



# こ・ろ・ん



## 愛育病院が菊郷会に加わりました！！

この 6 月から札幌市中央区にある愛育病院が菊郷会に加わることとなりました。

愛育病院は昭和 32 年に財団法人小児愛育協会附属愛育病院として開設された、札幌でも伝統のある病院です。小児科のみならず、血液内科や消化器内科、消化器外科では北海道大学との密接な連携のもと、高い医療水準を保っております。

今後は同じ菊郷会に属する石橋胃腸病院、札幌センチュリー病院、富丘腎クリニック、愛育病院の 4 医療機関が協力しあい連携を深めて、刻々と変化する医療情勢の中でも患者さまに更に良質で行き届いた医療サービスを提供できるよう努めてまいります。



医療法人菊郷会 理事長 有馬 滋

尚、この機会に医療法人菊郷会の理念を以下の内容に統一することにいたしました。私たちは、石橋胃腸病院が地域の皆さまに心から愛され、信頼される病院となる事を目指します。

1. 一人一人の患者さまに最適な医療を安全に提供できるよう努めます。
2. 一人一人の職員が、患者さまにお仕えする気持ちを大切にした医療を目指します。
3. 一人一人の職員が、医療技術の向上と医療に携わる者として、その資質の向上に努めます。
4. 地域の医療機関、福祉施設との連携を大切にします。

今後は我々職員一同が常にこの新しい理念を念頭に置き精進、努力をしてまいります。

### 《 目 次 》

1. 関連病院のご紹介
2. 部署紹介『リハビリテーション科』
3. 栄養科一口メモ『具だくさんジャージャー麺』
4. 熱中症と食中毒に気をつけましょう！！



医療法人菊郷会 石橋胃腸病院

〒003-0863 札幌市白石区川下 3 条 4 丁目 2-1

TEL 011-872-5811 FAX 011-872-5814

<http://www.ishibashi.or.jp/>



# 関連病院のご紹介

いつも石橋胃腸病院をご利用くださり誠にありがとうございます。

平成 20 年に医療法人菊郷会が石橋胃腸病院の経営を引き継いでから早くも 6 年目になろうとしております。この間様々な改善・改革を繰り返し、少しでも皆さまに喜んでいただける病院となるよう職員一同が努力を重ねてまいりました。

特に透析治療に力を入れ、平成 23 年 9 月には透析室を新設し現在では多くの透析患者さまを受け入れられるようになっております。

そして、これまでは札幌センチュリー病院と連携の下に進んでまいりましたが、平成 26 年 6 月より札幌市中央区にあります愛育病院が「医療法人菊郷会」グループに加わりました。

医療法人菊郷会は「札幌センチュリー病院(白石区)・石橋胃腸病院(白石区)・富丘腎クリニック(手稲区)・愛育病院(中央区)」の 4 施設となりました。今後も相互に連携を強め、地域医療の充実を進めてゆく所存です。

患者さまに安心と安全を届けられるよう職員一同努力してまいりますので、今後とも皆さまのご支援をよろしくお願い申し上げます。

## 愛育病院 (180 床)

6 月より菊郷会に加わりました。

中央区南 4 条西 25 丁目 2-1

TEL011-563-2211

内科・血液内科・消化器内科・循環器内科・整形外科・小児科・麻酔科・外科・リハビリテーション科

## 札幌センチュリー病院 (150 床)

白石区菊水元町 5 条 3 丁目 5-10

TEL011-871-1121

内科・消化器内科・泌尿器科・外科・循環器内科・整形外科・人工透析・内視鏡センター・日帰り・短期入院手術センター

## 富丘腎クリニック (外来のみ)

手稲区富丘 1 条 4 丁目 5-33

TEL011-686-5005

人工透析

## 石橋胃腸病院 (90 床)

白石区川下 3 条 4 丁目 2-1

TEL011-872-5811

内科・消化器内科・循環器内科(毎週木曜)・人間ドック(日帰り)・人工透析



# 部署紹介



# リハビリテーション科です



こんにちは、今回は私たちリハビリテーション科が、外来患者さまと入院患者さまにどのようなリハビリテーションを実施しているか紹介させていただきます。

## ○入院リハビリテーション

当院に入院されている患者さまが安全・安楽に生活を送れるようにベッド上やリハビリテーション室での機能訓練や日常生活の動作訓練など幅広い活動を行っております。

## ○外来リハビリテーション

病気や怪我で障がいをお持ちの方や慢性的な痛みにより日常生活に支障を感じている方などを対象に、低周波・赤外線療法を用いた物理療法に加え、予防的な運動指導としてストレッチなどを行っております。外来リハビリテーションを希望の方は、受診時に医師か看護師までご相談下さい。

