



医療法人徳洲会

札幌東徳洲会病院 広報誌

PUBLIC
RELATIONS
MAGAZINE

すこやか

SAPPORO HIGASHI TOKUSHUKAI HOSPITAL

Vol.216

2020年夏号 8▶10

特集

医療TOPICS

新型コロナウイルスとの 共生・共存に向けて私たちができること



当院の基本理念

- 生命を安心して預けられる病院
- 健康と生活を守る病院

当院の基本方針

- 「年中無休・24時間オープン」で、救急医療を提供します。
- 病気の治療だけでなく、健康増進と病気予防を推進します。
- 安全管理の徹底に努め、安心できる医療の提供を目指します。
- 医療技術・診療態度の向上に絶えず努力します。



当院は健康増進法第25条に基づき、「館内・敷地内全面禁煙」です。ご協力をお願いいたします。





念入りな準備で迎えた入職式

2020年4月1日、新入職員111名を迎え、「2020年度入職式」を行いました。本年度は新型コロナウイルス感染予防の観点から、例年より開催時間を大幅に短縮するとともに、参加者には検温、海外渡航歴の確認、マスクの着用、入室時のアルコールによる除菌、室内の換気などの対策を講じるなど、異例の開催となりました。迎える職員も、安全に入職式が終えられるよう、事前の準備を念入りにして、式当日はいつもより緊張した面持ちで対応していました。



固い決意を誓う新入職員代表

新入職員代表の道下悠輝さんが、誓いの言葉で『これから私たちは、医療スタッフであるという自覚を強く持ち、患者さまと関わっていくことが大切です。そのためにも患者さまが求めているものは何か、ということを常に考え、発想する力を身につける努力をします。学校を卒業して間もない私たちが出来ることは、まだ少ないかもしれませんが一生懸命頑張ります!』と力強い言葉を頂き、とても頼もしくみえました。



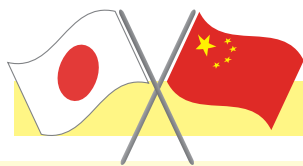
医療従事者として大切な姿勢

太田院長からは、『どんな困難な状況であっても、患者さまに対して、同僚に対して、常に笑顔を向けられるよう、頑張ってください!』という医療従事者として大切なお言葉を頂き、式に参加した全職員の気持ちが引き締まった瞬間でした。

2020年度は、新型コロナウイルス感染拡大という、大変な状況の中で始まりましたが、職員一丸となって頑張っています。



札幌頑張れ! 日本頑張れ!



瀋陽市からの贈り物



新型コロナウイルス感染拡大を防ぎ、地域の医療機関としての役割を果たすために日々努力をしている中、札幌市の友好都市、中国の瀋陽市から贈られたマスクが当院にも届きました。たくさんのマスクが詰められその段ボールには、こころのこもったメッセージが添えられていました。

互いに助け合って
困難を乗り越えよう!

瀋陽と札幌は
固い友情で結ばれている!

自信と決心を持って
この困難を共に乗り越えよう!



友好を伝えるために、瀋陽市の花と木であるバラと油松が、札幌市の花と木とともにある様子を描写した句も添えられており、新型コロナウイルスという目に見えない敵と、共に戦っていこうという温かい気持ちが伝わってきました。



玫瑰(バラ)は瀋陽市の花
鈴蘭(スズラン)は札幌市の花
油松(アカマツ)は瀋陽市の樹木
丁香(チョウジノキ)は札幌市の樹木



中国駐札幌総領事館から
マスク2000枚の寄贈

その他にも、様々な方からたくさんのご支援・ご協力を頂いており、改めて『当院は地域のみなさまに助けられ、支えられている』ということを職員一同実感し、大変、勇気づけられております。本当にありがとうございました。



医療講演の再開について

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、当院主催の医療公開講座を中止しておりましたが、7月より感染防止策を徹底したうえで、再開する運びとなりました。開催にあたり、参加を予定される皆様には大変ご不便をおかけすることもございますが、ご理解とご協力のほどよろしく申し上げます。

★当院の医療講演活動は、令和2年度札幌市(保健福祉局)の後援を受けております。

★医療講演スケジュールは、当院ホームページ※にて、ご確認ください。

札幌東徳洲会病院 医療公開講座

検索

※ (<https://www.higashi-tokushukai.or.jp/other/chair.html>)

