

健康情報誌

BISHIN

ビ
シ
ン

TAKE FREE

ご自由
にお持
ち
くだ
さい

季刊

2020 Vol.133

夏号

Features | 特集 |

ValeoProで
健康的に美しく!

新任ドクター紹介

- ・内 科 山岸 高宏
- ・内 科 高橋 徹
- ・婦人科 岸 東彦

[理事長あいさつ]

新型コロナウイルスに
負けない身体づくり



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

働きやすい病院評価認定

美心会

検索

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

新型コロナウイルスに 負けない身体づくり

せるようになったのです。

新型インフルエンザ（これもコロナウイルスの一種）さえ、予防も治療も出来る病気のひとつとなつてきているのです。しかし、今回の流行はまさに青天の霹靂でした。この新型コロナウイルスも近いうちに予防

出来るようになるでしょう。また、それを期待しています。

さて、緊急事態宣言以後、外出を控えるようになった人も多いのではないのでしょうか。このような時こそ、栄養と運動と休養に気を付けてください。高齢になる程、骨や筋肉の維持が重要ですので、安全な場所

で無理なく楽しく身体を動かしてください。そして感染症に負けないよう、食事は毎日3回栄養バランスを考えて摂ってください。特に肉や魚、大豆等のたんぱく質と適度の炭水化物を摂取し、日光浴をするのが大切です。良い生活習慣で自分の身体を守りましょう。

過去にも人類の敵と言われた感染症は数多くありました。しかし世界中の人々のウイルス撲滅へのたゆみない努力の結果、安心して暮ら

尚、黒沢病院では専門医師による発熱外来を2月中旬より設置し、

他の患者さんと全く交わらない場所からお入りいただき、診察をしています。必要があればすぐにCT撮

影、PCR検査をして、終了後も他の患者さんと直接交わらずに帰れるように実施しています。

今後発熱等がある患者さんは、一般の患者さんとは全く分離した外来を設置し、安心して受診していただける様に万全の対策をしております。安心して通院してください。



ささやき

理事長 黒澤功の
ふれあいエッセイ

「清潔、不潔の区別が
感染を防ぐ」

新型コロナウイルス感染症が突然流行し、全国に非常事態宣言まで発令され、5月中旬を過ぎても一部は解除されない状況が続きました。スーパーやコンビニのレジで透明ビニールを張り、人と人とを分離している光景や、ゴム手袋をして食品の価格を打ち込む姿を見ると異様に感じます。また、かすかなアルコール臭が安全の証になっているという状況は半年前には考えられませんでした。

昭和生まれの私には、医療機関は感染症に備えた構造になっていたことを覚えています。受付、薬局、会計等のほとんどがガラスやドアで仕切られ、患者さんとスタッフが接する範囲は最小限でした。昭和52年に開業したクリニックの構造も、まさにそのようなものでした。

結核が収まりつつある昭和60年は、玄関で靴からスリッパに履き替える病院構造が主でしたが、私はスリッパからの感染を心配し、病院を開院した時には靴のまま入れる構造にしました。さらに内部の構造はオープンにすべきとの世の中の風潮から、ナースステーションや会計等をオープンカウンタににし、敷居をとって身近な構造にしました。

今回の新型コロナウイルスの流行で歴史は繰り返すのだと痛感します。手洗いや消毒を生活習慣としてしっかりと続けることが、オープンになった病院を支えていくのだと心に決め、スタッフ一同感染予防に努力し、地域の安全を守っていく覚悟です。さらに当院には陰圧室という、室内の空気を特殊なフィルターを通して排出する病室が15室造られています。これは県内でもトップクラスの院内感染を起こしにくい構造です。

感染症はくならない病気の1つであり、恐らく人類が誕生してから無数のウイルスと戦ってきたと思います。清潔と不潔を区別し負けないようにしたいですね。

BISHIN 歳時記

4月

1 水 入職式

本年度は62名の新入職者を迎えました。



コロナウイルス感染対策



- 検温の実施
- グリッターバッグ
- 患者さんへの検温の実施
- 「グリッターバッグ」手洗い無料体験の実施
- 雑誌・新聞の配架を中止
- 入院患者さん・入居者さまとのご面会全面禁止

5月

3 日～6 水

大型連休中 発熱外来の診療実施



今回の表紙は2019年2月に南極大陸へ行って来た理事長が撮影した写真です。

schedule スケジュール

日曜ドック

・7月12日(日)
・8月9日(日)
・9月13日(日)

医療機関水準の徹底した 新型コロナウイルス感染対策

入館制限

- 一度に入館できる人数を80名に制限させていただきます。人数を超えた場合には、整理券を配布させていただきます。
- 滞在時間は2時間までとさせていただきます。
- 入館人数・お待ちいただいている人数の状況を、ホームページ上で随時公開いたします。ご来館の際にご活用ください。

