

	月		火		水		木		金		土	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	
内科	①	いぐち★ 井口 副院長 (血液)	こまつ 小松 (腎臓)	いぐち★ 井口 副院長 (血液)	こしま 小島 予約 (腎臓)	こわだ★ 小和田 (糖尿)	こわだ★ 小和田 (糖尿)	いぐち★ 井口 副院長 (血液)	かねこ 金子 (一般)	いぐち★ 井口 副院長 (血液)	こまつ 小松 (腎臓)	いのうえ★ 井上 (腎臓) 1.3.4.5週 こまつ★ 小松 (腎臓) 2週
	②	しもみつ★ 下光 (循環器)	いのうえ★ 井上 (腎臓)	かつむら 勝村 予約 (循環器)	かつむら 勝村 予約 (循環器)	かねこ★ 金子 (一般)	うえだ 上田 (血液)	しみずたに★ 清水谷 (呼吸器)	しみずたに 清水谷 (呼吸器)	うえだ★ 上田 (血液)	なかの 中野 (呼吸器)	しもみつ★ 下光 (循環器)
	③	しばた★ 柴田 (一般)		ひらまつ★ 平松 (糖尿)	おくま 小熊 (消化器)	すとう★ 須藤 (血液)	すとう 須藤 (血液)	あしざわ★ 葦沢 (肝臓)	あしざわ 葦沢 (肝臓)	しばた★ 柴田 (一般)	交代制 2.4週 (心臓血管)	はりごめ 堀米 (消化器) 隔週 しばた★ 柴田 (一般) 隔週
	④			くわはら★ 桑原 (循環器)				あおき★ 青木 (一般/リウマチ)				やまだ★ 山田 (呼吸器) 1週
総合診療	あいびき★ 相引											
外科	ぐんじ 郡司		すみ 壽美 院長		すみ 壽美 院長		ちば★ 千葉	ちば 千葉	ぐんじ 郡司	よこやま 横山 (腎臓外科) 1.3.5週		ぐんじ 郡司
整形外科	わたなべ★ 渡邊 (股関節)	わたなべ★ 渡邊 (股関節)	たけうち 竹内	たけうち 竹内	わたなべ★ 渡邊 (股関節)		はやま 葉山	はやま★ 葉山	交代制	わたなべ 渡邊 (股関節)	いしかわ★ 石川 1.3.5週 なかにし★ 中西 2.4週	
乳腺外科	おさく 尾作 (乳腺外科/ 甲状腺外科)			おさく 尾作 1.3.5週 (乳腺外科/ 甲状腺外科)		おさく 尾作 (乳腺外科/ 甲状腺外科)	やまだ★ 山田			きたがわ 北川	おさく 1.3.5週 尾作 1.3.5週 (乳腺/甲状腺外科) あまや 天谷 2.4週	
脳外科			かねこ 金子	かねこ 金子	やまぎし 山岸	やまぎし 山岸	ほった★ 堀田 (ガンマナイフ/ ボトックス/ もの忘れ)	まるやま 丸山 (もの忘れ)	まるやま 丸山 (もの忘れ)	交代制		
泌尿器科	ながた 長田 1.3.5週	ながた 長田	ながた 長田	ながた 長田	ながた 長田	ながた 長田	おおつる★ 大鶴	おおつる 大鶴	ながた 長田	ながた★ 長田	ながた 長田 2.3.4.5週	
形成外科		まえしま 前島 1.2週								こくぶ★ 國分 (形成外科一般/ 巻き爪)		
皮膚科						よしだ★ 吉田						

〈受付時間〉 午前8:00~12:30(診察9:00~) 午後13:00~16:45(診察14:00~) ★診療科・医師によって受付・診察時間が異なりますので確認のうえご受診ください。



特集 『機能分化と医療連携について』



病院
理念

思いやりのある あたたかい医療

〈基本方針〉

- ▷ 患者さんの権利を尊重し、患者さん中心の医療を行います。
- ▷ 医療の質の向上を目指します。
- ▷ 地域医療における社会的責任を果たします。

八王子山王病院 リハビリテーション科で一緒に働こう!!