また、依頼講演(出張講演)も感染防止策を徹底していただける環境が整えば、講師の派遣をお受けできることとなりました。みなさまの健康と安全を守るための防止策となります。何卒ご理解とご協力のほど、よろしくお願いいたします。

開催にあたっての感染防止策と注意事項

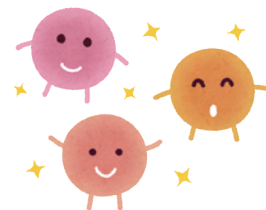
- ・参加人数が15~100名未満かつ会場収容人数の50%以下で開催
- ・会場の換気が可能な場所
- ・入り口での手指消毒
- ・参加者全員のマスク着用
- ・座席は一定の距離を空けて配置
- ・入り口での検温(1週間以内に発熱や風邪症状がある方は、ご遠慮ください)

新型コロナウイルスとの 共生・共存に向けて私たちができること

新型コロナウイルスの感染リスクが、ここまで世界中を震撼させる重大危機に拡大するとは、誰も想定しなかったのではないのでしょうか。ウイルスというこの目に見えない敵との戦いは、国民の生活様式に変化をもたらし、経済や政治に大きな影響を与えています。毎日のように全国各地で新たな感染者が確認され、自分は大丈夫だろうか?と不安に感じている方も多いと思います。いまだに有効な治療法や予防法が確立されていない新型コロナウイルス。感染予防策として、「うがい」「マスク」「手洗い」「3密を避ける」などが有効であることは、耳にタコができるくらい聞いている

と思いますが、それに加えて「免疫力を高めて感染症を予防しよう」というフレーズを色々な場面で見聞きするようになりました。私たちが日常的に使っている「免疫」という言葉。本当に正しい理解をもって使っていますか？

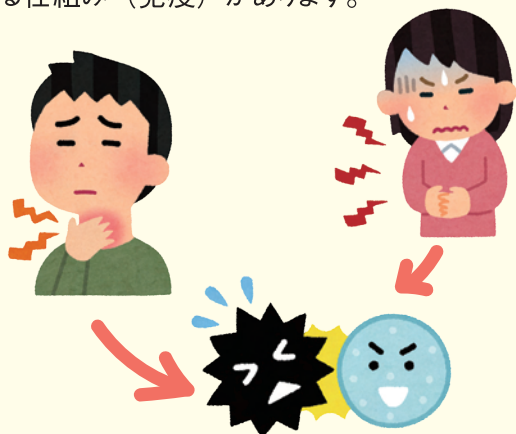
今回は、生体防御システム（広義の免疫システム）をテーマにお話したいと思います。



免疫の種類と違い

免疫とは、その言葉通り「**疫（病気）から免れる**」もの。細菌やウイルスなどの外来異物やがんや老廃物などの体内異物から体を守る仕組みのことで、人間が健康な体を維持する上でとても重要な**ホメオスタシス（生体恒常性）**のひとつです。

私達は、常に外界からの病原体（ウイルス、細菌、寄生虫など）の侵入の危険に曝されています。これらは、口や鼻、傷口、粘膜などから侵入し、体内で増殖し、生体の機能を犯します。しかし、私達の生体には、何段階もの生体防御機構が備わっており、身体を守っています。生体防御には、異物が体内に侵入するのを防ぐ仕組みと体内に侵入した異物を排除する仕組み（免疫）があります。



まず、私達の生体防御機構として働くのは、外界とつながる皮膚や粘膜です。万が一、異物が身体の中に入ってきたとしても血液や粘膜の中にある抗菌作用をもつ物質が異物を不活化します。さらにその先、免疫系のシステムは、大きくは二つ「**自然免疫**」と「**獲得免疫**」に分けられます。「自然免疫」とは、私たちが生まれつき持っている免疫系のことで、異物を攻撃したり、処理したりする役割を担っています。未知のウイルスに感染した場合は、この自然免疫が働くこととなります。それに対して「獲得免疫」は、後天的に獲得される免疫で、自然免疫では防げなかった異物の特徴を記憶することによって新たな免疫機能を獲得し、次に同じ異物が体の中に侵入した時に防御反応をするようになります。この獲得免疫の仕組みを応用したものが**予防接種（ワクチン）**です。

