



contents

- 新入職員 制服が変わりました
- 旬の食材情報 栄養治療室通信
- KRHニュース FMラジオ
- 健康管理センター新オプション
- 病院の日・看護の日
- オープンホスピタル2025
- 診療表



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

新しい仲間が 加わりました!!

今年度、当院に15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、4/3,4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。

中島院長、安部看護部長、水川副看護部長、田村副看護部長の講話の後、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。



事務の制服が変わりました!

2024年11月1日より、16年ぶりに事務制服がリニューアルされました!

今回の新しい制服には動きやすいパンツスタイルも加わり、より快適で実用的なデザインとなっています。新しい制服を身にまとい、新たな気持ちで皆さまをお迎えいたします。



旬の食材情報&当院自慢のレシピの紹介



【春の食材・豆知識】

春の定番【新じゃが】【新玉ねぎ】【春キャベツ】。この食材を目にするようになると春の訪れを感じますね！今回はこれらの食材の豆知識と美味しい一品をご紹介します。切ってみたときに、いつもと違う色。「あれ？これって大丈夫？」そんな風に思ったことはありませんか？素朴な疑問にお答えします！



キャベツ

切ってみたら、紫色に変色…コレって!?

ポリフェノールの一種、アントシアニンが低温で変色したことが原因。
実は寒さで**甘みが増した美味しいキャベツの証拠**です！



じゃがいも

皮が緑色に変色…コレって!?

太陽や蛍光灯の光に当たすることで、自然毒【ソラニン】の含有量が増え変色の原因に。
変色してしまった場合は**しっかりと取り除いてから調理**しましょう！



玉ねぎ

切ったら中が変色…コレって!?

強い日差しなどのストレスでアントシアニンが発生することが原因。
食べても害はありませんが、味が落ちることもあります。**茶色く変色している場合は『腐敗』**です。変色した部分は**廃棄**しましょう。



【当院の自慢レシピ】

ポテトと鶏肉のココット卵



*分量：1人分

鶏むねひき肉	40g
じゃがいも	60g
玉ねぎ	20g
グリーンピース	4g
サラダ油	3g
塩	0.5g
チキンコンソメ	1.5g
卵	50g(1個)

- ① じゃがいもはやらかくなるまでボイルして軽くつぶしておく
- ② みじん切りにした玉ねぎ、ひき肉、グリーンピースをフライパンで炒める
- ③ つぶしたじゃがいもに②を混ぜ、調味料としてしっかり混ぜ合わせる
- ④ ③を小判型に丸めてくぼみをつける
- ⑤ ④のくぼみに卵を割り入れて蒸し、卵に火が通ったら完成！

エネルギー	199kcal
たんぱく質	13.8g
脂質	9.8g

糖質	10.8g
食塩相当量	1.4g

フライパンで蒸し焼きにしてもOK!

きゃべつとエビの炒め物



*分量：1人分

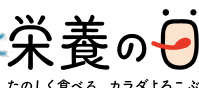
キャベツ	50g
むきエビ	20g
サラダ油	2g
塩	0.2g
濃口しょう油	1.5g

- ① キャベツは食べやすい大きさに切っておく
- ② サラダ油を入れたフライパンでむきエビ→キャベツの順で炒める
- ③ 調味料で味を整えて完成☆



『栄養の日』とは、【えい (8) よう (4)】(栄養)と読む語呂合わせから、「栄養を学び体感することをコンセプトに食生活を考える日」とすることが目的として認定・登録されました。栄養の日 (8/4)・栄養週間 (8/1～8/7) にはたのしく食べて未来の自分の笑顔を作る、そのきっかけとして欲しいという願いが込められています。

日本栄養士会では全国の管理栄養士・栄養士とともに日本中のみなさんの栄養をたのしむ生活を応援しています。



たのしく食べる、カラダよろこぶ

栄養の日 2025

CLICK!



No.10 1/16 放送

テーマ：地域医療センターについて



出演

医療福祉相談室

小坂 純子（上） 岩角 彩加（下）

No.11 2/13 放送

テーマ：院内ボランティアの紹介
について



出演

診療サービス 祐延 明香 室長

No.12 3/13 放送

テーマ：総合診療科専攻医について



出演

総合診療科 窪 征宣 先生

番組情報

過去の放送はコチラ！

放送局：FMくらしき（82.8MHz） パーソナリティ：杉本 香子 さん
コーナー名：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」

放送時間：毎月第2木曜日 18:00 - 18:15

番組内容：コミュニティホスピタルについて多職種から様々な情報をお伝えします！



持続血糖モニタリング(リブレ2)

検査料金 ¥8,800(税込)

→ キャンペーン料金
¥7,700(税込)



リブレとは

本来は糖尿病患者向けの血糖値の変動をモニターする医療機器です。

健康な方でもご自身の血糖値の変動を把握でき、生活習慣の見直しに役立ちます。

また、健康診断にて血糖値以上が指摘された場合は、リブレを使用することにより血糖値の変動パターンを詳しく追跡でき、糖尿病の早期発見や予防に役立ちます。

お問い合わせ・ご予約は

倉敷中央病院リバーサイド 健康管理センター

TEL : 086-448-1113

受付時間 : 月～金曜日 9:00～16:00

病院の日・看護の日

～記念行事のご案内～

日 時:2025 年 5 月 31 日(土)