急性期? 生活期まで

育児休業 取得OK

家庭持ち職員 多く在籍

ワークライフ バランスを重視します

大募集!!

PT(理学療法士)
ST(言語聴覚士)
OT(作業療法士)

お電話: 042-626-1144(代表) 問い合わせ: 総務課 採用担当まで

きのうぶんか 機能分化と いりょうれんけい 医療連携について

きのうぶんか 機能分化とは...

診療所、急性期（高度・一般）、回復期、療養型など、**機能 = 役割** の異なる多くの医療機関があります。地域の中でその **役割を分担** しています。

いりょうれんけい 医療連携とは...

患者さんが、状態に合った役割の医療機関で治療を受けられるように、医療機関は **スムーズな連携** を心がけています。

私たちの周りには、さまざまな医療機関があります。

- 診療所
- 総合病院
- 大学病院
- 中小病院
- など



【高度急性期】

**総合病院や
大学病院**

- 一般急性期病棟
- ICU（集中治療室）
- HCU（高度治療室）

重い病気や深刻なケガに対するより高度かつ専門的に検査、治療

→ 病院によっては【地域連携室】や【医療連携室】などと呼ばれる連携の窓口となる部署があります

紹介状 (= 診療情報提供書) を持たずに総合病院や大学病院などの特定機能病院を受診すると、特別の料金がかかる場合があります。(救急車など救急の事態の場合は除く)

【一般急性期】

軽症・中等症の病気やケガの診断、検査、手術

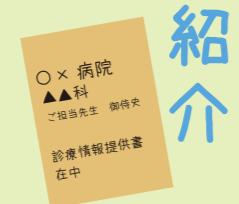
【回復期】

病状安定後のリハビリテーション
回復期
リハビリテーション病棟

【療養型】

療養・緩和
療養病棟
介護医療院
緩和ケア病棟

中小病院



紹介

紹介

役割分担のため...
病状が安定した患者さんは紹介元や地域の診療所・中小病院へ紹介します

地域包括ケア病棟

【軽症】

軽症や日常的な病気やケガの治療

診療所 (クリニック)



着任医師のご紹介

令和4年10月～

内科

しばた かずなり
柴田 和成
先生



10月より勤務いたします柴田和成と申します。宜しくお願ひ致します。

医者になり17年ほど消化器外科を専門としておりました。その後、内科に転科し21年になります。すでに内科医としての経歴の方が長くなっています。当院では内科全般の診療加療をさせていただきます。

お困りのことがあれば、なんでも気軽にいらして下さい。



外来日	月	火	水	木	金	土
午前	●				●	●
午後						隔週



お薬手帳を活用しましょう！



いつ

どこで

何日分

自分が使っているお薬の名前、量、日数、使用法などを記録できる手帳です。

副作用歴、アレルギーの有無、過去にかかった病気、体調の変化などについても記入できます。

特定健診

大腸がん検診

肺がん検診

乳がん検診

胃がん検診

令和4年度
八王子市
健康診査・
がん検診



医療機関では

医師や薬剤師が手帳を見て、他の医療機関で処方された薬などを確認します。



薬局では

薬剤師が手帳を見て、副作用や飲み合わせ、薬の量が適切かどうかなどをチェックします。

予約
不要

特定健診

今年度
40歳以上～
(以後「今年度」省略)

