

広報誌

てどり

東日本大震災から10年がたちました。
大きな災害を経験すると防災意識が高まります。
10年前のあの地震は100年に一度の大きな地震だといわれました。
今後、千年に一度の地震が起こるかもしれません。
いつどこでどんな災害が起こるかわかりません。
防災訓練に積極的に参加し、過去の経験と教訓を最大限に
活かせるようにしておきたいものです。

シェイクアウトいしがわ 県民一斉防災訓練

各自がどう行動したらよいかをあらかじめ考えたり、安全行動をとる訓練です。
令和3年7月7日(水)午前11時、県民一斉防災訓練が実施されました。
当病院では午後3時に録音放送で訓練をおこないました。

通所リハビリテーションセンター



ショートステイつるぎ



基本理念

私たちは、みなさまの健康な生活を支えるために

- 期待にこたえられる良質な医療・介護に努めます
- 安心・安全で信頼される医療に努めます
- 切れ目のない包括的なケアに努めます



フラワー・フレンドリー・プロジェクト

F F P 活動



令和3年7月19日（月）、白山市立鶴来中学校生徒会より、丹精込めて育てた花をいただきました。



可愛いお花に元気と癒しをもらいます。
ありがとうございます。



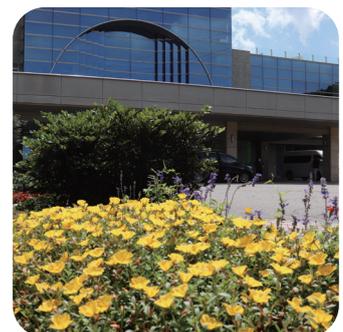
8月26日にはこんなに大きくなって
花をたくさん咲かせています。



今年、つるぎ病院の花壇が新しくなり、花苗を
たくさん植えました。

赤やピンクや黄色、白や青い花がカラフルに、
規則正しく咲いています。

ご来院のおり、これから晩秋にかけて楽しんで
いただきたいです。



6月のフラワーデーで植えた花も
元気に育っています。

インターンシップ体験

令和3年8月3日(火)、石川県立金沢泉丘高等学校2年生5名が当病院でインターンシップ体験をしました。

- 目的 ①医療現場の一端を知り、体験することで、職業に対する理解を深める。
②働く意義や社会人としての使命をつかみ、将来の進路計画の一助とする。

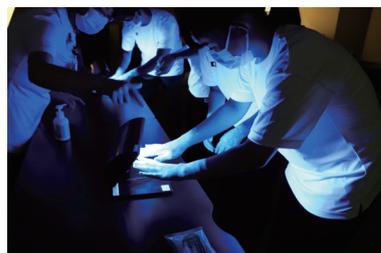
インターンシップとは、学生が興味のある企業などで実際に働いたり、訪問したりする職業体験のことです。実際の業務や働く環境の体験を通じて、業務内容や働くことの理解を深めることを目的としています。



手術室での
模擬手術や電気メス体験



感染研修(感染症の伝播のしくみなど)



臨床検査室見学



先輩医師と意見交換

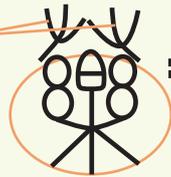


医師を目指す生徒さんたちを応援します。

インターンシップ体験実施にあたり、感染症防止対策を徹底しました。

食べ物は自然の く す り

「並び生えた草」



⇒ 薬 ⇒ 薬

「どんぐりをつけた木 (くぬぎ)」



薬になる食べ物はいろいろあります。体を冷やす作用のある食べ物は夏に採れるものが多いように、季節や旬に、体に良い食材を摂りましょう。

正しい食生活は健康の基本です。毎日何気なく食べているものの性質を知って、美味しく食べて健康になりましょう！



米 (玄米)

