

特集

年頭のぞこ挨拶

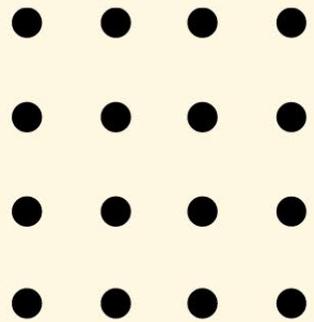


2023  
1

Vol.3

SANTÉ

 サンテ溝上病院



# 2023

## 年頭のご挨拶

あけましておめでとうございます。

脳卒中医療を中心とした地域の皆様の豊かな時間を守る病院として、  
これまで以上に精進してまいりますので、どうぞよろしくお願い申し上げます。

サンテ溝上病院スタッフ一同



新年あけましておめでとうございます。  
サンテ溝上病院は、地域の皆様  
の豊かな時間を守るべく、「ほこ  
れる医療」の実践のため、今年も  
一致団結してがんばります！



理事長・院長  
溝上 泰一朗

原稿は、サッカーワールドカッ  
プドイツ戦の直後に書いています  
が、あの後半の日本代表のよう  
な、全員で同じ目標に向かう、良  
いチームをめざします。

脳卒中医療に関して昨年は、主  
軸であるリハビリテーション医療  
に加えて、脳梗塞超急性期のCT脳静  
注療法や血栓回収療法、頸動脈ス  
テント留置術やコイル塞栓術など  
の脳血管内治療もできるようにな  
りました。

新たな時代に合わせた、新しい  
スタイルの医療への挑戦を続けた  
と思います。

今年もサンテ溝上病院を何卒よ  
ろしくお願い申し上げます。

謹んで新年のご挨拶を申し上げます。  
皆さん方におかれまして  
は、新春を晴々しい気持ちでお迎  
えのこととお慶び申し上げます。  
本年も当院脳卒中チーム一丸とな  
って脳卒中診断・治療を行い、地  
域の皆様健康を守るお手伝いが  
出来ればと思います。



脳血管内科  
上床 武史

何卒よろしくお願い致します。



脳神経外科  
尤 郁偉

新年あけましておめでとうございます。  
今年も先生方や患者さま  
から選んでいただける脳卒中セ  
ンターであり続けるよう、救急外  
来医療に取り組んでまいりたいと  
思います。本年も当センターへ  
ご支援・ご指導のほど賜りますよ  
ろ何卒、よろしくお願い申し上げます。



血管外科  
奈田 慎一

新年明けましておめでとうござ  
います。当院で下肢静脈瘤の手術  
を開始し一年と半年が経過しまし  
た。多くの静脈瘤でお困りの方に  
治療できた事を嬉しく思います。  
今後も安全な治療を目指して取  
り組んでまいります。本年もよろ  
しくお願いいたします。



内科(循環器)  
佐藤 恭一

明けましておめでとうございま  
す。輝かしい年頭にあたり皆様の  
ご健康とご多幸をお祈り申し上げ  
ます。  
今後感染防止対策をしっかり  
と行い、地域の方々に安心して受  
診していただけるような体制を整  
えてまいります。



外科(胃腸・肛門)  
樋口 隆一

新年明けましておめでとうござ  
います。皆さまには、健やかに新  
年をお迎えのことと、心からお慶  
び申し上げます。  
今年も地域の皆さまに、信頼さ  
れる医療を提供することを心がけ  
て行く所存ですので、どうぞよろ  
しくお願いいたします。



整形外科  
野田 明夫

新年明けましておめでとうござ  
います。皆さまにとって、迎えら  
れた新しい年が笑顔に満ち溢れる  
一年になりますよう、心よりお祈  
りいたすと共に、整形外科疾患に  
関しましては、そのお役にたてる  
ように努めて参りますので、どう  
ぞ本年もよろしくお祈り申し上げ  
ます。



看護部長  
森 由美

新年明けましておめでとうござ  
います。昨年は回復期病棟の開設  
や、脳血管治療の整備等スター  
トの年でした。今年も「びんびん  
ん」と大きく飛躍する一年になり  
ますよう、皆さまに信頼・安心し  
て頂ける医療と看護の質の向上に  
向け、努力してまいります。本年  
もよろしくお祈りいたします。



健診センター長  
古川 次男

明けましておめでとうございま  
す。謹んで新年のご挨拶を申し上  
げます。今年も皆さまの健康管理  
のお役に立てるよう、予防医学健  
診センター職員一同邁進いたしま  
す。  
本年も何卒よろしくお祈り申し  
上げます。

# 退院後の生活の「不安」を「自信」に変える 「通所リハビリテーションセンター」

随時  
見学・体験  
受付中

ご予約・お問い合わせ

☎0952-20-0871

担当：石井



## Q 通所リハビリテーションってどんなサービス？

介護保険を使ってご自宅などから通いで利用するリハビリに特化した90分のデイケアです。ご利用時間の中で理学療法士による個別リハビリや、マシンを使っての自主トレーニングができます。



