



医師会病院だより



理念

安心して暮らせる地域造りを目的とし、益田地域のニーズにあった保健・医療・福祉の提供を行います。

基本方針

- 1.公正で安全な医療を提供し人材育成と研修の場を提供します。
- 2.患者さま・ご家族さまの人権と意志を尊重した、納得と同意に基づいた医療を提供します。
- 3.かかりつけ医の支援病院としてきめこまやかな病診連携を行います。
- 4.在宅を目指した保健予防・リハビリテーション・緩和ケアの充実を図ります。
- 5.公益社団法人として益田地域全体にわたる保健・医療・福祉のセーフティネットを構築し、公益の増進に寄与します。

第174号

◆フリーWi-Fiが利用可能になりました!!

◆みんなでポップ・ステップ・ジャンプ!!

◆3月の行事食紹介

フリーWi-Fiが利用可能になりました!!!

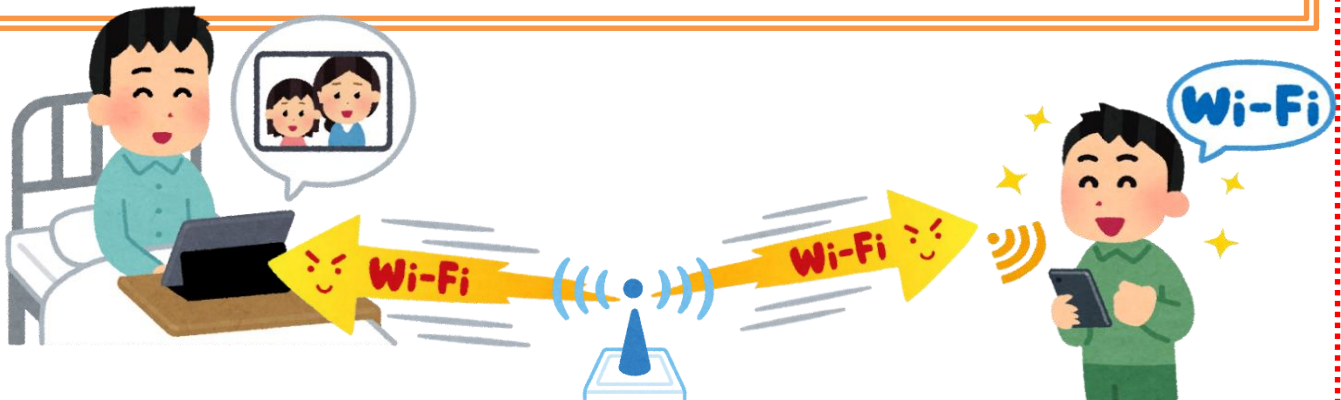
令和3年2月1日から行ってきました院内のWi-Fiの設置工事が先日完了致しました。これに伴い、3月22日より外来患者様や入院患者様、お見舞いなどの来院者様へのサービス向上の一環として、無料Wi-Fi接続サービスを開始しました。診察待ちや会計待ちの時間等にご利用いただけます。いくつか注意点もございますので、ご確認をお願いいたします。

【利用にあたっての注意点】

- ・提供エリアは院内全館ですが、エリア毎にID・パスワードが異なりますので、右記の掲示物にてご確認ください。
- ・本サービスは無料にてご利用いただけます。但し、利用者様がインターネット上で利用した有料サービスは利用者様自身のご負担となります。
- ・スマートフォン・タブレット等の各種デバイスについては各自でご準備ください。当院からの機器等の貸し出しは行っておりません。
- ・他の利用者様の迷惑とならないよう、マナーモードに切り替え音声は消音の上で使用ください。
- ・携帯電話使用制限区域での各種通話サービスの利用はご遠慮ください。
- ・本サービスへの接続設定等に関しては、各自でご対応をお願いします。
- ・利用者様の環境や回線の混雑状況等により、通信速度の低下や繋がらない場合等もございます。また、本サービスを利用したことにより生じたあらゆる損害等について、当院は一切の責任を負いかねますので予めご了承ください。



※上記は外来エリアのIDとパスワードです



文責：総務課 山本



みんなでホップ・ステップ・ジャンプ！！



令和3年1月27日に、第3回目の運動教室『ホップ・ステップ・ジャンプ』を行いました。

『跳ぶ』という動きはたくさんの足の筋肉を使うため、全身の筋肉をバランスよく使い、脳にも適切な刺激を与えることができるため幼児期において重要な動きになります。

今回の運動では跳ぶ動きを取り入れた『ライントレーニング』と『だるまさんがころんだ』を行いました。どちらの運動も経験したことのある内容だったので、子供たちも積極的に楽しく取り組むことができました。



寒い季節、また新型コロナウイルス感染症が流行っている状況では屋内で遊ぶ機会が増えると思います。跳ぶ動きは遊ぶ環境に影響されにくく、屋内でも十分可能な運動なので、遊ぶ際には以下のような遊びを是非取り入れてみてください！