検 温

- フロントにて検温を実施いたします。以下の症状が見られる方は、施設利用をご遠慮いただきます。

1

息苦しさ、強いだるさ、高熱など
強い症状のいずれかがある場合

2

風邪症状がある、もしくは体調に
異変を感じる場合



感染防止対策

【アルコール消毒】

- マシンを利用した際には「一行為、一消毒」をお願いいたします。
- スタッフが1時間に1回、定期的にアルコール消毒をおこないます。



【マスク着用のご協力】

- 飛沫感染防止のため、ご来館の際は必ずマスクの着用をお願いいたします。浴室内や運動中を除き、極力マスクの着用をお願いいたします。



【間隔・スタッフ】

- 間隔を保つため、マシンの使用台数を制限しております。
- スタッフはマスク、ゴム手袋、フェイスシールドを着用いたします。また1日3回の検温を実施し、ご利用者さまへの安全、感染防止に努めます。

スタジオレッスン・有料プログラムの中止

- 当面の間、スタジオレッスン、パーソナルストレッチ・トレーニング、各カウンセリング等を中止させていただきます。(7月1日より再開予定)

感染拡大状況、行政判断、社会情勢等を考慮しながら、レッスン等の再開の目途がたちましたら
ホームページ・メールマガジンにて配信させていただきます。

Active Life!



ヴァレオプロ

ValeoProで 健康的に美しく!

運動習慣を身につけて健康な人生を
送っていただくことを目的としています

当施設が新型コロナウイルス感染拡大による休館の間、運動不足による“足のつり”をはじめ、ストレスなどの不調を感じていらっしゃるご利用者さまの声を多数いただきました。ヴァレオプロには、生活習慣病等で運動を必要とされている会員さまの健康を守るという、メディカルフィットネスとしての使命があります。このような理念の基、ヴァレオプロが営業再開いたしましたことをご理解いただけると幸いです。

当クラブの一番の特徴は、「医療法人が運営する」メディカルフィットネスクラブであるということ。メディカルスタッフ（健康運動指導士、理学療法士、管理栄養士）のバックアップのもと、生活習慣病や身体の痛みなどの予防改善を目的とした運動を効果的にこなしていただけます。また、定期的な検査を実施するほか、特定保健指導による運動支援や、黒沢病院で教育入院をされている方に対して運動指導も実施しております。



ValeoProの施設紹介

Fitness フィットネスジム

500㎡のジムエリアに、イタリアのテクノジム社製のマシンを導入。高性能な機器を導入したトレーニング空間を提供します。



Studio スタジオ

アクティブ(エアロビクスなど)な運動からリラゼーション(ヨガ・ピラティス)コンディショニング(膝・腰・肩すっきり体操など)まで充実したプログラムを用意しています。



Spa & Relax スパ&リラックス

露天風呂は天然かけ流しで、赤城山が望めます。女性バスルームにはシルクバスがあり、超微細気泡により、絹(シルク)のように滑らか。真っ白なお風呂で美肌効果が期待でき、健康な状態を維持できます。



Event 親睦イベント

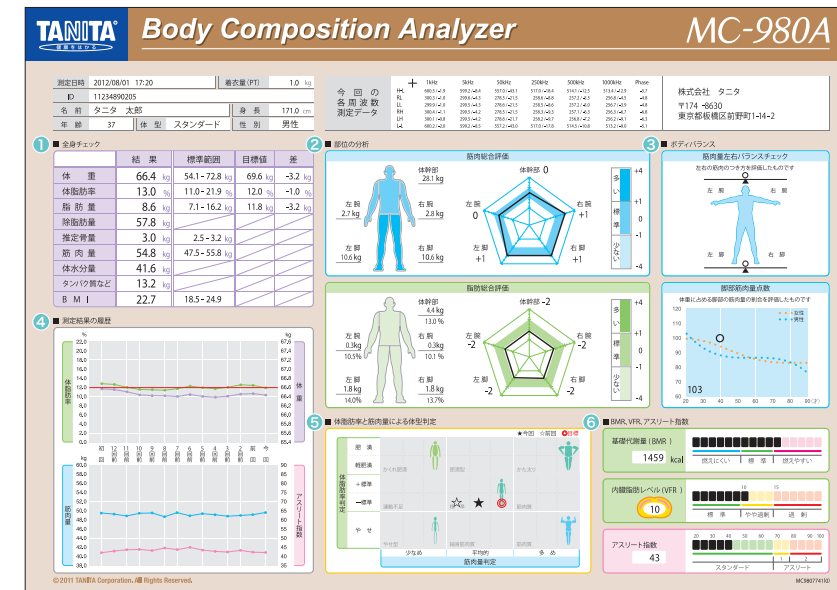
ハイキング、ゴルフ、ボウリング…の他、季節のイベント、外部講師による特別レッスンも開催しています。一緒に運動する仲間と親睦を深め、楽しいヴァレオプロ生活をスタートしませんか？



ValeoProの特徴

[健康状態を数値で確認]

TANITA MC-980Aという高精度の体組成計を使用して、体の状態を”見える化”します。定期的に測定し、ご自身の体内水分量や部位別の筋肉量・脂肪量、左右のバランスなどを知り、トレーニングメニュー作成にご活用いただきます。



- 1 全身のチェック
- 2 部位の分析
- 3 ボディバランス
- 4 測定結果の履歴
- 5 体脂肪率と筋肉量による体型判定
- 6 BMR、VFA、アスリート指数