正しく機能した免疫反応

アレルギーとは？

免疫は、異物から体を守る大切な仕組みですが、害の少ない異物に対して免疫系が過剰に反応してしまったり、自分の体内に存在する物質が異物と誤認されたりすることがあります。免疫系は、強くなれば強くなるほどいいものではなく、むしろ害になります。確かに、感染症として悪さをする細菌やウイルスに対しては免疫が強い方がよいでしょう。その一方で、体にとっての異物の中には「たいして悪さをしない」ものや、



「放っておいてもよい」ものがいくらでもあります。例えば、花粉やほこりなどです。これらの異物に対しては、たとえ体内に入っても免疫の仕組みが働かない方がいいのですが、こうした異物に対して異常に強い免疫反応を起こしてしまう人がいます。この「**異常に強い免疫反応**」が「**アレルギー**」です。

免疫反応をきちんと機能させる

「アレルギー」にならない、もしくは症状を軽くするためには、免疫が弱い方がいいのか？という問いではありません。小さい頃からのアレルギー体質は、年齢を重ねても変わることはないと考えられています。そのため免疫を弱くしたからといって、一度発症したアレルギーが完全に治ったりすることは多くはありません。免疫系のシステムが、複雑なバランスと調和によって成り立ち、それぞれの異物に対してちょうどいい免疫反応が備わっていること。つまり、本当に必要なのは、**免疫反応をきちんと機能させること**なのです。健康食品やメディアなどで「免疫力アップ!」という表現がよく使われていますが、免疫力がむやみにアップ



することがあるのであれば、様々なアレルギーや免疫疾患になってしまいます。実際、「免疫力」という言葉は医学用語ではありません。病原体から体を守る仕組みの免疫系はとても複雑で、その働きを評価する具体的な物差しはなく、「抵抗力（いわば持って生まれた身体の強さ / 自然免疫）」のことを指して「免疫力」と呼んでいると考えられます。ただ、診療の現場でも医師が「免疫力が高い・高める」という言葉を使用することがありますが、**「免疫系が正常に機能している」「感染症に対する抵抗力がある」「体力がある」**といった意味で使われる場面が多いです。

新型コロナウイルスと向き合う

前項でお話した生体防御機構の全体像を踏まえ、なぜ新型コロナウイルス対策として手を洗い、規則正しい生活習慣（休養・睡眠・食事・運動）が大事であるかについてお話をします。オーバーシュート（爆発的な感染者の増加）を押さえるための方策は、政府が取り組んでいるのでそこはお任せするとして、これからは私たち一人一人がどう新型コロナウイルスに向かい合っていくのかを、しっかりと考えていかなければなりません。感染を避けようという努力は否定しませんが、前提として、皆が新型コロナウイルスに感染する可能

性があることは覚悟しましょう。そのうえで、今回の新型コロナウイルスのような新規のウイルス感染において、感染の重症化の有無を左右するのは、**「曝露されるウイルス量（ウイルスを浴びた量）」と「自然免疫」**のバランスであることが重要であることを覚えておいてください。



ばくろ 曝露されるウイルス量

病原体等に晒されることを**曝露(ばくろ)**と言いますが、病原体への曝露=感染という誤解があります。感染は、病原体が体内の細胞の中に入り込んで増殖することで、病原体の曝露が直ちに感染というわけではありません。新型コロナウイルスで言えば、ウイルスが気道の細胞内に入り込んで増殖しなければ感染は

成立しません。この、発症する・しない、軽症 / 重症を分けるウイルス曝露量には、免疫反応の差や基礎疾患、遺伝的な要因など個人差があり、**曝露量が多ければ感染リスクは高くなる**ことが考えられます。そのため、ウイルス量を減らすと言う意味で、以下のことを再度徹底しましょう。

01 手洗い、洗顔、うがいをしましょう。

手についたウイルスがご自身の粘膜に触れないように、手を口、鼻にもっていかないように心がけ、こまめに**石けんやアルコール消毒液で手洗い**をするようにしましょう。手洗いの方法が正しくないと相当量のウイルスや細菌などが手に残ってしまうので、注意しながら行いましょう。(第 215 号の広報誌「すこやか」に詳しく書いていますので、そちらをご参照ください。) また、新型コロナウイルス感染予防のために、いつも以上に熱心に手洗い、アルコール消毒液を使用している方も多いと思いますが、手荒れが起きないように