月～金 午前 9:00～11:00
午後 14:00～15:30
土 午前 9:00～11:00
※「受診券」「保険証」を必ず持参

予約
必要

大腸がん検診

40歳以上～

肺がん検診

40歳以上～

乳がん検診

40歳以上～
昨年度受けていない方

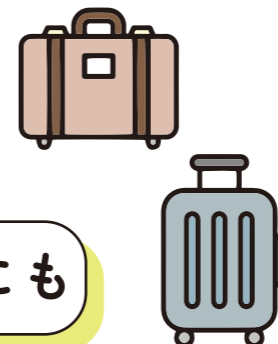
胃がん検診

50歳以上～
昨年度受けていない方

お電話またはご来院のうえ
予約をお取りください

詳細は八王子市検診ガイド
または当院ホームページにて

旅行や
災害時
救急時にも



旅行先で病気になった時や災害時に避難した際、急に具合が悪くなったときにも、自分の飲んでいる薬を正確に伝えることができます。

万が一にそなえて

ご家族にもあなたがおくすり手帳を持っていることを知らせておきましょう。

医療機関や薬局ごとに手帳を分けるのではなく、一冊にまとめましょう。

簡単おすすめレシピ

スイーツ × 美容

かぼちゃのマフィン

砂糖不使用!

- 〈材料〉(直径6cmマフィン型6~7個分)
- かぼちゃ … 150g *皮を除く
 - 無塩バター … 50g *常温に戻す
 - 卵 … 1個
 - 牛乳 … 30ml (大さじ2)
 - ★ 薄力粉 … 100g
 - ★ ベーキングパウダー … 3g (小さじ1)
- 〈★はホットケーキミックス1袋(150g)でも可〉



(1個あたり)

カロリー 約131kcal
たんぱく質 2.6g
食物繊維 1.1g

かぼちゃのみの甘さで アンチエイジング

〈レシピ〉

- かぼちゃは皮を剥き、2cm角にカットして600Wのレンジで3分加熱し、フォークでなめらかになるまでつぶす。切り落とした皮は1cm角にカットしておく(トッピング用)。
- バター、卵、牛乳を加え、均一になるまで混ぜる。
- 薄力粉、ベーキングパウダーを加え、均一になるまで混ぜる。
- スプーンで型の6分目程度まで③の生地を入れ、上にトッピング用のかぼちゃを乗せる。
- 180℃に予熱したオーブンで20~25分焼いて完成。

かぼちゃ

かぼちゃには、腸活に重要な
食物繊維はもちろん。
塩分を排出してくれるカリウムが
豊富に含まれています。

β-カロテン
ビタミンC
ビタミンE

などのビタミン類も豊富!!

これらのビタミン類は体内の脂質の酸化を抑える働きである『抗酸化作用』を持ちます。

抗酸化作用は20代をピークに、加齢とともに低下していきます。

まいにち 楽しく トレーニング

その9

リハビリテーション科

バランスUP↑

ひねり 転倒予防



座ってできる体操も
紹介しています

YouTubeで
体操動画を配信中!

右のQRコードを読み取るか
「八王子山王病院
リハビリテーション科」
と検索してください。



人の動きには「曲げる」「伸ばす」以外に「回旋運動」つまり「ひねり」の運動があり、この動きは日常生活でとても重要な役割を果たしています。普段行っている動作の中で、曲げたり伸ばしたり、力を入れたり緩めたりすることは意識して行っている、意外と「ひねる」運動は意識していない方も多いと思います。今回は**身体のバランスを維持し、転びにくい身体を作る運動**をご紹介します。

① 首のひねり運動



背筋を伸ばし、首を左右にひねります。ゆっくり、しっかりひねりましょう。

左右3回ずつ

② 首+上半身のひねり運動



首と上半身の体操です。顔と両足を正面に向けたまま、腕を振って上半身をひねります。

左右3回ずつ

③ 腕のひねり運動



腕を横に広げ、左右同じ方向に5回、逆の方向に5回ひねります。

同じ方向5回 逆の方向5回

④ 手首のひねり運動



脇を締めて手を前を出し、手首のみをひねります。左右同じ方向に5回、逆の方向に5回繰り返します。

同じ方向5回 逆の方向5回

⑤ 股関節のひねり運動



足を前後に開き、腕を使って腰を左右にひねります。足の左右を入れ替えて5回ずつ繰り返します。

左右5回ずつ

⑥ 足首のひねり運動



つま先、かかとに交互に体重をかけながら、ダンスするように横に移動します。足首をひねることを意識しながら行いましょう。*転ばないように注意してください。

左右4回ずつ