



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.218

2021年新年号 2 ▶ 4

I N D E X

トップページ

病院長より新年のごあいさつ

広報室コラム

- 1.10月15～16日 グリーンリボンキャンペーンを開催しました!
- 2.ゆうゆう保育園の園児たちから応援メッセージを頂きました!
- 3.オンライン医療公開講座がはじまりました!

医療TOPICS

- 1.つなげる地域の輪 - 医療法人社団 藤田医院 -
- 2.看護師(ナース)のお仕事 / 3. 国際医療支援室発 - わ〜るど通信 -

Focus

乳腺外科外来のご紹介

健康運動

家でも出来る食事に大事な体操

健康レシピ

節分のおやつに「大豆ケーキ」

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。



病院長より新年のごあいさつ

謹んで新年の お慶びを申し上げます。

令和2年は皆さまにとってどのような年だったでしょうか。やはりなんといっても新型コロナの席卷が世界中を揺るがした事象であったと思います。ちょうど100年前に「スペイン風邪」(現在のインフルエンザ)が全世界で流行し、日本では人口(約5600万人)の約4割が罹患しました。そのときも第一波から第三波まで約2年の経過で終息しています。日本政府が新型コロナを指定感染症に決定したのは1月28日のことで早1年が経とうとしています。札幌では雪まつり時期の第一波、5月大型連休あたりの第二波を経て、この冬に第三波となりました。歴史は繰り返す、のかもしれない。

札幌東徳洲会病院では院内外の感染対策を強化し、この波を乗り切ってきました。職員の努力のみならず来院される患者さまやご家族の皆さまのご協力があってこそ感染防御が行えているものと、心よりお礼申し上げます。一方、第二波の春から夏にかけては病院を受診される患者さまが少なくなり、様々な病気も減ったとのこと。季節性インフルエンザの流行も今年は小さくなりそうとの予想もされています。新型

コロナの流行は世界に恐怖をもたらしましたが、しっかりとした自己の健康管理があれば、逆に病気にかかりづらくなることがわかったのは大きな教訓と思います。

今年(うし)年です。「牛」は古くから酪農や農業で人々を助けてくれる存在として重要な動物です。たいへんな農業を地道に最後まで手伝ってくれる様子から、丑年は「我慢」や「発展の前振れ(芽が出る)」を表す年になると言われています。新型コロナも「もうすこし我慢」なのかもしれません。今年(うし)年は東京オリンピック/パラリンピックが開催され私たち皆がとても楽しみにしています。心の底からそれを楽しむためには私たち自身の健康が最も大切だと思うのです。皆さまの健康を心から祈念いたします。

本年もどうぞよろしくお願いいたします。



病院長 太田 智之

地

地域の医療だより

広報室コラム

2020札幌東徳洲会病院
グリーンリボンキャンペーンを開催しました!

2020年
10月15日～16日

グリーンリボンは、世界的な移植医療のシンボルです。グリーンは成長と新しいいのちを意味し、リボンは“Gift of life”（いのちの贈りもの）によって結ばれた臓器提供者（ドナー）と移植が必要な患者さま（レシピエント）のいのちのつながりを表現しています。グリーンリボンキャンペーンは、移植医療を通して、臓器を提供してもいいという人と移植を受けたい人が結ばれ、よりたくさんのいのちが救われる社会の実現に向けた、『移植医療』の“理解促進”“普及”、及び“啓発”につながる取り組みをしています。



昨年に引き続き当院でも《誰かのために、できること。みんなで意思表示の輪を広げよう》をテーマに、移植医療と意思表示への認知と理解が進むことを目的として1Fロビーにてキャンペーンを開催いたしました。専用カウンターを設置し、【移植で救われた、いのちのストーリー】というDVDの上演を行いながら、来院された方々にリーフレットをみせながら説明したり、啓発物品の配布などを行ったりしました。



この活動を通じてひとりでも多くの方が、ご家族や大切な方と、いのちのことや臓器移植について話さきっかけとなることを願い、当院としても継続的に実施していきたいと思っております。

GREEN LIGHT-UP PROJECT.

