

医療を通じて人と人とのふれあいを広げる

# レスパイト 入院

一時入院

ご家族のご旅行・息抜き・冠婚葬祭などに利用していただけます

- ✓ 点滴、胃瘻、経鼻での栄養をしている
- ✓ 夜間の吸引が必要である
- ✓ 気管切開をしている
- ✓ 褥瘡処置を行なっている
- ✓ 在宅酸素を行なっている
- ✓ 導尿が必要である
- ✓ 膀胱留置カテーテルが入っている
- ✓ ストーマがある
- ✓ 認知症がある
- ✓ 透析をしている

※当院に受診歴のない方は一度ご相談ください

 当院では在宅で左記のリストに該当する方を対象とした  
**一時入院に対応** しています。

# レスパイト入院（一時入院）

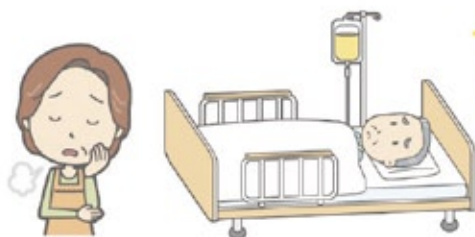
さくら総合病院では、在宅で常時医療管理及び介護が必要な方を対象とした一時入院に対応しています。介護者の事情などにより、一時的に在宅医療や介護が困難となる場合に、**介護負担の軽減**を目的として期間を設けた入院の受け入れを行なっています。今月のHUMANでは、レスパイト入院（一時入院）についてご説明いたします。



## レスパイト入院とは？

在宅で療養されている

**「医療的処置が必要な患者さん」**を医療保険で短期入院を医療機関が受け入れる事です。レスパイト(respite)は英語で「休息」「一時的中断」「息抜き」を意味しており、**ご家族の息抜き・冠婚葬祭・ご旅行など**に利用していただく事が出来ます。



ご家族の介護疲れ    ご家族の急な入院

このような場合に  
ご利用ください



## 対象となる方

- 当院に受診、入院をしたことがあり、在宅で療養中の方
- 下記の医療管理が必要で、介護保険によるショートステイの利用が困難な方

- ＞ 点滴、胃瘻、経鼻での栄養をしている
- ＞ 夜間の吸引が必要である
- ＞ 気管切開をしている
- ＞ 褥瘡処置を行なっている
- ＞ 在宅酸素を行なっている
- ＞ 導尿が必要である
- ＞ 膀胱留置カテーテルが入っている
- ＞ ストーマがある
- ＞ 認知症がある
- ＞ 透析をしている



※当院に受診歴のない方はご相談ください。



## 受け入れ期間

受け入れ期間は原則2週間以内です。次回のご利用まで、3ヶ月空ければ再びご利用いただけます。





## お申込み方法

お申し込み用紙・診療情報提供書などの書類の提出が必要となります。当院地域連携室・かかりつけ医・訪問看護ステーション・ケアマネージャーなどにご相談ください。

### ご利用の流れ



## 費用について

### 70歳未満

医療費	1週間	2週間
3割	75,000円	150,000円
福祉医療をお持ちの方	医療費の負担0円	医療費の負担0円

上記とは別途、食事代(一食460円)+私費分がかかります

※65歳以上の方は1日370円生活負担金が発生します。

※限度額認定証を提示いただいた場合、区分に応じて概算費用が変わります。詳しくは医事課までお問い合わせください。

※あくまで目安の金額になります。月途中で入院し月をまたぐ場合や、限度額認定証の提出があった場合など費用が大幅に変わる可能性がありますのでご注意ください。

### 70歳以上

医療費	1週間	2週間
3割	75,000円	150,000円
2割	50,000円	100,000円
1割	25,000円	50,000円
福祉医療をお持ちの方	医療費の負担0円	医療費の負担0円

上記とは別途、生活負担金370円+食事代(一食460円)+私費分がかかります

※あくまで目安の金額になります。月途中で入院し月をまたぐ場合や、限度額認定証の提出があった場合など費用が大幅に変わる可能性がありますのでご注意ください。



お問い合わせ

さくら総合病院 医療福祉サポートセンター

TEL.0587-95-0015 FAX.0587-95-8624

担当: 地域連携室 福島 (月~金 9:00~16:00)

