずな直送便～入院事務～

入院事務は現在3名体制で業務を行っております。2名は急性期病棟、1名は地域包括ケア病棟を担当しています。他の2病棟は各病棟に担当者がおります。主な業務内容は、ご入院された患者さんの入院費用の会計を作成することです。

病院の会計は厚生労働省で決められている診療報酬に基づいて計算されています。

患者さんの診療行為に対して一つ一つ点数が定められており、その合計をご請求させていただいております。

入院費用の中で一番お問い合わせが多いのが入院料です。これは、非常にわかりづらいものです。基本の入院料の点数は決められていますが、病院によって認可が下りている項目が異なります。その項目によって点数（入院料）が変わってきます。

その他に、薬、注射、検査、レントゲン、手術、リハビリ、食事療養費等と項目は様々ですが、定められた点数を計算し、患者さんにはそれぞれの保険の負担割合に準じてご請求しています。

高額療養費制度など、負担軽減する制度もございますので、ご不明な点がありましたら、お問い合わせください。



ご入院の際は限度額適用認定証の手続きをしていただき、ご提示下さい。
また、その他に入院費用でご不明な点がございましたら、お気軽にお尋ねください。

認知症サポーター養成講座開催しました～ゆうあい苑～

最成病院公開講座として、6月14日（水）『千葉市認知症サポーター養成講座』がゆうあい苑にて開催されました。当日は周辺エリアを担当する「千葉市あんしんケアセンターこてはし台」より講師をお招きし、①認知症について正しく理解すること、②認知症の方とその家族に対して暖かく見守り支援することを目的として、講習が行われました。

認知症への関心の高さから、30名を超える地域の方々の参加があり、認知症と疑われる日常的な行動についての判定、また身近にいる認知症の方へのサポートの方法など、熱心にメモを取られている姿が非常に印象的でした。講習の最後全員に『認知症サポーター養成講座』を終了したことを示す目印として“オレンジリング”（ブレスレット）が配られ、認知症サポーターの輪を広げる運動が全国で展開されているということを知ることができました。

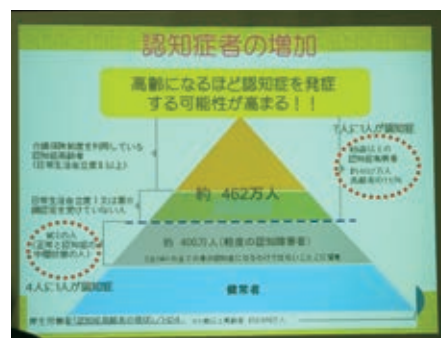
ゆうあい苑では、今後とも地域住民の皆様へお役にたつ情報を提供し続けてまいりたいと考えております。日頃介護・福祉のことでお困りの際は、ぜひゆうあい苑までご連絡下さい。 ゆうあい苑 ☎047-480-2111



たくさんご参加いただきました



オレンジリングです



外来医師担当表(2017年8月1日現在) **変更がある場合がございます。ご了承下さい。**

曜日	時間	内科	外科・消化器科	整形外科	婦人科	循環器科	皮膚科
月	午前	西堀・潤間 芦澤	齋藤(洋) 古川	雅楽・眞鍋 佐藤(達)	田中 9:30~	大貫	
	午後	多田・新井 福原	山口 乳腺外来(藤田)	雅楽・成嶋 ・佐藤(達)			
火	午前	多田 中島・西(卓)	鈴木 眞田 10:00~	小川 久保田			青山
	午後	潤間・庭山 伊藤・古口		小川/久保田 (交代制)			松澤 14:30~
水	午前	多田・齋藤 川島	外科 Dr	雅楽・成嶋 百村		大貫	
	午後	西堀・新井・門平 糖尿病(伊藤)※1		スポーツ診(桜庭)・根岸・百村 ・※第2,4のみリウマチ診(雅楽)			
木	午前	西堀・新井 中津	鈴木 古川	殷 河野・佐藤(博)	田中 9:30~		
	午後	川上・中津 糖尿病(伊藤)		佐藤(博) 第2,3,4,5 河野			
金	午前	齋藤・黒澤	藤田 齋藤(洋)	眞鍋 加藤・吉田	田中 9:30~	大貫	
	午後	亀井・西(慎)・呼吸器内 科(14:00~15:45)潤間・ 糖尿病(伊藤)	藤田 眞田	加藤 吉田		宮路	
土	午前	河西 甲斐 西尾	水町	・第1,3,5 殷・第2,4 根岸・ 第1,3,4,5 佐久間・第2 馬場 ・第1 吉田・第2 百村 ・第3 幡野・第4 馬場・第5 未定	田中 9:30~	大貫	
	午後	第1, 3, 5 消化器 外来(丸山)・須永・ 塚本・西尾		・第1,3,4,5 佐久間・第2 馬場 ・第1 吉田・第2 百村・第3 幡野 ・第4 馬場・第5 未定			

※ 糖尿病・循環器外来は紹介状の持参、もしくは当院他科を受診してからの予約となります。
 ※ 女性医師は赤字で記載しております。 ※ 婦人科外来の診療時間は9:30~12:00となります。

ゆうあい伝言板

新任医師のご紹介

7月より整形外科の常勤医師が変更になりましたのでご紹介致します。

◆成嶋 靖博 医師

整形外科全般、特に股関節に対して診療を行ってきました。出来る限り痛みを和らげることを中心に診療を心掛けていきますので、宜しくお願い致します。

◆根岸 義文 医師

順天堂大学卒業後、順天堂大学整形外科教室へ入局し、研鑽に努めてまいりました。どうぞ宜しくお願い致します。

編集後記

暑い夏がやってきます。冷房を上手に使用して体調管理には十分に気をつけて下さいね！ (S)