

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/>

9月より診療体制を変更します

待ち時間についての改善のため、9月より受付方法、受付開始時間、院長の診療時間を以下のように変更します。患者様にはご迷惑をお掛けいたしますが、なにとぞ、ご理解のうえ、ご協力をお願い申し上げます。

- ①受診受付表を廃止します。
- ②受付開始時間を8時30分からとします。
午前中の受付終了時間は12時で変更ありませんが、院長診療の受付終了時間は10時30分までとします。
- ③院長の診療時間が変わります。
開始から10時まで 検査結果説明（予約患者様のみ）
10時から12時まで 診療
12時から13時まで 乳腺・甲状腺各種検査
- ④各種検査及び検査結果説明を予約制とします。
当日検査枠が空いていれば検査実施可能ですが、予約患者様を優先します。
- ⑤土曜日の院長診療は行ないません。
院長は予約いただいた患者様の各種検査及び検査結果説明を行ないます。
（外科診療は大学医師が行ないます。）
- ⑥午後からの外科診療は従来どおりで変更ありません。
- ⑦整形外科、内科、リハビリテーション科及び放射線科の診療は、午前・午後とも従来どおりで変更ありません。
- ⑧外科及び整形外科は、午後に手術を行なうこともありますので、診療をご希望される場合は、事前にお問い合わせくださいますよう、お願いいたします。

なお、他医療機関からの紹介患者様、急患の場合は、この限りではありません。
ご不明な点がございましたら、当院医事課又は看護師にお問い合わせください。

「看護の日」行事を開催しました

近代看護の基礎を築いたフローレンス・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。

佐々木外科病院は「看護の日」を記念して5月13日（水）に催しを行ないました。

午前は、看護師による身体・BMI・体脂肪率測定、管理栄養士による栄養相談などを行ないました。

午後は、「ハウオリフラサークル」のみなさまによるフラダンスを楽しんでいただきました。

多くの方々にご参加いただき、ありがとうございました。



ハウオリフラサークルのみなさま



厚生労働省・日本年金機構からのお知らせ

新聞等の報道によりご存知と思いますが、去る6月1日、日本年金機構より外部からの不正アクセスにより、最大で「基礎年金番号」、「名前」、「生年月日」、「住所」の個人情報が外部に流出した旨、公表と謝罪がありました。

個人情報が流出したことを口実にして、個人情報を聞き出そうとする不審電話が各地で多く発生しています。この件に関して、日本年金機構から直接電話又はメールすることはありませんので、日本年金機構をかたる電話又はメールがあったときは、ご注意ください。

また、日本年金機構（年金事務所）職員、消費生活センター職員、警察署職員、税務署職員や弁護士などを名乗り、だまそうとする犯罪が起こっています。少しでも「おかしいな？」と思ったら、お近くの警察、年金事務所や消費生活センターにご相談ください。

国民の皆さまへ

日本年金機構への不正アクセス事案では、皆さまの年金情報が流出し、ご迷惑、ご心配をおかけしております。申し訳ありません。

政府は、皆さまの年金を守ることを最優先に取り組んでいます。あわせて、皆さまにお気を付けいただきたいことがあります。

❗「年金情報流出」を口実にした犯罪にご注意ください！

日本年金機構を名乗って口座番号を聞き出そうとする者や、「流出した個人情報削除してあげる」と持ちかけてくる者が現れています。

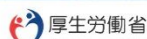
- 日本年金機構から、この件でお客さまに電話やメールで連絡することは、一切ありません。なお、流出が確認された方への新しい基礎年金番号は、郵送でお知らせします。
- 日本年金機構が、この件でお客さまにお金やキャッシュカードを要求することは、一切ありません。
- 日本年金機構が、この件でお客さまにA.T.M.の操作をお願いすることは、一切ありません。

ご自分の情報が流出しているのでは？など、ご心配の方は、下記専用電話窓口またはお近くの年金事務所へご相談ください。

日本年金機構 専用電話窓口（通話料はかかりません）

0120-818211

受付時間8:30～21:00(平日及び土日)



Q&A

Q 今回の不正アクセスにより、私の年金そのものがなくなったり、減ってしまうことはないのですか。

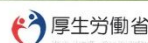
A ○今回の不正アクセスは、皆さまの年金そのものがなくなったり、減ったりすることは、ありません。
○皆さまへの年金支払いの基となる年金記録を管理するシステムからの情報の流出や年金記録の改ざんは、確認されていません。
○なお、流出した基礎年金番号は、新しい番号に変更いたします。番号が変わっても、皆さまの他の年金記録は変わりません。

Q 流出した情報を使い、他人がなりすますことで、私の年金が横取りされることはないのですか。

A ○横取りにより、皆さまに年金が支払われなくなることは、ありません。年金は、ご本人に確実に支払います。
○年金は、ご本人名義の口座に振り込みます。流出した情報を使い、他人が年金の振込先を変更することはできません（振込先を変更するためには、金融機関の証明印やご本人の預金通帳の写しなどにより、日本年金機構がご本人の口座であることを確認します）。
○ご不審な点やご不明な点があれば、日本年金機構専用電話窓口やお近くの年金事務所へお問い合わせください。