[管理栄養士と栄養相談]

生活習慣病・シェイプアップに関しては「栄養」がとても重要です。栄養相談では調理方法の工夫、食事の摂り方などをお伝えいたします。「運動」「休養」「栄養」をしっかりとサイクルさせるために、どのような生活習慣を心がけていくべきかをアドバイスいたします。



[医療連携で、安心・安全なトレーニング]

メディカルフィットネスならではの、血液検査や、医師によるカウンセリング、理学療法士によるリハビリ指導をおこなっております。リハビリが必要・有効である場合には、痛みや動かしにくさの原因になっている動作や姿勢の改善を図るための、筋肉強化・ストレッチ動作指導、自主トレーニング指導などをおこないます。



今日の1歩があなたを変える！
5年後10年後の健康のために「今」1歩を踏み出しましょう！

まずは体験コースでお気軽に利用いただけます		
体験コース	5,500円	全営業時間で利用可。 28日間で4回利用可能。(お1人様一回まで)

会員種別金額表

会員区分	月会費	利用可能な日時・時間と内容
レギュラー	12,650円	全営業時間で利用可。 半年に一度、希望者に血液検査を実施。
ペア	11,550円	2人で同時入会するとお得なプラン。 内容はレギュラーに準じます。
ファミリー	11,000円	ご家族3人以上で入会するとお得なプラン。 内容はレギュラーに準じます。
デイトイム	9,900円	平日9:25～18:30まで利用可。
ナイト&ホリデー	10,450円	平日は19:30～22:30まで利用可。 土日祝は全営業時間利用可。
モーニング	5,500円	平日10:00～12:00まで利用可。 (50名限定)

新型コロナウイルスの感染拡大状況により、今回ご紹介しているサービスや営業時間については随時変更が生じる場合があります。最新情報はお電話にてお問合せいただくか、ホームページをご覧ください。

➡ <https://valeopro.jp/>

お問い合わせ・ご契約は ValeoPro まで **TEL.027-350-1177**

営業時間・施設案内		
営業日	月曜日～日曜日	
	休館日：第1、第3金曜日・年末年始・保守点検日(年3回)・他	
営業時間	月～金	9:25～22:30
	土	9:25～21:00
	日・祝	9:25～19:00



医療控除について

ValeoProは医療法第42条に規定された、医療法の基準に沿ったフィットネスクラブです。厚生労働省から「健康づくりを推進する上で適切な施設」という認定を受けていますので、運動処方箋に基づいた場合「月会費」が医療費控除の対象となります。

■対象となる方

- ・運動処方箋をおこなうことが適当であると医師が判断した疾病をお持ちの方
- ・医師が運動処方せんを発行した方
- ・ValeoProに週1回以上来館、8週間以上運動を続けている方

■計算方法

1年間に支払った医療費の合計

－

差し引く分※

－

10万円
総所得200万円未満の人は
総所得金額等×5%

=

医療費控除額

※差し引く分とは出産育児一時金や、生命保険や損害保険からの入院給付金、高額療養費で戻る分などのことです。
※医療費控除額は最高200万円です。

上記の式で算出した医療費控除額に、所得に応じた税率をかけた金額が実際に所得税から差し引かれる金額となります。

詳細はヴァレオプロスタッフまでお問合せください

ウェルネスシステム

会員さま一人ひとりの目的に沿ったトレーニングプログラムを作成しています。プログラムを有効的に活用するのが「ウェルネスシステム」ウェルネスキー(右写真)です。ウェルネスキーをマシンに挿すと、トレーニングの負荷、回数などが自動的に表示され、有酸素マシンは自動でレベル設定をおこないます。マシントレーニングが初めての方、不慣れな方でも安心して始められます。

さらに、ウェルネスシステムはスマートフォンアプリと連動しております。このアプリで血液検査データや、体組成データ等を時系列的に確認することが可能です。自身の運動成果を一目で確認することができるため、モチベーションアップにつながります。





01

内科

山岸 高宏

循環器内科部長

新しいことにチャレンジできる最後のチャンスという思い

この4月から循環器内科医として勤務している山岸です。

「親の会社を継ぎたくない(私が継ぐと倒産してしまうから)」、「満員電車で通勤したくない(中学高校と満員電車で通学していました)」、「そんな、なんとも自慢できない理由で、医者になりたいと思うようになりました。頭がよかつたわけでもなく、今思えばなんとも無謀な希望だったのですが・・・高校卒業後、一年浪人してなんとか医学部に

入学。平成3年、医師免許を手にすることができました。

それから30年、大学病院や各地の公立病院で、循環器内科医(心臓をみる医者)として働いてきました。前職も公立病院で、18年間循環器内科に勤務していました。

なぜ黒沢病院に？

すでに50歳半ばとなり、前の職場で定年まで・・・という思いも多少はありましたが、「新しいことにチャレンジできるのは最後のチャンス」と思い、異動を決断しました。

いまだ働いてきた病院とは全く違う環境で、正直戸惑っています。まだ、体も心も対応できていないような状況ではありますが、循環器内科医として、少しでもお役に立てるように頑張っています。

