

し はつどう  
医療法人 積発堂 富永草野病院

広報誌

# げんき



げんき君

Genki

理念

技術に心を通わせて、地域に「元気」を吹き込みます。

基本方針

- 急性期医療に積極的に関与しつつ、介護-予防を含む広い視野に立って地域に貢献する。
- 奉仕の心で、患者さんが元気になるお手伝いをし、私たちスタッフも元気をもらう。
- 情報は慎重に状況を検討して開示し、徹底確実に管理する。
- 安心安全な医療を目指し、高度かつ心の通った技術を提供できるように、自己研修と人材育成に努める。
- 医療人である前に社会人として、常にチームワークを心がける。

## 電子カルテで変わること

診療情報管理士 関根智子

平成15年5月1日に富永草野病院と富永草野クリニックという2つの医療機関が新しく生まれ変わってからもうすぐ13年が経ちます。この間に発生した紙カルテは膨大な冊数となりました。2つの医療機関で延べ16万冊以上になるようです。カルテは、法律で保管年限が決まっていますが、保管年限を過ぎたからと言って簡単に廃棄出来るものではありません。これまで、保存や管理に多くの労力と時間が費やされてきましたが、今後も増え続けるカルテに対応すべく、平成28年3月22日より、富永草野病院と富永草野クリニックに電子カルテが導入されます。診療記録は従来、紙に書いて保存や管理をしていましたが今後は全て電子化して保存することになります。

電子カルテではその場になくとも端末1台あれば確認、作業を行うことが可能になります。また、パソコンの画面に患者様の医療情報を出し、先生と患者様が同じ画面を見ながら今後の治療方針などについて話しあう事なども可能となります。院内の様々な部署にあるシステムとも連動している為、医療情報の共有化が図れ、迅速な診療に役立つでしょう。保存や管理も電子化されていますので場所も取らず、見たい時にすぐ確認できるようになります。もちろん、皆さまの個人情報は大切に守られます。

良いことばかり並べてしまいましたが、稼働して間もない頃はなかなかうまく処理が出来ない場合もあるかと思います。スタッフも現在、稼働に向けて細かな作業ルールの作成と徹底、運用リハーサルを重ねております。

この電子カルテが、患者様にも医療者にも両方に役立つアイテムのひとつになることを期待しています。



### 【電子カルテ導入】

3月22日(火)より電子カルテが導入されます。稼働当初におきましては患者さまをお待たせしてしまうなど、ご迷惑をお掛けすることが無いともかぎりませんが、いろいろなものが電子化される昨今ですが、当院の理念・基本方針にもごさいますように心の通った技術を提供し、皆さまを「元気」にできますようスタッフ一同努力してまいります。ご理解・ご協力をお願い申し上げます。

TOHINAGA KUSANO  
ニュース&トピックス  
News & Topics





# 春のおすすめメニュー



recipe



たけの子に鶏肉と、味わい深い味です。

134Kcal 塩分1.4g

## 鶏肉とたけの子旨煮

材料(4人分)

鶏もも肉	320g	さとう	大さじ1と1/3
たけの子水煮	200g	醤油	大さじ2
ねぎ	120g	酒	小さじ1
おろし生姜	小さじ1	絹さや	8枚

(作り方)

1. 鶏肉、たけの子は一口大にする。
2. ねぎはぶつ切りにする。
3. 鍋に調味料と生姜、水を入れて沸かし、沸いたら鶏肉を入れて煮る。
4. 肉に味が染みたら肉を取り出し、残りの煮汁でたけの子、ねぎをそれぞれ煮る。
5. 絹さやは塩ゆでし、水にさらして冷ました後水気を切っておく。
6. 器に鶏肉、たけの子、ねぎを盛り煮汁をかける。
7. 最後に絹さやを添える。

recipe



春にピッタリの色合いで心も明るくなります！

108Kcal 塩分0.9g

## 桃色サラダ

材料(4人分)

キャベツ	200g	マヨネーズ	大さじ3と1/3
きゅうり	60g	練り梅	小さじ1
ロースハム	40g	こしょう	少々
もやし	80g	食紅	少々

(作り方)

