



Features | 特集 |

つらい症状、原因は身近なところに潜んでいます…

アレルギー科

【理事長あいさつ】

気の持ちようで

若返り

(アンチエイジング)

【美味しい話】

食物アレルギーについて

【建設室】

シリーズ 黒沢病院 新築移転②

「着工」



美心会マークの由来

美心会の“心”がモチーフです。

3つの楕円は、保健・医療・福祉、同時に過去・現在・未来も表しています。現状を打破して新しい未来に向かおうとする上昇志向＝「ブレイクスルー」を表現したマークです。

病院機能評価認定
ISO9001:2008認証取得
プライバシーマーク認定取得
人間ドック・健診施設機能評価認定

美心会 |

検索

<http://www.bishinkai.or.jp>

気の持ちようで
「アンチエイジング」

若返り

去る8月4日第39回高崎まつり神輿部門に参加いたしました。単調な入院生活の中でも、患者様に夏らしさや、お祭り気分を味わっていただければと始め、今年で21回目の連続出場となります。当日は、私をはじめ多くの医師・看護師が祭り衣装で各病室を訪問します。手の動く患者様には拍子木に合わせて手拍子をしていただき、手の動かない患者様にも声をかけ、「来年は元気になって高崎まつりに行きましょう」と励ましています。1か月間、目を開けなかった方も目を大きく開けて微笑んでくださいました。こんな時、今年も参加して良かったと思います。



(表1)ストレス対処法

- | |
|-----------------------------|
| ① 定期的に健康診断を受ける |
| ② 禁煙する |
| ③ 運動をする |
| ④ 食生活を健全化する |
| ⑤ 飲酒量を減らす |
| ⑥ 常に前向きに思考する |
| ⑦ 過去の過ちや失敗にこだわらない |
| ⑧ 笑う |
| ⑨ リラクゼーション法を実践する |
| ⑩ 発想を転換する |
| ⑪ 時間管理をうまくする |
| ⑫ 趣味を持つ、または新しい事に興味を持つ |
| ⑬ 友人と共に楽しい時間を過ごす |
| ⑭ 我が子の成功や失敗をすべて自分の子育てのせいしない |
| ⑮ 自分を肯定的にみることで劣等感を強さに変える |



医療法人社団美心会
理事長 黒澤 功

さて、21世紀は予防医療の時代といわれ、当院の人間ドックも年間2万人以上の方にご利用いただいています。より健康的な人生を送るためには、自分の身体がどのように働き、どのような状態にあるのかを知ること、そして、どのように年をとっていくのかを知り、改善すべきことを見つけ早急に実施することが重要です。

「気の持ちよう」がアンチエイジングへの近道とも言われています。ストレスが身体に悪影響を与えてしまうことがあるからです。最近読んだ本を参考に、ストレス対処法をまとめてみましたので紹介します。(表1)

これらのことを一つでも多く実行し、若々しい考えを持つて毎日楽しい時間を過ごし、何かを達成したり責任を果たしたりする時間を持つことがアンチエイジングに繋がるようです。日本には「気の持ちよう」という便利な言葉がありますが、まさにこれです。返りもできるようです。

(参考:ロナルド・クラッツ ロバート・ゴールドマン共著／
岩本俊彦 監訳(2010)「革命アンチエイジング 若々しく美しく元気に生きる」(西村書店)

理事長 黒澤功のふ・れ・あ・いエッセイ

私が子供の頃は奥多野の清流神流川は多くの川魚がいる宝の川であった。特に夏は暗くなる一時間前くらいに畑仕事を終わらせ、川釣りによく行った。しの竹の先に糸をつけ川虫で釣ったのである。また、真夏の川にガラスを付けたのぞき箱を持って行き、川の流れて乗って泳ぎ「ひっかけ」という方法でアユを獲った。原始的な漁法であるが、今でも奥多野ではこれの名人がいて大きなアユを獲っている。ウグイは秋、産卵の頃になると腹が赤くなり卵を持つ。これは味噌をつけて焼き、わらで作った筒にさして囲炉裏の上で保存、正月や結婚式に食べるご馳走であった。また、1・2月にはカジカが石の裏に卵を産む。これを学校帰りに川に素足で入って取り、高級魚を釣るエサにした。竿釣りや、ひっかけは本当に面白く楽しい遊びだった。その頃の神流川の水は美しく、きれいで、石や岩も「ゴロゴロした川だった。その後、川の石がどんどん売られてしまい、都会の川のようになくなってしまったのが残念である。唯一、私の生家のすぐ近くにある神様を祭った丸岩という大きな岩が残り、素晴らしい景観となっている。今でもこの岩の近くはアユ釣りのポイントとなっている。

ささやき

こんな遊びを
していました
「魚つり」

其の②

schedule

主な行事予定(10月15日～)

11月3日(日)	第22回ぐんま県民マラソン参加
12月14日(土)	大人の食育教室
12月24日(火)	キャンドルサービス予定(黒沢病院にて)
2月1日(土)	大人の食育教室

ヴァレオプロ

・第1日曜	……ハイキング
・第2火曜	……ボウリング
・第3金曜	……ゴルフ

各種イベントを実施中



研修開講

BISHIN 歳時記

8月 4日

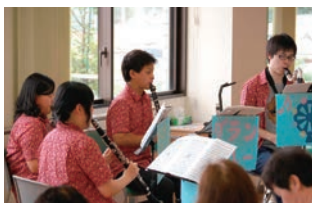
高崎まつり
「みこし部門」参加
今年で21回目の参加となりました。皆さまの健康と地域活性を願い、一生懸命担当しました。



高崎まつり

24日

サマーコンサート
アンサンブル・グラン・ルー
(クラリネット四重奏)(P16)



サマーコンサート

17日

ブルークローバー・キャンペーン旬間
「市民公開講座」
「女性に知ってほしい前立腺がん講演会」(P17)