循環器内科とは、心臓血管内科と呼ばれることもあり、高血圧・狭心症・心筋梗塞・心不全・不整脈など、心臓や血管の病気を診る科です。

まだまだ、ここでできることは限られていますが、ここでできることはきちんとやる、できないことは近隣の医療機関にお願いする・・・このような方針でやっています。

よろしくお願いします。



02

内科

高橋 徹

心臓血管部長

治療のよりよい方法を見つける最初の入口に

4月に高崎総合医療センターから赴任いたしました。これまで30年以上を心臓血管外科医として過ごしてきました。夜中の緊急手術や長時間の手術、急変時の対応など患者さん第一の生活を送ってきましたが、この度、心臓血管外科の第一線から退きました。振り返ってみるともう

半世紀も前のことですが、兄が白血病となり入院、当時は抗癌剤もなく、両親が懸命に看病していましたが治癒できませんでした。この経験から子供心に医師を目指す決心をしました。

今まで診察した患者さんのほとんどが、心不全歴のある心臓病、狭心症や心筋梗塞後などの虚血性心疾患、大動脈瘤や急性大動脈解離などの血管疾患でした。これらの患者さんに多くみられるのは、「高齢」「高血圧症」「糖尿病」「心不全」「動脈硬化」「緊急」であり、そこに関連してさらに「高齢者の肺炎」「食事が摂れない」「リハビリをしないと寝たきりになる」「外来での指導」ということでした。現在の私の診療では「手術」の比重がなくなりましたが、高齢者の高血圧や糖尿病の治療、肺炎の治療やリハビリと、今までの診療経験に沿った内容です。

年配の方には動く息が切れる、という症状が多くみられるようになっていきます。症状だけでは心臓が悪いのか、肺が不調なのか、全身の衰えなのかわかりません。また動脈硬化で足の血流が悪くなると、歩行時に足が痛くなることがあります。すべてが年齢のせいだから仕方ないのではありません。薬の治療、手術の治療などより良い方法を見つける、最初の入り口として診療いたします。

動脈硬化が心配、心臓や血管の病気が気になる、すでに心臓や血圧の治療を受けている方でもぜひ外来受診をしてください。長い目で見た治療を続けてゆきます。



内科



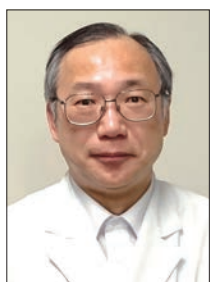
循環器内科部長
山岸 高宏
(やまぎし たかひろ)

【出身大学】

群馬大学医学部
(平成3年卒)

【外来診療日】

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



心臓血管部長
高橋 徹
(たかはし とおる)

【出身大学】

群馬大学医学部
(昭和62年卒)

【指導医・専門医・認定医 外科指導医】

外科専門医、心臓血管外科専門医、心臓血管外科修練指導者、胸部外科指導医、
臨床研修指導医、臨床研修プログラム責任者、身体障害者福祉法指定医、難病指定医

【外来診療日】

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

婦人科



岸 東彦
(きし はるひこ)

【出身大学】

岩手医科大学医学部
(昭和59年卒)

【指導医・専門医・認定医 外科指導医】

日本産科婦人科学会専門医、母体保護法指定医、日本抗加齢医学会専門医、
日本周産期・新生児医学会 新生児蘇生法『専門コース』修了認定、
母体救命普及協会 ベーシックコース修得

【外来診療日】

	月	火	水	木	金	土
午 前	—	—	—	—	—	—
午 後	—	○	—	—	—	○(第1・3・5)

■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：日曜日・祝日・年末年始

ご予約・お問合せ

TEL.027-352-1111 (代表)



03

婦人科

岸 東彦

外来診療では
子宮体癌と卵巣がんを
見逃さないこだわり



高崎高校、岩手医科大卒。4月より婦人科外来と健診ドックを担当させていただいています。黒澤理事長は大学野球部の先輩(写真、昭和40年代の我が野球部風景。着席者左から3人目が黒澤理事長)で学生時代に「先輩、寄付をください」とお願いに上ったことがあります。

また、その10年前で中学1年の時、当時伯母が群馬大学泌尿器科婦長で「あなたは将来医師を目指すのだから医局の雰囲気を感じておきなさい」との配慮で同科のスキー旅行に参加させていただきました。50年来のご縁です。父で医師3代目の家庭に生まれ、幼少時より周囲から後継ぎだと言われ続け、若さから反発。反抗しつつも医学部受験を経て今に至ります。これを述べると大抵「そんなに低い志で医師を目指したのか?」と言われますが、中高生が自分はプロ野球選手やロックンローラーの才能はないと悟ると、自らの宿命、必然と思い込み、親を悲しませないため目指すことになります。それを今になつて責められてもなあ(笑)。