★家でもできる『跳ぶ』運動★

足でグー・チョキ・パー

→バランス能力・リズム能力・スムーズに体を動かす能力を鍛える

<方法>

- ・お子様と向き合った状態で立ち、大人が足でグー・チョキ・パーをし、お子様が真似します。
- ・慣れてきたらテンポを上げてみましょう！

～アレンジメニュー～

- ・ステップを変化させてみる！
(例：グー・グー・パー、チョキ・パー・グー)
- ・手を繋いで跳んでみる！
- ・音楽に合わせてやってみる！

グー : 足を閉じる
 チョキ : 足を交差する
 パー : 足を開く



～ 3月の行事食紹介～

三寒四温と日に日に寒さも和らぎ、季節は春めいてきました。
3月の行事食をいくつか紹介します。

3月3日 桃の節句

女の子の成長と幸せを願うお祝いとして3月3日に行われ、ひし餅と桃の花を添え、白酒でお祝いするのが一般的です。
春らしい押し寿司とひなあられをご用意しました。

献立

押し寿司
からすかれいの照り焼き
菜の花のお浸し
お吸い物
ひなあられ



3月5日 啓蟄

^{にじゅうせつき}二十四節気のひとつ、「^{けいちつ}啓蟄」とは地面の中で冬ごもりしていた虫が春の到来を感じ、草木が芽吹くと同時に地上へ出てくる、という意味です。
この日にちなみ、春らしい桜ご飯、菜の花、たけのこを使った料理をご用意しました。

献立

桜ご飯
さわらの木の芽焼き
炊き合わせ
菜の花卵サラダ
お吸い物



3月は18日にも彼岸の行事食を予定しています。
入院中の患者様にも季節を感じながら、目と耳と心で味わって頂けたらと
願い、お膳にメッセージカードを添え、院内放送を行っています。

益田地域医療センター医師会病院 外来診療担当医一覧表

令和3年3月1日 現在

科別	診療	月	火	水	木	金	
内科	午前	うさだ かずhide 上田 一輝	わたなべ ひろhide 渡邊 宏樹	わたなべ ひろhide 渡邊 宏樹	うさだ かずhide 上田 一輝	うさだ かずhide たい 上田 一輝 (第1・3) わたなべ ひろhide たい 渡邊 宏樹 (第2・4・5)	
循環器内科				おかさき こういち 岡崎 浩一 (9:00~15:00)			毎週水曜日
腎臓内科	午前	いとう たからみ 伊藤 孝史 (島大腎臓内科診療教授)					毎週月曜日 (第4月曜日のみ午後診療)
外科	午前	休診	いげらし まさひこ 五十嵐 雅彦	いげらし まさひこ 五十嵐 雅彦	いげらし まさひこ 五十嵐 雅彦	いげらし まさひこ 五十嵐 雅彦	乳腺外科・肛門外科含む
	午後					たじま よしつぐ 田島 義証 (島大消化器総合外科診療)	第1金曜日 ゼカントオピニオン
整形外科	午前	あいはら けつや 灰川 哲也	休診 (手術日のため)	かみの しょうたろう 河野 祥太郎	あいはら けつや 灰川 哲也	かみの しょうたろう 河野 祥太郎	
麻酔科	午前	さいとう ようじ 齋藤 洋司 (島大麻酔科診療教授)					第1・第3・第5月曜日
リハビリテーション科	午前	にいけみ みさ 新垣 美佐	にいけみ みさ 新垣 美佐	にいけみ みさ 新垣 美佐	なかいし けいみ 中島 暁美 (9:30~12:00)	にいけみ みさ 新垣 美佐	
リウマチ科		すみだ よしこ 角田 佳子 (9:00~15:00)	こんどう まさひろ 近藤 正宏 (9:00~15:00)				膠原病専門外来 近藤(火)・角田(月) 週1回の交互診療
呼吸器外科	午前		きしもと こうじ 岸本 晃司 (9:00~12:00)				第2・第4火曜日 (呼吸器疾患全般・二次検診後の710-)
循環器外科	午前					すえひろ しょういち 末廣 章一	第1金曜日(心臓・血管外科)
婦人科		休診	休診	休診	休診	休診	当面の間は休診とさせていただきますので、ご了承ください。
特殊外来	脳神経領域	午前		やまざき たつひ 山崎 達輔			
	放射線治療	午前			たまき ゆきひさ 玉置 幸久		第1・第3・第5木曜日
	緩和ケア外来	午前			いげらし まさひこ 五十嵐 雅彦		
	無呼吸外来	午後	さいとう せいいちろう 齋藤 誠一郎	さいとう せいいちろう 齋藤 誠一郎	さいとう せいいちろう 齋藤 誠一郎	さいとう せいいちろう 齋藤 誠一郎	さいとう せいいちろう 齋藤 誠一郎

○原則全科完全予約制となっております。

・ご予約がない場合、来院日に診療が受けられない場合もございますのでご了承ください。

外来診療受付時間 初診 午前8:30~11:00 再診 午前8:30~11:30

※但し、急患の場合はこの限りではありません。

※外来診療が変更・休診になる場合がございます。詳しくは病院HP・外来診療変更のお知らせをご覧ください。
<https://www.masuda-med.or.jp/ishikai/info/870/>

～新型コロナウイルス感染症対策情報～

※12月1日より、正面玄関にて来院された全ての方に検温と問診を行っております。ご協力をお願いします。

※新型コロナウイルス感染症の流行状況により、洗濯物の受け渡しを1階図書コーナー付近にて行う場合がございますので、ご協力をお願い致します。

※面会禁止※

新型コロナウイルスによる感染防止のため全館の面会を禁止しております

発行: 益田地域医療センター 広報委員会

〒699-3676 島根県益田市遠田町1917-2 TEL:0856-22-3611(代表) FAX:0856-22-0407

E-mail: info@masumi.shimane.med.or.jp 医師会病院URL: <https://www.masuda-med.or.jp/ishikai>

益田市医師会Face book: <https://www.facebook.com/masudaishikai>

○過去の病院だよりはこちら。📄 <https://www.masuda-med.or.jp/ishikai/info/234/>