

地域とのつながり ～この一年～

出前講座

今年も出前講座は好評で、地域の団体からご依頼を
いただいて23件実施しました。また、市内のイベント
に救護班を派遣したり、健康相談や体力測定などを
実施したりしました。さらに、市内小中学校とも積極的
に連携を図りました。今月は今年一年の地域とのつな
がりの様子と関係の皆さんの声をご紹介します。



八潮市社会福祉協議会会長

初山 繁雄さん

今年の2月にホームヘルパーへの研修のため、八潮中央総合
病院に「健康ストレッチ体験講座」の出前講座をお願いしまし
た。当日は、ストレッチと筋力トレーニングを中心に行ってい
ただきました。ホームヘルパーの業務は重労働で肩や腰を痛め
る職員も多いため、専門職の方に来ていただいて具体的な指
導を行っていただき大変好評でした。以前にも本会主催事業
の「セカンドライフ講座」の中で出前講座としてお世話になっ
ています。お忙しい中、ご指導いただいた講師の皆様には感謝
申し上げますとともに、これからも地域に根ざした活動で、市
民の健康増進のための講座をお願いいたします。



八潮ロータリークラブ会長

瀬田 秀樹さん

八潮ロータリークラブは33名の会員があり、毎週火曜
日に例会を開いて情報交換しながら講師を招いていろ
ろと学んでいます。
今年は5月の例会の際に八潮中央総合病院にストレッチ
講座をお願いしました。一昨年に続いて2回目のお願
いで、今回はストレッチや筋トレ、正しいスクワットなどを指
導していただきました。
日ごろ運動不足の会員が多いため、健康維持のための運
動習慣の大切さについて改めて認識することができまし
た。またぜひお願いします。



やしお市民大学 OB 会会長

川和田 政子さん

市民大学OB会は市民大学の卒業生で組織され、
現在128名の会員があり、6つの部会に分かれて積
極的に活動しています。今年は、6月16日に「熱中症
対策講座」で理学療法士さんに、6月24日に料理部
会が食生活改善のため管理栄養士さんに、それぞれお願
いして来ていただきました。熱中症対策は楽習館で行い30人の会員が参
加しましたが、熱中症の基礎知識、予防と応急処置などについて実演を交
えて丁寧にご指導いただき、とても助かりました。



イベントへの参加

やしお市民まつり(10/22)及びわんぱく相撲大会(10/21)にも参加を予定しておりましたが、台風接近のため中止になりました。



八潮市民体育祭

八潮市体育協会会長 **小澤 政人**さん

八潮市体育協会は加盟20団体で5,000人を超える会員があり、年間数多くのスポーツイベントを開催しますが、中でも最も大きな行事として10月の市民体育祭と1月の駅伝大会があります。どちらも参加者が多く歴史のある事業ですが、今年はこの2つのイベントに八潮中央総合病院に救護班として看護師の派遣をお願いしました。大会中のけがはないほうがよいのですが、万一の場合に備えてお願いしています。八潮中央総合病院の地域貢献活動に感謝するとともに、これからもよろしくお願いします。



八潮ふるさとフェア

道県人会連絡協議会会長
八潮市直売所連絡協議会会長

星野 仁さん

一年の行事で最も力を入れているのが、主催者として活動している5月のふるさとフェアです。今年は25回の節目を迎え盛大に開催できましたが、毎回、八潮中央総合病院に参加していただき、救護班を兼ねて健康相談を実施していただき、助かっています。毎年、健康相談を楽しみにして来場する方もたくさんいます。これからも八潮市に欠かせないふるさとフェアで、われわれと一緒に地域を盛り上げていきましょう。



まちかど文化祭 おしごとたんけん

NPO法人・やしおぬくもりネット代表理事

石川 義紀さん

毎年11月3日に八潮駅前のフレスポで「まちかど文化祭」を開催していますが、今年は初めての事業として小学生におしごとを体験して

いただくブースを企画したところ、八潮中央総合病院がいち早く協力していただきました。当日多くの子どもたちが看護師さんと一緒に体験ができ感謝しています。私どものNPOは市民大学の運営も行っていますが、その授業でも毎年病院の専門職の方がご協力いただき助かっています。これからもよろしくお願いいたします。

当院の主催事業



4/20(木)、7/20(木)、10/19(木)

フリートークカフェ(院内)

市内の地域包括支援センターの職員やケアマネジャー等が当院スタッフと懇談し相互に理解を深め連携を図りました。



4/22(土)

第4回一期一会の会(メセナ集會室)

当院緩和ケア科でお看取りさせていただいた患者様のご家族においでいただきスタッフと懇談しました。



7/29(土)

第1回ふれあいコンサート(院内)

当院と八潮市の共催により、当院ロビーでピアノと木管五重奏のコンサートを開催しました。



八潮市立潮止小学校
校長 坪井俊治さん

11月15・16日、病院のスタッフの皆さんに本校までお越しいただき、1学年児童を対象に「手洗い教室」を開催していただきました。子どもたちが手洗いの大切さについて学ぶとともに、教職員を通じて、感染症予防の意識や行動を学校全体で高めていきたいと思います。昨年5月に八潮中央総合病院が新築移転されました。学校のすぐ近くであるということから、2学年の「まちたんけん」で子どもたちが見学に伺うなど、「健康」をはじめとした教育活動を進める上で大変心強い存在となっています。これからもよろしくお願いたします。



学校のすぐ近くであるということから、2学年の「まちたんけん」で子どもたちが見学に伺うなど、「健康」をはじめとした教育活動を進める上で大変心強い存在となっています。これからもよろしくお願いたします。