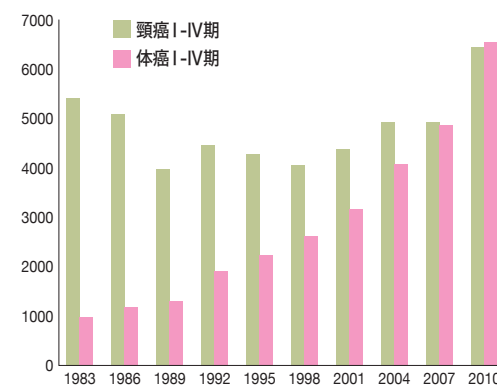
父が開設した産婦人科医院を23年前から手伝い、後に継承し2020年3月で閉院しました。しかしながら大変光栄なことに「4月以降は黒沢病院に受診します」と言っていたいた患者さんが多く、1〜3月は毎日昼休み返上で夜遅くまで診療情報提供書を自分から自分あてに書きました。そのため数少ない趣味である昼休みのランニング(7年前位から開始。レースに出ない、ダサイ服装※で走る、が信条。)が出来ませんでした。他にはソフトバンクホークス(王貞治監督就任時か

ら)とラグビー日本代表(高校時代から)熱愛者です。
※今風の高価なウェアを着ず昔ながらのジャージ着用

診療について。「毎年、市の(またはドックで)子宮癌検診を受けてきたのに見つけてもらえなかった。子宮癌だった。」という患者さんが時々いらっしゃり、「子宮癌には頸癌と体癌があり、一般的には子宮癌検診という子宮癌検診だけの検診をします。今回は子宮体癌に罹ったのです」と説明すると「そんな専門的なことを素人に言われても解らない」と言われます。頸癌と体癌の比率はグラフのように、昭和の頃は8:5:1:5で頸癌だけを調べていても85%を救えたのですが、2007年ではほぼ同率に、その後逆転して体癌のほうが多くなっています。2017年の1年間の統計でも、頸癌7710例、体癌11120例、卵巣癌7029例となっています。現状のドックでは頸癌検診のみでも仕方ないとしても、外来診療では体癌と卵巣癌を見逃さないことにこだわって取り組んで来ましたが、今後ともそうありたいです。

経膈超音波検査で子宮内膜像と左右卵巣を必ず確認する、これに尽きると思います。

子宮癌報告症例数の推移
(日本産婦人科学会、1983～2010年)



日本産婦人科医会・研修ノートNo90(2012.12)、P79より 一部改変

1 ブルークローバー・キャンペーンを 推進しているNPOのホームページが リニューアルします



**BISHIN
NEWS**
ビシンニュース

当院は前立腺がんの早期発見・適切治療を推進する運動「ブルークローバー・キャンペーン」を応援しています。当院の黒澤功 理事長、伊藤一人 院長はブルークローバー・キャンペーンを推進しているNPO前立腺がん検診推進ネットワークの理事を務めています。

ブルークローバー・キャンペーンとは

ブルークローバー・キャンペーンは、2006年6月から開始された、前立腺がんの正しい知識や大切さ（早期発見・適切治療）を広く伝える活動です。当院は初年度からこのキャンペーンのサポーターです。ブルーク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。



※今年度のキャンペーン旬間及び市民公開講座の日程は未定となっております。

このたび、NPO前立腺がん検診推進ネットワークのホームページをリニューアルいたします。

前立腺がんの基礎知識、治療法はもちろん、ブルークローバー・キャンペーンを始めとする啓発イベント情報も発信していきます。公開まで今少しお時間をいただきますが、完成した暁にはぜひ一度ご覧ください。

※こちらは完成次第、健康情報誌BISHIN、黒沢病院ホームページを通してご報告させていただきます。

お問い合わせ **TEL.027-350-1211** (総務部 企画推進課)

2 マスク等のご寄附に対するお礼

新型コロナウイルス感染症拡大に伴い、全国でマスク等の医療物資が不足している中、個人・企業・団体様から、マスク、フェイスシールド等の寄附をいただきました。貴重な品にもかかわらず当院へご配慮いただきましたことに、職員一同、心より感謝申し上げます。今後も引き続き、地域住民みなさまの命を守るため、職員一丸となって取り組んでまいります。

寄贈社	寄贈品	寄贈社	寄贈品
■株式会社大利根濱 様	SPORTS梅ゼリー	■ユニ・チャーム メンリック株式会社 様	TENA ビブ
■ガトーフェスタハラダ 様	ラスク、チョコレート		TENA コンフォートミニプラス
■高崎森永株式会社 様	ハイチュウ		TENA コンフォートミニエクストラ
■日本ルナ株式会社 高崎工場 様	飲むプリン		TENA コンフォートミニスーパー
■日本ケロッグ合同会社高崎工場 様	グラノーラ	■フジコンコーポレーション株式会社 様	サージカルマスク
■渡邊 守祥 様	N95マスク	■長谷川 稔 様	チーズケーキ
■群馬県 健康福祉部 医務課 様	KN95マスク	■群馬県牛乳販売農業協同組合連合会 様	群馬のうまい牛乳
	KF94マスク	■HAIR SALON fortunato 様	フェイスシールド
	アイソレーションガウン	■大塚製薬株式会社 様	OS1
	フェイスシールド		OS1ゼリー
■群馬ヤクルト販売株式会社 様	ヤクルト	■株式会社リクルート・メディカル・キャリア 様	ディスボザブルマスク
■三光ファーム 様	ミニトマト	■四川料理江湖 王 宝強 様	サージカルマスク
	トマトジュース	■高崎女子高校 様	寄せ書き
■富岡市デリーフーズ 様	水分補給ゼリー		