※上記以外の時間帯は医事課 0587-95-6711(代表)にお問い合わせください。土日・祝日もご相談受付可能です。

レスパイト  
入院申込書  
PDFダウンロード  
はこちら





## 当院開院40周年を迎えて

病院長 小林 豊

1980年10月3日、それは当院の前身である「大口外科クリニック」が産声を上げた日。時代と共に歩んで迎えた2020年。地域の住民の皆様、圏域の病院や診療所の皆様、行政や各企業の皆様、消防・警察関係の皆様、そしてこれまで当院を支えてきてくれたスタッフの皆様。皆様のおかげで当院は40周年を迎えることができました。改めて、皆様に厚く御礼申し上げます。



40年の歴史の中で、当院は常に前を見て、地域の求めるものは何か、社会は何を必要としているかを模索して事業展開してきました。最初の30年は規模と事業の拡大に尽力し、時代のニーズに即した医療法人としての成長をして参りました。ここ10年は内容の充実と成熟を目標に進んでまいりました。提供する医療と看護の質の向上という観点で、着実に改善と改良を進めるために改革を断行いたしました。40年という時間を要して、未だ成長途上の病院ではありますが、ようやく患者さんやご家族にご満足いただける病院となりました。

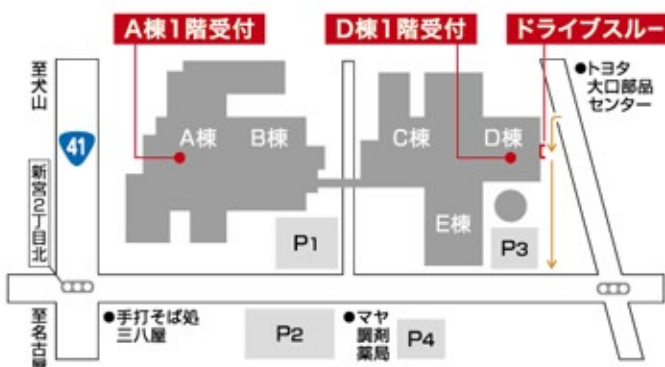
いい病院とは何か、という壮大な問いに対して、多くの賢者が「患者の満足度」というものを挙げます。しかし、

今の時代、働くものの我慢と苦痛の上にはこれはなし得ません。やはり働くものの笑顔とやりがい、最終的には利用する皆様の満足度に帰結する、と考えています。この10年で当院のスタッフの離職率は著明に下がり、いよいよ教育が行き渡る素地が出来上がりました。提供できる医療の質も公的病院に勝るとも劣らないものも増えてきました。例えば、リハビリテーションは以前は急性期医療が終わった後に提供すると思われていましたが、今は急性期医療と同時進行で質の高いリハビリテーションを提供することが求められており、この点においては、当院の尾張北部最大のリハビリテーションセンターはこれを可能にしており、他の病院ではリハビリテーション部門の規模から、これが叶わずにいます。レベルの高い手術や治療とリハビリテーションは自転車の両輪なのです。

2020年、これは世界中どこでも、そして誰にでも「コロナの年」として記憶と記録に残る年でしょう。世界中が苦しむ中で、我々医療機関に何ができるのか、そしてどうしなくてはならないか、が問われ、壁にぶつかった年でした。しかしながら、我々医療機関は皆様のインフラであり、項垂れている暇などないのです。スタッフ一同、鉢巻を締め直して、万全な体制で患者さんをお迎えして行かなくてはなりません。当法人の理念である『断らない医療』を通じて、安心安全な医療・療養環境を提供する」という使命と約束を果たすべく、前に進んでいきます。

### 夕診は16時から受付可能です

A棟・D棟共に16時から夕方診療の受付が可能です。  
\*16時以前の夕診受付は行ないません。(歯科口腔外科は除く)



### 電話再診による処方箋発行をご利用ください(ドライブスルー)



下記の受付時間に定期受診されている診療科までお電話いただき「電話再診」希望の旨をお伝えください。

受付時間 / 午前 9:00~12:00【月-土】  
午後 17:00~19:30【月-金】

電話番号 / 0587-95-6711(代)