Q 年金の支払いに滞りはできませんか。

A ○年金の支払いが遅ることは、ありません。
○万が一、支給日の15日を過ぎても支払いがない場合には、お近くの年金事務所にお問い合わせください。



今が旬！ナス



ナスの原産地はインドの東部と言われており、その後、ビルマ（現在のミャンマー）を経由して中国へ渡ったと考えられています。

日本では、平城京の長屋王邸宅跡から出土した木簡に『進物 加須津毛瓜 加須津韓奈須比』の記述があり、高位の者への進物にナスの粕漬けが使われていたことがわかりました。また、正倉院文書には「天平六年（734年）茄子十一斛、直一貫三百五十六文」をはじめとして、多数の「茄子」の記述がみられ、これらのことから、奈良時代にはすでにナスの栽培が行なわれていたことがわかります。

国内では約180種類のナスが生産されており、旬は7月から9月です。収穫量は高知県、熊本県、福岡県の順になっており、消費量日本一は新潟県です。

ナスは、皮につやと張りがあり、ガクの部分のとげが鋭く、ヘタの切り口がきれいなものが新鮮です。

ナスの皮には、紫色の成分でポリフェノールの1種であるナスニンが含まれ、強い抗酸化作用でガンを防ぎます。コレステロールの吸収を抑えたり、眼精疲労にも効果があります。血管の老化を防ぐ葉酸も多く、皮ごと食べると効果的です。また、体内の塩分を排出してむくみを改善するカリウムや食物繊維も豊富です。

ナスの鍋しぎ

（エネルギー123kcal、塩分1.2g）

材料（2人前）

ナス 160g
塩 1g
油 大さじ1
ピーマン 30g
パプリカ 30g



① かつおだし100cc
味噌、砂糖、酒 各大さじ1

作り方

- ① ナスはガクを除いて一口大の乱切りにし、水（カップ2）に塩を溶かした塩水に入れ、ラップをナスに密着させてかけます。このまま10分ほど置き、紙タオルで水分を取ります。ピーマンとパプリカは、ヘタと種を除いて一口大に切ります。
- ② 油を中火で熱し、①のナスを入れて炒め、しんなりしたらピーマン、パプリカを加えてサッと炒めます。
- ③ 混ぜ合わせた①を加えて煮立て、フタをして弱めの中火にし5分ほど煮ます。フタをとり、木べらなどで混ぜながら汁気をとばします。

ナスと青じその浅漬け風

（エネルギー11kcal、塩分0.4g）

材料（2人前）

ナス 80g
青じそ 4枚

① 水カップ 1/2
酢 大さじ1
塩 小さじ1/2



作り方

- ① ボウルに①を入れて混ぜます。
- ② ナスはガクを除いて縦半分に切り、斜め薄切りにします。青じそは中央の筋を除いてせん切りにします。ナスと青じそは切ったらすぐに①に入れ、全部入れたあとに軽くもみます。ややしんなりしたら、強くもんでしんなりとさせます。
- ③ ②の汁気をよく搾り、器に盛ります。



☆管理栄養士のひと言アドバイス☆

☆食べ合わせのコツ☆

レモンに豊富なビタミンCは、ナスニンの効果を高めてくれます。

ナスを食べるときは、ビタミンCの多いものと一緒に食べましょう。

献立例：御飯、麻婆茄子、きゅうりとキャベツのレモン酢和え、スープなど



介護相談を行ないます

9月16日(水)9時から12時までの間、外来待合にて介護相談を行ないます。
介護に関する不安やお悩みに対するアドバイス、介護サービスに関するご質問や各種相談を、
介護支援専門員(看護師、社会福祉士、介護福祉士など)がお受けいたします。

- たとえば、
- ・車いすを利用したい(借りたい)ときはどうしたらいいの？
 - ・施設に入りたいが山口市にはどんな施設があるの？
 - ・デイサービス、デイケアって何？
 - ・認知症の介護はどうしたらいいの？ など

相談は無料ですので、どなたでもお気軽にご相談ください。



「お盆休診」のお知らせ

お盆休暇中の診療は右記のとおりです。

お薬が必要な方は、早目にご来院ください。

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
8	13	木	診療	
	14	金	休診	
	15	土	休診	
	16	日	休診	
	17	月	診療	

患者相談窓口についてのお知らせ

患者相談窓口では、患者様や家族様からの様々なご相談やご意見をお受けし、その内容に応じて、関係部署と連携し、解決に向けてのご支援をさせていただきます。

相談窓口：佐々木外科病院 地域医療連携室（電話 083-923-8817）

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。

患者様の権利と責任

1. 個人の尊厳と平等
尊厳ある個人として、生命・身体・人格を尊重されます。また、年齢・性別・人種・国籍・宗教・社会的地位等にかかわらず、平等かつ適切な医療を受ける権利があります。
2. インフォームド・コンセントと自己決定権
検査や治療等に関して十分に説明を受け、納得と同意の上で、適切な医療を選択、あるいは拒否する権利があります。また、他の医師の意見(セカンド・オピニオン)を聞く権利があります。
3. プライバシーの権利
医療業務に伴い知られた個人的な情報は、守秘される権利があります。
4. 情報開示の権利
ご自身の病状や医療の内容に関して、必要な情報を知る権利があります。
5. 患者様の責任
病院の定めた規則を守り、医療スタッフと協力して病気を克服していく責任があります。