26日

ブルークローバー・キャンペーン旬間

10月 5日

介護職員初任者研修開講



「アレルギー科」

P6 アレルギーとは？

P7 代表的なアレルギー疾患

P8・9 アレルギー科のご案内

P10・11 美味しい話「食物アレルギーのお話」



つらい症状、
原因は身近なところに
潜んでいます…

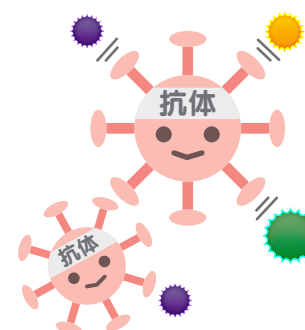


代表的なアレルギー疾患

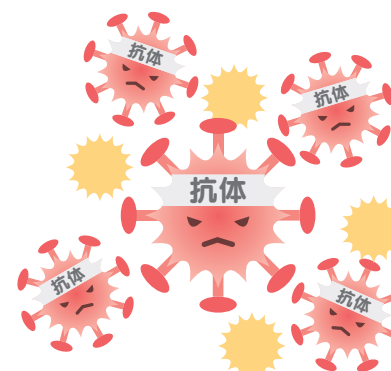
疾患	アレルギー	症状
気管支喘息	ハウスダスト(ゴミ、ダニ、フケ、カビ、衣類や食べ物のくず、ペットの毛や分泌物、植物、昆虫)など	何かのきっかけで急に息苦しくなり「ヒューヒュー」、「ゼーゼー」といった音(喘鳴)が出る発作をおこします。また慢性的な咳、痰だけの人もいます。
アレルギー性鼻炎	ハウスダスト(ゴミ、ダニ、ペットなど)、花粉、カビなど	発作性のくしゃみ、鼻水、鼻づまりが起こるのが特徴です。通常、これらの症状は朝夕に強く現れます。
アレルギー性結膜炎	ハウスダスト、ダニ、花粉、動物のフケなど	「目がかゆい」、「ゴロゴロする」、「目やにが多い」などがあります。
アトピー性皮膚炎	ダニ、カビ、汗、ペットなど	「赤くなる」「小さいブツブツができる」「皮がかさかさむける」「皮膚が厚くなる」「かさぶたができる」などで、これらの状態が重なりながら、かゆみをともなって現れます。
食物アレルギー	卵、牛乳、小麦など多数	最も多く見られるのは、じんましんや湿疹、かゆみなどの皮膚症状です。また、嘔吐や下痢などの消化器症状、くしゃみや鼻づまりなどの呼吸器症状、頭痛や目の症状など、全身に現れます。
薬物アレルギー	薬物(副作用として起こる。内服、注射、吸入、塗布などによる)	薬疹(皮膚症状)、発熱やショックなどの全身症状、肝臓や腎臓の障害、貧血や血小板の減少などがあります。
じんましん	食べ物、食品添加物、動植物など	最初に蚊に刺されたときのような赤いふくらみがポツツとあらわれ、それがだんだんと広がったり、体のあらゆるところに出てきたりします。そのときには、かゆくて仕方ありませんが、やがて跡形もなく消えてしまうのが非常に特徴的です。数分から数時間で消えることがほとんどですが、半日から一日程度続くこともあります。

アレルギーとは？

私たちの体には、外部から異物(抗原)が取り込まれると、体内で抗体をつくり、抗原を体外へ排出しようとする「免疫」機能が備わっています。この免疫が過剰に反応してしまい、必要以上の抗体が作られることによって、さまざまな症状が引き起こされるのがアレルギー反応です。また、このアレルギーを起こす原因となるものをアレルギーといういます。アレルギーには、ダニ、ハウスダスト、ペットのフケ、花粉、食べ物などがあります。こうしたアレルギーは、近年、年齢を問わず増加してきており、大きな問題となっています。



正常な抗体数の状態



過剰に増えた抗体は必要以上に抗原に反応してしまう

また、アレルギーの原因や症状は人それぞれです。アレルギーが疑われる症状が出たときに、我慢をしたり、自己判断で市販薬などを使用してしまう、さらに症状が悪化するというケースも少なくありません。アレルギーは、正確な知識を持って、その原因を正しく判断し、その症状に適した的確な治療をおこなうことが大切です。

当院では、アレルギー科を開設いたしました。アレルギーが疑われる症状がございましたら、お気軽にアレルギー科を受診してください。



自己判断で症状が悪化する場合も！
原因を正しく知ることが大切です！





【担当医プロフィール】



内科医長
稲村 弘明

日本アレルギー学会認定指導医
日本アレルギー学会認定専門医
日本呼吸器学会認定呼吸器専門医
日本内科学会認定総合内科専門医
日本内科学会認定内科医
Infection Control Doctor
日本医師会認定産業医
臨床研修医指導医
医学博士

1991年群馬大学医学部卒業後、同内科学第一講座に入局。
群馬大学医学部附属病院研修医、JA佐野厚生総合病院勤務を経て1994年から1997年まで米国National Jewish Medical and Research CenterにResearch Fellowとして留学。
その後、弘前大学医学部、秋田大学医学部、群馬アレルギー疾患・呼吸器内科病院等でアレルギー疾患や呼吸器疾患を中心とした診療と研究に携わり、2013年4月より医療法人社団美心会黒沢病院に勤務。