全国各地でも、著名なランドマークや建物を移植医療のシンボルカラーであるグリーンにライトアップすることを通じて、臓器移植医療への理解が広がることを願って活動しています。

2020-10.16日
「グリーンリボンデー」
GREEN LIGHT-UP PROJECT.
移植医療の希望の光を届けよう



ゆうゆう保育園の園児たちから 応援メッセージを頂きました!



12月中旬、ゆうゆう保育園の園児たちから【感謝と敬意を込めて♡】と、大変嬉しい贈り物を頂きました!園児ひとりひとりが、こころに秘めた優しくあたたかい気持ちを、小さな手のひらに《全集中!》



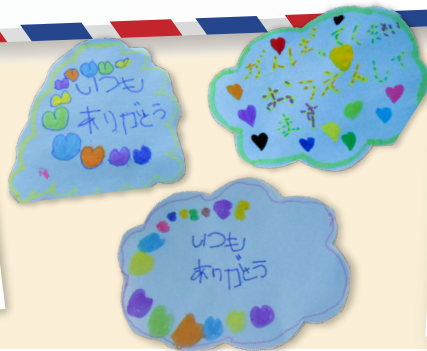
札幌東徳洲会病院で働く皆さまへ

このコロナ禍の中でも、当たり前な日常を、笑顔で過ごさせていただけのも、病院で勤務されている皆さまが沢山のご苦労の中、頑張ってもらっているお陰であることに、心から感謝いたします。子ども達と保育士達から感謝とエールの気持ちを込めて、虹の手形アートを送りました。手のひらに絵の具を塗ると、くすぐったがる子。「いたいー」と、泣き出し(決して痛くはないのですが)致し方なく足形になった子(笑)メッセージは、自分達で考えて頑張ってくれました。

子ども達の手のひらには、大きな明るい未来へ向かう力が溢れています。皆さまの笑顔と、健康、そして幸せな未来にかかる虹になる事を願い。。。

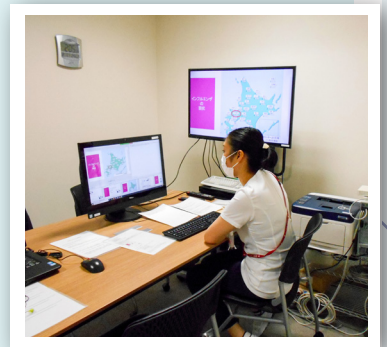
そして応援メッセージを添えて作成して頂いた突然のプレゼントに、職員一同、とても感激し、胸が熱くなる思いでした。新型コロナウイルス感染拡大を防ぐために日々努力し、疲労が蓄積している職員にとって、小さな子ども達からのサプライズは、一足早い最高のクリスマスプレゼントとなりました!

ゆうゆう保育園一同より



オンライン医療公開講座がはじまりました!

新型コロナウイルス感染拡大防止対策から、オンラインによる医療公開講座をはじめました。第1回目は「感染予防について」と題し、12月1日に開催。皆さまの関心の高い演題ということもあり、当日は50名もの方にご参加いただきました。講座終了後のアンケートでは「役に立った」「まあまあ役に立った」と回答された方が95%と、初開催でとても緊張しておりましたが、ほっと一安心しております。今後もオンライン会議ツール「Zoom」を利用し、定期に実施する予定ですので、ご自宅・職場等でお気軽にご視聴ください。



講座内容やスケジュール、参加方法については当院ホームページ【医療公開講座】内でご案内しております。ぜひご確認ください。

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>)

つなげる地域の輪

当院では地域の医療機関および介護・福祉施設と連携し、退院後も適切な医療・福祉サービスを受けられるよう地域との連携構築に取り組んでいます。



医療法人社団 藤田医院

内科・小児科・呼吸器科・消化器科・循環器科

院長 / 藤田 洋

獨協医科大学卒業
医学博士

〈愛称〉
赤ひげ先生



1964年に前院長の開院以来、赤ちゃんからお年寄りまで幅広く外来対応できるのが藤田医院の強み。開業以来地域に根ざした家庭医として「赤ひげ先生」と呼ばれ、親しまれています。「患者さま第一に考え、笑顔を作る家庭医」をモットーに患者さまに寄り添い、内科・小児科・呼吸器科・消化器科・循環器科と多くの診療科の外来と検査を受け持ち地域にとって必要とされる1次医療を目指しています。患者さまの一人ひとりの話をしっかり聞き、患者さまの身近な存在となり信頼されるよう患者第一の診療を心掛けています。



