

三次地区医師会開業医の先生をご紹介します。

No.32

箕岡内科医院

特 徴

平成16年に先代より継承して三次町で診療を行っています。
患者様に寄り添った丁寧でわかりやすい、地域に密着した診療を目指していきたく思っていますので、いつでもご相談ください。

医療センターへひと言

いつも検査、入院などお忙しい中迅速に対応していただき、ありがとうございます。
日々の診療の支えになっています。今後とも、よろしくお願いいたします。



先生とスタッフの皆さん

取材後記

雨が降りとても寒い日でしたが院内は入り口をはじめ待合室も明るくとてもきれいで心地よい空間でした。箕岡先生、スタッフの皆様も一緒に撮影場所を探していただいたりなど快く撮影にご協力していただきました。お忙しい中ありがとうございました。



診療受付時間

月・火・水・金/ 9:00～12:30
14:00～18:00
木・土/ 9:00～12:30

休 診 日

木・土午後、日・祝日

診療科目

内科、消化器科
循環器科、呼吸器科



広島県三次市三次町1900-1
Tel:0824-62-3183

新型コロナウイルス 感染症に関する 面会制限 について

現在「院内ステージ3」、面会を原則**全面禁止**しております。
※状態悪化・終末期、医師が面会を許可した場合、病院から依頼した場合は人数を制限した上で個別に対応します。
※タブレットでの面会も水・木曜日に実施しています(要予約)。
※荷物の受渡しは、1階ロビーで**13時半～17時(月～金)**となっております。
※タブレット面会は祝祭日を除く。荷物の受渡しも原則祝祭日以外でお願いしていますが、難しい場合はお知らせ下さい。
ご不便をおかけしますが、患者様への感染防止のためご協力をお願い致します。

三次地区医療センター

〒728-0013
広島県三次市十日市東三丁目16番1号
TEL.0824-62-1103
FAX.0824-62-7341

E-mail:info@miyoshi.hiroshima.med.or.jp
ホームページ:http://www.miyoshi.hiroshima.med.or.jp/



三次地区医療センター広報誌



理 念

全人的医療を目指します。
地域密着型の医師会立病院としてかかりつけ
医と連携し、患者様に満足の頂ける医療・ケアを行います。

新年 あけまして
おめでとうございます



新年の挨拶

令和5年1月 年頭にあって謹んで新年のお慶びを申し上げます。

2020年に新型コロナが蔓延して3年が経過し、政府は専門家の意見も踏まえ、今年の5月には感染症法上の位置付けを2類から5類感染症への変更を決定しました。医療・介護の現場には戸惑いも多いものの、当センターでは引き続きしっかりと感染防止対策を継続し、通常診療を通じて地域医療に貢献できるよう頑張っていく所存です。

さて、高齢化率36.4%(令和4年12月31日現在)の三次市においては、脳血管疾患や循環器疾患、とりわけ心不全対策が重要だと思われます。いずれも予防が大切ですが、罹患してしまった場合には早期治療とその後のリハビリテーションを行い、生活の質を高める必要があります。当センターは開設当初からリハビリテーションに力を入れており、現在も県北で唯一の回復期リハビリテーション病棟を運営しています。2022年度からは、広島大学大学院の弓削教授のグループが共同開発された歩行補助具のRE-Gait(リゲイト)を導入し、歩行機能の再獲得に利用しています。まだ使用経験は浅いものの、広島大学と連携を取りながらリゲイトを十分に活用していく予定です。また、心不全急性増悪後のリハビリテーションにも力を注いでいましたが、今後も心不全治療の標準治療として取り組んでまいります。

一方、コロナ禍で「フレイル(虚弱)」が問題として取り上げられる機会が増えてきています。一般的には、加齢による心身の衰えと説明されますが、コロナ禍で身体活動量が低下し、社会とのつながりも希薄となってきたことから、フレイルが進行、あるいはフレイルに陥る高齢者の増加が懸念されています。これを予防するために、医療センターでは地域と協力しながら、「く(食う)で(出る・社会参加)う(動く・運動)」を広めていきたいと考えています。

