

FURE ふれあい I

Kurashiki Riverside Hospital

Vol. 64



「静寂」油彩 森 美由希

画歴 1994 岡山市に生まれる
2015 岡山大学教育学部 卒業
2016 第67回岡山県美術展覧会 県展賞 【陽光】
2017 第35回上野の森美術館大賞展 入選 【樹】
2017 第103回光風会展 光風奨励賞 【静寂】
2017 改組 新 第4回日本美術展覧会 入選 【立夏】
2018 第104回光風会展 光風賞 【時雨の樹】
2018 改組 新 第5回日本美術展覧会 入選 【環】
2019 第105回記念光風会展 入選 【源】

contents

- 年頭の挨拶 ●糖尿病フェスタ開催 ●餅つき&音楽大会開催
- 健康センターからのご案内(エクオール検査) ●健康長寿のための食事教室ご案内
- 新年度表紙デザイン募集



公益財団法人 大原記念倉敷中央医療機構
倉敷中央病院リバーサイド

理念 「人と人とのふれあい」を大切にし、地域の人々の生命と健康を守ります

- 基本方針
1. 患者さんが安心して納得できる最良の医療を提供します
 2. 全人的な包括的医療を提供します
 3. 医療知識、技術の獲得のために日々自己研鑽に努めます

年頭のご挨拶

新年あ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、穏やかなお正月をお過ごしになられたことと存じます。

さて年頭に当たり人は今年の抱負を述べるものですが、病院としての今年の展望を述べてみたいと思います。

昨年は皆様方の常日頃のご協力とご指導、さらに職員一同の頑張りにより本院の進むべき方向性が見えてきた一年でした。そこで病院名の変更と病院の理念の変更という大きな変革を行いました。

病院名を倉敷リバーサイド病院から倉敷中央病院リバーサイドに変更しました。本院は倉敷中央病院の系列病院であり連携をさらに強化するという考えを明らかにしています。プライマリケアは当院で行い専門性が必要な診断治療は倉敷中央病院と適切な連携をとります。そして倉敷中央病院で専門的治療を受けても、残念ながらすぐに在宅通院へ復帰できない患者さんもおられます。そのような患者さんは倉敷中央病院の専門医の適切なアドバイスを受けながら当院の総合力をもって何とか自宅復帰、健康寿命の延伸をはかります。

病院の理念を「人と人のふれあいを大切にして地域の生命と健康を守ります」としました。これは当院が地域に密着した病院であり皆様に寄り添いながらケアを展開していきたいという思いを表しています。職員一同患者さんと同じ目線がかかわり、病気と闘っていきます。患者さんの病状だけではなく患者さんの生活環境、社会的背景もすべて総合的に考えて、病院職員が一丸となって患者さんを支えてまいります。

本年は以上を踏まえながら新しい分野の展開も計画しています。まず整形外科の分野では、腰椎疾患の手術を倉敷中央病院から専門医が来院し施行します。1月からは香川大学の鈴間教授を招聘し白内障手術を再開します。目の悪い高齢者の治療が地域で行えるという新たな一歩になればと考えています。内科系部門としては糖尿病の専門外来、循環器内科の専門外来を毎日行います。生活習慣病の早期発見・治療ができればと考えています。さらに4月からは岡山大学和田教授の指導の下、週一回の腎臓専門内科外来も新設する予定です。

また若い医師の総合的な教育の場としても病院を生かしたいと思っています。4月から倉敷中央病院の内科専門医を目指す医師が3か月交代で2人ずつ勉強に来てくれることになっています。

このように地域に密着した全人的な包括的医療を展開できる病院に成長していきたいと考えています。本年も皆様方の益々のご指導とご支援をお願い申し上げます。



公益財団法人 大原記念倉敷中央医療機構
倉敷中央病院リバーサイド

院長 土井 修

11月14日の「第7回 糖尿病フェスタ」を開催いたしました。

世界糖尿病デーは、1991年にIDF(国際糖尿病連合)とWHO(世界保健機関)が制定し、2006年に国連により公式に認定されている世界でも有数の疾患啓発の日となっています。当院の糖尿病フェスタでは、午前は糖尿病食の展示、各種測定&チェックコーナー、糖尿病についてのクイズコーナー、運動体験、午後は糖尿病専門医による講演会、糖尿病食体験会が開催されました。糖尿病フェスタに参加された方からは、「アドバイスを生活に役立てたい」、「次回も参加したい」などのお声をいただき、糖尿病の予防や治療継続の重要性を周知のための有意義な機会となりました。