札幌東徳洲会病院さんには専門的な治療が必要な患者さまや緊急の患者さまをいつも受け入れていただき感謝しています。今後も様々な患者さまをお願いすると思いますがよろしく願いいたします。



安心して治療がうけられるよう、木目を活かした内装の院内。そして確かな診療と最先端の設備で適切な治療を行っております。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
08:30~12:00	●	●	●	●	●	●	休
13:30~17:00	●	●	●	休	●	休	休

毎週木曜と土曜日の午後、日曜日、祝日は休診です。
※ただし、院長在宅時は急患に対応します。



〒065-0020 北海道札幌市東区北20条東13丁目1-2
TEL : 011-711-8084
fuzita-clinic.com

ナース
nurse

医療 TOPICS

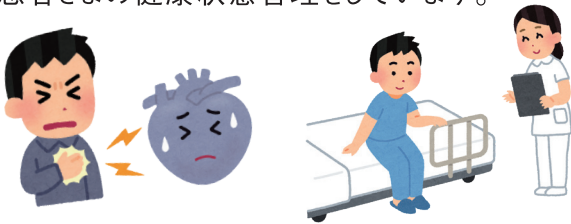
看護師のお仕事



ちょっと気になる？ 看護師がどんなお仕事をしているかインタビュー♪
今回は **6B病棟 小林 真亜里** さんです。

1.主にどんな診療科を対応されていますか？

循環器内科(狭心症・心筋梗塞・虚血性心疾患・心不全・下肢閉塞性動脈硬化症)や形成外科(褥瘡・皮膚潰瘍・悪性腫瘍)などの疾患で入院になった患者さまの健康状態管理をしています。



2.主な仕事を教えてください。

手術・治療準備(点滴準備や術前・術後の患者さまの状態観察)や処置介助、疾患に合わせて症状(胸が苦しい、心電図波形、足が痛いなど)の観察、日常生活援助などがあります。



3.お仕事とプライベートはどのように両立されていますか？

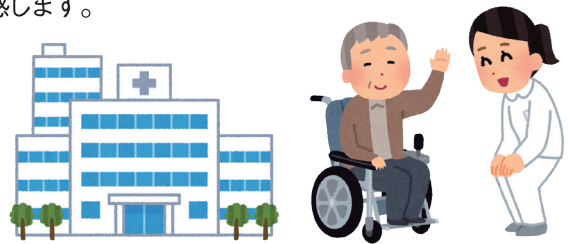
休日には、コロナが流行しているため動画配信サービスで映画鑑賞や、ゲームが好きなのでゲームをして過ごしていることが多いです。また、2交代制のため、平日に休みや夜勤明けがあることも多く、人が混雑しなさそうな時に外出して気分転換しています。

