

診療に関するお知らせ

外来診療担当一覧		<受付時間> 午前 8:00~11:30 午後 12:00~17:30		<診察開始時間> 午前 9:00~ 午後 14:30~				備考
		<休診日> 日曜日・祝日・木曜日の午後		木	金	土	2021年4月1日現在	
診療科	月	火	水	木	金	土		
一般外科・内分泌科 (乳腺・甲状腺)	午前	牛尾 浩樹 田中 秀行	田中 秀行	牛尾 浩樹 田中 秀行	坂東 裕子 (予約制) (10:00~12:00)	牛尾 浩樹 田中 秀行	牛尾 浩樹 田中 秀行	
	午後		佐々木 啓太	田中 秀行		星 葵	田中 秀行	
一般内科	午前	高木 聡 桑島 賢介	高木 聡 桑島 賢介	高木 聡	高木 聡	桑島 賢介	高木 聡 桑島 賢介	
	午後	高木 聡 桑島 賢介		桑島 賢介			桑島 賢介	
一般内科・神経内科	午前			高安 奈津子		高安 奈津子		
	午後		森山 哲也	高安 奈津子		高安 奈津子		
皮膚科	午前	田中 未知	田中 未知	住大 京香	田中 未知	住大 京香	田中 未知	
	午後	田中 未知	田中 未知	田中 未知			田中 未知	
整形外科	午前	大島 博	伊奈 沙織	大島 博	大島 博	大島 博	伊奈 沙織	
	午後	龍ヶ崎済生会 整形外科医	伊奈 沙織	大島 博		龍ヶ崎済生会 整形外科医	伊奈 沙織	
形成外科	午前							
	午後			田村 文一				
呼吸器科	午前	菊池 慎二 (第1・3・5)		伊藤 昌之 ※				
	午後			伊藤 昌之 ※				
循環器科 (高血圧・心臓病)	午前						宮内 卓 (予約制)	
	午後		大越 聡子 (予約制)					
代謝内科 (糖尿病)	午前		岩崎 仁 (予約制)			岩崎 祐子 (予約制)		
	午後							
消化器外科	午前							
	午後					棚橋 亨		
内視鏡検査	午前		本橋 歩 (胃内視鏡)			棚橋 亨 (胃内視鏡)	中森 容 (胃内視鏡)	
	午後		本橋 歩 (大腸内視鏡)				中森 容 (第1・3・5)	

※呼吸器科 伊藤先生の診療は日によって午前のみ、または午後のみ診療となります。
 診療予定はお問い合わせください。
 ●都合により変更になることがありますので、ご注意ください。

8月から保険証が更新されます。(後期高齢者・国民健康保険)

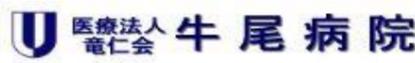
- 下記の国民健康保険をお持ちの方へ
- ・国民健康保険高齢受給者証 (国保加入の70歳から74歳)
 - ・後期高齢者医療被保険者証 (75歳以上)



現在お持ちの保険証は、有効期限が7月31日までとなります。
 8月1日以降に外来受診を希望される方は、新しい保険証をご提示ください。
 ※7月中に受診される場合は、現在お持ちの保険証をご提示ください。



ご来院の前にお持ちの保険証の有効期限をご確認ください。
 また、保険証に関するお問い合わせはお住まいの市町村の役場へお願い致します。



医療法人 竜仁会 牛尾病院

2021年7月2日発行 第81号

発行/編集
 医療法人 竜仁会
 牛尾病院 広報委員会
 Tel: 0297-66-6111
 Fax: 0297-66-5351
<http://www.ryujinkai.or.jp>

うしお通信

- 1面 新人職員研修
- 3面 公開講座・入院に必要な物のご案内
- 2面 腰痛予防体操・医療ソーシャルワーカー
- 4面 診療に関するお知らせ

新人職員研修

今年も病院はじめ医療法人竜仁会、社会福祉法人筑竜会（はなみずき）の職員がたくさん仲間になってくれました。入職時オリエンテーションは前期4月1日～5日までの4日間と、後期22日・23日の2日間の合計6日間です。新型コロナ対策として、オンデマンド研修も取り入れながら感染に留意して実施しました。23日には院外研修として、龍ヶ崎市内のバリアフリー施設等を自分たちの足で確認し、「龍ヶ崎市内バリアフリーマップ」を作成しました。まだまだ、慣れない新人ですが、よろしくお祈りします。



力を合わせて龍ヶ崎市周辺のマップを作ってみました!