【アレルギー科 / 診察日】

	月	火	水	木	金	土
午 前	○	—	—	○	—	○
午 後	○	—	—	—	○	—

※変更になる場合がございます。事前にお問い合わせください。

■受付時間：7:00～18:00

■診療時間：午前9:00～13:00、午後15:00～18:00

■休 診 日：日・祝、年末年始、6月第2土曜

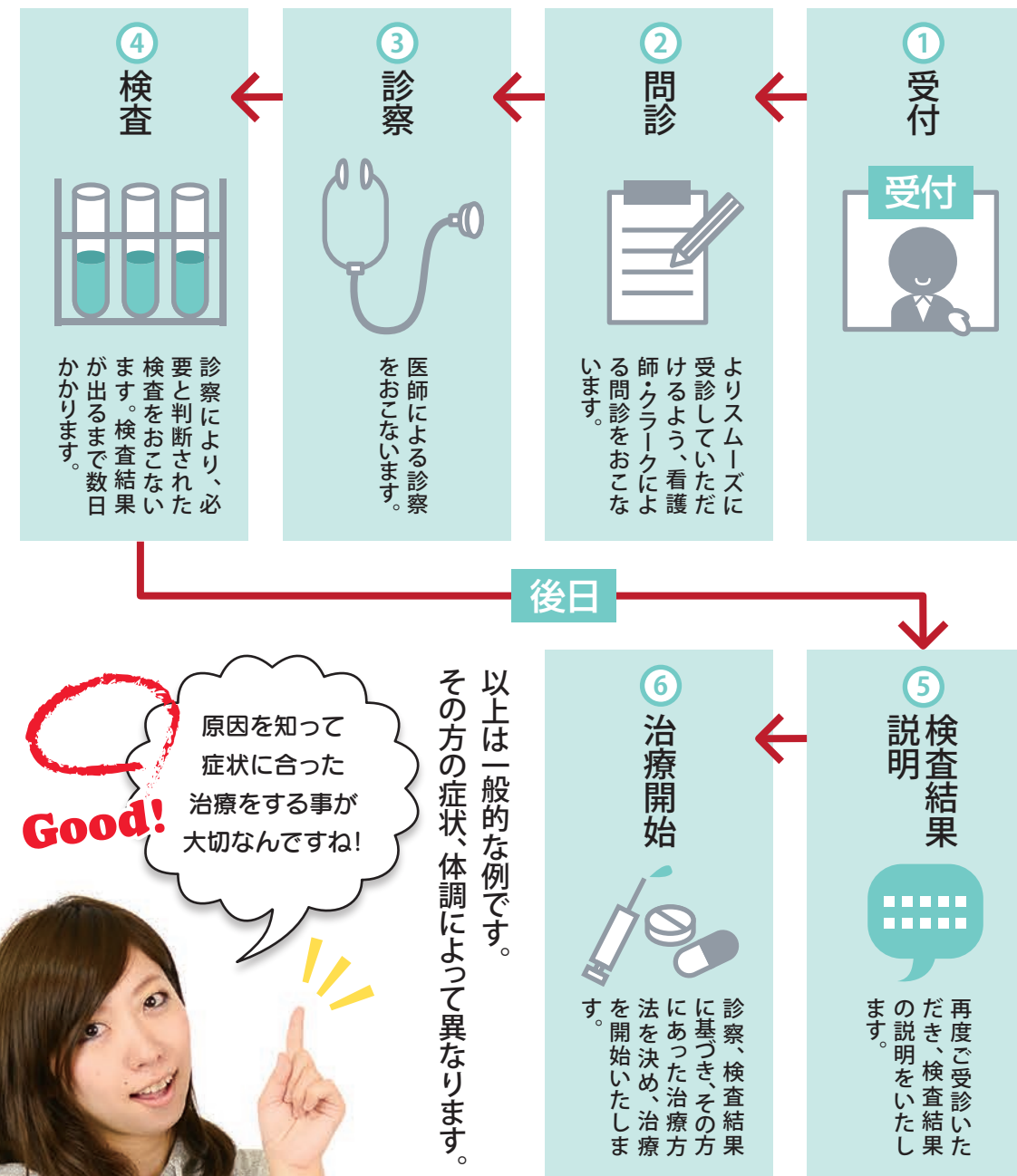
お問合せ

TEL.027-352-1111

アレルギー疾患は近年ますます増加傾向にあります。アレルギー疾患診療には正確な知識と診断および的確な治療が必要になります。これまで長年にわたり、乳幼児から成人に至るまでアレルギー科医師としてアトピー性皮膚炎、アレルギー性鼻炎、気管支喘息、その他のアレルギー疾患の診療に携わってまいりました。当院アレルギー科でもこれまでの経験を生かして、子供から大人まで幅広くアレルギー疾患の診療をおこないます。どうぞお気軽にご相談ください。