コロナの流行前は同期や友人と食事をしたり、温泉めぐりをしたりして楽しんでいました。



4.仕事を通してうれしかったことや、やりがいを教えてください。

日々の些細なことでは、患者さまからの「ありがとう」の声や、治療していく中で元気になっていく姿にやりがいを感じます。



真剣モードの小林さん

5.最後に読者・患者さまへ一言お願いします。

コロナ流行に伴い大変な毎日ではあると思いますが、皆さまの健康をお祈り申し上げます。



とても頼りになる仲間です！



医療 TOPICS

国際医療支援室発 - わ〜るど通信 -

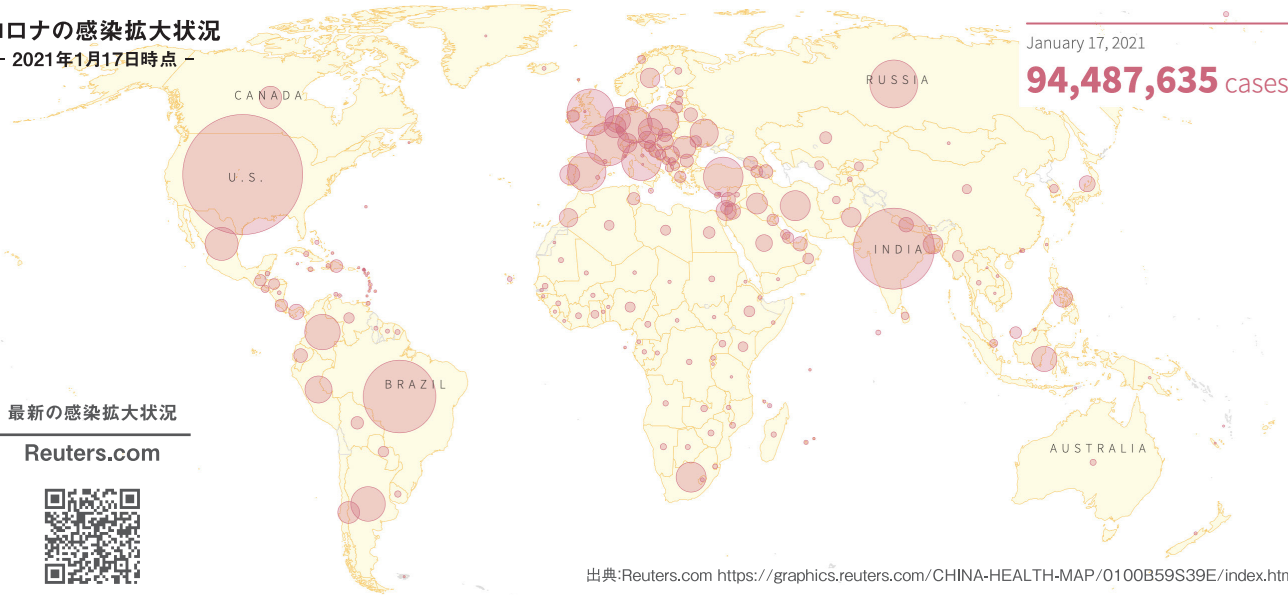


コロナ拡大下、少しずつ動き出す海外との人の往来

コロナの感染拡大状況
- 2021年1月17日時点 -

January 17, 2021

94,487,635 cases



海外渡航に関する日本政府・各国の動き

2020年6月頃から、日本政府は各国と交渉し、ビジネス出張や長期滞在目的の渡航制限緩和に動き始めています。PCR検査の陰性結果や行動計画書の提出により、行動範囲を限定してビジネス活動を可能にしたり、駐在や留学などの長期滞在目的の入国制限を緩和したりするものです。2020年12月現在、日本外務省HPによると、ビジネス出張では、シンガポール、

韓国、ベトナム、中国が日本との往来について制限緩和されました。長期滞在では、タイ、ベトナム、マレーシア、カンボジア、ラオス、ミャンマー、台湾、シンガポール、ブルネイ、韓国、中国などが日本からの入国について制限緩和されました。

米国のハワイ州だけ、下記のように入国してすぐに観光を楽しめる自己隔離免除プログラムを2020年11月から開始しました。

出典: ハワイ州観光局 <https://www.allhawaii.jp/covid19/process/>

事前検査プログラム (Pre-travel Testing Program)

HAWAII TOURISM
JAPAN

1	出発前 72時間以内に ハワイ州指定 医療機関で検査*	陰性 ハワイ州指定 陰性証明書取得	ハワイへ	ハワイ州指定 陰性証明書と Safe Travels Program のQRコードを提示	自己隔離 免除 ハワイ旅行を楽しむ (4つの予防習慣を守る)
2	出発前 72時間以内に ハワイ州指定 医療機関で検査*	結果待ち	ハワイへ	Safe Travels Program のQRコードを提示	14日間の自己隔離 (医療緊急事態のみ外出可能) (隔離中、デAILYチェックイン必須) ハワイ旅行を 楽しむ (4つの予防習慣を守る)
3	検査を受けない		ハワイへ	Safe Travels Program のQRコードを提示	14日間の自己隔離 (医療緊急事態のみ外出可能) (隔離中、デAILYチェックイン必須) ハワイ旅行を 楽しむ (4つの予防習慣を守る)
4	出発前 72時間以内に ハワイ州指定 医療機関で検査*	陽性	ハワイ旅行 キャンセル		

* 日本を出発する72時間以内にハワイ州保健局が指定する日本国内の医療機関で、厚生労働省により承認されているPCR検査を含む核酸増幅検査(NAT*)を行い、ハワイ州保健局が指定する陰性証明書(英語)を提示すれば、ハワイでの14日間の自己隔離が免除されます。