気を付けてください。手荒れが起こることで外からの刺激をブロックするバリア機能が低下してしまうため、ウイルスや細菌などが侵入しやすくなってしまいます。手荒れで手が痛くなって手洗いがおろそかになると、感染予防ができなくなってしまうので、皮膚の保湿と保護による**「ハンドケア」**もしっかり取り入れる予防と早期治療を行いましょう。手洗いに加え、洗顔も大切です。食事前は、口周りだけでも洗い、うがいもしましょう。

02 マスクを着用しましょう。

マスクは、ウイルスの侵入を完全に防ぐことはできませんが、喉や鼻の**加湿や保温**に役立ちます。咳が出ている人の場合は、周囲への**感染リスクを予防**できます。

03 密な場所は避けましょう。

流行時期にはできるだけ**人混みに出掛けない**ようにしましょう。



04 室温・湿度の管理をしましょう。

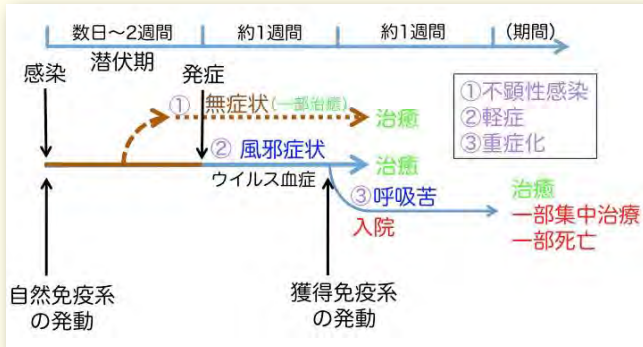
室温 20 度以上、湿度 50 ~ 60% を目標にしましょう。加湿器を使用する場合は、機械や水などを常に清潔に保つよう衛生面への配慮が必要です。口や鼻の粘膜が乾燥しないように、十分な水分摂取も心がけましょう。冬にインフルエンザが流行する原因として、実は、気温と湿度が関係しています。ウイルスは乾燥した空気にさらされることで含まれる水分が蒸発し、浮遊し



やすくなります。寒さで体温が下がり抵抗力が落ちた状態では、ウイルスが口や鼻などから体内に侵入しやすく、感染する確率が高まります。ウイルスの浮遊時間を減らすためにも、気温と湿度の管理が重要です。

自然免疫について

前述の通り、人間の体には、悪い影響を及ぼしそうな病原体が身体に侵入した際に真っ先に駆けつけて排除する自然免疫が備わっています。自然免疫は、数分単位と早い反応を示しますが、今回の新型コロナウイルスは、ほとんどの人にとってはじめて遭遇する病原体のため、獲得免疫が動くのに数日かかります。この**獲得免疫が動く時期（約1週間）**が、軽症 / 重症の分かれ目になっています。



新型コロナウイルス感染症の全体の経過と免疫系
(引用元：本間真二郎 Facebook)

従来、自然免疫は長期的に持続せず、免疫記憶を保持しないと考えられていたため、新しい感染症に対抗するための戦略の多くは、獲得免疫の活性化に焦点を当てた取り組みが行われてきました。しかし、様々な研究から、感染やワクチン接種によって自然免疫も長期にわたって活性化され（訓練免疫）、他の病原体感染からも守られることが示されています。自然免疫が活性化されれば、ウイルスが体内で増殖するまでの防波堤が高くなり、獲得免疫が発動するための時間が稼げると考えられます。さらに、もし自然免疫がうまく働けば、少数のウイルスが侵入してき

ても自然免疫だけで排除できる可能性があります。軽症の場合、獲得免疫により速やかにウイルスが排除されますが、重症の場合、獲得免疫が強過ぎることにより、ウイルスごと感染した自分の細胞を強力に排除したり、その後の**免疫の暴走を招くこと（サイトカインストーム）**により病態が悪化すると考えられています。つまり、重症化はウイルス自体の影響ではなく、獲得免疫が強過ぎることが原因と考えられています。