増加傾向にある アレルギー疾患

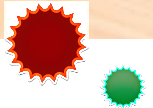
アレルギー科 受診の流れ



原因食物上位3種について

	卵	乳	小麦
原因食品	鶏卵、うずら卵 鶏卵を含む加工食品	牛乳 乳製品 乳製品を含む加工食品	小麦 小麦製品 小麦を含む加工食品
含まれる食品	「鶏卵を含む加工食品」 卵料理、マヨネーズ、練り製品 肉加工品(ハムやソーセージ等) 洋菓子類、卵のつなぎ、揚げ物の衣 等	「乳製品」 ヨーグルト、チーズ、バター、生クリーム はっ酵乳、乳酸菌飲料、粉ミルク、練乳 アイスクリーム 等 「乳製品を含む加工食品」 パン、パン粉、洋菓子類 等	「小麦製品」 薄力粉、中力粉、強力粉 デュラムセモリナ粉 等 「小麦を含む加工食品」 パン、うどん、麩、マカロニ、 餃子の皮 等
代用アレンジ	「卵のつなぎ」 すりおろした山芋、でんぷん (米粉、片栗粉、小麦粉など) 「揚げ物の衣」 小麦粉や米粉などを水で溶いて代用。 「洋菓子類」 ・ケーキ類 重曹やベーキングパウダーで代用。 ・プリン類 ゼラチンや寒天で代用。 市販の菓子類→鶏卵を含まない 商品で代用。	「シチューやグラタン」 ・豆乳やコーンクリームを代用。 ・乳成分のないマーガリンと小麦粉や 米粉でホワイトソースを代用。 「粉ミルク」 牛乳アレルギー用の調整粉乳で代用 「洋菓子」 豆乳やココナッツミルクで代用	「パン、麺類、菓子類」 ・米粉、雑穀米、そば粉などで代用。 ・フォー、ビーフン、春雨で代用。 「揚げ物の衣、餃子や春巻きの皮」 ・春雨やコーンフレークを細かく砕いた もの、米粉で代用。 ・ライスペーパーで代用。 ・米酢、りんご酢などが由来の穀物酢で 代用。
ワンポイント	鶏卵アレルギーの多くは卵白のたんぱく質が原因となる。加熱によってアレルギーを起こす力が弱くなる。加熱卵が食べられるようになって、生卵や半熟卵には注意する。鶏肉、魚卵は除去する必要はない。	牛乳・乳製品は、加熱や発酵処理をしてもアレルギーを起こす力はほとんど変化なし。牛肉は除去する必要はない。	市販の醤油の原材料欄に「小麦」と表記されているが、製造過程でアレルゲンが失われるため、基本的に小麦アレルギーでも利用することができる。
食事バランス	他のたんぱく質で補う。肉や魚、大豆、大豆製品を摂ることで、栄養素のバランスが整う。	牛乳アレルギーの場合、カルシウムが不足しやすい。骨ごと食べられる小魚や大豆製品、青菜や海藻類などいろいろな食材から積極的に摂る。	米や雑穀をつかった麺類、パンを摂ることで栄養素のバランスが整う。

美味しい話
Delicious Story
食事で笑顔をつくらう！

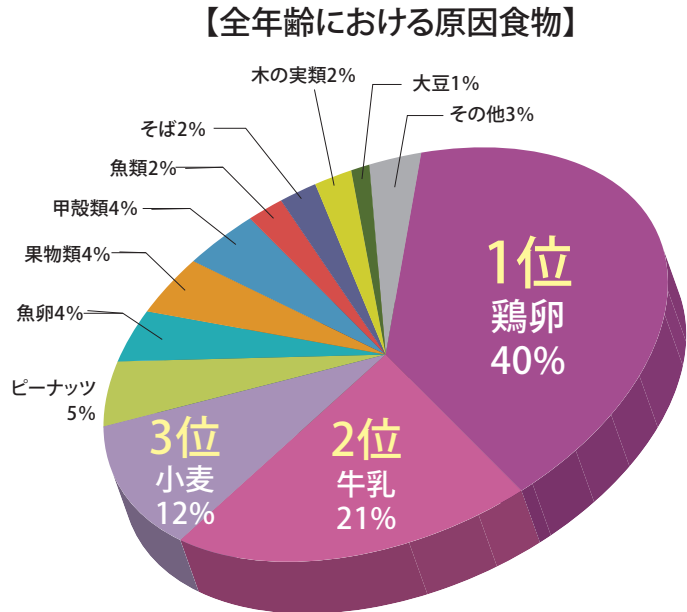


食物アレルギーについて

私たちの体には「敵」である異物から自らを守る免疫機能が備わっています。食物アレルギーは、体が食べ物を異物と認識してしまい、免疫機能が過剰に反応している状態です。

食物アレルギーは、消化・吸収機能が未熟な乳幼児や子供に多いのですが、どの年齢においても増加傾向にあります。体質や遺伝などの原因もありますが、食生活や環境の変化も大きな影響を与えているといわれています。

食物アレルギーを引き起こす原因食物について



※厚生労働科学研究班による「食物アレルギーの診療の手引き2011」より

対策

・食べるとアレルギー症状が誘発される食べ物だけを除く。
アレルギーの原因となる食べ物が含まれる食品を正しく把握し、摂取しないようにしましょう。必要以上に食べ物を除くと栄養バランスも崩れてしまいます。また、どんな食品で代用できるかを知ることにより食事を楽しむことができます。

・原材料表示をよく確認する。
市販の加工食品には、アレルギーを起こしやすいとされる7品目(卵、乳、小麦、えび、かに、ピーナッツ、そば)について表示義務があります。よく確認しましょう。

原因となる食品の種類や摂取量には個人差があり、家庭で食物アレルギーかどうかを判断することは難しいので、気になる症状がある場合は、医師の診察を受けるようにしましょう。

「着工」

2013
6/1~



3. 120トンのクローラークレーンが登場！
写真に入りきっていませんが、このブームは70m以上あります。
(8月)



1. 建設予定地です。大型の重機が入る通路部分に、鉄板が敷き詰められています。(6月)



4. 工事場所を5つの工区に分けて作業が進められています。手前側が5工区です。型枠が作られています。ちなみに、この建物で使われる鉄筋の80%がこの地下に使われるとのこと。(9月)



2. 新黒沢病院は免震の建物なので、地上から5m70cmも掘らなければなりません。そこで、土留めを目的としたシートパイル(鉄の壁)が作られ、その中で作業が進められています。こんなに深く掘っても地下室はありません。(8月)



5. 5工区の免震ピットの床が見えてきました。(9月)