※NAT(Nucleic Acid Amplification Test)は、ウイルス遺伝子を増幅する核酸(DNAまたはRNA)の一部を増幅して検出する検査法であり、PCR検査も核酸増幅法のひとつです。



当院の海外渡航向けPCR検査案内・実績



よくニュースなどで話題になるPCR検査ですが、PCRは英語のPolymerase Chain Reaction (ポリメラーゼ連鎖反応)といい、鼻咽頭の粘膜などから細胞をぬぐって採取して、コロナウイルスが存在しないかウイルス遺伝子を増幅して検査する方法です。ウイルスから遺伝子を取り出して検査装置にセットし、遺伝子が増えるまで待たなければならないので、時間がかかります。

当院は、2020年8月下旬から海外渡航向けのPCR検査を開始しました。多くの国がPCR検査陰性証明書を入国要件としています。中国政府は9月25日以降の入国について、国籍を問わず、全員に指定医療機関でのPCR検査を義務付けました。11月8日からは、血液による抗体検査を追加し、検査後2日以内の日本出国を条件としています。米国ハワイ州は、2020年11月から、観光客を含む日本からの渡航者について、州指定医療機関で、日本出国前72時間以内のPCR検査陰性証明を条件に、入国後2週間の自主隔離を免除しています。

当院は、北海道で唯一のハワイ州指定医療機関になっており、また、中国大使館の指定も受けております。海外渡航向けPCR検査を始めるにあたって、出国目的の多くはビジネス出張を想定していましたが、実際に蓋を開けてみると、技能実習終了にともなう中国へ帰国の方が最も多く、日本人では、中国駐在のための赴任や帯同する家族が中心でした。中には、お母さんと幼いお子様が検査を受けて、単身残ったご主人の待つ中国に戻るといったケースも多く見られます。ビジネス出張が一般的になるには、もう少し時間がかかりそうです。

HEALTH CERTIFICATE

Name: XXXXXXX XXXXXXX, Date of Birth: 1900/y/12/m/03/d,
Passport No. AB000000000, Nationality Japan, Sex FeMale

I hereby certify that the person named above is unlikely infected with COVID-19 based on the following examination results.

- Laboratory results
 - Real-time RT-PCR test for SARS-CoV-2 (Nasopharyngeal Swab): NEGATIVE
 - Date and time of sample collection (検体採取日時): 2:00 PM, October 26, 2020
 - Date and time of test results determined (結果判明日時): 12:00 PM, October 27, 2020
- Close contact with someone with suspected/confirmed COVID-19 ☐NO ☐YES within the last 14 days, based on the examinee's declaration
- Following symptoms are NOT observed.
 - Fever (発熱) (100.0 °C)
 - Fatigue
 - Muscle pain
 - Chills
 - Cough
 - Difficulty breathing
 - Shortness of breath
 - Loss of taste or smell
- Other comments: None.

Date of Issue: October 27, 2020
Tokushukai Medical Corporation
Sapporo Higashi Tokushukai Hospital
3-1, Kita 35 Higashi 14, Higashi-ku
Sapporo, Hokkaido 065-0033 JAPAN
Tel: +81-11-723-1110
Physician's Name: XXXXXXX, XXXXXX M.D. (漢字氏名)
Physician's Signature: _____

英文陰性証明書【当院書式】
(PCR検査)

**State of Hawai'i
Certificate of Testing for COVID-19**
(米国ハワイ州渡航用 新型コロナウイルスに関する検査証明書)

Name: _____ Date of Issue: _____
Last Name, First Name Middle Name (姓、名、ミドルネーム)
Date of Birth: _____ Passport No.: _____
Nationality: _____ Date of Birth: _____ Passport No.: _____
Address: _____
Date and time of departure: _____

This form certifies the following result, confirmed through a negative RT-PCR test for COVID-19 conducted on samples taken from the aforementioned individual.
上記の者に対して、新型コロナウイルスに関する検査結果に基づき、検査の結果、ここに示す通り、

検査法 Testing for COVID-19	検査結果 Testing Result	検体採取日 Sample Date
咽拭い検査 Real-time RT-PCR法	陰性(negative) ☑ 陽性(positive) ☐	xxxx年x月x日
指尖採血(3歳以下) 口 静脈血血清抗体検査 Sera Specific IgM Detection	陰性(negative) ☑ 陽性(positive) ☐	xxxx年x月x日