2023年度も医療センターの強みを活かしながら、職員一同、引き続き地域医療に貢献していきたいと願っていますので、宜しくお願い致します。

三次地区医療センター 病院長 安 信 祐 治

令和4年度 心臓いきいき市民公開講座



今年度の市民公開講座は『くうでるうごく』をテーマとして、12月18日に十日市コミュニティセンターにおいてハイブリッド形式で開催しました。

ところで、皆さん、フレイルという言葉をよく聞くようになったと思いませんか？フレイルとは「加齢による心身の活力の虚弱」のこと、身体的にも社会的にも健康を保ちにくくなっている状態を示す言葉です。心臓が悪いと安静になりがちと

なり、出かけることが減り、食欲もなくなり、まさにフレイルの状態となります。

公開講座では『くうでるうごく』を合言葉として、安信病院長による講演と参加型イベントで市民の皆様にお伝えしました。当日は、三次市食生活改善推進協議会様にご協力いただいた健塩の試食（塩分控えめ+タンパク質）、三次市の食品サンプル展示や庄原市の健塩レシピ「チャレンジクッキング」配布、認知症初期集中支援とのコラボによる認知症チェックや相談、三次市の通いの場で実施している体操「コグニサイズ」の体験などに、多数の市民の皆様にご参加いただき好評を得ました。

今後も心臓いきいきセンターとして市民の皆様へ情報を発信していけるように取り組んでいきたいと思ひます。

心臓いきいきチーム 新川 篤子



門松の意味と由来

当センターで花壇等の管理をお願いしている「花あそび」さんに門松の意味などについて伺いました。

お正月には年神様がやってきます。年神様は特定の宗教神様ではなく、その年の福や徳をつかさどる歳徳神や穀物の神、先祖の霊など複数の神様が一つにまとめられた民間信仰として伝わったものとされています。その神様が家へ来るための目印が門松の役目です。その起源は平安時代とされており、当初は松のみを玄関に飾っていたよう

で、長寿を意味する竹が使われるようになったのは室町時代からといわれています。

門松の松竹梅の意味について、松は古来より神が宿る木と考えられ、竹は生長が早く、生命力や繁栄の象徴、梅は他の花に先駆けて早春に咲くことから、出世や開運の象徴としての意味合いがあり、縁起が良い花とされています。



野菜は元気のたまてばこ

寒い日が続いていますが、そろそろ春の野菜が店頭に並ぶ季節になってきました。春の野菜を取り入れて、季節の味を楽しみましょう。

キャベツ



注目成分
ビタミンC
ビタミンK

キャベツは丈夫な皮膚や血管を作るのに欠かせない、コラーゲンの合成に関わるビタミンCが豊富。ビタミンCは水に溶けるので、生食がおすすめ。春キャベツは葉がやわらかいので生食に向いています。

たけのこ



注目成分
食物繊維
カリウム

たけのこはカリウムが多く含まれています。カリウムは塩分の排出を促し、高血圧の予防効果があります。皮の色が濃いものは日に当たってえぐみが強い可能性があります。

グリーンピース



注目成分
ビタミンB1
食物繊維

グリーンピースは100g中7.7gと野菜の中でも食物繊維が多く、便秘の予防や改善が期待できます。豆ごはんや煮びたしなどグリーンピースを主役として食べてみるのもおすすめです。

とれたて!

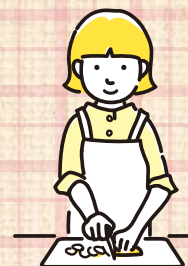
キッチン!

キャベツの香り والع

(84kcal 塩分1.1g/1人)

材料 (2人分)

キャベツ……100g 《調味料A》
しそ……3枚 砂糖…小さじ1
カニカマ……20g ゴマ油…小さじ2
醤油…小さじ2
酢…小さじ1
すりごま…大さじ1



作り方

- ①キャベツは千切りにし、耐熱ボールに入れラップをかける。電子レンジ600Wで2分程度加熱してから、水気を切る。
- ②しそは千切りにする。
- ③ボールに①、②とほぐしたカニカマを入れ、調味料Aで和える。

ーロメモ

千切りキャベツを鍋でゆでる場合は1～2分程度。クタクタになったら取り出します。