白米に比べ玄米は、ビタミン、繊維、鉄分などが豊富で便秘にもよく、しっかり噛んで食べれば、体力もつき体質も改善される。



ネギ

体を温めて発汗させる。
胃腸の働きを高める。
解毒作用、殺菌作用もある。



大豆

胃腸によく、体力をつける。
余分な水分を排出し、便秘にも効果的。
コレステロールを下げ、老化防止にもよい。



山芋

栄養があって消化が良く、整腸作用もある。
虚弱体質の人にもよい。

大根



胃腸によく、消化を助ける。
のどによい。
葉や皮には、ビタミンが豊富。



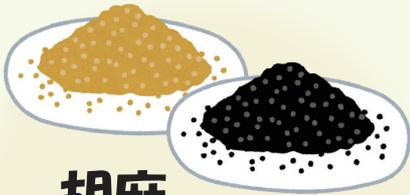
ニンニク

胃腸の働きを助け、
ビタミンの吸収をよくする。



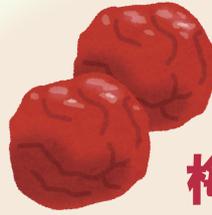
人参

胃腸の働きをよくし、消化吸収を助ける。
体力をつけ疲労回復、肌荒れ、冷え性によい。



胡麻

カルシウムが豊富。
胃腸の働きを高める。
疲労回復。便秘によい。
動脈硬化を予防。



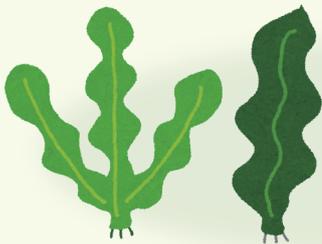
梅干

胃腸に作用し消化を助け、腹痛や下痢、便秘にもよい。
食欲を高める。疲労回復。



生姜

体を温めて発汗させ熱を下げる。
新陳代謝を高め食欲増進作用がある。
冷え性、胃腸が弱い人によい。



海藻

アルカリ性でミネラル、カルシウムが豊富。
利尿作用があり、むくみによい。
高血圧にもよい。



シジミ

肝臓の働きを高める。
目にもよく、皮膚の腫れなどにもよい。



殺菌作用がある。
体の熱をとる。
うがいにもよい。



食欲を増し、消化を助ける。
血液をさらさらにして流れをよくする。
殺菌効果がある。疲労回復にも。



体を温める。
疲労を回復し、体力をつける。
胃腸を活発にする。

栄養のバランスのとれた食事にしませう



殺菌作用がある。

※病気により身体の機能が低下し食事制限がある方は、上記のくすりになる食材も制限されるのでご注意ください。

病院あちらこちら



「あちら」や「こちら」の壁に設置しています。

当病院では、検査室や放射線室、各病室前や廊下飾り棚の壁に九谷焼陶芸作家武腰美恵子氏の陶板作品を100点以上展示しています。

鶴来地区、及び白山ろくの旧河内村、旧鳥越村、旧吉野谷村、旧尾口村、旧白峰村のよく見かける風景が描かれています。

検査時等、ちょっと目をとめていただき、待ち時間が短く感じていただければありがたいです。



陶板の本焼き時にかけられた釉薬が、院内に差し込む朝陽であったり夕陽であったり、その時々^{ゆうやく}の光が作品を照らし、院内を彩りよく飾ってくれます。

キラキラ輝く陶板をお楽しみください。



九谷焼とは・・・「呉須（ごす）」とよばれる黒色で線描き（骨描き）し、「五彩」とよばれる、赤・黄・緑・紫・紺青の5色での絵具を厚く盛り上げて塗る彩法です。

武腰美恵子氏・・・繊細な筆のラインに優しい色合いを加え、女性ならではの奥ゆかしい器を描く女流作家。1999年、公立つぎ病院 白山麓陶板百二十五景陶板製作。



白山ろくで生活される方々が何気なく見かける身近な風景です。
患者さんが病院にいらっしゃってもご近所を感じられるやさしい陶板です。



ご入院中の患者さんのところが安らぎますように。

公立つるぎ病院 9月当直医予定表 令和3年9月1日現在

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			整形外科	リハビリ科	外科	昼間：内科 夜間：内科
5	6	7	8	9	10	11
昼間：整形外科 夜間：整形外科	内科	外科	リハビリ科	整形外科	外科	昼間：内科 夜間：内科
12	13	14	15	16	17	18
昼間：内科 夜間：内科	内科	外科	整形外科	眼科	外科	昼間：内科 夜間：内科
19	20	21	22	23	24	25
昼間：内科 夜間：内科	昼間：内科 夜間：リハビリ科	外科	内科	昼間：内科 夜間：眼科	外科	昼間：内科 夜間：内科
26	27	28	29	30		
昼間：内科 夜間：内科	内科	外科	眼科	整形外科		