### 認知症について | 認知症は「病名」ではなく「状態」です

認知症は「病名」ではなく「状態」であり、「加齢によるもの忘れ」と「認知症」は違います。

#### 加齢によるもの忘れ

##### 体験の一部を忘れる

- ヒントがあると思い出せる
- 時間や場所は正しく認識できる
- 日常生活に支障はない

#### 認知症のもの忘れ

##### 体験全体を忘れる

- ヒントがあっても思い出せない
- 時間や場所などの認識が混乱
- 日常生活に支障がある

認知症の原因となる病気は60種類以上、認知症の約7割はアルツハイマー型認知症です。その他、血管性認知症・レビー小体型認知症・前頭側頭葉変性症などが「四大認知症」といわれています。

認知症の症状があっても、もとの病気を治療することで治ることもあります。これらの病気を早期発見し、治療をするためにも、お早めの受診が大切です。

### さくら総合病院の取り組み

#### もの忘れ外来

● もの忘れには加齢によるもの、認知症の初期段階のものがあり、早めの受診が大切です。もの忘れ外来では、ちょっとしたもの忘れが認知症によるものかどうかを確認します。



※その他、入院患者さんに向けた院内デイケアや、患者さんやご家族が、症状や今後の生活についてお悩みがある場合のご相談、介護保険や利用できる制度などの福祉サービスのご紹介を行なっています。

もの忘れ外来の性質上、初診はゆっくりとお話を伺い、認知機能を評価するテスト、検査の予約等を行いません。通常の診察より時間がかかりますので予約制にさせていただきます。受診の予約は、当院地域連携室で行なっています。(平日13:00~17:00)

#### 認知症ケアチームによる入院患者支援

- 認知症を患う方も安心して入院治療を受けられるよう、多職種で結成した専門チームがケアにあたっています。
- 質の高い医療サービスの提供と、安心した療養生活を送ることができるようサポートしています。

安心して生活ができるように  
**もの忘れ外来**  
tel.0587-95-6711



#### 介護の仕事



### 介護ストーリー KAIGO STORY

老人保健施設  
さくら荘

#### コロナ禍において 施設職員としてできること

施設での面会制限が始まって約6か月が経過しました。それまでは、家族の面会で日々の出来事を話したり、おやつと一緒に食べたりと心の交流を図れる機会がありました。しかし、今はそれが自由にできなくなり、いつも寂しそうな目をしていたり、感情を押し込めている表情も見かけます。

その中で施設職員としてできることは、話を傾聴し、不安を少しでも和らげること、家族との面会時間を設けることでした。

そして今、この期間を通して家族といつでも顔を合わせて話ができることがどれだけ幸せかを深く感じています。だからこそ、少しずつでも以前のように季節行事や他者交流を持つ機会を設け、日常の「当たり前」を取り戻せたら…と感じています。



## 寒暖差疲労にご注意ください | 季節の変わり目は要注意です

秋から冬になるにつれ、寒さが増してきました。季節の変わり目は体の不調が出やすくなります。

体温は、体温を上げる交感神経、体温を下げる副交感神経、これら自律神経の働きで調節されています。寒暖差が大きくなると自律神経のエネルギー消費が増え、疲労が蓄積します。これを寒暖差疲労といいます。

寒暖差疲労をためないためには

室温を快適な温度に保ちましょう。外出時は上着を着るなど、暖かい服装で体温を調整しましょう。

ウォーキングなど適度な運動習慣をつけ、代謝を上げましょう。そして1日3食、バランスのとれた食事を摂り、良質な睡眠を心がけましょう。



### 個別検診のご案内

2021年  
1/30(土)  
まで実施

## 大口町 がん検診

大口町内にお住まいで、勤務先などで検診を受ける機会のない20歳以上の方が対象となります  
「要精密検査」が出た場合は、より詳しい検査が必要となります

### 胃がん検診

胃部X線検査:2,000円  
20歳以上(H13.4/1以前生まれ)

### 大腸がん検診

便潜血検査:500円  
20歳以上(H13.4/1以前生まれ)

### 肺がん・結核検診

胸部X線撮影:500円  
20歳以上(H13.4/1以前生まれ)

かくたん細胞診検査:1,000円  
50歳以上で1日喫煙本数×  
喫煙年数が600以上の方

### 乳がん検診

超音波検査:1,500円  
20歳以上(H13.4/1以前生まれ)