ビシンからのお知らせ



ケアサポートセンター さとの花

ケアサポートセンターさとの花は住み慣れた地域で継続した生活ができるよう、ご利用者さま一人ひとりの生活スタイルに合わせたサービスを提供いたします。日中の定員が15人までのため、少人数で家庭的な環境で生活することができます。ケアマネジャーも専門の研修を受けた同施設の職員が担当しますので、より迅速に、柔軟な対応が可能です。

家庭的な室内

テラスで
家庭菜園

ライブキッチンで
楽しい食事

目の前で調理

外出レクに力を入れています

サービスの 特徴

1

通い・泊まり・訪問の各サービスをご利用者さまのニーズに合わせ柔軟に対応します。

2

家庭的な雰囲気のもと、他の介護サービスと比べても手厚い職員配置で、きめ細やかなサービスをご提供します。

3

同法人の、グループホーム、特別養護老人ホームが併設されています。また協力医療機関の黒沢病院が健康状態の変化に対応します。

こんな方におすすめ

自宅で一人で生活するのが難しくなってきた

さとの花に通ったり、またさとの花職員がご自宅に訪問して食事、買い物、掃除等をお手伝いいたします。

通常のデイサービスでは、時間の制約があり、使い勝手が悪い

朝早くお迎えに行き、朝食からご提供いたします。また夕食までご提供し、その後の送迎もおこなっております。

昼間は家で生活できるが、夜間自宅で過ごすのに不安がある

夜間のみ泊まりをご利用し、日中はご自宅で過ごすことも可能です。

問い合わせ先

小規模多機能型居宅介護
ケアサポートセンター さとの花

〒370-0867高崎市乗附町208
TEL.027-321-3187 (担当:松村・小谷)



利用料金 1か月あたり(1割負担の場合)

要支援1	4,032円
要支援2	7,621円
要介護1	11,901円
要介護2	16,908円
要介護3	24,030円
要介護4	26,394円
要介護5	28,975円

利用料金は一月定額制のため、利用の頻度に関係なく同じ料金がかかります。
他、食費朝食：300円、昼食：600円、夕食600円、おやつ：100円
宿泊費：1000円/泊
利用例：要介護2 週4日利用(月・水通い、土・日泊まり) 利用料金45,308円/月

TOPICS 1 群馬県長寿社会づくり財団主催 私のメッセージコンクール 受賞

サービス付き高齢者向け住宅 ラ・ヴィオラ中居に入居されている宮下久子様(95歳)が第30回長寿社会・私のメッセージコンクールにおいて理事長賞を受賞されました。



「生涯で一番楽しい時」と題された作品にはラ・ヴィオラ中居での充実した生活風景が綴られています。

生涯で一番楽しい時 宮下 久子 (一部抜粋)

私は現在94才 昨春、大腸癌の手術をしそれまで一人暮らしをしておりましたが、私自身の今後の健康を考え現在の「サービス付き高齢者住宅」に入居する事と致しました。

この住宅を選んだ理由は、入居者12人と少人数のため家庭的雰囲気があり、外出、外食、外泊が自由であることでした。

(中略)

スタッフの人達も皆さん優しく、良人達ばかりでお正月の餅つき、豆まき、桜の花見、買物、食事、花火見物、秋の小旅行、そしてクリスマス会と盛り沢山のイベントを計画して下さいますが、何より楽しいのは自分達で手作りうどん、天ぷら、あべかわ餅、大学いも、みそおでん、野菜の浅漬けやごま和え等を数10年間主婦業をして来た私達にとつては、自らの手で作り食べられる事が何よりの楽しみであり、仲間との友情も深まりどんなに高価な外食よりもおいしくいただく事が出来るのです。

(中略)

入居者殆どの方が「生涯の中で今が一番幸せ」と断言しています。私も心からそう信じてます。この様な日々を送っていたらボケも天国行きも忘れてしまうのではないかと思います。

今の私達の計画はみんなでおむすびと豚汁を作り、昔懐かしい線香花火をし、スイカ割りをして童心に戻り、暑い夏の一夜を楽しく過ごすことです。その次はバーベキューでとうもろこし、さつまいも、秋刀魚を焼いて秋の味覚をたのしもうと夢は膨らむばかりです。

こんな楽しい「高齢者住宅」に住んでいる事を誇りに思い、皆さんにも是非お知らせしたいとペンをとりました。高齢者の皆さん、私達の様に悔いを残さぬよう楽しい老後をお送りください。