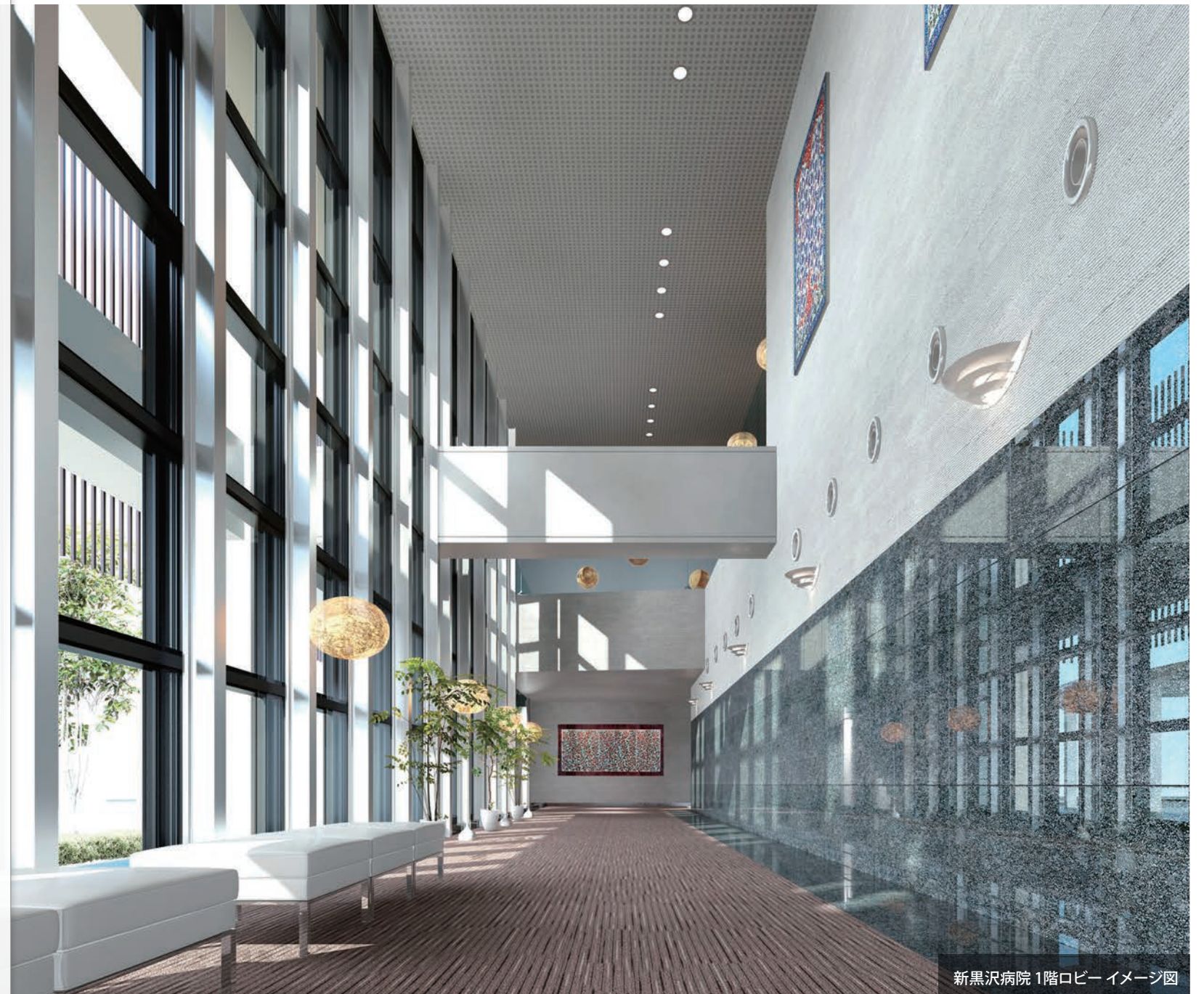
11月からは地上の鉄骨が見えてくる予定です。皆さまお楽しみに！

To be continued!

黒沢病院

新築移転 Vol.2

平成25年6月に始まった黒沢病院
新築移転工事も既に4ヶ月経過いたしました。
建設室より工事の進捗状況、
新黒沢病院の特徴などをご紹介します。



新黒沢病院 1階ロビー イメージ図

NEWS

3 大人の食育教室 開催!!

好評をいただいていた調理実習をリニューアルして、「大人の食育教室」として開催します。

この教室を通して食事の大切さだけでなく、適正量や減塩について一緒に学んでいきましょう。



日 時	内 容	申し込み締切
12月14日(土)/11:30～14:30	調理実習編 「コレステロールが気になる方へ! ～冬の食材を用いた調理実習～」	平成25年12月7日(土)
2月1日(土)/11:30～14:30	健康バイキング編 バイキング形式でお食事を選んでいただき、適正量を目で見て、食べて、学んでいきましょう。	平成26年1月25日(土)

※最小催行人数に満たない場合、実習を中止させていただくことがありますのでご了承ください。

■ 定員：各講習10名

■ 料金：各講習 2,000円

お申込み

TEL.027-352-1111

(管理栄養士 疋田・安藤まで)

NEWS

1 新病院開設に向け 職員大募集!!

平成26年夏の新黒沢病院オープンに向け、職員を大募集いたします。
あなたの思いが実現できる職場です。

[正職員／新卒・既卒]

職 種		
①病棟看護師	⑤言語聴覚士	⑨臨床検査技師
②薬剤師	⑥介護支援専門員	⑩事務職 ※4年制大学卒以上
③理学療法士	⑦社会福祉士	⑪外来クラーク ※医療事務資格取得者
④作業療法士	⑧臨床工学技士	※待遇面、その他情報は面談にて。 ※詳しい募集内容や個人情報の取り扱いにつきましては、美心会のホームページをご覧ください。

■ 応募方法：履歴書をご送付ください

■ 送 付 先：〒370-1203 群馬県高崎市矢中町188(総務課)外山

お問合せ

TEL.027-350-1211 h_toyama@bishinkai.or.jp

BISHIN
NEWS
ビシンニュース

ビシンからのお知らせ

NEWS

2 ぐんま県民マラソン 出場!!

107名が
今年も全力で
走ります!