学校とのつながり

市内の中学校から「中学生職場体験3days」の受け入れを実施しています。



八潮高校の生徒さんが一日看護師体験(3月)



八潮中学校の生徒さんが放射線科を訪問(6月)



潮止中学校の生徒さんが眼科の井出医師にインタビュー(9月)

管理栄養士のメディカルレシピ

豚肉のしょうがみそ焼き

寒さも厳しくなる今日この頃、厚着や暖房だけでなく、体の中から温める事が大切です。しょうがには、血行を促進し、体を温めて冷えを改善する働きがあります。豚肉としょうがの相性はよく、ごはんのおかずにもぴったりです。

美味しく食べて、寒さに負けない体を作りましょう！

■材料(1人分)

豚もも厚切り肉(脂身なし) 120g
しょうが 1片
アルファルファ(かいわれ菜でもOK) 10g

【A】
白すりごま 小さじ4
みそ 大さじ1と1/2
みりん 小さじ2
砂糖 小さじ2

■作り方

- ①豚肉はひと口大に切る。しょうがはみじん切りにし、かいわれ菜は根を切る。
- ②ボウルにすりごまとみそ、みりん、砂糖を合わせてよくすり混ぜ、しょうがを加えて混ぜ、しょうがみそを作る。
- ③豚肉に【A】のしょうがみそを塗り、220℃に熱したオーブンに入れて7分ほど焼く。
- ④器に豚肉を盛ってアルファルファ(かいわれ菜)のをのせる。



管理栄養士のひとくちメモ



豚肉の代わりに鶏肉やタラ、カジキ、いわし、アジ、牡蠣などでもおいしく食べられます。しょうがみそは簡単につくことができ、手軽にしょうがを食事に取り入れることができます。しょうがは香りもあるため、味付けに利用することで減塩の工夫としてもおすすめです。

年末年始の診療体制

年末年始の診療につきまして下記の体制とさせていただきます。
何卒、宜しくお願い申し上げます。



2017 12月 30日 (土曜日) 9:00~13:00 通常外来診療
※受付は12:00までとなります。
午後休診(救急体制)

2017 12月 31日 (日曜日) 休診(救急体制)

2018 1月1日 (月曜日) 休診(救急体制)

2018 1月2日 (火曜日) 9:00~12:00 外来診療(内科・外科)
※受付は11:30にて終了となります。
午後休診(救急体制)

2018 1月3日 (水曜日) 休診(救急体制)

2018 1月4日 (木曜日) 通常外来診療

●救急を要する診療については
年末年始も24時間体制で対
応しております。

●当院の送迎バスは、12月31日
より1月3日まで運休させてい
たいただきます。

※12月30日は、土曜ダイヤにて
運行いたします。

送迎バス時刻表

※日曜・祝日は運休いたします。

1号車

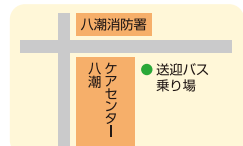
草加駅東回行き

八潮中央総合病院

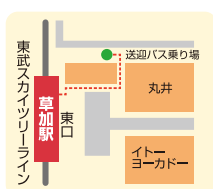


正面玄関よりワゴン車・
マイクロバスが運行。

ケアセンター八潮 正面玄関前



草加駅 東口



草加駅東口ロータリーから丸
井様と上島珈琲店様の間の
通路を抜けたあたり。

2号車

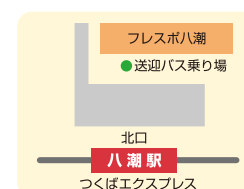
八潮駅北回行き

八潮中央総合病院



正面玄関よりワゴン車・
マイクロバスが運行。

八潮駅 北口



フレスポ八潮サンマルクカフェ様
前あたりに停車。

送迎バスの発車時刻

八潮中央総合病院		草加駅		ケアセンター八潮(病院行き)	
		7:30	発	7:40	発
		7:45	発	7:55	発
		8:00	発	8:20	発
9:00	発	9:30	発	9:40	発
10:00	発	10:30	発	10:40	発
11:00	発	11:30	発	11:40	発
12:00	発	12:30	発	12:40	発
13:00	発	13:30	発	13:40	発
13:30	発	14:00	発	14:10	発
15:00	発	15:30	発	15:40	発
16:00	発	16:30	発	16:40	発
16:30	発	17:00	発	17:10	発
17:45	発	18:15	発	18:25	発
18:30	発	19:00	発	19:10	発
19:15	発	—		—	

※病院発草加駅行きのバスは、ケアセンター八潮経由となります。

※時刻表内の 青文字の発車時刻 の便は、
土曜日は運休いたします。

送迎バスの発車時刻

八潮中央総合病院			八潮駅	
8:05	発	↔	8:10	発
8:30	発	↔	8:35	発
8:40	発	↔	8:45	発
9:15	発	↔	9:20	発
10:15	発	↔	10:20	発
11:15	発	↔	11:20	発
12:45	発	↔	12:50	発
13:15	発	↔	13:20	発
14:15	発	↔	14:20	発
14:30	発	↔	14:35	発
14:45	発	↔	14:50	発
15:45	発	↔	15:50	発
16:15	発	↔	16:20	発
17:15	発	↔	17:20	発
17:45	発	↔	17:50	発
18:15	発	↔	18:20	発
18:50	発	↔	18:55	発
19:40	発	→	—	



上尾中央医科グループ 医療法人 社団協友会

八潮中央総合病院

〒340-0814 埼玉県八潮市南川崎845番地
TEL 048-996-1131 FAX 048-997-2135
<http://www.yashio-cgh.jp>



日本医療機能評価機構認定