スタッフ一同、患者さまがより良い生活を送れるよう努力してまいりますので、どうぞよろしくお願い致します。



リハビリテーション科スタッフ一同



リハビリテーション室（新棟一階）

平日	8:50~12:30 13:30~16:50
土曜	8:50~12:30
日曜・祝日	休 み

## 栄養一口メモ

### 〜鶏くせんジャージャー〜

#### 分量(4人分)

- |            |   |              |
|------------|---|--------------|
| 中華めん 4玉    | A | 塩・コショウ 少々    |
| 豚ひき肉 200g  |   | 醤油 大さじ2      |
| 水煮たけのこ 1/2 |   | 甜麺醬 大さじ2     |
| えのき 1パック   |   | 酒 大さじ2       |
| なす 1本      |   | みりん 大さじ2     |
| 人参 1/3本    |   | おろしにんにく 小さじ1 |
| ピーマン 1個    |   | おろし生姜 小さじ1   |
| 長ねぎ 1本     |   | 砂糖 小さじ2      |
| きゅうり 1本    |   | 鶏がらスープ 100cc |
|            |   | 豆板醬 少々       |

ごま油 適量

- |   |              |
|---|--------------|
| B | 片栗粉 大さじ1と1/2 |
|   | 水 大さじ3       |



#### 作り方

- 1: きゅうりは千切り、長ねぎの分量半分は白髪ねぎにして水にさらしておきます。
- 2: その他の野菜はすべてみじん切りにします。
- 3: 熱したフライパンにごま油をいれてひき肉を炒めます。ある程度火が通ったら、2の野菜をすべていれて炒め、しんなりしてきたらAで味付けをして最後にBの水溶き片栗粉でとろみをつけます。
- 4: 麺は規定通りに茹でて水洗いをし、水気を切ったらごま油を少しからめます。
- 5: 麺の上に3の肉あんをかけ、1の野菜を飾って完成です♪



管理栄養士より

夏バテを防ぐためにも、栄養バランスの良い食事をこころがけましょう☆



# 熱中症と食中毒に気をつけましょう！！



## ●熱中症に気をつけましょう

身体の水分は、各部分の栄養素を運び老廃物を集めて尿となり、皮膚から水分を発散させて身体を冷やし体温を一定に保ちます。ところが、熱中症になると水分を体内から発散できず、体温を一定に保つことができなくなります。

特に高齢者や乳幼児は、体温を調節するための発汗機能が低いために熱中症になりやすいです。

熱中症患者のおよそ半数は高齢者（65歳以上）です。高齢者は暑さや水分不足に対する感覚機能が低下しており、暑さに対する身体の調整機能も低下しています。

のどの渇きを感じていなくてもこまめに水分補給をしたり、暑さを感じていなくても扇風機やエアコンを使って室内の温度調節をするように心がけましょう。

元気がなくぐったりするなどの症状がみられた際は、早めに病院受診し、点滴などの処置を受けるようにして下さい。



## ●夏の食中毒を防ぎましょう

夏には、生で食べる魚介類や人の手指を介して感染する食中毒が発生しやすくなります。

予防するための3大原則は、「1. 細菌を付けない 2. 細菌の量を増やさない 3. 細菌を殺菌する」です。そのためには、次の4点を習慣づけましょう。

- ① **手をよく洗う**～トイレ後や調理前・食事前にきちんと手を洗い、ペーパータオル等で拭いて乾燥させる。
- ② **食品をよく洗う**～野菜や魚介類等は流水で丁寧に洗ってから調理する。
- ③ **調理器具をよく洗う**～まな板・包丁・スポンジなどよく洗い、十分に乾燥させる。
- ④ **十分に加熱する**～肉類などは中心部まで十分熱が通るよう、しっかり加熱し殺菌する。

もし、下痢や嘔吐などの症状がみられる時は早めに病院受診をしてください。

## 関連病院

### 医療法人菊郷会 札幌センチュリ-病院

診療科目 内科・外科・消化器科・整形外科・循環器科・泌尿器科（人工透析）

〒003-0825

札幌市白石区菊水元町5条3丁目5番10号

TEL011-871-1121 FAX 011-871-0047

### 医療法人菊郷会 愛育病院

診療科目 内科・血液内科・消化器内科・循環器内科  
外科・麻酔科・整形外科・小児科

リハビリテーション科・画像生理検査部門

〒003-082

札幌市中央区南4条西25丁目2番1号

TEL011-563-2211 FAX 011-522-1691

### 医療法人菊郷会 富丘腎クリニック人工透析センター

診療科目 人工透析（外来のみ）

〒006-0011

札幌市手稲区富丘1条4丁目5番33号 マックスビル3階

TEL(011)686-5005 FAX(011)686-5006