でも自然免疫だけで排除できる可能性があります。

それでは、自然免疫を強化保持するためには、どうしたらよいのでしょうか？それは栄養バランスの取れた食事、休養、睡眠、適度な運動を心がけることです。特別なことをする必要は一切ありません。ただし、これらを習慣化させることが重要です。免疫系のシステムは、多くの要素が複雑に存在しています。それを考えると、私たちがすべきことは、そのシステム全体がきちんと機能するための後押しだけ。**免疫は、メンテナンスするもの**であって、アップするものではない、という考え方を持ちましょう。

自然免疫強化保持のカギ

//// 1. 栄養バランスの取れた食事 ////

1日3食、バランスの良い食事を心がけましょう。バランスの良い食事のポイントは、次の3つの要素が食卓に揃っているかということです。**特定の食材に偏らず、幅広い食材を食べることを意識すると**、栄養バランスが整いやすくなります。このほか、免疫と腸内環境には密接な関わりがあり、発酵食品や食物繊維といった腸内環境を改善する食べ物も意識的に摂取しましょう。また、摂取エネルギー量を把握し、適正な体重を維持することは、生活習慣病のリスクを減らすとともに健康的な体づくりにつながります。

【主食】
炭水化物（ご飯など）



【主菜】
タンパク質
（肉・魚・卵・大豆製品など）



【副菜】
ビタミンやミネラル類
（サラダ・煮物など）



//// 2. 十分な睡眠と休養 ////

質のよい睡眠は、リンパ球の増加や細胞の成長や修復、疲労の回復、自律神経を整えることにもつながります。睡眠の質を高めるためには、「就寝前の入浴」「就寝前に携帯電話やパソコンなどの光を浴びない」「体内時計を整えるために、出来る限り起きる時間と寝る時間を一定にする」「起床時にはカーテンを開けて日光を取り込む」「運動を取り入れる」などがあります。また、休養には、心と体を休ませ、安静にしたり睡眠をとることなどで**疲労を解消する「休む」**と、適度な運動や趣味の活動などで心身をリフレッシュし、明日に向かっての**英気を育む「養う」**の2つの意味があります。この2つを上手に取り入れて上手な休養を心がけて下さい。



//// 3. ストレス解消と笑いを取り入れる ////



過剰なストレスは、自律神経のバランスを崩しやすくなります。**ストレスは溜めこまない**ように、話す、趣味を行う、ストレッチや軽い運動を行うなど日々の生活の中で解消していきましょう。また、**笑うこと**で免疫システムや自律神経のバランスを整えるのにも効果があるといわれています。他にも脳の活性化、血行促進、幸福感の増加など様々な面から健康に寄与しています。笑うことを意識しながら生活し、笑っていないと感じたときには、つくり笑いでいいので、笑ってみましょう。

//// 4. 体を冷やさない、温める ////

体温が1度下がるだけで抵抗力が約30%、代謝が約12%も落ちることがわかっています。お風呂では湯船に浸かる、靴下やストールなどを活用する、温かい飲み物を飲むなどして、**温めること**を意識してみましょう。



//// 5. 適度に体を動かす ////



新型コロナウイルスの感染拡大により外出を自粛する動きが広がる中、家にこもりがちになっているかと思われます。運動不足で筋肉量が落ちると高齢者の体は弱って転倒や骨折をしやすくなり寝たきりになるおそれもあります。糖尿病や高血圧などの持病がある人が運動しない状態が続くと、新たな病気リスクも高くなります。そのため、人混みを避けたうえで自宅周辺を歩いたり公園で簡単な体操をしたりして**適度に体を動かすように心掛けましょう**。また家での筋トレもオススメです。無理のない範囲で楽しみながら体を動かすようにしましょう。

自然界に感染症は、必ず存在します。そして感染症を撲滅することが難しいことも分かってきました。そのため、感染による人的被害の抑制と不可避免的に発生する経済活動の停滞に対応できるだけの免疫を社会全体が持つことが重要です。新型コロナウイルスと共生・共存するウィズコロナ時代に向け、私たちができることを考え、確かな一歩を踏み出しましょう。

