

あけぼの

医療法人社団曙会 佐々木外科病院
〒753-0076 山口県山口市泉都町9番13号
TEL (083)923-8811 FAX (083)932-2477
URL <http://sasaki-geka.jp/>

「山口市がん検診」のご案内

佐々木外科病院では、胃がん検診、子宮がん検診、乳がん検診、大腸がん検診、肝炎ウイルス検診、前立腺がん検診が受診できます。胃がん検診と大腸がん検診は1年に1回、子宮がん検診、乳がん検診と前立腺がん検診は2年に1回、肝炎ウイルス検診は一生に1回の検診です。

下の表をご覧ください、ご自身の健康づくりのため定期的に受診しましょう。(詳しくは、市報と一緒に配布された「平成25年度健康づくりガイド」をご覧ください。)

集団検診、個別検診ともに6月から開始となります。個別検診は、基本的に6月1日から12月20日までとなります。(子宮がんと乳がん検診は来年3月31日までです。)

「がん検診等受診ハガキ」の発送は5月下旬となります。受診ハガキがないと検診を受診することができません。また、子宮がん検診と乳がん検診にはクーポン券が必要です。

対象	種類	自己負担金		実施期間
		70歳未満	下記①②③に該当の方	
20歳以上	子宮がん検診	1,400円(頸部)	500円	6月から平成26年3月
		2,200円 (頸部+体部) <small>医師が必要と認めた方</small>		
40歳以上	乳がん検診	1,500円		6月から平成26年3月
	胃がん検診	2,300円		6月から12月20日
	大腸がん検診	900円		6月から12月20日
	肝炎ウイルス検診	1,000円	6月から12月20日	
※	前立腺がん検診	1,000円	6月から12月20日	

※満50歳以上で、偶数年齢になる男性

【自己負担金について】

次のいずれかに該当する方は、各種検診の自己負担金が500円になります。

- ①70歳以上(70歳になる誕生月の翌月から(1日生まれの方は誕生月から))の方
- ②「後期高齢者医療被保険者証」をお持ちの65歳から69歳までの方(一定の障害のある方)で受診当日に提示された方
- ③70歳未満の市民税非課税世帯の方(事前に申請が必要です。)

平成25年4月1日現在の年齢が、40、45、50、55、60歳の方は大腸がん検診と乳がん検診を、20、25、30、35、40歳の方は子宮がん検診を**無料**で受診できます。

【予約について】

胃がん検診、子宮がん検診、乳がん検診は事前のご予約が必要です。

胃がん検診と乳がん検診は佐々木外科病院(TEL 083-923-8811)、子宮がん検診は佐々木外科病院総合健診センター(TEL 083-923-8813)にご連絡いただき、お申込みください。

部署紹介 vol. 20

【部署名】

佐々木外科病院 看護部(外来)

【部署のPR】

スタッフの平均年齢はちょっと高めですが医師秘書も加わり、これまで以上に患者様が安心安全な診療や検査を受けていただけるよう頑張っています。

【患者様・利用者様への一言】

待ち時間を少しでも短くできるよう努力いたします。電子カルテシステムの導入により各部署で患者様の情報が共有できるようになりました。

【フレッシュ(?)なスタッフを紹介します】

明るく笑顔で頑張ります。(大庭看護師)

覚えることはまだまだたくさんありますが、
少しでも早く覚えていきたいと思えます。(水野看護師)



部署紹介 vol. 21

【部署名】

湯田温泉訪問看護ステーション
佐々木外科病院の併設事業所です。



【部署のPR】

訪問看護の対象は、点滴や処置、在宅酸素、経管栄養などの医療的管理が必要な人ばかりではありません。服薬管理、入退院を繰り返している人の健康管理、認知症のケア、在宅でのリハビリ、家族介護の支援などでも、看護師等がご自宅や有料老人ホームなどを訪問しています。

当ステーションは、看護師4人、理学療法士1人、作業療法士1人が在籍し、医療保険・介護保険での訪問サービス及び24時間の緊急時対応をしています。

申し込みの窓口は、行政機関、訪問看護ステーション、主治医、ケアマネジャーや地域包括支援センターなどです。お気軽にお問い合わせ下さい。

【患者様・利用者様へ一言】

あなたの生活の場に「医療のかかわり」をとり入れてみませんか？

湯田温泉訪問看護ステーション TEL (083)934-5031

住 所：山口市泉都町9-7

(佐々木外科病院併設 老人保健施設ナーシングホーム湯田温泉1階)

営業日：月曜日～金曜日、土曜日午前(土曜日午後・日曜日・祝祭日は休み)