Physician's Name: _____ Date: _____

ハワイ州指定PCR陰性証明書
(偽造防止加工されています)

**COVID-19に関する検査証明書
Certificate of Testing for COVID-19**

氏名: XXX XXXXX 連絡用身分証明書番号: XXXXXXX
性別: 男性
Nationality: 中国 生年月日: XXXX年X月X日
Date of Birth: XXXX年X月X日 Sex: 男
連携先(中国): +86-XXXXXXXXXXXX (日本): +81-XXXXXXXXXXXX
Phone number (China): +86-XXXXXXXXXXXX (Japan): +81-XXXXXXXXXXXX

上記の者のCOVID-19に関する検査を行った結果、その結果は下記のとおりである。よって、この証明を交付する。
This is to certify the following results which have been confirmed by testing for COVID-19 conducted with the sample taken from the above-mentioned person.

検査法 Testing for COVID-19	検査結果 Testing Result	検体採取日 Sample Date
咽拭い検査 Real-time RT-PCR法	陰性(negative) ☑ 陽性(positive) ☐	xxxx年x月x日
指尖採血(3歳以下) 口 静脈血血清抗体検査 Sera Specific IgM Detection	陰性(negative) ☑ 陽性(positive) ☐	xxxx年x月x日

医療法人 徳洲会 札幌東徳洲会病院
〒065-0033 札幌市東区北35条東14丁目3番1号
住所(Address of the institution)
電話(Telephone number) +81-117231110
医師署名・印鑑(Signature by doctor) _____
____年__月__日

中国指定陰性証明書
(PCR検査、血液抗体検査)

これまでに当院で検査を受けた方の渡航先

中国、カンボジア、台湾、タイ、ベトナム、シンガポール、マレーシア、インドネシア、フィリピン、ネパール、インド、米国本土、米国ハワイ州、ポルトガル、ドイツ、フランス、エジプト、アラブ首長国連邦、ザンビア、セネガル、ブルキナファソ、リベリア、ロシア、ウクライナ、エクアドル(順不同)

2020年12月現在、観光旅行が許可されているのはハワイですが、ご関心ある方は当院ホームページ内の海外渡航PCR検査のページをご覧ください。

札幌東徳洲会病院 海外渡航

検索

※ (<https://www.higashi-tokushukai.or.jp/info/details/pcr.html>)

乳腺外科外来のご紹介



当科は主に、乳がんに関わる検査、診断、治療を行っておりますが、乳腺症、乳腺炎などの良性疾患の診断、治療も行っております。

乳腺疾患の診断を行うのに必要な検査は第一にマンモグラフィと乳房超音波検査です。それらの検査によって乳がんなどの腫瘍性病変が疑われた場合に針生検などの組織学的検査が必要となります。手術が必要になった場合には、乳房造影CT、乳房MRIで乳腺腫瘍の広がり进行评估し手術に臨みます。

当院では放射線治療やPET-CT検査を受けることもでき、総合的な診療が可能です。以上のように乳腺疾患のことならどのようなことにも対応いたします。お気軽にご相談ください。

乳腺に関する症状

- 乳首のびらんや、ただれを認める。
- 乳房に「しこり」を触れる。
- 乳首から分泌（レンガ色）が認められる。
- わきの下のしこり（硬いリンパ節）を触れる。
- 乳房が赤く腫れたり、乳房にできた傷や潰瘍が治らない。



2019年12月に新機種のマンモグラフィ撮影機を導入

上記の症状が認められるから乳がんというわけではございませんが、それ以外にも気になる症状がございましたら出来るだけ早く当院の乳腺外科にご相談ください。なお受付から検査まですべて女性スタッフで対応致します。

治療法

乳がんに対しては、状態に応じ外科治療を開始します。乳房切除術による外科治療を受けられた患者さまに対しては担当医と相談の上、乳房再建術や化学療法、放射線治療装置（トゥルービーム）による放射線治療を行います。

乳腺外科担当医・診療時間のご案内



乳腺外科部長
南 盛一

日本外科学会認定外科専門医 / 日本乳癌学会認定乳腺専門医
日本がん治療認定医機構 がん治療認定医 / 日本医師会認定産業医
がん治療に携わる医師を対象とした緩和ケアに関する研修修了

