



## contents

- AI問診の導入 新入職員が加わりました
- ボランティア総会 地産地消
- 食事で筋肉を守ろう
- 在宅訪問栄養指導を始めました
- KRHニュース FMラジオ
- 協会けんぽ健診が変わりました
- 外来診療表



# 外来診察に「AI問診」を導入しています

当院の外来では、診察をよりスムーズに行うため、AI（人工知能）を活用した「AI問診」を導入しています。

従来の紙の問診票に代わり、受付後は待合にて、ご自身のスマートフォンから、画面に表示される質問に沿ってご回答いただきます。

AIが症状に応じて質問を行うことで、伝え漏れを防ぎ、診察前により詳しい情報を確認することが可能になります。

■ 入力時間は約5～10分程度です

■ AI問診の導入によって、診察内容が変わることはありません



## 新しい仲間が加わりました!!

今年度、当院に12名の新しい仲間が加わりました。

4/1、2は倉敷中央病院での新入職員始業式・採用式、オリエンテーションを経て、4/3、6の2日間は当院にて辞令交付式とオリエンテーションを行いました。

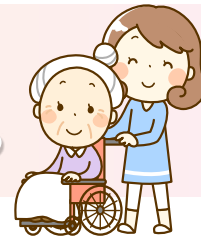
辞令交付式に先立ち、中島院長から「社会人として責任ある立場となります。悩みや不安があったら頼もしい先輩たちに遠慮なく相談してください。」と激励の言葉をいただきました。

辞令交付式の後、オリエンテーションに入ります。オリエンテーションでは中島院長より「病院職員としての心構え」を、十河事務長より「当院の理念・倫理・方針・組織」についての話など、2日間しっかりと学びました。

新しい仲間たちが成長する姿を、温かく見守っていきたいと思います。



# 外来エリアに広がる安心と温もり ～ボランティア藤原加代子さんに感謝～



日々ご活躍いただいている外来ボランティアの藤原加代子さんを囲み、感謝の会を開催しました。

患者様に寄り添うその温かな姿勢に、職員一同、改めて感謝の気持ちを伝えました。

藤原さんからは、「患者さんから“今日いてくれてよかった”“いつもありがとう”と直接声を掛けていただき、とても嬉しかった」とのお話がありました。

丁寧な挨拶や対応に対し、患者様から感謝やお褒めの言葉が多く寄せられています。

今後もお身体に気を付けながらご活動いただけることを、職員一同願っています。



## ～地産地消～



### 岡山県産のお米を提供したい!!

この思いが実現しました。

2026年4月1日から、当院では入院患者さんの食事に、岡山県産のお米の提供をスタートさせました。品種は“にこまる”で、適度な粘りとふっくらとした炊きあがり自慢の美味しいお米です。岡山県県南地区産の“にこまる”は、一般社団法人日本穀物検定協会の食味評価において、最高評価の「特A」の評価を獲得しています。

患者さんからも大変好評です。

# 食事で筋肉を守ろう!

春から初夏にかけては、気温や湿度の変化で体調を崩しやすい季節です。

「なんとなくだるい」「食欲が落ちてきた」と感じていませんか? そんな時こそ大切なのが、**筋肉を守ること**です。筋肉は年齢とともに減り、特に足の筋肉が弱くなると、つまずきや転倒の原因になります。また、年齢を重ねると同じ量を食べても筋肉がつきにくくなります。そのため、意識して栄養をとることが大切です。

筋肉の材料は「たんぱく質」です。**動物性・植物性まんべんなく食べる**ことが重要です。

## ポイント

- ・魚、肉、卵、豆腐、納豆、牛乳、ヨーグルトを毎食取り入れる
- ・朝食にゆで卵やヨーグルトをプラス
- ・麺類やサラダには卵や、ツナ、豆腐を組み合わせる
- ・魚やきのこ（ビタミンD）も一緒に

## ダブルでたんぱく質を意識



筋肉は、毎日の食事の積み重ねで守ることができます。暑い夏を元気に過ごすために、筋肉の積み立てを始めてみませんか。

## 当院の【チョイ足しメニュー】のご紹介

### 【さやいんげんとチキンのサラダ】

さやいんげん	30g
人参	20g
ささみ	10g
胡麻ドレッシング	12g
白すりごま	0.3g



- ①いんげんと人参はボイルして軽く絞る
- ②ささみはボイルして食べやすい大きさに割く
- ③ドレッシングとすりごまで和えて完成

いつものうどんに  
【アゲ】をチョイ足し!