## Q どんな特色がありますか？

病院併設なので、医療との連携がスムーズです。リハビリ専門職が利用者さん一人ひとりに最適なリハビリプランを立案します。専用送迎者による送迎(片道25分以内)があります。下記のような方におすすめです。

- 入浴、食事、レクリエーションなどは不要。短時間でリハビリを重視したい。
- 病院の外来(医療保険)でのリハビリが終了したが、もっとリハビリを続けたい。
- 加齢に伴う運動機能低下の予防を行いたい。

## Q どのような人が対象ですか？

介護保険による要支援・要介護認定を受けている方(要支援1～要介護2の方が多数ご利用中)が対象となります。

## Q 利用したいのですが・・・？

まずは、ケアマネジャーにご相談ください。お住まいの地域や、身心の状態により、サービス提供が可能かどうか、ケアマネジャーを通じて相談できます。





健康セミナーを  
開催しました



11月17日(木)、循誘校区社会福祉協議会主催による健康セミナーを、循誘公民館にて開催いたしました。

当院の血管外科部長である奈田慎一が講師となり、『下肢静脈瘤』をテーマに症状や予防方法、治療法についてお話しさせていただきました。皆さん熱心に耳を傾けてくださり、「先生に一度、診察をしていただきたいです。」とのお声もいただきました。当日は約60名の方にご参加いただき、盛況のうちに終了しました。

今後も地域の皆さまの豊かな時間を守る病院として、皆さまの健康増進に取り組んで参ります。

## information

### 『一次脳卒中センター(PSC)』認定となりました

当院が一次脳卒中センターに認定されました。

一次脳卒中センターとは、24時間365日脳卒中患者を受け入れ、tpa注射やカテーテルによる血栓回収療法などの脳卒中急性期治療を可及的速やかに行える施設のことです。毎年各施設の所属医師や実績により、日本脳卒中学会が認定をおこないます。

サンテ溝上病院は、佐賀市では4番目、佐賀県では9番目の一次脳卒中センターとしてこの度PSCに認定されました。

1人でも多くの脳卒中の患者さんが、豊かな時間を送れるように、これからも病院一丸となって、励んでいきたいと思っております。



## 上衣の着脱がしやすくなる運動



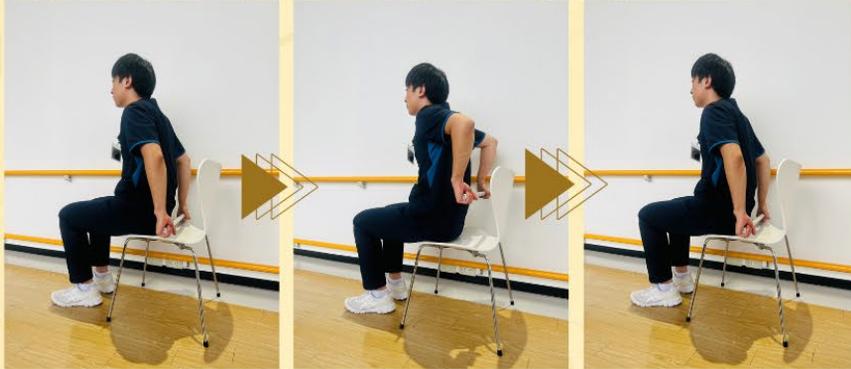
①棒を持ち、頭上から後頭部へ降ろす。

## 足をズボンに通しやすくなる運動



②棒を持ち、太ももの付け根からつま先までで下す。

## ズボンの上げ下げがしやすくなる運動



③棒を持ち、腰の後ろで持ち上げる。

誰でも簡単

# 家トレ

リハビリスタッフ  
おすすめ!!

生活の中に取り入れることで、着替え動作がスムーズになります。まずは1セット10回を目標にチャレンジしてみてください!!

# 棒体操

―着替え動作編―



理学療法士  
大森 克裕

棒がなくても：  
杖やタオルで代用可能

② テープを隙間ができないように斜めにずらしながら巻きます。

① 新聞紙を固く丸めます。  
※棒の長さは50〜70cmがベスト

- 【用意するもの】
- ・新聞紙(チラシなどでも可)
  - ・ビニールテープ
  - ・はさみ

### 棒の作り方

- 一、力を入れすぎない
- 二、呼吸を止めない
- 三、棒は肩幅くらいで持つ



棒体操  
心得三か条

## 旬の野菜を美味しく食べよう！麻婆大根

1人分あたり

エネルギー/117kcal  
塩分/0.4g



### 大根に含まれる主な栄養素と効能

#### ■ イソチオシアネート

抗菌作用、血栓予防、がんの抑制

#### ■ 消化酵素

消化促進、二日酔いの緩和

#### ■ ビタミンC

老化や免疫機能の低下の抑制、美肌効果



同じ材料で豆板醤を除けば炒め煮として、お子さまも美味しく食べれます😊  
豆板醤の代わりに柚子胡椒を入れるのもオススメ♪  
春菊は火を通しすぎると苦みが出るので注意です!!