常磐線
龍ヶ崎駅
方面

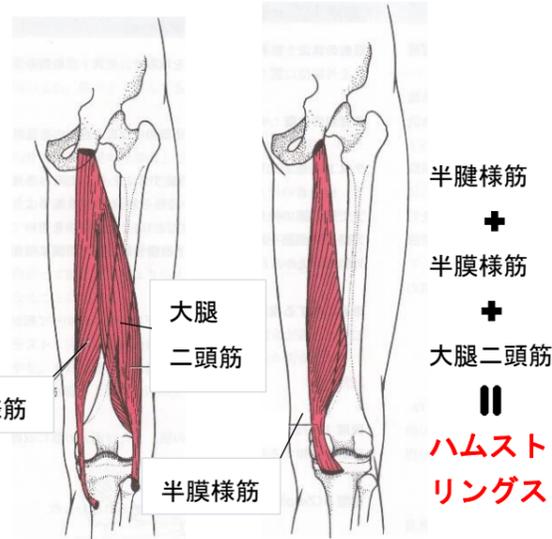


関東鉄道竜ヶ崎線
方面



自宅で出来る腰痛予防体操

ハムストリングスは、お尻から膝裏の下まである長い筋肉で、骨盤や股関節などの動きを助ける働きをします。
そのため、ハムストリングスが硬くなると、骨盤が歪んで姿勢が悪くなり、結果的に腰痛の原因となります。
腰痛予防のためにハムストリングスをストレッチしましょう！



- ①椅子に浅く腰掛け、片足を一步前に出します。
- ②腰を反り、上体を前に倒します。
※足の付け根から倒すように意識！
- ③息を吐きながら 10~20 秒キープします。
※強い痛みが出る場合は中止して下さい。

公開講座 ～「膝の痛み」「腰痛」～

加齢に伴う心身の変化とコロナ禍による社会的・環境的な要因により、通常より身体の脆弱化が増加してしまう事が懸念され、感染を予防できたとしても要介護状態へ陥るリスクが高くなる恐れがあります。そこで少しでも地域住民の方々の健康や生活の質が低下しないよう、本院が主体となり「膝の痛み」「腰痛」に関する公開講座を行いました。

「身体の動き」の専門家である理学療法士が、膝や腰の痛みに関する説明や症状に合わせた自宅で行える運動を指導するなど、とても分かりやすく講義・体操指導を実施しました。



次回は 7/17(土) 13:30~14:30 「股関節の健康講座」を行う予定です。
参加費は無料なので、お気軽にご参加ください。(受付 TEL: 0297-66-6111)

【医療ソーシャルワーカー】

患者さんやご家族に対し、経済的・心理的・社会的な相談に応じたり、関係機関との調整を図り患者さんが自立した生活を送ることができるよう支援します！！

本院の医療ソーシャルワーカー（以下 MSW）は、地域医療連携室に所属しています。現在 MSW は 2 名で社会福祉士の資格を所有しています。地域医療連携室には他に看護師 1 名所属しており、分担して業務にあたっています。業務内容としては、他院からの紹介受付、外来患者の介護相談や病院紹介、一般病棟や療養病棟入院患者の退院支援（在宅調整、他院転院調整、施設入所調整）、介護保険等の制度の説明、ケアマネジャーや市役所等関連機関への連絡調整等行っております。現在コロナ禍のため、感染対策を取りながら対応させていただきます。電話での対応も行っておりますのでお気軽にご相談ください。



一般病棟入院時にご用意していただくものを紹介します

【全員に必要なもの】

- パジャマ(前開き)
- フェイスタオル・バスタオル
- 肌着類(前開き)
- プラスチックのコップ
- 歯ブラシ

【レンタル可能なもの】

- パジャマ フェイスタオル バスタオル



【必要のある方のみ】

- 入れ歯洗浄剤とプラスチックのケース
- 口腔ケア用スポンジとジェル
- 電気カミソリ
- 保湿クリーム
- オムツ(テープ式オムツ・リハビリパンツ)
- 尿取りパッド(昼用・夜用)
- お下拭き(からだ拭きか大人用おしり拭き)
- リハビリ用の靴
- とろみ剤

【注意点】

- *すべての物品に記名ください。
- *陶器・割れ物をご遠慮ください。
- *オムツとお下拭きは病院のものを使用することもできます。