OPINION BOX みなさまの声

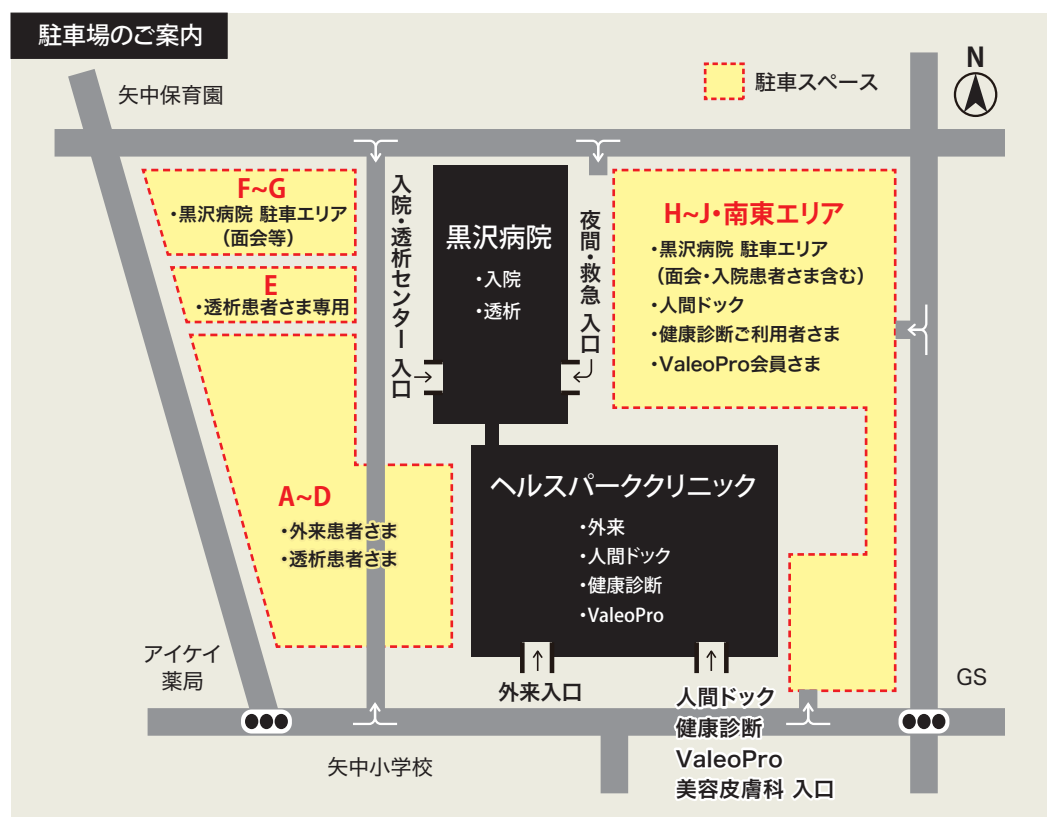
みなさまからお寄せいただいたご意見とその回答を掲載しております。

黒沢病院

面会者駐車場へ車を停めてしまったため、入院当日に車の移動で時間がかかってしまいました。できれば入院前に入院患者用の駐車場を教えてくださいいただくと助かります。

【回答】

駐車時にご不便をおかけし大変申し訳ございませんでした。専用駐車場と各フロアの入口は地図の通りです。入院時に車で来院される場合は、H・J・南東エリアをご利用ください。



黒沢病院

パンがおいしかったので週1回から週2回に変更したらどうでしょうか。

【回答】

お褒めの言葉をいただき、誠にありがとうございます。当院では医師の指示のもと飲み込みに問題のない入院患者さんへ週に1回、パンの提供をおこなっております。

また、食事制限のない患者さんには「選択メニュー」をご用意しております。朝食ではパンまたはごはんを、昼食ではメインのおかずを2種類から、夕食ではごはんまたは麺類をお選びいただけます。さらに、毎週月曜日に当院の人間ドックのシェフが作った豪華な特別食をご提供しております。ご希望の方はスタッフまでお声掛けください。今後も引き続き、ご満足いただける食事をご提供できるよう努めてまいります。



みなさまのご意見ご要望をお聞かせください。

【有料】

料:大人200円 小学生以下100円)

(ぐるりん2020.4.18改定)

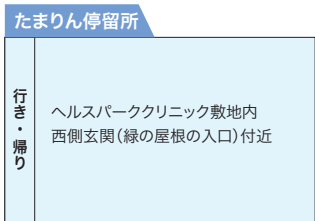
黒沢病院→高崎駅方面					(群馬の森線) 健大先回り⑨				
ヘルスパーク前 (発)		→	中居小学校南 (発)		→	高崎駅東口 (着)			
6:55			7:00			7:15			
8:23			8:29			8:48			
10:27			10:32			10:48			
11:57			12:02			12:18			
13:47			13:52			14:08			
15:12			15:17			15:33			
16:32			16:37			16:53			
18:07			18:12			18:28			
19:37			19:42			19:58			

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	・老健くろさわから高崎駅行き：柴田コーボ前（バス停名：「中居小学校南」） ・ヘルスパーク、黒沢病院から高崎駅行き：矢中小学校前（バス停名：「ヘルスパーククリニック前」）

時刻表(有料:大人200円 小学生以下100円)

(たまりん 2012.9.1改定)