9月の「時間外担当医（当直医）」は、左の表をご覧ください。なお、**当直医についてはホームページやスマートフォンサイトでも確認いただけます。**どうぞ、ご利用ください。

公立つるぎ病院
ホームページ



当直時間帯 当直医は、変更になる場合があります。どうぞご了承願います。

開院日 平日：17時15分～翌日8時30分

閉院日 土曜、日曜、祝日：8時30分～翌日8時30分

《外来医師不在のお知らせ9月》で迷惑をおかけしますが、下の表に記載された日時は外来医師が不在となります。変更等がある場合があります。

内 科	■高澤(9/28(火)) ■杉本(幸)(9/2(木)・9/9(木)・9/14(火)~9/16(木)・9/30(木))
小 児 科	■黒田(9/2(木)は伊川医師が代診)
整形外科	■田中(9/1(水)~9/3(金)・9/24(金)) ■有藤(9/17(金)・9/21(火)~9/22(水)・9/29(水)~9/30(木))
眼 科	■瀬川(9/2(木)午後・9/10(金)午後・9/14(火)午後・9/17(金)午後・9/21(火)午後・9/24(金)午後・9/27(月)午後・9/30(木)午後)
耳鼻いんこう科	■加瀬(9/7(火))
皮 膚 科	■中堀(9/3(金)) ■水牧(9/13(月)午後)

公立つるぎ病院 外来診察表

令和3年9月1日現在

診療科目	診察室	月		火		水		木		金	
		午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
ない内 科	3診【初診】	西川	内科医	花岡		高澤		高澤		西川	内科医
	5診	花岡(循)		【呼吸器】 ※高原	内科医	杉本 (幸)		花岡		花岡	
	7診	高澤(腎)	13:30~ 【循環器】 ※藤木	杉本(循) (尚)		10:00~ 【糖尿病・内分泌】 ※内科医	内科医	杉本 (尚)		杉本 (尚)	13:30~ 【腎高血圧】 ※中川
	8診			杉本 (幸)		第2週・第4週 のみ診療をおこ ないます。		【呼吸器】 ※四宮	内科医		
	10診			西川		【脳神経内科】 ※内科医		9:30~ 【消化器内科】 ※内科医			
午前4時で 受付を終了します。				午後4時で 受付を終了 します。		定期ワクチン接種日 火曜日・木曜日 午後1時30分~午後2時30分 予約必要		午後4時で 受付を終了 します。			
しょう 小 児 科		※岡島		※伊川	13:30~ ※谷内江	※横山		※久保	13:30~ ※黒田	※松田	
げ 外 科・胃 腸 科		※外科医		※外科医		※外科医				※外科医	
(内視鏡)		杉本 (幸)		金沢大学 医師		※坂田		金沢大学 医師		杉本 (幸)	
新規受付は10時で 終了します。	1診	有藤		※齋藤		有藤		有藤		※出村	
せい 整 形 外 科	2診	田中		田中		田中		田中		有藤	新規受付のみ
ふ 婦 人 科		※富田				10:00~ ※婦人科医		午前11時で受付を 終了します。			
がん 眼 科		瀬川	予約のみ 瀬川	瀬川	予約のみ 瀬川	瀬川 (手術日)		瀬川	予約のみ 瀬川	瀬川	予約のみ 瀬川
じ 耳 鼻 いん こう 科					14:00~ ※加瀬			午後3時で受付 を終了します。	13:30~ ※山内	午後4時で受付 を終了します。	14:00~ ※近藤
ひ 泌 尿 器 科		三崎				三崎				三崎	午後3時で受付 を終了します。
ひ 皮 膚 科		9:00~ ※水牧または		※伏田						9:00~ ※中堀	※中堀
のうしんけいげ 脳神経外科	8診										【頭痛外来】 第2・4のみ 14:00~ ※笹川
リハビリ科				浦山				浦山			

※印は非常勤医師

受付時間

8時00分~11時45分、12時45分~16時30分

診療時間

8時30分~12時00分、13時00分~17時15分 (開始時間が異なる診療科がありますので、上記の表をご参照ください)
担当医は、手術等のため休診になる場合があります。どうぞご了承願います。