11/3にぐんま県民マラソンが開催されます。

美心会では、地域のみなさまの健康に対する意識の向上と、より豊かな生活を過ごしていただくことを願って、地域のスポーツ振興活動などに協力しています。

その一環として、今年も「ぐんま県民マラソン」へ協賛し、当法人職員107名で出場いたします。



©ぐんま県民マラソン2013

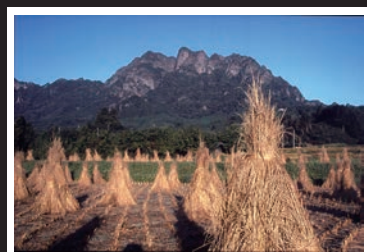
Nice
Shot

MINI GALLERY

次ページに続く



「まっ赤な秋」(ひたち海浜公園)
撮影：八木健一 様



「稔りの秋」(富岡市 妙義町)
撮影：福田トシエ 様



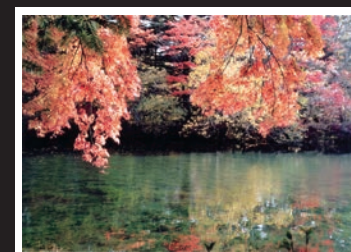
「秋の富士山」(西湖)
撮影：倉澤信司 様



「峠の紅葉」(秩父路)
撮影：中山朗 様



「田園アート」(沼田市)
撮影：清水道秀 様



「水辺の彩」(軽井沢町)
撮影：染谷マチ子 様

「ビシン」ミニギャラリーに
応募いただき、ありがとう
ございました。
今回多数のご応募をいただきました。
掲載できなかった方々、申し訳ない
ません。

3 ブルーローバー・キャンペーン旬間2013

女性に知ってほしい 前立腺がん講演会

～前立腺がんの予防食から在宅医療まで～

市民公開講座開催

当院では、9月17日～9月26日までをブルーローバー・キャンペーン旬間とし、期間中、クリニックの1階にその紹介コーナーを設けました。また、今回も昨年に引き続き「男性がPSA検査を受けることの背中を押すのは女性の役割」と考え、9月25日に待合映像室オアシスにて、講演会を開催しました。

105名の方にご来場いただき、各回とも活発な質疑応答もおこなわれ、有意義な時間となりました。また、40歳以上の男性希望者全員にPSA無料検診をおこないました。

ブルーローバー・キャンペーンの主旨に賛同して活動をおこなう医療機関は、一昨年は当院と昭和大学病院のみでしたが、昨年は7施設、今年は18施設となりこの草の根運動は確実に広がってきています。朝日新聞の6月12日の広告特集に大きく掲載されました。



ブルーローバー・キャンペーンとは

ブルーローバー・キャンペーンは、2006年から開始された、前立腺がんの正しい知識や検診の大切さ（早期発見・適切治療）を広く伝える活動です。（事務局：朝日新聞社ブルーローバー・キャンペーン運営委員会）

ブルーローバーはマメ科の花で、花言葉は「約束」。一年に一度、前立腺がん検診のPSA検査を大切な人のために受ける「約束」という意味が込められています。

当院はブルーローバー・キャンペーンのサポーターです。今後も、ブルーローバー・キャンペーンを積極的に応援してまいります。

1 新任Dr.紹介

新たに入職した医師をご紹介します。

歯科・歯科口腔外科



河内 奈穂子（かわち なおこ）

- 卒業大学：日本大学 松戸歯学部 平成16年卒
日本大学大学院 松戸歯学研究科 口腔外科分野 平成23年卒
- 出身地：東京都
- 専門科：歯科・歯科口腔外科全般
- 資格：歯科臨床研修指導医
ドライマウス研究会認定医
口腔ケア学会認定資格4級
抗菌化学療法認定歯科医師

【診療日】

	月	火	水	木	金	土
午前	○		○	○	○	○
午後	○		○	○ 第1・3・5	○	○

2 サマーコンサート開催

8月24日(土)患者さま、ご家族さま、施設ご利用者さまを対象に、サマーコンサートを開催いたしました。

今回はアンサンブル・グラン・ルーよりフルート奏者のみなさんにお越しいただき、素敵な演奏を披露していただきました。耳馴染みのある曲をたくさん演奏していただき、演奏に合わせて手拍子を打ったり、歌を歌ったりと、会場のみなさまにもご参加いただきながら楽しめるコンサートとなりました。



「ミニギャラリー」冬の写真・イラスト募集中!! 選ばれた作品はヘルスパーククリニック1Fに展示させていただきます。

お1人様2作品まで。

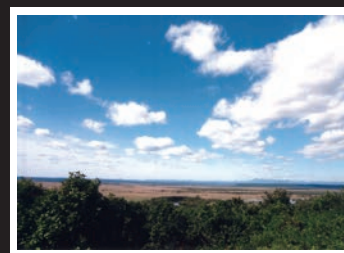
- 氏名・住所・電話番号・タイトル・場所を明記してください。
- 応募作品の著作権は(医)社団美心会に属します。作品は返却いたしません。
- 肖像権の侵害が生じないよう、応募者の責任において必ず被写体の人物に公表の承諾を得てください。
- 誌面の都合上、すべての応募作品を掲載できない場合がございます。あらかじめご了承ください。

作品送付先

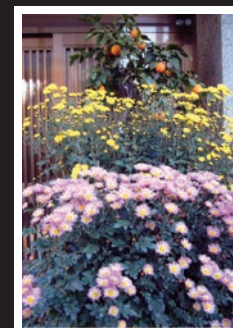
〒370-1203 高崎市矢中町188

黒沢病院附属 ヘルスパーククリニック内 企画推進部あて

■ 次回〆切：11月13日(水) (当日消印有効)



「釧路湿原」(北海道)
撮影：木村洋子 様



「我が家の秋」
撮影：瀧澤利男 様

ギャラリー 続き

美心会専用の送迎車運行のご案内

黒沢病院送迎車時刻表(無料:日・祝日運休)

(平成24年4月 改定)