形成外科外来ご紹介



形成外科で治療を受けた方々が、笑顔で再び社会生活に復帰してゆく姿を見ることが、私共の喜びです。

形成外科とは、下記疾患の様に、身体に生じた組織の異常や変形、欠損、あるいは整容的な不満に対して、あらゆる手法や特有の技術を駆使し、機能のみならず形態的にもより正常に、より美しくすることによって、みなさまの生活の質 "Quality of Life" の向上に貢献する、外科系の専門領域です。疾患によっては大学病院と連携して治療にあたります。治りにくいキズや、昔にできてしまった変形でも、諦める前に、一度当科を受診してみてください。何か良い方法があるかもしれません。

対象疾患

外 傷	新鮮外傷(擦り傷・切り傷等)、新鮮熱傷、顔面骨骨折
先天異常	唇裂・口蓋裂、その他顔、手、足の先天異常、臍ヘルニア(出べそ)
体表疾患	血管腫、皮膚・皮下の良性腫瘍(ほくろ・あざ・できもの等)、耳瘻孔、毛巣洞、皮膚・皮下の悪性腫瘍
体表の変形	瘢痕(傷跡)およびそれによる瘢痕拘縮(ひきつれ)、ケロイド
慢性創傷	褥瘡(床ずれ)、難治性潰瘍(治りにくい掘れたキズ)
眼の変形	眼瞼下垂(まぶたの垂れ下がり)、睫毛内反
乳房再建	自家組織・人工物による再建術を施行しています
その他	顔面神経麻痺後遺症、陥入爪、腋臭症、乳癌術後後遺症 等

形成外科担当医のご紹介



形成外科部長
香山 武蔵

形成外科専門医 / 再建・マイクロサージャリー分野指導医

形成外科受付・診療時間	受付時間		診療開始時間			
	07:00~11:30		10:00 ※			
月 曜	火 曜	水 曜	木 曜	金 曜	土 曜	
●	●	●	●	●		

※月曜日のみ9:30

外出できない時に 体力を落とさないためのリハビリ



昨今コロナウイルスの影響で外出の自粛を求められ、運動する機会が減ってしまい体力が落ちている方もいらっしゃるのではないのでしょうか。そこで、今回は5分以上歩ける方に向けて、自宅で簡単にできる運動をいくつかご紹介します。

※転ばないように気をつけて歩いてください。歩くことが急につらくなったら、早く診てもらいましょう。

各運動
10回×3セット
1日2～3回

スクワット

ゆっくり膝を
曲げましょう



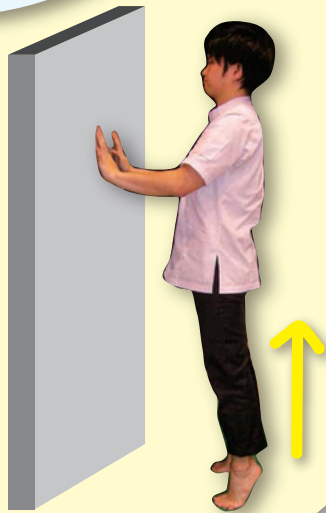
足あげ(前後)

勢いをつけずに
あげるのがポイント



かかと上げ

背伸びをする
イメージで



足の外開き

無理のない幅まで
開きましょう



注意とポイント

体力を落とさないよう、定期的に運動・体操をしましょう。

- ・ 勢いをつけずにゆっくりと行いましょう。
- ・ 息を止めずに呼吸をしながら行いましょう。
- ・ 体調が悪い時は休みましょう。
- ・ 痛みやしびれがある場合は無理をしないようにしましょう。
- ・ 転ばないように椅子や台を使用して下さい。
- ・ 胸の症状を感じた際は医師にかかりましょう。



ミルクもち

夏にぴったり簡単デザート

★材料 (1人分)

- ・牛乳 …… 250ml
- ・砂糖 …… 小さじ4
- ・片栗粉 …… 大さじ4

★作りかた

- 1 小鍋に牛乳、砂糖、片栗粉を入れる。
- 2 火にかける前に材料を木べらを使い、よく混ぜる。
- 3 鍋を弱火にかけ、引き続き混ぜ続ける。
- 4 混ぜ続け、牛乳にとろみがついたあと、ひとかたまりになれば火からおろす。
- 5 ④をスプーン2本で一口大に丸め、氷水の中に落とし冷やす。
- 6 氷水を切り、お好みで、きな粉と黒蜜をかけて完成。



※写真はイメージです。

☆ポイント☆
 ②の段階で材料をませないと、片栗粉がダメになり、つるんとした食感になりません。しっかりと混ぜてから火にかけるようにしましょう。

トッピングはほかにも抹茶とあんこの組み合わせや、イチゴジャムなど使ってもおいしく食べられます。

牛乳の豆知識

暑い夏にはカルシウム補給!