管理栄養士：田中 智穂

### 材料（4人分）

豚ひき肉	・・・	100g	
大根	・・・	350g (約1/3本)	★ { 水 ・・・ 400ml 鶏ガラだし・・・ 小さじ2 さとう ・・・ 小さじ2 清酒 ・・・ 大さじ2 濃口醤油 ・・・ 大さじ1
しょうが	・・・	15g	
春菊	・・・	50g	
ごま油	・・・	大さじ1	
豆板醤	・・・	小さじ1/2	
水溶き片栗粉	(水30ml+片栗粉大さじ1)		

### 作り方

- ①大根の皮をむき、2cm角のサイコロ状に切る。
- ②しょうがを千切りにする。
- ③春菊を1cm幅に切る。
- ④フライパンにごま油を熱し、豚ひき肉・しょうが・豆板醤を入れ、炒める。
- ⑤ある程度火が通ったら大根を入れさらに炒める。
- ⑥大根が半透明になるまで炒めたら、よく混ぜた★を入れ沸騰させ、灰汁をとる。
- ⑦煮汁が2/3程度になるまで煮詰め、水溶き片栗粉でとろみをつけ、火を止めて春菊を入れて混ぜ合わせる。

### 「健康」がコンセプトの身体に優しいお店。

当院から歩いて15分。佐賀メディカルセンタービル1階に2018年1月オープン。西九州大学グループが運営するレストラン「ラ・サンテ249」さん。定番メニューの他に季節に応じたシェフおすすめメニューもあり、何度通っても飽きさせない豊富なメニューが魅力的。コロナ禍に嬉しいテイクアウトメニューもあり、電話での事前予約も可能だそうです。管理栄養士監修のお野菜たっぷりのバランス食で、心も身体も健康になってみてはいかがでしょうか。

#### Q1.お店のこだわりは？



お米は佐賀県産米を使用し、白米と雑穀米を選べます。食事で健康な身体作りのお手伝いができるお店を目標にしています。

#### Q2.おすすめメニューはなんですか？



「1日分の野菜カレー」です。1日あたりの摂取目標とされる350g<sup>※</sup>の野菜が色鮮やかにトッピングされており、スパイシーなカレーが野菜のうま味を引き立てます。

#### ラ・サンテ249

住/佐賀市水ヶ江1-12-10 佐賀メディカルセンタービル1階  
営/10:30～15:00(平日) LO.14:30

休/土日祝

📍/佐賀メディカルセンタービル駐車場共有

☎/0952-37-1249



メニュー等の最新情報は公式Instagramにてご確認ください。

LASANTE249

SHOP DATA



# 外来担当医

		月	火	水	木	金	土
1	午前	整形外科 野田	整形外科 吉原	整形外科 野田	整形外科 野田	脳外(薄) 劉	整形外科 野田 (第1-2・4土曜) 矢野 翼子助 (第3-5土曜)
	午後	整形外科 野田	整形外科 吉原	整形外科 野田	整形外科 野田		午後休診
2	午前	内科 佐藤	内科 渡部 (受付:11:30まで)	内科 佐藤	内科 佐藤	内科 佐藤	内科 渡部
	午後	内科 佐藤	内科 田中	内科 佐藤	内科 佐藤	内科 佐藤	午後休診
3	午前	外科 樋口		外科 樋口	外科 樋口	外科 樋口	外科 樋口
	午後	外科 樋口		外科 樋口	外科 樋口	外科 樋口	午後休診
3	午前		血管外科 奈田	血管外科 奈田	血管外科 奈田	血管外科 奈田	お問い合わせください
	午後		血管外科 奈田	手術日	血管外科 奈田	手術日	午後休診
4	午前	脳外 溝上	脳血 上床	脳外 溝上	脳外 尤	脳血 上床	午前休診
	午後	脳外 溝上	手術日	脳外 溝上	脳外 尤	脳血 上床	午後休診
5	午前	脳外 古川	脳外 溝上	脳外 古川		脳外 古川	午前休診
	午後	脳外 古川		脳外 古川		脳外 古川	午後休診

◆診療時間 月曜～金曜 午前 09:00～13:00  
午後 14:00～18:00  
土曜 午前 09:00～13:00  
日曜・祝日 休診

◆診療科目  
脳神経外科/脳血管内科/整形外科/内科(循環器)/血管外科  
外科/リハビリテーション科

◆病床数  
総数75床(一般病床25床 回復期リハビリテーション病床50床)



医療法人 同愛会 〒840-0811 佐賀市大財1丁目6-60  
サンテ溝上病院 TEL.0952-24-5251 FAX.0952-24-5261



当院  
ホームページ

SNSもご覧ください >>>



Instagram



Facebook



YouTube