玉村町役場	8:40	10:20	13:55	15:50	16:45
道の駅玉村宿	8:45	10:25	14:00	15:55	16:50
高崎松風園 森の木クリニック	8:50	10:30	14:05	16:00	16:55
昭和病院	8:52	10:32	14:07	16:02	16:57
高崎高等養護学校	↓	↓	↓	16:07	17:02
アビタ高崎店前	9:00	10:40	14:15	16:10	17:05
黒沢病院附属 ヘルスパーククリニック	9:05	10:45	14:20	16:15	17:10
アビタ高崎店前	9:06	10:46	14:21	16:16	17:11
昭和病院	↓	10:56	14:31	↓	↓
高崎松風園 森の木クリニック	↓	10:58	14:33	↓	↓
道の駅玉村宿	9:13	11:03	14:38	16:24	17:19
玉村町役場	9:20	11:10	14:45	16:30	17:25





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

2020年7月1日(水)～

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・伊藤・大木	曲 古谷/馬場	黒澤・小倉・大木	小倉 馬場	伊藤・曲・古谷	伊藤 小倉/曲
	午後	小倉 【排尿機能】曲 予約制	曲	伊藤 古谷	小倉	曲	古谷/大木
脳神経外科 (脳卒中)	午前	中島	中島	大森	中島・木幡	中島	小倉丈
	午後	大森	武山	脳神経外科医師	大森 【脳血管】木幡 予約制	脳神経外科医師	脳神経外科医師
外科	午前	田口(11:00まで) 平木	【乳腺】栗原 予約制 平木 【呼吸器】矢島俊(11:30まで)	—	【乳腺】菊地(10:30まで)	田口(11:00まで) 【血管】出津 第2.4 (10:30まで)	平木
	午後	【乳腺】栗原 予約制 平木	【乳腺】遠藤敬 予約制	平木 第2.4	平木	【乳腺】栗原 第1.3 予約制	【乳腺】栗原 予約制 平木
内科	午前	【循環器】佐藤裕 高橋徹 松本	石井 浅香 上野 山岸	佐藤裕(11:00まで) 高橋徹・太田 錦戸(第1のみ11:30まで) 浅香	【循環器】佐藤裕 石井・松本 太田・阿部	山岸 町田 予約制 【循環器】高橋(11:00まで)	【循環器】佐藤裕・松本 錦戸/町田 【睡眠時】山口 第1 内科医師
	午後	【循環器】佐藤裕 山岸 【一般・睡眠時】町田	【循環器】佐藤裕 松本 太田	高橋徹 町田 【肝臓】堀口	山岸 【糖尿病】平賀	高橋徹 上野	【循環器】佐藤裕 松本・浅香(17:00まで) 【睡眠時】前野 第4
整形外科	午前	—	—	【整形・形成外科】中村 (11:30まで) 第1.3.5 【整形・形成外科】正田 (11:30まで) 第2.4 【整形・形成外科】牧口 第4	—	—	整形外科医師 第1・4 米本 第2.3.5
	午後	—	—	—	—	—	整形外科医師 第1・4 岡部 第2.3.5
皮膚科	午前	岡(12:00まで)	—	上原(12:00まで)	—	—	—
	午後	—	—	【美容皮膚科】遠藤 予約制	—	—	—
婦人科	午前	—	—	—	—	—	—
	午後	浅野目	岸	浅野目	浅野目	浅野目	岸 第1・3・5
歯科 歯科口腔外科	午前	小林充・葭葉	河内	小林充・河内 代田 第2	小林充・栗原祐	河内 【インプラント】重原 第4	小林充・齊藤
	午後	小林充・葭葉	河内(16:00～18:00)	小林充 代田 第2	小林充 手術日	河内(16:00～18:00) 【インプラント】重原 第4	小林充・齊藤
内視鏡	午前胃	小林・太田・上野 蔵屋敷・原・浅香 内視鏡医師	小林・太田・新井 坂本・岩松・栗林 内視鏡医師	小林・堀口・蔵屋敷 三浦・須賀・加藤 内視鏡医師	小林・平木・上野 山崎・岩松・戸島 内視鏡医師	小林・太田・錦戸 浅香・上野・綿貫 内視鏡医師	小林・浅香 内視鏡医師(5名)
	午後・ESD	太田・上野	—	太田	太田・上野	太田	—
	午後・大腸	小林	小林・上野	太田・浅香(17:30まで)	小林	小林	川手・内視鏡医師

※/はどちらかの医師です・は複数名の医師が診察担当です。 ※学会・緊急手術等で診察時間・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願います。

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

専門外来

循環器外来	佐藤裕・山岸・高橋徹
糖尿病外来	石井・平賀
乳腺外来	栗原・遠藤敬・菊地・矢部
肝臓外来	堀口
消化器内科	太田
呼吸器外科	矢島俊
無呼吸外来	町田・松本・前野・山口
禁煙外来	黒澤・町田・松本
整形・リウマチ科	米本
セカンドオピニオン外来	伊藤・栗原
男性更年期障害	黒澤
排尿機能障害	曲
脳血管外来	木幡
インプラント	重原

泌尿器科



歯科・歯科口腔外科

婦人科

内科



脳神経外科

外科

麻酔科



医療法人 社団美心会 黒沢病院 〒370-1203 高崎市矢中町187 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。

2020年7月1日 発行：医療法人 社団美心会 編集：情報誌編集委員会