牛乳は骨や歯を丈夫にするカルシウムがたっぷり入っているのは有名かと思います。その量は年代や性別によって必要なカルシウムの量はそれぞれ異なるものの、コップ一杯で1日に必要なカルシウムのおよそ1/3量が入っています。

また、カルシウムの隠れた働きとして筋肉の動きをサポートする役割もあります。運動後に冷たい牛乳でカルシウム補給をするのもおすすめです。牛乳を飲んで暑い夏を乗り越えましょう。

管理栄養士 池田 紗里衣

当院の専門外来

【予約制】弁膜症外来

【毎週月曜日】	受付/14:00~16:00	診察/14:00~	担当医/榎田 浩基
【毎週火曜日】	受付/13:00~15:00	診察/13:00~	担当医/山崎 和正

肝臓外来

【毎週火曜日】	受付/13:00~15:00	診察/13:00~	担当医/井上 充貴
【毎週金曜日】	受付/13:00~15:30	診察/13:00~	担当医/吉川 大太郎

【予約制】禁煙外来

【隔週火曜日】	受付/14:00~16:00	診察/14:30~	担当医/山崎 誠治
---------	----------------	-----------	-----------

物忘れ外来

【毎週木曜日】	受付/13:00~15:30	診察/13:30~	担当医/元持 雅男
---------	----------------	-----------	-----------

【予約制】不整脈外来

【毎週月曜日】	受付/07:00~11:30	診察/09:00~	担当医/谷 友之
【毎月第1.3.5水曜日】	受付/07:00~11:30	診察/09:00~	担当医/谷 友之

【予約制】いびき・無呼吸外来

【毎週月・金曜日】	受付/13:30~15:00	診察/14:00~	担当医/後平 泰信
【毎週土曜日】	受付/07:00~11:30	診察/09:00~	担当医/後平 泰信

鼠径ヘルニア外来

【毎週水曜日】	受付/07:00~11:30	診察/09:00~	担当医/深堀 晋
---------	----------------	-----------	----------

【予約制】補聴器外来

【毎週火曜日】	受付/13:00~15:30	診察/13:30~	担当医/外来担当医
---------	----------------	-----------	-----------

外来診療表

内科	月	火	水	木	金	土
受付/07:00~11:30 診療/09:00~	※	※	※	※	※	※

※ 予約患者のみ

循環器内科

受付/07:00~11:30 診療/09:00~	●	●	●	●	●	●
受付/16:00~19:00 診療/17:00~	●	●	●	●	●	

消化器内科

受付/07:00~11:30 診療/09:00~	●	●	●	●	●	●
受付/13:00~15:30 診療/13:00~					※	
受付/16:00~19:00 診療/17:00~			●			

※ 予約患者のみ

IBD(炎症性腸疾患)

受付/07:00~15:00 診療/09:00~		●	●	●	●	▲
受付/07:00~11:30 診療/09:00~	●					
受付/16:00~19:00 診療/17:00~		●				

▲ 受付 11:30 まで

呼吸器内科

受付/07:00~11:30 診療/09:00~	▲	▲	▲	▲	※	※
受付/16:00~19:00 診療/17:00~					※	

▲ 肺がん・肺腫瘍専門 ※ 予約患者のみ

小児科

受付/07:00~11:30 診療/09:00~	●	●	●	●	●	●
受付/16:00~19:00 診療/17:00~	●		●		●	

外科

受付/07:00~11:30 診療/09:00~	●	●	●	●	●	
受付/13:00~16:00 診療/14:00~		※				
受付/16:00~19:00 診療/17:00~	●	●	●	●	●	

※ 予約患者のみ

乳腺外科

受付/07:00~11:30 診療/09:00~			●	●	●	
受付/13:00~15:30 診療/13:00~		●				

形成外科

受付/07:00~11:30 診療/10:00~	●	※	●	●	●	●
--------------------------	---	---	---	---	---	---