運動体験

フィットケア



健康・美容度測定



クイズコーナー



体脂肪測定

糖尿病専門医鈴木副院長による講演会

糖尿病専門医鈴木副院長の講演会は「サルコペニア・フレイル」「糖尿病と家族」と題しご講演いただきました。サルコペニアとは加齢や疾患により、筋肉量が低下することで、全身の筋力低下が起こること、または身体機能の低下が起こることです。フレイルとは加齢に伴い健康から要介護に移行する中間の段階で適切な支援で健康に戻りうる状態のことです。予防・治療としてはバランスのよい食事・レジスタンス運動、持病の治療、感染症の予防、共食、口腔機能のケア、社会参加が有効です。また、2型糖尿病の多くは健康的な生活スタイルで予防可能であり、家族の糖尿病リスクを低下させるための対策は家庭で始めることができるとお話しいただきました。



糖尿病食体験会

希望者に糖尿病食を体験していただきました(事前申し込み要)。管理栄養士からの食事についての説明後、食べていただきました。参加者の方は、「参考にしたい」「また参加したい」との声も聞かれ、大変好評でした。

- メニュー
- ・雑穀ごはん
 - ・若鳥のごまじょうゆ焼き
 - ・きゅうりとわかめの酢の物
 - ・なめこ汁・みかん



糖尿病食の展示

餅つき & 音楽大会を開催しました

昨年12月14日(土)に、恒例のもちつき大会を開催しました。土井院長先生のご挨拶から始まった餅つき大会は晴天にも恵まれ多くの方にご参加いただき大変にぎやかな催しとなりました。



餅つき大会



お菓子すくい



もちつきの後は、音楽大会が催され前年に引き続き水島吹奏楽団の皆さまによる演奏、どきん〜笑親・歌親〜の皆さまによるゴスペル、そして、今回初めてご協力いただく第一学院高等学校 岡山キャンパスの皆さまによる音楽演奏・ジャグリングなども大いに盛り上がりました。平行して行われたお茶席やおかしすくい、物販の方も大盛況でした。



ジャグリング



水島吹奏楽団



第一学院高等学校演奏



お茶席



どきん〜笑親・歌親〜
ゴスペル

ご参加いただいた皆様、ご協力いただいた皆様ありがとうございました。

避難訓練で災害に備えています

めばえ保育園の児童が地震、火災を想定した避難訓練を行いました!!

地震



火災



健康管理センターからのご案内

エクオール検査、開始しました!!

エクオールって何?

「エクオール」は今、とても大きな注目を集めている成分です。体内で大豆イソフラボンをもとに作られるのですが、作られる量にはとても大きな個人差があります。しかも、作れている人の中でも「足りている」人はごくわずかだそうです。

大豆イソフラボンの健康効果は、個人差があるということが近年の研究で明らかになってきました。食事から摂った大豆イソフラボンは腸から吸収されますが、大豆イソフラボンという成分のまま吸収される人と、エクオールという成分として吸収される人がいます。この違いがイソフラボンの健康効果に差をうむことがわかってきました。

ちなみに、エクオールをつくれる人の割合は、多くの研究で報告されており、日本人で50%程度、欧米人では20~30%といわれています。

「エクオール」の主な効果

検査料金
3,800円 (税別)



しわの軽減

更年期症状
の緩和

骨密度の維持

あなたの身体はエクオールが足りていますか?

ぜひ一度、
チェックしてみてください!!

問合せ先
倉敷中央病院リバーサイド
健康管理センター
TEL:086-448-1113(月)~(金)9:00~16:00



健康長寿のための食事教室のご案内

季節の話題満載!

下記の通り、開催いたします。どなたでもお気軽にご参加ください。

お申し込み不要

時間 14時~15時

場所 別館1階 第2会議室

問合せ先

倉敷中央病院リバーサイド 栄養治療室
TEL:086-448-1111 内線6316



2020

2/13 間食について



2020

4/9 食事療法の基本



FURE I

ふれあい

テーマは自由

季刊誌「ふれあい」では、2020年春号表紙に掲載する写真・絵などを募集いたします。スマホなどで撮った写真でもかまいません。お気に入りを送ってください。

- テーマ:「日常にあるいい風景」など
- 撮影場所:倉敷エリア内
- 募集期限:2020年春号3月20日まで
(各号にて募集期間が異なります)
- 応募方法:メールまたは郵送で送ってください。



みなさんの素敵な作品お待ちしております!

