

# 診療に関するお知らせ

外来診療担当一覧	<受付時間>		<診察時間>				
	午前 8:00~11:45	午後 12:00~17:30 (土曜のみ12:00~17:00)	午前 9:00~12:00	午後 14:30~17:30			
	<休診日> 日曜日、祝日、木曜日午後						
★都合により変更になることがありますので、ご注意ください。							
診療科	月	火	水	木	金	土	
一般外科・内分泌科 (乳腺・甲状腺)	午前	牛尾 浩樹	田中 秀行	牛尾 浩樹	坂東 裕子(予約制)	牛尾 浩樹	牛尾 浩樹
	午後	田中 秀行		田中 秀行	牛尾 文	田中 秀行	田中 秀行
消化器科・総合診療科	午前	河合 勇一	星 葵	田中 秀行	藤原 彩織	河合 勇一	田中 秀行
	午後			河合 勇一		渡邊 充	
一般内科	午前		高木 聡		高木 聡		高木 聡
	午後	高木 聡					
神経内科・一般内科	午前		森山 哲也	高安 奈津子	高安 奈津子	高安 奈津子	
	午後			高安 奈津子		高安 奈津子	
皮膚科	午前	久保田 典子	石月 翔一郎	住大 京香	佐々木克仁	住大 京香	筑波大 皮膚科医
	午後	佐々木 克仁	根岸 真彩				筑波大 皮膚科医
整形外科	午前	大島 博	伊奈 沙織	大島 博	大島 博	大島 博	伊奈 沙織
	午後	渡邊 保彦	伊奈 沙織	大島 博		桂 健生	伊奈 沙織
形成外科	午前			小峰 楓子		小泉 恵	
	午後						
呼吸器内科	午前			伊藤 昌之※			
	午後			伊藤 昌之※			
循環器内科 (高血圧・心臓病)	午前	宮内 卓 (予約優先)	大越 聡子 (予約制)	宮内 卓 (予約制)			宮内 卓 (予約制)
	午後		大越 聡子 (予約制)				宮内 卓(第1・3) (予約制)
内分泌代謝・糖尿病内科	午前		岩崎 仁 (予約制)		岩崎 祐子 (予約制)		
	午後						
内視鏡検査	午前		本橋 歩 (胃内視鏡)		渡邊 充 (胃内視鏡)		河合 勇一 (胃内視鏡)
	午後		本橋 歩 (大腸内視鏡)				

※呼吸器科 伊藤医師の診療は日によって午後のみ場合がございます。  
 診療予定はお問い合わせください。  
 ●都合により変更になることがありますので、ご注意ください。

## 広報委員会より新年のご挨拶

新年明けましておめでとうございます。

お陰様でうしお通信の発行も95回目を迎えました。私たち広報委員は委員会を月に1度開催し、記事の依頼や部署の取材、編集を行っています。昨年は、利用者様の作品や施設・病棟の紹介、健康にまつわるお役立ち情報を掲載してまいりました。

本年も、医療や介護の“ためになる”情報を発信して参ります。「うしお通信」を通して少しでも地域の皆様のお手伝いできれば幸いです。



# うしお通信

- 1面 牛尾理事長より新年のご挨拶
- 2面 ときわぎの紹介、病棟の活動紹介
- 3面 ひのきの活動紹介、七草粥のレシピ
- 4面 診療予定表、広報委員会の新年のご挨拶

## 牛尾理事長より新年のご挨拶

あけましておめでとうございます。皆様健やかな新年を迎えられたことと思います。さて、当院では昨年4月より筑波大学循環器内科名誉教授でおられる宮内卓医師を新たに院長にお迎えし、新体制となりました。また、社会福祉法人 筑竜会の施設「ときわぎ」、「はなみずき」において増築工事が完了し、滞りなく運営を開始することが出来ました。これも地域の皆様や関係者皆様のご支援の賜物と存じ、心より御礼申し上げます。今後もより一層、地域の医療・介護に貢献すべく邁進してまいりますのでよろしくお願い申し上げます。

本年は十干十二支の乙己(きのとみ)の年となります。乙は木を、巳は蛇を意味し、木が蛇を包み込むようなイメージから、成長や発展を象徴すると考えられています。昔から乙巳の年は、新しいものが生まれ、成長していく年と言われています。皆様におかれましても縁起の良い年となりますよう切に願っております。

現在、牛尾病院では利用環境の改善のため隣地の造成工事を行っております。工事中何かとご不便をおかけいたしますが、ご理解ご協力をお願い申し上げます。



理事長 牛尾浩樹

## 特別養護老人ホーム ときわぎ



「まごころのある介護」の理念のもとに、当施設は一人一人に丁寧に対応するように心がけております。それぞれのニーズにお応えできるよう、職員が考え行動でき、信頼される施設を目指しています。牛尾病院と提携していることで医療体制も安心して、入所していただける施設です。その人らしくいられ、安心できる施設として皆様に選ばれるよう努力し続け、「ときわぎ」で過ごせて良かったと思っただけであればと私たちは考えます。

## 病棟アクティビティの様子



A2病棟患者さまに参加していただき、うしお祭に使用のお花の飾り作りをおこないました。

皆さま集中したご様子で、細かいところも丁寧に仕上げただき、たくさん作ることができました。

黄色と白の花飾りがうしお祭を明るく盛り上げてくれました。



## 介護付き有料老人ホーム ひのき

～リズムクラブ紹介～



発足2018年、現在クラブ員20名  
活動は週2回、季節ごとに楽器を替えています。  
春のさくら祭りでは電子ピアノ、夏は和太鼓、秋はひのき祭りでダンスと唄を、冬はクリスマス会でハンドベルを披露しています。一年を通して、楽しく活動をしています。



## 1月の美味しいレシピ



1月7日の朝、1年の無病息災を願って食べる七草粥。  
年末年始で疲れた胃腸を優しく労わってくれます。  
できれば土鍋のような厚みのある鍋で作ってください。

### ・作り方



- 1) 米は研いでざるにあけます。
- 2) 鍋に入れ、約1.2Lの水を注ぎます。 ※水の量は米の約5～8倍が目安ですが、鍋の材質や大きさ、お好みの炊き加減に合わせて調整してください。
- 3) 蓋をして火にかけます。沸騰したら底から一度かき混ぜ、ごく弱火にします。蓋をずらし、好みのかたさになるまで30分ほど炊き、塩で味を調えます。  
・粘り気を抑えてさらっとした口当たりのおかゆに上げるため、できるだけ混ぜないように。水分が少なくなったら、水を足してください。
- 4) 七草は細かく刻みます。鍋に七草を加えて火を止め、蓋をして余熱で火を通します。 参照：坂ノ途中より



七草粥