※ 月曜日のみ診療開始 9:30~

※2020年4月より、形成外科外来の診療体制を拡充いたしました。

○診療科担当医 / 形成外科部長 香山 武蔵 先生(常勤)

※都合により診療時間・担当医の変更や休診となる場合がございます。ご了承ください。
 ※健康診断・人間ドックにつきましては、「完全予約制」をとっております。
 ○お問い合わせください。

脳神経外科	月	火	水	木	金	土
受付/07:00~11:00 診療/09:00~	●	●	●	●	●	●
受付/13:00~15:30 診療/13:30~	●			▲		

▲ 物忘れ外来のみ

泌尿器科

受付/07:00~11:30 診療/09:00~				●		
--------------------------	--	--	--	---	--	--

眼科

受付/07:00~11:30 診療/09:00~	●	●	●	●	●	
受付/13:00~16:00 診療/13:30~		※			※	
受付/16:00~19:00 診療/17:00~		▲				

▲ 第2・第4のみ ※ 予約患者のみ

耳鼻咽喉科・頭頸部外科

受付/07:00~11:30 診療/09:00~	●	●	●	●	●	●
受付/13:00~15:30 診療/13:30~	●	※	●	●	●	

※ 予約患者のみ

整形外科

受付/07:00~11:00 診療/09:00~	●	●	●	●	●	
--------------------------	---	---	---	---	---	--

心血管外科

受付/07:00~11:30 診療/09:00~				●		●
--------------------------	--	--	--	---	--	---

皮膚科

受付/16:00~19:00 診療/17:00~		●		●		
--------------------------	--	---	--	---	--	--

放射線外来

受付/07:00~11:30 診療/09:00~			●			
--------------------------	--	--	---	--	--	--

※ 予約患者のみ

放射線治療外来

受付/13:00~16:00 診療/13:30~			※			
--------------------------	--	--	---	--	--	--

※ 予約患者のみ

外傷センター外来

受付/07:00~11:30 診療/09:00~	※	※	※	※	※	
--------------------------	---	---	---	---	---	--

※ 予約患者のみ

麻酔科

受付/07:00~11:30 診療/09:00~	●	●			●	
--------------------------	---	---	--	--	---	--

歯科口腔外科

受付/08:30~11:30 診療/09:00~	●		●	※		※
受付/13:00~16:30 診療/13:00~	●		●	※		

※ 新患受付は午前 11:00 / 午後 16:00 まで。

※ 予約患者のみ

急病の方はいつでも受け付けております。

医療法人 徳洲会
札幌東徳洲会病院



〒065-0033
 札幌市東区北33条東14丁目3-1
 Tel.011-722-1110 (代表)



ACCESS

- 地下鉄** 東豊線 新道東駅 5番出口より 徒歩約5分
- 地下鉄 + 中央バス** 南北線 北34条駅にて
 ▶中央バス東76・東78で乗車
 ▶北34条東12丁目駅で下車 徒歩約1分
- 自家用車 (高速道路)**
 ▶伏古インター / 札幌北インター 約5分
 駐車場180台収容可能(一部有料)



国際医療施設認証(JCI)

JCIとは、患者さんの安全性の担保、高品質な医療の提供、院内に継続した改善活動が行われる仕組みを有するかを評価する認証機関です。世界中で最も厳しい基準をもつ医療施設評価機構とされており、3年毎に行われる審査はその都度内容が厳しくなります。当院は、自分達の視点だけで病院運営を評価するだけではなく、世界で最も厳しい基準を持つ認証機構の評価を受ける事により、患者さんやご家族の方々へ、安心、安全で質の高い最善の医療が提供できることを今後も目指してまいります。

※ JCI ホームページ : ja.jointcommissioninternational.org

日本医療機能評価

当院では、患者さんへ安全かつ高度な医療を提供するため、継続的に改善する取り組みの一環としてこの「病院機能評価」の認証を利用しています。病院機能評価とは日本の病院を対象に、組織全体運営管理および提供される医療について、日本医療機能評価機構が中立的、科学・専門的な見地から評価を行うツールで、患者中心の医療の推進、良質な医療の実践、理念達成に向けた組織運営から構成される評価項目を用いて評価され、一定の水準を満たした病院は認定病院となります。

※ 日本病院機能評価機構ホームページ : jcghc.or.jp