9 時 30 分～11 時 30 分 (受付は 9 時から)

会 場:倉敷中央病院リバーサイド

2階健康管理センター

9 : 40～10 : 10

記念講演

「コミュニティホスピタル

～暮らしに寄り添うあなたの病院を目指して～」

講師:倉敷中央病院リバーサイド 院長 中島 尊



10 : 10～11 : 10

参加無料!どなたでも
ご参加いただけます
記念品をご用意して
お待ちしております

聞いてみよう

健康相談
栄養相談
医療福祉相談

やってみよう

インボディ
心電図測定
バランス検査
自助具体験
誤嚥予防
口腔運動機能検査
ゲーム

見てみよう

栄養に関する展示
非常食の展示
訪問診療に関するポスター掲示

お申し込み方法

- ① 申し込み用紙にご記入の上、正面玄関の回収箱にご提出ください
- ② 直接電話での申し込みもできます
倉敷中央病院リバーサイド 086-448-1111 (看護部 難波宛)

締め切り:5月16日(金)※定員50名



倉敷中央病院リバーサイド オープンホスピタル 2025



地域の小中学生を対象に、病院の施設見学やお仕事体験ができる「オープンホスピタル」を開催いたします。

スタッフとのふれあいや各種体験イベントを通じて、医療従事者の仕事に興味を持ってもらえることを願っています。

小さなお子様でも楽しめる、様々なイベントを企画しておりますので、ぜひご家族でお越しください。



日 時	2025年8月9日(土) 9:00～11:30 ※病院食体験のみ 12:00～13:00
会 場	倉敷中央病院リバーサイド イベントの内容は、決定次第、病院のホームページでお知らせします。 また、事前申し込みが必要な場合も、ホームページでお知らせいたします。 【駐車場について】 車でご来場の方は当院駐車場をご利用ください。駐車料金は無料です。 ※さんぽるて駐車場への駐車は控えください。 【ご入館は中央玄関からお願いします】 オープンホスピタル来場用入口は、中央玄関に限定しています。 中央玄関の「会場受付」でイベントマップをお受け取りいただき、ご入場ください。 ※各ブースの配置はイベントマップでご確認ください。

雑誌「オセラ No.134」に、当院が紹介されました。

雑誌「オセラ No.134」(2025年2月25日発売)に、当院が紹介されました。

「暮らしに寄り添うあなたの病院」として、「訪問診療」と「健康管理センター」の活動を、より多くの方に知っていただけるよう、フルカラーの1ページに掲載されています。

今後も、いろいろなメディアを通して「暮らしに寄り添うあなたの病院」の様々な活動を皆様にお伝えしてまいりたいと思います。



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～)	○	○	○※Ⅰ	○	○
	午後 13:30～16:00	○	○	○	○	○
総 合 診 療 科	午前 8:30～11:30 (診療開始 9:00～)	○	○	○	○	○
	午後 13:30～16:00	○	○	○	○	○
循 環 器 内 科	午前 8:30～11:30 (診療開始 9:00～)	○	○	○	○	○
	午後 13:30～16:00	○	○	○	○	○
神 経 内 科	午前 8:30～11:30 (診療開始 9:00～)●完全予約制	●				●
	午後 ●完全予約制		●	●		
外 呼 吸 器 外 科	午前 8:30～11:30 (診療開始 9:00～)●予約制		○※Ⅱ		○	○※Ⅱ
	午後 14:00～16:00		○		○	
緩 和 支 持 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 (診療開始 9:00～)		○			
	午後 13:30～15:00		○			
泌 尿 器 科	午前 8:30～11:30 (診療開始 9:00～)	○	○		○※Ⅲ	
	午後 14:00～16:30				○	
整 形 外 科	午前 8:30～11:30 (診療開始 9:00～)●予約制	●	●	●		●
	午前 8:30～11:00	○	○	○		○
小 児 科	午前 8:30～11:30 (診療開始 9:00～)●予約制	●	●	●	○	●
	午後 13:30～16:00 ●予約制	●※Ⅳ	●	●	●※Ⅳ	●
	午後 13:30～16:00	○	○※Ⅴ		○	○※Ⅵ
眼 科	午前 8:30～11:30(当日受付と水曜日の予約は11:00まで) (診療開始 9:00～)●予約制	●※Ⅶ		●	●	●
	午後 13:30～15:30 ●予約制			●		
	午後 13:30～16:00 (当日受付)			●		
リハビリテーション科	午後 14:30～17:00			○		
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 (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…内 科：予約制 10:00～16:00 診察
 ※Ⅱ…呼吸器外科：診察時間 9:30～11:30
 ※Ⅲ…第1、第3、第4、第5のみ診察
 ※Ⅳ…小児科：10月末まで代診による診察
 ※Ⅴ…小児科：診察時間 15:00～16:00

※Ⅵ…小児科：完全予約制
 ※Ⅶ…眼科：完全予約制 手術前後診察
 ※歯 科：診察希望時には、事前連絡要
 ※小児科：発達障害で受診希望の場合は事前予約要
 2024年6月3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：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。