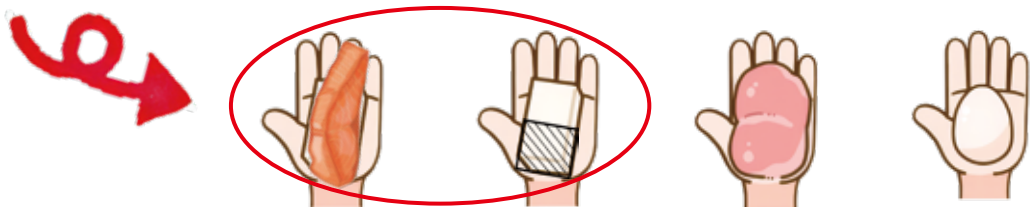


サラダに  
【ツナ缶】をチョイ足し!



## 1食の目安

手のひら1～1.5個分



## Point!

たんぱく質の量は、**肉や魚の重さそのものとは異なります**。肉や魚100gに含まれるたんぱく質は、約20g。1食に「手のひらサイズ」のたんぱく質のおかずを意識することが、無理なく続けるコツです。たんぱく質は、1食にまとめて食べるより、朝・昼・夕に分けてとることで筋肉がつくられやすくなります。

# 当院の食支援のご案内

## 在宅訪問栄養指導をはじめました

管理栄養士が、ご自宅や施設にお伺いして、食事や栄養についてのサポートを行います！



### 摂食嚥下障害がある方

- ・最近食べ物が飲み込みづらい
- ・つかえる感じがする
- ・食事中にムセることが増えた



### 栄養状態が悪化

- ・食事量が減った・体重が減った
- ・床ずれが心配
- ・どんなものを食べたらよいのか



### 食事に配慮が必要な方

- ・糖尿病の食事について知りたい
- ・塩分控えめのポイントを教えてほしい
- ・血糖が気になる
- ・何をどれだけ食べたらいいのかわからない



### メニューや調理に困っている

- ・「ミキサー食」ってどんなもの？
- ・作り方や準備方法を知りたい
- ・中々体重が増えない、やせていく



【対象者】 当院の訪問診療をご利用中の方

【利用料金】 1回あたり 1割負担の方 2割負担の方 3割負担の方  
530円 1060円 1590円

※適用される保険によって負担金額は異なります。

### 【このような栄養サポートができます】

- ◆栄養状態（体重、筋肉量の測定、口の中の状態など）の評価を行います。
- ◆食事量を伺い、必要な栄養量を摂れるようメニューや調理の提案をします。
- ◆生活習慣病や病気に合わせた調理方法や献立など具体的な対策や方法を提案します。
- ◆栄養補助食品の紹介や購入方法について説明や提案をします。
- ◆便通を整えるための対策や方法を提案します。

KRH NEWS

Back Number

FM RADIO REPORT

FMくらしき【82.8MHZ】 夕方ワイドくらもん

『暮らしに寄り添うあなたの病院

倉敷中央病院リバーサイド』



毎月第 2 木曜日 18:00 - 18:15 パーソナリティ 杉本 香子

『暮らしに寄り添うあなたの病院』について様々な職種の視点からお伝えします!

No.10

2026.01.15

ON AIR

About

薬剤室  
室長  
鳥越  
史宙

診療サービス  
係長  
藤澤  
智子

『お薬との付き合い方』

No.11

2026.02.12

ON AIR

About

看護師  
松本  
綾華

医師  
村上  
晃一

『訪問診療』

No.12

2026.03.12

ON AIR

About

副看護部長  
田村  
智美

院長  
中島  
尊

『暮らしに寄り添う  
あなたの病院』

令和8年度より

# 全国健康保険協会(協会けんぽ)の健診が 新しくなりました!!

①

35歳以上の方は  
人間ドック健診に  
最高25,000円の  
補助!