表紙デザイン大募集

※個人情報の管理については、責任を持って管理いたします。また、他への使用はいたしません。
※不採用でのご連絡・作品の返却はいたしませんのでご了承ください。

お問合せ

倉敷中央病院リバーサイド 広報担当係
〒712-8007 倉敷市鶴の浦2丁目6番11号
TEL:086-448-1111
Email:krh-adm@kch.net.or.jp

外来診療のご案内

科	受付時間	月	火	水	木	金
内科	午前 8:30~11:30 (診療開始 9:00~)	○	○	○	○	○
	午後 13:30~16:00 ●予約制	○	●	●	●	○
循環器内科	午前 8:30~11:30 (診療開始 9:00~)	○		○	○	○
	午後 13:30~16:00 ●予約制	●		●	●	○
神経内科	午前 8:30~11:30 (診療開始 9:00~) ●予約制	●	●			●
	午後 ●予約制			●		
外科	午前 8:30~11:30 (診療開始 9:00~)	○	●※Ⅱ	○	●※Ⅲ	
	午後 14:00~16:00					○
緩和ケア外来	午前 8:30~11:30 (診療開始 9:00~)					○
整形外科	午前 8:30~11:30 (診療開始 9:00~)	○	○	○		○
小児科	午前 8:30~11:30 (診療開始 9:00~)	○※Ⅰ	○※Ⅰ	○※Ⅰ	○※Ⅰ	○
	午後 13:30~15:00	●※Ⅰ				
	午後 15:00~16:00	○※Ⅰ	○	○	○	○
眼科	午前 8:30~11:30 (診療開始 9:00~)		○	○※Ⅳ	○	
	午後 15:00~16:00		○		○※Ⅴ	
リハビリテーション科	午後 14:30~17:00			○		
放射線科	午後 14:30~16:00	○			○	
耳鼻咽喉科	午後 13:30~16:00			○		
	午後 14:30~16:30	○				
歯科	午前 8:30~11:30 (診療開始 9:00~) ●予約制	●	●	●	●	●
	午後 13:30~16:30 (診療開始 13:30~) ●予約制	●	●	●	●	●

※Ⅰ…小児科
発達障害で受診希望の場合は
事前予約要

※Ⅱ…外科
予約制 11:00~診察開始

※Ⅲ…外科
第1・3はスタマ外来を実施

※Ⅳ…眼科
第1・3水曜日のみ診察

※Ⅴ…眼科
毎月最終木曜日の午後は休診

※Ⅵ…内科
予約制 10:00~15:00診察

※歯科：診察希望時には、事前連絡要

2019年10月1日改定

交通アクセス



交通機関をご利用される方へ
JR「新倉敷駅」より、タクシーで約15分。
JR「倉敷駅」より、タクシーで約25分。

自家用車をご利用される方へ
山陽自動車道「玉島IC」より、約20分。

※水玉ブリッジラインをご利用の方は最初の信号をUターン右折して側道に入ってください。

高梁川からの経路

1. 霞橋を目標にこられる場合
霞橋を渡って水島方面へ左折、鶴の浦西側（高梁川堤防の下）の道を南下してください。
2. 水玉ブリッジラインからこられる場合
水玉ブリッジライン水島大橋を出て、信号を右折して側道に入り、右折して下をくぐり抜けると右手正面です。*水玉ブリッジライン無料

患者さんの権利と患者さんへのお願い

患者さんの権利

当院では、患者さんの相互理解により医療が行われるよう、患者さんの権利を尊重します。

1. ひとりの人間として、その人格・価値観は尊重されます。
2. 医療を平等に受けることができます。
3. 説明と十分な理解による同意をもとに、適切な医療を選ぶことができます。
4. 当院で行われたご自身の診療に関する情報の提供を受けることができます。
5. 医療の過程で得られた個人情報は厳守され、患者さんの承諾なしには開示いたしません。

患者さんへのお願い

私たちが良質で安全かつ効率的な医療を提供するために次のことをお願いします。

1. ご自身の健康に関する正しい情報の提供
 2. ご自身の医療への積極的な参加
 3. ご自身の治療に必要な診療上のルールへの遵守
 4. 他の患者さんの診療に支障をきたさないためのご協力
- 患者さんが、私たちと力を合せ、治療に専念され、少しでも早く回復されますよう心よりお祈り申し上げます。



公益財団法人 大原記念倉敷中央医療機構
倉敷中央病院リバーサイド

〒712-8007 岡山県倉敷市鶴の浦2丁目6番11号
TEL: 086-448-1111 FAX: 086-448-1251
発行者: 土井 修 編集責任者: 山下 伸治



倉敷中央病院リバーサイドのホームページはコチラ
<https://www.kchnet.or.jp/krh/>
是非、アクセスして役に立つ情報をGetして下さい。