受付時間 診療開始時間	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜
07:00~11:30 9:00			●	●	●	
13:00~16:00 13:00		●				

※当院健診センターでは、毎月第3土曜日を乳がん検診の日として女性限定で検診を行っています。

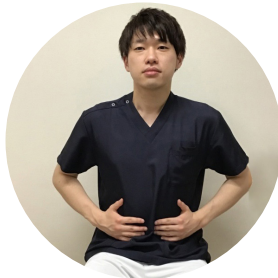


加齢により、嚙む力や飲み込む力が低下すると言われています。飲み込む力が低下すると、食べ物や唾液が誤って気管に入ってしまうことにより起こる肺炎が併発されやすいと言われています。下記の体操を食事の前に準備運動として行うことで、全身や首の筋力がリラックスされ、より安全に食事を摂取することが可能です。

1 深呼吸でリラックス

お口の運動の前に呼吸を整え、気持ちや緊張した筋肉をリラックスさせます。

リラックスをして腰掛け、お腹に手を当ててゆっくり深呼吸をしましょう。



2 首・肩の筋肉をほぐす

飲み込みに関する筋肉は首に多く集中しています。首回りの筋肉をほぐして食べる準備を始めます。



耳が肩につくように、ゆっくりと首を左右に倒し首の筋肉をほぐします。

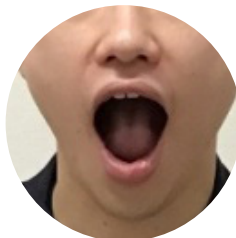
肩をゆっくりと上げてからストンと落とし肩回りの筋肉をほぐします。



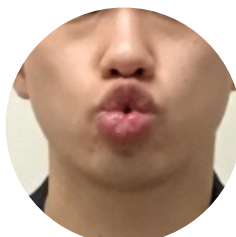
3 口の体操

ここからはお口の運動です。飲み込みやお話に大切な筋肉を鍛えましょう!!

お口を大きく開けたり、しっかり閉じたりを繰り返しましょう。顎が外れないように注意!



前歯をしっかりと見せるイメージで、「イー」と口角をしっかりと横に引きましょう。

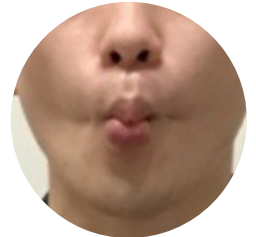
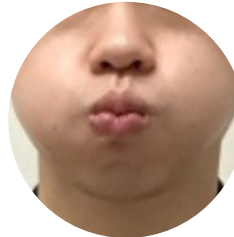


タコのように「ウー」と唇を突き出しましょう。



4 頬の体操

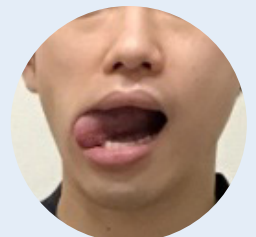
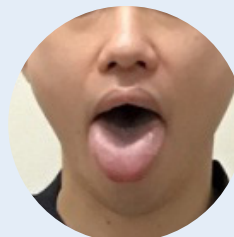
しっかり噛むため、食べこぼしや鼻への逆流を防ぐために頬の筋肉を鍛えます。



お口の中に空気をためて頬を膨らませたり、へこませたりしましょう。

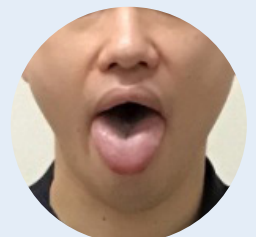
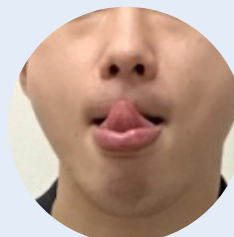
5 舌の体操

飲み込みや発音に重要な役割をする舌の筋肉を鍛えます。



思い切り舌を前に出し、喉の奥の方に引くという動作を繰り返しましょう。

舌で左右の口角に触りましょう。



鼻の先、顎の先を触るようなイメージで舌を上下に動かしましょう。

最後に、「**パ**パバ、**タ**タタ、**カ**カカ、**ラ**ララ」をはっきり発音しましょう。飲み込みに大切な舌の運動です。

言語聴覚士 三浦 巧





節分のおやつに大豆ケーキ



★材料 (17×8×6パウンド型1個分)

