

# 栄養科 だより

vol.14



(11月11日昼食の予定です)

## 今月の行事食

### チキンソテーマレードソース

チキンソテーをメインとしたランチです。ソースにはマレードジャムを加え甘味とほろ苦さを味わえます。

## 今月のイッピン! クラムチャウダー

あさりと野菜の入ったクリームスープです。これからの寒い季節におすすめの、体が温まる一品。



(11月2日昼食の予定です)

今月の  
ちょっとひとこと

食後の血糖値の上昇をゆるやかにする  
食べ方とは?

糖尿病の人や糖尿病予備軍の人は、食後の血糖値がなかなか低下せず高血糖の状態が続いてしまい、動脈硬化や糖尿病合併症などの病気が起こりやすくなります。食事の食べ方を少し変えるだけで、食後の血糖値上昇をゆるやかにすることができます。ポイントは、よく噛んでゆっくり食べる・野菜やきのこ・海藻類から食べ始める・1日3食食べる(量も均等に)です。



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>



## 編集後記

今号で紹介の通り、例年では5月に行う新入職員研修会ですが、新型コロナウイルスの影響で、7月に行いました(5ページ参照)。医療業界では様々な年代の同期ができます。高校卒業後、間もない人からウン十代まで。これからも同じ志を持つ、幅広い年代の仲間が集まれるよう病院を盛り上げていきます。(バタバタ)

## ●外来診療担当表

2020年11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
内科	1診	理事長※1 上村※2		理事長※1 上村※2	下地 (呼)		下地※3 (呼)	土井 (糖)		理事長	理事長		下地 (呼)	竹林 (神)		竹林 (神)	理事長		楠/石井 (消)
	2診	土井 (糖)			原		原	横濱 (循)		横濱※5 (循)	原		瀧川英 (消)	磯辺※4 (糖)	磯辺※4 (糖)	瀧川英 (消)※7	原		原
	3診	院長		院長	和又※4 (糖)		和又※4 (糖)	院長		院長	院長	下地 (呼)		院長			吉田(循) (第1・3)		
外科	5診	和久		和久	和久		和久	和久		和久	中井		※6	和久		※6	中井		中井
内視鏡診察室(予約)		原	原		佐伯	佐伯					瀧川英	瀧川英		瀧川英	瀧川英				楠/石井/藤田
泌尿器科	1診	大口		大口	大口			大口			大口			宮本			大口		
	2診	宮本			宮本			宮本		宮本	後藤		後藤	中野		中野	宮本		
眼科					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の検査外来/月・火・木・金・土

## ●外来担当医

内科・脳神経内科	小島 敬太郎 (理事長)	内科・消化器内科	石井 学	内科・呼吸器内科	下地 清史	泌尿器科	大口 泰助 (副院長・部長)
内科・脳神経内科	上村 鉄兵	内科・消化器内科	藤田 穰	内科・糖尿病内科	磯辺 隼人	泌尿器科	宮本 克利
内科・脳神経内科	竹林 佳子	内科・消化器内科	佐伯 翔	内科・糖尿病内科	和又 諒	泌尿器科	後藤 景介
内科・消化器内科	原 睦展 (診療部長)	内科・循環器内科	小島 廉平 (院長)	内科・糖尿病内科	土井 綾乃	泌尿器科	中野 芳紀
内科・消化器内科	瀧川 英彦	内科・循環器内科	横濱 ふみ	外科・総合診療科	和久 利彦 (部長)	眼科	瀧川 泰 (部長)
内科・消化器内科	楠 裕明	内科・循環器内科	吉田 賢司	外科・総合診療科	中井 肇		

- ※1 第2・4月曜日の診察
- ※2 第1・3・5月曜日の診察
- ※3 15:30~16:45までの診察
- ※4 9:00~15:00までの診察
- ※5 15:30~16:30までの診察
- ※6 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。
- ※7 15:00~16:45までの診察

8) ※8

### 【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

※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。

### 【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。  
※外科・泌尿器科は手術の都合で外来診療受付時間  
が変更になることがあります。

9) 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。

10) 診療予約変更は午後から電話等でご連絡ください。

当院は主として  
次の疾患を専門としています

### 内科

神経系の病気(脳神経内科)、循環器系の病気、消化器系の病気を中心に糖尿病内科、呼吸器内科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。

■受付時間 / ● 8:15 ~ 17:30 ※8

■診療時間 / ● 9:00 ~ 12:00 (全科)  
● 15:00 ~ 18:00 (眼科)  
● 16:30 ~ 18:00 (その他の診療科)

■休診日 / ● 日曜日・祝日(全科)  
● 火・土曜日午後(泌尿器科)  
● 月曜日(眼科)

■面会時間 / ● 平日 / 1:00 ~ 19:00  
● 日・祝日 / 10:00 ~ 19:00

当院では人間ドックも行っていきます

● 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

こばたけ びょういん

医療法人 (社) 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>