②

35歳以上の方に加え  
20、25、30歳の方も  
生活習慣病予防健診  
の対象に!

③

40歳以上の女性に  
骨粗しょう症健診  
を開始!

健康づくりのサイクルを、健診受診  
から始めてみませんか?

健康管理センターは、皆様の健康  
づくりを応援します!!



お問い合わせは

**健康管理センター**まで

☎:086-448-1113(平日9:00~16:00)

✉:kenshin5489@kchnet.or.jp



LINE



Instagram

## 外来診療のご案内

科	受付時間(診察開始 9:00~)	月	火	水	木	金
内科	午前 8:30~11:30	○	○	○※I	○	○
	午後 13:30~16:00	○	○	○	○	○
総合診療科	午前 8:30~11:30	○	○	○	○	○
	午後 13:30~16:00	○	○	○※II	○	○
循環器内科	午前 8:30~11:30	○	○	○	○	○
	午後 13:30~16:00	○※III	○	○※III		○
神経内科	午前 8:30~11:30 ●完全予約制	●				●
	午後 13:30~16:00 午後 ●完全予約制		●	●		
外科	午前 8:30~11:30 ●予約制					●
呼吸器外科	午前 8:30~11:30				○	○
	午後 14:00~16:00		○		○	○
緩和支援療法科	午後 13:30~16:00 ●完全予約制		●			
脳神経外科・脳卒中科	午前 8:30~11:30		○			
	午後 13:30~14:00		○			
泌尿器科	午前 8:30~11:30	○	○		○※IV	
	午後 14:00~16:30				○	
整形外科 (当日受付の人数に上限があるため、お断りする場合もあり)	午前 8:30~11:30 ●予約制	●	●	●	●	●
	午前 8:30~10:30	○	○	○		○
	午後 16:00~18:30 (スポーツ外来)	○				
小児科 (発達障害で受診希望の場合は事前予約要)	午前 8:30~11:30 ●予約制	●	●	●※V	●	●
	午後 13:30~16:00 ●予約制	● (第2,第4)	● (予防接種健診)		●※VI (内分は第1,第3)	● (予防接種健診)
	午後 13:30~16:00	○ (第1,第3,第5)	○※VII		○	○※VIII
眼科	午前 8:30~11:00 ●予約制	●※IX			○	○
	午後 14:00~15:30 ●予約制			○		
リハビリテーション科	午後 14:00~16:00			○		
放射線科	午後 14:00~16:00		○			○
耳鼻咽喉科	午後 13:30~16:00			○		○
歯科	午前 8:30~11:30 ●予約制	●	●	●	●	●
	午後 13:30~16:30 ●予約制	●	●	●	●	●

※I…予約制の診察10:00~16:00

※II…水曜日の診察は、15:00まで

※III…午後の診察は予約のみ

※IV…第2週目は休診(当日受付11時まで)

※V…水曜日の診察は8:30~11:00

※VI…完全予約制

※VII…診察時間は15:00~16:00

※VIII…診察時間は15:00~16:00(第3週目は休診)

※IX…完全予約制 手術前後診察

2026年4月24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。

### 高梁川より西側の方

#### 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を目標にこられる場合

水玉ブリッジライン水島大橋を出てすぐの信号を右折して側道に入り、右折して水玉ブリッジラインの下をくぐり抜けると右手正面です。\*水玉ブリッジラインが無料になりました。

### 高梁川より東側の方

#### 1. 霞橋を目標にこられる場合

429号線(旧2号)を橋の手前で水島方面へ左折、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を目標にこられる場合

水玉ブリッジライン水島大橋手前の直前の信号で左側側道に入り、右折して水玉ブリッジラインの下をくぐり抜けると右手正面です。

## 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には厳守され、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のご協力
  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、私たちが力を合せ、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: 中島 尊 編集責任者: 十河 浩史



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。