

栄養科 だより

vol.11



(2月3日の昼食)

今月の行事食 特製巻きずし

「鬼は外、福は内！」今年一年の無病息災を願う
節分にふさわしい、福を巻き込むにちなんだ
当院特製巻きずしをぜひご賞味下さい。



今月のイッピン！

白身魚の蒸しけんちん

白身魚の上に干切り野菜を混ぜた豆腐を
のせ蒸しあげました。最後にとろりとした
あんをかけ、しっとりとした口当たり
仕上げた一品です。



(2月14日の夕食)

2月3日は節分の日です。節分の日には悪いものを
追い払い、福を呼び込むために豆まきをします。
その時使用される大豆は、
とても体に良いとされています。

大豆には次の
ような栄養素と
効果があるよ！



大豆と健康

- ☆大豆イソフラボン ⇒ 更年期の症状を緩和し、生活習慣病のリスクを軽減
- ☆大豆たんぱく質 ⇒ 動脈硬化の予防、血圧降下
- ☆食物繊維 ⇒ 便秘解消、糖尿病予防
- ☆大豆サポニン ⇒ アンチエイジング(老化防止)、肥満予防
- ☆大豆オリゴ糖 ⇒ 便秘防止、風邪予防、美肌効果
- ☆脂質 ⇒ 美肌効果、アルツハイマー型認知症の予防

大豆にはたんぱく質や脂質、ビタミン、カルシウムなど沢山の栄養素が
含まれています。積極的に摂取して毎日を元気で過ごしましょう。

栄養科だよりは毎月発行しています。
院内の掲示やホームページでもご覧いただけます。

ホームページ
<https://kobatake.or.jp>



デイサービスむべやま 増築(個浴)のお知らせ



デイサービスむべやまは、従来、大浴場や要介護状態の方のための特浴を設置していましたが、この度、ご利用者や地域のケアマネジャーさんからの要望により、個浴を増設致しました。大勢のお風呂は苦手という方、鏡の前でゆっくりのんびりお化粧や整容したい方など、車椅子もしっかり洗面化粧台にフィットする広

めの脱衣室としました。従来要介護度が重い方や医療処置がある方をお受けしていましたが、要介護度が軽度で個浴希望の方にも対応して参ります。ご利用については、デイサービスむべやまへ気軽にお問い合わせください。

当院は主として
次の疾患を専門としています

内科

消化器系の病気(胃腸科)、神経系の病気(脳神経内科)および糖尿病内科を中心とした、内科一般。循環器、呼吸器の疾患は専門外来を行っています。

外科

一般的な外科の初期治療、腹部疾患の総合的診療、甲状腺疾患

泌尿器科

尿路器悪性腫瘍、尿失禁や排尿障害、尿路結石

眼科

白内障、緑内障、眼底疾患、コンタクトレンズ

リハビリテーション科

脳血管障害、神経及び筋疾患、骨関節疾患などのリハビリテーション

担当医については電話または受付でお尋ねください。

当院では人間ドックも
行っています

● 毎年の誕生日健診をおすすめします ●

■ 日帰りドック(火・木・金・土)

■ 一泊ドック(月・火)または(水・木)または(金・土)
など気軽にご相談ください

外来診療担当表

2020年2月1日現在

科目		曜 日			月			火			水			木			金			土		
		午前	午後	夕診	午前	午後	夕診	午前	午後	夕診	午前	午後	夕診	午前	午後	夕診	午前	午後	夕診	午前	午後	夕診
内 科	1診	院長		院長	院長			院長			院長		院長	下地(呼)		下地(呼)	原直(神)		原直(神)	院長		楠/石井/藤田(消)
	2診	※1 原直			原		原	横濱※3 (循)		横濱※3 (循)	原		畑(消)	磯辺※2 (糖)	磯辺※2 (糖)	畑(消)	原		畑(消)	原		原
	3診	小島康		小島康	岩本※2 (糖)	岩本※2 (糖)		小島康		小島康	小島康			小島康			原直 (第2、4)					
外 科	5診	和久		和久	中井		中井	和久		和久	中井		※5	和久		※5	中井		中井			
内視鏡診察室(予約)		原	原		津島	津島					畑	畑		畑	畑		楠/石井/藤田					
泌尿器科	1診	大口		大口	大口			大口			大口			宮本			山口		山口	大口		
	2診	宮本			宮本			宮本		宮本	後藤		後藤	山中		山中	宮本		宮本			
眼 科					瀧川		瀧川	瀧川		瀧川	瀧川		瀧川	瀧川		瀧川	瀧川		瀧川	瀧川		瀧川

診療科目:内科・外科・泌尿器科・眼科・脳神経内科・消化器内科・循環器内科・リハビリテーション科

予約制による内視鏡他検査外来／月・火・木・金・土

外来担当医

内科・脳神経内科	小島 敬太郎 (院長)	内科・消化器内科	石井 学	内科・呼吸器	下地 清史	眼 科	瀧川 泰 (部長)
内科・脳神経内科	原 直之	内科・消化器内科	藤田 穰	内科・糖尿病	磯辺 隼人	泌尿器科	大口 泰助 (部長)
内科・消化器内科	原 睦展 (診療部長)	内科・消化器内科	津島 健	内科・糖尿病	岩本 秀幸	泌尿器科	宮本 克利
内科・消化器内科	畑 幸作	内科・循環器	小島 康平 (副院長)	外科・総合診療	中井 肇 (副院長・外科部長)	泌尿器科	後藤 景介
内科・消化器内科	楠 裕明	内科・循環器	横濱 ふみ	外科・総合診療	和久 利彦 (第2外科部長)	泌尿器科	山中 亮憲

1) ※1 第1、3、5月曜日の9:00～12:00までの診療となります。

2) ※2 9:00～15:00までの診療となります。

3) ※3 9:00～16:30までの診療となります。

【内科】午前 初診 11:00まで 再診 (予約なし) 11:30まで
午後 初診 17:00まで 再診 17:30まで

4) ※4 【内科以外の診療科】午前 初診・再診 (予約なし) 11:30まで
午後 初診・再診 17:30まで

※予約の方は予約時間に従い、受付をお願いします。なお、予約の方および急患の方はこの限りではありません。

※外科・泌尿器科は手術の都合で午後の外来診療が変更になることがあります。

5) ※5 手術がない場合は、外科・総合診療科で受付できることがありますのでお問い合わせください。

6) 学会などへ出席のため、休診または担当医が変更になることがあります。

7) 診療予約変更は午後から電話等でご連絡ください。

■ 受付時間／ ● 午前 8:15 ～ 午後 5:30 ※4

■ 診療時間／ ● 午前 9:00 ～ 12:00 (全科)
● 午後 3:00 ～ 6:00 (眼科)
● 午後 4:30 ～ 6:00 (その他の診療科)

■ 休 診 日／ ● 日曜日・祝日(全科)
● 火・土曜 午後(泌尿器科) ● 月曜日(眼科)

■ 面会時間／ ● 平日／午後1:00～7:00 ● 日・祝日／午前10:00～午後7:00

こばたけ びょういん
医療法人 社玄同会 **小島病院**

〒720-1142 広島県福山市駅家町上山守203
TEL (084) 976-1351(代) FAX (084) 976-6309
https://kobatake.or.jp

病院案内図