病院・ヘルスパーク行き			高崎駅行き		
高崎駅東口 (発)	黒沢病院 (発)	ヘルスパーク (着)	ヘルスパーク (発)	黒沢病院 (発)	高崎駅東口 (着)
—	8:55	9:10	9:10 駅	9:15 駅	9:25
9:30	9:40	9:50	9:55	10:00	
	10:05	10:10	10:10 駅	10:15 駅	10:25
10:30	10:40	10:50	10:55	11:00	
	11:05	11:10	11:10 駅	11:15 駅	11:25
11:30	11:40	11:50	11:55	12:00	
	12:05	12:10	12:10 駅	12:15 駅	12:25
12:30	12:40	12:50	12:55	13:00	
	13:05	13:10	13:10 駅	13:15 駅	13:25
13:30	13:40	13:50	13:55	14:00	
	14:05	14:10	14:10 駅	14:15 駅	14:25
14:30	14:40	14:50			

送迎車をご利用の際の注意

- ・部分は病院・ヘルスパークから駅に向かう時間です。
- ・始発便は8:55黒沢病院発に変更となりました。
- ・高崎駅東口では、交番付近からの発着です。(下図をご参照ください)
- ・クリニックでは西側の外来入口前、病院は東玄関前から発着します。
- ・ヘルスパーククリニックから駅に行く送迎車の最終は14:10です。
- ・送迎車の運行は日曜・祝日を除く平日のみ(月曜～土曜)です。
- ・表の時刻は各場所における出発時間です。
- ・原則として時間厳守で運行しておりますが、交通事情により遅れる場合がございます。

美心会専用送迎車 高崎駅東口乗り場案内

高崎駅東口を出て★印の場所が送迎車の乗降口です。
(ぐるりん乗り場ではありません)
交番前に停車できない場合は、停車位置がずれる場合がございます。



ぐるりん時刻表(有料:200円)

送迎車運行時間以外は、高崎市循環バス「ぐるりん」をご利用ください。

(ぐるりんH24.7.1改定)

病院・ヘルスパーク行き (群馬の森線)中居団地先回り⑩			高崎駅行き (群馬の森線)健大先回り⑨		
高崎駅東口 (発)	黒沢病院入口 (発)	ヘルスパーク (着)	ヘルスパーク (発)	黒沢病院入口 (発)	高崎駅東口 (着)
8:05	8:13	8:17	7:04	7:09	7:20
9:35	9:43	9:47	8:46	8:52	9:05
10:55	11:03	11:07	10:46	10:52	11:00
12:20	12:28	12:32	12:21	12:27	12:35
14:20	14:28	14:32	13:46	13:52	14:00
16:15	16:23	16:27	15:46	15:52	16:00
17:50	17:58	18:02	16:36	16:42	16:50
19:15	19:23	19:27	18:16	18:22	18:30
20:30	20:38	20:42	19:46	19:52	20:00

※部分は月～金曜日の運行【土日祝日は運休】です。

ぐるりん停留所	
行き	高崎駅からのぐるりんバス乗り場は、東口・群馬の森線・10番(中居団地先回り)です。
帰り	黒沢病院から高崎駅行き:柴田コーポ前(バス停名:「黒沢病院前」) ヘルスパークから高崎駅行き:矢中小学校前(バス停名:「ヘルスパーククリニック前」)

黒沢病院
高崎駅行きバス停案内図

ヘルスパーククリニック
高崎駅行きバス停案内図

※「クリニック」「病院入口」ともに、高崎駅方面に向う場合は道路を渡った南側のバス停から乗車ください。

たまりん(玉村町乗合タクシー)時刻表(有料:200円)

玉村方面からお越しの方は、玉村町乗合タクシー「たまりん」高崎直行便をご利用ください。

(たまりんH24.9.1改定)

ヘルスパーク行き		玉村町役場行き	
玉村町役場 (発)	ヘルスパーク (着)	ヘルスパーク (発)	玉村町役場 (着)
8:40	9:05	9:05	9:20
10:20	10:41	10:41	11:05
13:55	14:16	14:16	14:40
15:50	16:15	16:15	16:30
16:45	17:10	17:10	17:25

たまりん停留所	
行き・帰り	ヘルスパーククリニック敷地内 西側玄関(緑の屋根の入口)付近

たまりん停留所案内図
ヘルスパーククリニック内

編集後記

Editor's
Postscript

待ちに待った実りの秋。食べ物が美味しい季節になってきました。この時期はお鍋がいいですね。新米主婦の私は、お鍋に助けられる日々が続くそうです。簡単・美味しい!これに尽きます。締めはやっぱり雑炊かな(笑)
最近共働きの夫婦が多いですが、仕事と家事の両立は想像以上に大変と、実感している今日この頃です。いつの時代も「母は強し」ですね。美心会の働くママ達にアドバイスをいただきながら、私もますます頑張ります!次回、新年号もお楽しみに♪(幸)



ご意見・ご感想お待ちしております

ご意見・ご感想は、
下記メールアドレスへお願いいたします!

Eメールアドレス
bishin@bishinkai.or.jp

OPINION BOX

みなさまの

声

みなさまから

お寄せいただいたご意見と

その回答を掲載しております。

外来ご意見箱

婦人科を初めて受けました。酒井先生がとてもいい先生なので、安心してリラックスして受けることができました。外来に婦人科ができてとてもうれしいです。婦人科があるといいなあとずっと思っていたので本当に嬉しいです。どうもありがとうございました。

患者さまよりこのようなご意見をいただき、大変うれしく思います。昨年10月より婦人科を開設いたしました。婦人科全般の検査・治療をおこなっています。なにかございましたら、お気軽にご来院ください。

高崎健康管理センター ご意見箱

胃カメラ検査のところに、終わった時おしほりが欲しかったです。(よだれ等が出るので)

検査室におしほりとティッシュペーパーをご用意いたしましたのでご利用ください。

1泊宿泊者。読書用のライトが欲しい。

ご案内がわかりづらく、申し訳ございませんでした。読書用のLEDライトは受付に準備してございます。ご利用の際には、お気軽に職員にお申し付けください。

黒沢病院ご意見箱

家族が飲食できるスペースが欲しいです。

ご案内が不十分で大変申し訳ございませんでした。2Fの病棟では飲食ができますが、1Fにご家族が飲食できるスペースとして「ボエム」を用意しております。ぜひご利用ください。

「生活習慣病管理料」って??