1. キャベツは千切りにし、熱湯でゆで、冷ます。
2. きゅうりは千切りにする。塩もみし、水にさらして、水気を絞る。
3. ハムは千切りにする。
4. もやしも熱湯でゆで、冷ます。器に入れ、食紅を入れて色づける。
5. 1.2.3.4.を調味料で和える。



はじめてみませんか？

## 姿勢改善フィットネス

会員は無料



春はもう目の前、冬の間に背中、まわくなっていますか？

メディカルフィットネス富永草野では昨年より「姿勢改善フィットネス」を始めました。意外と知らない自分の姿勢を写真に撮ってしっかり確認できます。ここから原因のわからない身体の痛みがどこからくるものなのかわかることも。

また、あなたにどんな運動が必要なのか、効果的な運動方法もわかります。試してみませんか？



トレーニング前



トレーニング後



トレーニング前



トレーニング後



写真は1回のパーソナルレッスンでの姿勢、意識の変化です。自分の姿勢の特徴を知ることは痛み改善の近道ですよ。



※ご希望方は、クリニック2F  
メディカルフィットネスへ直接お申し込み下さい。

TEL 0256-32-0716

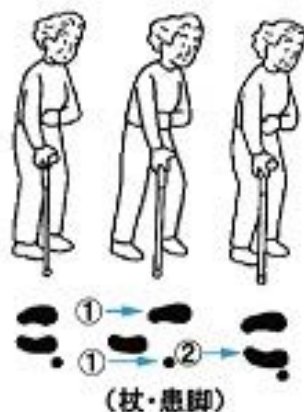


前回は杖の使い方についてお話ししました。今回は実際に杖を使用した歩き方を説明いたします。

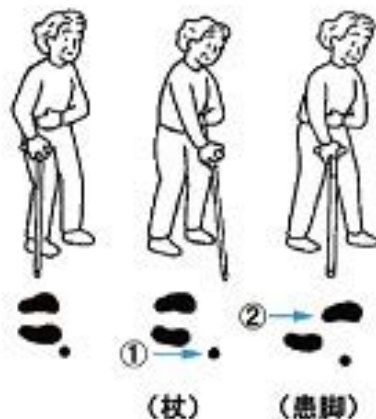
### 歩行時の杖と足の順番

最も危険が少ない歩き方は「3点動作歩行」です。これは、杖→悪い足(杖と反対の足)→良い足(杖と同側の足)の順で歩く方法です。安全な歩き方ですが、スピードは遅くなります。もし悪い足である程度体重を支えることが出来れば、「2点動作歩行」をお勧めします。これは、杖と悪い足を同時に出して、その後に良い足を出す順番で歩く方法です。ただし、両足に痛みがある方や、筋力が弱っている方は、「3点動作歩行」が良いと思います。

#### 2点動作歩行(2点1点歩行)

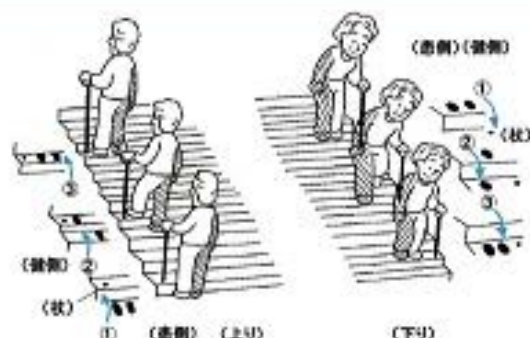


#### 3点動作歩行(常時2点歩行)



### 階段の昇り降り

昇りは良い足から先に階段に乗せましょう。逆に降り時は悪い足から先に降りていきます。「行きはよいよい、帰りはこわい」という語呂合わせで覚えましょう。また、一段毎に足を揃えながら進むと、より安全性が高まります。手すりがある場合は杖を持つ反対側の手でしっかり握る事で、より動作が安定します。