営業時間：8:30～17:30

食中毒の気になる季節 お酢を使った料理で防腐・静菌

ジメジメした梅雨、食欲の低下する暑い時季にお酢を使った一品を取り入れてみては、いかがでしょうか？

酢豚



～材料2人分～

〔酢豚〕

豚もも肉	150 g
しょうゆ	小さじ1
酒	小さじ1
おろししょうが	2 g
こしょう	少々
片栗粉	10 g
干しいたけ	2枚
玉ねぎ	40 g
パプリカ（赤）	30 g
人参	40 g
グリーンアスパラ	40 g
揚げ油	適量
サラダ油（炒め用）	小さじ1

〔甘酢〕

黒酢	大さじ3
しょうゆ	大さじ1/2
ケチャップ	大さじ1
砂糖	大さじ2/3
干しいたけの戻し汁	70cc
鶏がらスープ	

〔水溶き片栗粉〕

片栗粉	8 g
水	大さじ1

〔つくり方〕

1. 豚もも肉は2cm角に切り、下味をつけ、片栗粉をつけて油で揚げる。
2. 玉ねぎ、パプリカ、人参は、一口大に切り、人参は茹でておく。アスパラは斜め切りにし、軽く茹でておく。干しいたけは、水につけてもどしておく。
3. フライパンにサラダ油を入れて2. のアスパラ以外を炒める。
〔甘酢〕の調味料を入れて、煮立ったら〔水溶き片栗粉〕でとろみをつける。
4. 1の豚もも肉とアスパラを加えて絡ませて、でき上がり！

黒酢豚の栄養価（1人分）

エネルギー	290kcal	ビタミンB1	0.9mg
蛋白質	18 g	ビタミンC	32mg
脂質	14 g	食物繊維	2.2 g
糖質	27 g	食塩	1.4 g

☆管理栄養士の一言アドバイス☆

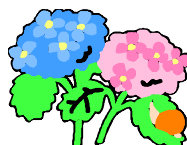
お酢の効能は、次のとおりです。

- ・防腐・静菌作用
- ・おいしく減塩
- ・疲労回復
- ・夏バテ対策にも

★特に黒酢には、内臓脂肪の減少、中性脂肪の低下も期待できます。

★豚肉には、疲労回復効果のあるビタミンB1が多く含まれています。

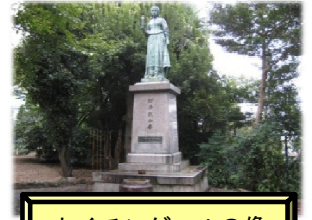
★豚肉を揚げずに炒めると約60kcalカロリーダウンできます。



「看護の日」行事をおこないます

近代看護学の普及に尽力した「フローレンス・ナイチンゲール」の誕生日にちなみ、5月12日は「看護の日」です。

佐々木外科病院では、「看護の日」の行事として、5月15日(水)に行事をおこないます。お誘い合わせのうえ、多数のみなさまのご参加をお願いします。



ナイチンゲールの像

【午前の部】

時間：9：30～12：00

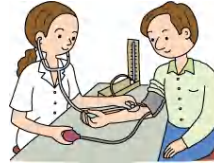
場所：外来待合室

内容：◎看護師による肥満チェック

身長・体重・血圧・腹囲・BMI測定

◎管理栄養士による生活習慣病食事療法の指導

糖尿病・高血圧・高脂血症の食事指導



【午後の部】

時間：14：00～14：30

場所：2階デイルーム

内容：「オレンジマーメイド」による

フルーツ・キーボード演奏



ゴールデンウィークのお知らせ

ゴールデンウィークの診療は右記のとおりです。

なお、急患の方は、この限りではありません。



月	日	曜日	午前	午後
4	27	土	診療	休診
	28	日	休診	
	29	月	休診	
	30	火	診療	
5	1	水	診療	休診
	2	木	診療	
	3	金	休診	
	4	土	休診	
	5	日	休診	
	6	月	休診	
	7	火	診療	

曙会理念

地域の皆様の保健・医療・福祉のために貢献し、皆様に信頼され、地域とともに発展する組織をめざします。

佐々木外科病院理念

1. 消化器疾患を中心に、がん・外傷・整形外科領域の外科系専門病院として地域医療に貢献します。
2. 患者様から信頼される良質な医療を提供します。
3. 患者様の「病気」だけにとらわれず、「人」としてふれあう「やさしい医療」を実践します。

佐々木外科病院基本方針

1. 急性期病院として、急病にはいつでも（365日・24時間）受診できる病院を実現します。
2. 良質な医療の提供のため、医療設備の充実を図るとともに、より高い知識と技能を修得します。
3. 職員は相互に協力してチーム医療を行い、患者サービスの向上に努めます。
4. 患者様に必要かつ最適な医療が受けられることを第一に考え、患者様を中心とした地域医療機関との連携を行います。