生活習慣病管理料は、高脂血症、高血圧症、糖尿病で外来を受診されている患者さまに、医師が服薬、運動、休養、栄養、喫煙、飲酒などの生活習慣に対する総合的な治療・指導をおこなった場合に、国が定めた制度を基に月に1度算定されます。管理料の中には、その月におこなう指導以外にも、一部の検査、処方箋、注射などの料金が含まれています。





医療法人 社団美心会 黒沢病院附属

ヘルスパーククリニック 医師外来予定表

受付時間 7:00～18:00

診療時間 9:00～13:00・15:00～18:00

Tel.027-352-1111

平成25年8月1日(木)～

診療科		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
泌尿器科	午前	黒澤・曲	曲・中嶋	黒澤・小倉	小倉・狩野	曲・中嶋	黒澤 小倉/曲
	午後	小倉 曲(排尿機能) 予約制	黒澤	狩野	小倉	曲・坂本	狩野/中嶋
脳神経外科	午前	松谷 中嶋	松谷 中嶋	松谷 中嶋	大森 中嶋	大森 予約制 大塚	中嶋 大森 11:00～
	午後	松谷	武山 松谷(セカンドオピニオン) 予約制	大森	松谷	大森 石原 第4	松谷/大森
外科	午前	田口 12時まで 清水(呼吸器) 12時まで	田口 11時まで 栗原(乳腺) 11:30まで	小池(血管外科)	田口 菊地(乳腺) 12時まで	田口 11時まで 栗原(乳腺)	田口 12時まで 藤井(乳腺) 外科医師
	午後	栗原	小澤 遠藤敬(乳腺) 予約制	休診	田口 17:30まで 藤井(乳腺) 17時まで	栗原(乳腺) 第1.3 藤井(乳腺) 第2.4.5	栗原
内科	午前	佐藤(循環器)・矢島 山下 予約制 松本・稲村	石井・町田 長嶺(肝臓) 12時まで	後藤・矢島(肝臓) 佐藤 11:30まで	石井・佐藤(循環器) 山下 予約制・稲村	後藤・町田・松山 静(循環器・その他) 12時まで受付	佐藤(循環器) 矢島・稲村
	午後	佐藤(循環器) 矢島 稲村	佐藤(循環器) 松本	町田 矢島	後藤 矢島 松本	矢島 稲村	佐藤(循環器) 町田(無呼吸) 予約制 17時まで 松本
皮膚科	午前	青山 12時まで	青山 12時まで	休診	休診	青山 12時まで	加藤 第1,3,5/12時まで
	午後	休診	休診	遠藤(美容皮膚科) 予約制	休診	休診	休診
整形外科	午前	長浦	長浦	牧口(形成外科)	長浦	長浦	岡部(整形・リウマチ科) 第1.3 米本(整形・リウマチ科) 第2,4,5
	手術のため変更になる場合がありますので、ご了承ください。						
	午後	休診	休診	長浦 予約制	休診	休診	整形外科医師
婦人科	午前	休診	酒井 10:30～	酒井 10:30～	休診	休診	休診
	午後	酒井	酒井	酒井	酒井	休診	酒井
歯科 歯科口腔外科	午前	笹岡・河内	笹岡・西原	河内・西原	笹岡・河内	笹岡・河内 重原(インプラント) 第4	笹岡・河内
	午後	笹岡・河内	笹岡・西原	河内・西原	手術 第2.4 笹岡・河内 第2.4以外	笹岡・河内 重原(インプラント) 第4	笹岡・河内
内視鏡	午前胃	山下・松山・小林 蔵屋敷・緒方	山下・小林・新井 高田・群大第二外科	山下・小林・蔵屋敷 田原・群大第二外科	山下・松山 山崎・大竹・小林	山下・小林・綿貫 緒方・田原	山下・小林 群大(第一・第二外科、第一内科)
	午後・ESD		山下			山下	
	午後・大腸	山下	小林	小林	山下	小林	川手・群大医師

※「/」はどちらかの医師になります。「・」は複数名の医師が診察担当です。※学会・緊急手術等で予定が変更になる場合があります。申し訳ございませんがご了承お願い致します。

当院では外来診療待ち時間短縮のため、予約診療を導入しております。ご利用ください。※時間外・休日の救急対応については、黒沢病院(中居町)で行っております。Tel.027-352-1166

専門外来	
男性更年期	排尿機能障害
黒澤	曲
禁煙外来	無呼吸外来
黒澤・町田	町田
肝臓外来	循環器外来
矢島・長嶺	佐藤・小池・静
糖尿病外来	内視鏡内科(ESD)
石井	山下
呼吸器外科	乳腺外来
清水	藤井・栗原・遠藤敬一・菊地
アレルギー科	リウマチ外来
稲村	岡部・米本
インプラント	セカンドオピニオン外来
重原	松谷・栗原

泌尿器科					外科				
(理事長) 黒澤 功	(黒沢病院 院長) 山中 英壽								
内科									
(ヘルスパーククリニック 院長) 佐藤 裕一									
脳神経外科		整形外科	皮膚科	婦人科	麻酔科	歯科・歯科口腔外科	訪問診療・人間ドック		

医療法人社団美心会 黒沢病院 〒370-0852 高崎市中居町3-19-2 Tel:027-352-1166

医療法人社団美心会 黒沢病院附属 ヘルスパーククリニック 〒370-1203 高崎市矢中町188 Tel:027-352-1111

当院では個人情報保護法の施行に伴い、ご利用者様の個人情報については、利用目的を明示し、その取り扱いには万全の体制で取り組んでおります。

平成25年10月15日 発行：医療法人社団美心会 編集：情報誌編集委員会(顧問：医師 熊坂文成) デザイン：株式会社D.P.EYE