入場無料

富永草野病院 ロビーコンサート

Lobby Concert



- ♪ 4月23日(土) 片野大輔&フレンズ(チェロ・ピアノ・パーカッション・ギターほか) PM4:00 ~ PM5:00
- ♪ 5月 7日(土) JCバンド
- ♪ 6月25日(土) リバーサイドジャズバンド
- ♪ 7月23日(土) 木田英会
- ♪ 8月27日(土) クールナイツ & K, ナウバカフラ
- ♪ 9月24日(土) あじさいコーラス・第二中学吹奏楽
- ♪ 10月 吉川ナオミ&フレンズ
- ♪ 11月19日(土) 万葉の会
- ♪ 12月17日(土) 君英夫カルテット & 星とよこ

[詳細は院内パンフレットやホームページでお知らせ致します]

## 外来診療担当表

富永草野病院

2016. 4月現在

		月	火	水	木	金	土
午前 (9:00~11:30)	整形外科	仲村 一郎 (脊椎脊髄)	鈴木 禎宏 (膝・スポーツ医学)	中曽根 豊 (下肢)	草野 望 (手の外科)	鈴木 禎宏 (膝・スポーツ医学)	
				仲村 一郎 (脊椎脊髄)		矢澤 隆 (脊椎脊髄)	
	リウマチ科		遠山知香子				
	形成外科				池山 有子		池山 有子
内科	青木あづさ			青木あづさ			
午後 (14:30~16:30)	整形外科	中曽根 豊 (下肢)	鈴木 禎宏 (膝・スポーツ医学)	中曽根 豊 (下肢)	草野 望 (手の外科)	草野 望 (手の外科)	
		仲村 一郎 (脊椎脊髄)		矢澤 隆 (脊椎脊髄)		矢澤 隆 (脊椎脊髄)	
	形成外科				藤田 祐子		

※外来は完全予約制です。(他院からの初診のご紹介患者様を除く)

※詳しくは電話にて、ご相談、ご予約願います。予約専用電話番号(0256)35-6211

※富永草野病院・富永草野クリニックとも、6月より変更があります。ご注意ください。

## 富永草野クリニック

		月	火	水	木	金	土
午前 (9:00~12:00) ※土曜日は 整形外科・内科 11:00受付終了	整形外科	草野 恒輔 (11:00受付終了)	草野 恒輔	草野 恒輔	草野 恒輔	草野 恒輔	草野 望
		中禮 康雄 (11:00受付終了)	中禮 康雄 (11:00診察開始)			中禮 康雄 (11:00受付終了)	柳 京三
		渡辺 秀雄				* 渡辺 秀雄	仲村 一郎 (1-3-4-5週)
	形成外科			池山 有子			
内科 (循環器内科)	広川 陽一	広川 陽一	広川 陽一	広川 陽一	広川 陽一	広川 陽一 (4週)	
耳鼻咽喉科				岩崎恵美子 (9:30診察開始)			
午後 (15:00~17:30)	整形外科	矢澤 隆	草野 望		小形 雅子	滝澤 隆史	
		渡辺 秀雄 (17:00受付終了)	遠山知香子 (16:30受付終了)			* 渡辺 秀雄	
		仲村 一郎 (病院終了後)				遠山知香子 (16:30受付終了)	
形成外科			池山 有子	池山 有子			

※上記、外来診療担当表(病院・クリニックとも)は救急対応等により変更する場合がございますのでお問合せください。

※富永草野クリニック お問い合わせ電話番号(0256)32-0669

\* 渡辺医師は4月のみ金曜日の外来がありません。ご注意ください。

### 編集後記

「春」真っ盛りですね。今年は桜の開花が例年よりも早いそうで本誌が発行される頃は、予報通りに行けば東京は花見シーズン、私たちの県央地域の桜もつぼみが膨らんでくるのではないのでしょうか。毎号お願いしています中越印刷さんのデザイナーさんが春らしい素敵な表紙レイアウトにしてくださいました。毎回有難うございます。

今年度も皆さまに富永草野病院を知っていただくひとつのツールになれるよう、編集スタッフ一同今後とも初心を忘れずに情報を発信してまいります。



医療法人 積発堂 富永草野病院 「げんき」編集部

〒955-0046 新潟県三条市興野2丁目2番25号 TEL.0256-36-8777 FAX.0256-35-6212

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