- 小麦粉 110g
- ベーキングパウダー 5g
- 牛乳 50cc
- 卵 1個
- 砂糖 25g
- 大豆水煮 80g
- レーズン 2g
- バター 20g



※パウンド型にオーブンシートを敷きこんでおく。
 ※小麦粉、ベーキングパウダーの代わりにホットケーキミックスを使用すると簡単です。その場合、砂糖は15gに調整します。



※写真はイメージです。

★作りかた

- 1 小麦粉、ベーキングパウダーを合わせてふるいにかける。
- 2 牛乳、卵、砂糖を泡だて器で混ぜ合わせる。
- 3 ①と②、半量の大豆、レーズンをヘラで切るようにさっくりと混ぜ合わせる。
- 4 溶かしバターを回し入れ、型に流し入れる。残り的大豆を表面に散らす。
- 5 180℃に予熱したオーブンで20分程焼く。

大豆の豆知識

栄養満点「大豆」のチカラ!



大豆は身体を作るもとになるたんぱく質が豊富に含まれる他、おなかの調子を整える食物繊維、オリゴ糖、抗酸化作用のあるビタミンE、エネルギー代謝を助けるビタミンB群など様々な栄養素が含まれます。

また、大豆たんぱく質には、血中コレステロールの低下作用もあります。節分の豆まきは邪気や悪いものを落として、幸運を呼び込む意味があるといわれています。

大豆の栄養パワーを取り入れて、「食」と「健康」をより豊かなものにしていきましょう。

管理栄養士 猪子 美樹

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	月	火	水	木	金	土
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	月	火	水	木	金	土
受付/07:00~11:30 診療/09:00~	●	●	●	●	●	●
受付/16:00~19:00 診療/17:00~			※			

※ 予約患者のみ

炎症性腸疾患センター(IBDセンター)	月	火	水	木	金	土
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	月	火	水	木	金	土
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	月	火	水	木	金	土
受付/07:00~11:30 診療/09:00~	●	●	●	●	●	●
受付/16:00~19:00 診療/17:00~	●		●		●	

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

形成外科	月	火	水	木	金	土
受付/07:00~11:30 診療/10:00~	●	※	●	●	●	●
受付/16:00~19:00 診療/17:00~	●		●			

※ 月曜日のみ診療開始 9:00~

※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。
 お電話にて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	月	火	水	木	金	土
受付/07:00~11:30 診療/09:00~				●		

眼科	月	火	水	木	金	土
受付/07:00~11:00 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	月	火	水	木	金	土
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	月	火	水	木	金	土
受付/07:00~10:00 診療/09:00~	※1	※2	●	●		

※1 受付11:00まで ※2 第1・2・4・5は受付11:00まで

心血管外科	月	火	水	木	金	土
受付/07:00~11:30 診療/09:00~				●		●

皮膚科	月	火	水	木	金	土
受付/16:00~19:00 診療/17:00~		●		●		

放射線診断科	月	火	水	木	金	土
受付/07:00~11:30 診療/09:00~			●			

放射線治療科	月	火	水	木	金	土
受付/13:00~16:00 診療/13:30~			※			

※ 予約患者のみ

整形外科外傷センター	月	火	水	木	金	土
受付/07:00~11:30 診療/09:00~	※	※	※	※	※	

※ 予約患者のみ

麻酔科	月	火	水	木	金	土
受付/07:00~11:30 診療/09:00~		●			●	

歯科口腔外科	月	火	水	木	金	土
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。

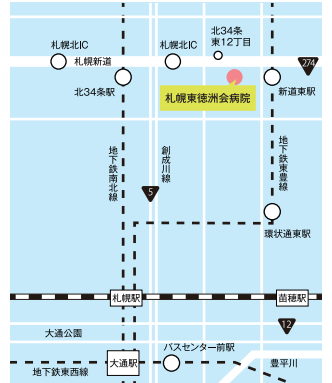


〒065-0033
 札幌市東区北33条東14丁目3-1
 Tel.011-722-1110 (代表)




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、患者さまの安全性の担保、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、患者さまやご家族の方々へ、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、患者さま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