マンモグラフィ検査:1,500円  
和暦偶数年生まれの35歳以上  
(S61.4/1以前生まれ)

## さくら総合病院 健康チェック (健康診断・人間ドック)

ニーズに合わせた6コースをご用意!健康診断(A・B)コース、人間ドック(C・D・E・F)コースよりお選び頂けます。オプションの組み合わせなど、お気軽にお問い合わせください。



オプション:内視鏡検査、脳ドックセット、乳がん検診セット、CT検査、腫瘍マーカー、骨密度検査、血圧脈波検査、超音波検査、甲状腺セット

## さくら総合病院 人間ドック (FULL COURSE PLAN)

1泊2日  
コース

快適な環境で受ける人間ドック。MRI・CT・X線などを用いて全身の検査を多角的に行ない、疾患を発見します!毎日を安心して過ごせるよう、人間ドックをお役立てください。



お問い合わせは tel.0587-95-6711

## インフルエンザ予防接種について

新型コロナウイルスの流行から、感染症への関心が高まっており、今年は予防接種を受ける方が多いように思われます。予防接種を受けることで感染後に発症する可能性を抑え、発症した場合の重症化を防ぐなどの効果が期待できます。

### 予防接種を受ける時期は?

例年12月~3月頃が流行時期になりますので、12月中旬までの接種が望ましいです。また、ワクチンは毎年型が異なるため、毎年の接種をお勧めします。

### インフルエンザを予防するには

流水・石鹸による手洗いとアルコール製

剤による手指衛生を徹底しましょう。

空気が乾燥しやすい冬場は、喉の調子を整えるためにも室内を適切な湿度を保ちましょう。そして抵抗力を高めるためにも、バランスのよい食事と十分な睡眠を心がけましょう。

流行時期になり、体調不良を感じる場合は不要不急・人混みの多い場所への外出は控えましょう。

医療 **AtoZ**  
ヘルスケア NO.45





### 9月30日

#### デイケアセンター御嶽 クラフトバンド手芸

本日のクラフトバンド手芸ではカエルの小物入れ作りにチャレンジしました!

眼の位置や腕のポーズなど、制作者の個性あふれる可愛い作品が完成し、お互いに讚えたり拍手したりなど和気あいあいとした楽しい教室となりました。



### 10月6日

#### デイケアセンター御嶽 絵手紙教室

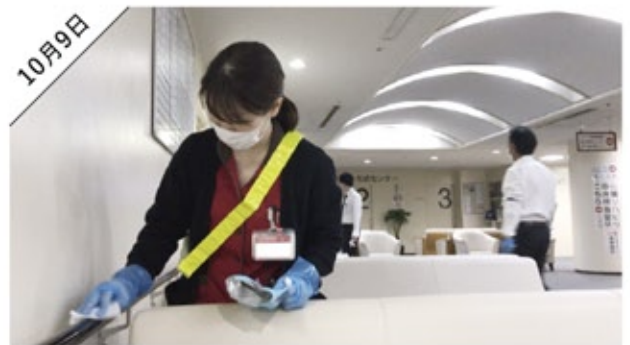
芸術の秋、デイケアセンター御嶽にて10月度の絵手紙教室を開催しました。初めて参加される方も一生懸命に筆を走らせ、沢山の力作が完成しました。今後も各種イベントを行ないますので、お気軽にご参加ください。



### 10月7日

#### 第22回 日本医療マネジメント学会学術総会

第22回 日本医療マネジメント学会学術総会にて、小林豊病院長の講演「地方民間中規模病院の抱える大きなリスクを回避するための新しい試み」が行なわれました。右記リンクから視聴いただけます。ぜひご覧ください。



### 10月9日

#### 環境美化運動 院内清掃

10月度の環境美化運動を実施しました。病院入口のガラスから、感染症予防として車椅子・ソファ―・手すりなどを清掃しました。さくら総合病院は夕方・夜間・休日(土日祝)、24時間365日年中無休で対応しております。お困りの場合はご来院ください。



### 10月22日

#### 院内勉強会 治療を支える栄養管理

栄養管理センター 管理栄養士による勉強会を行いました。テーマ:治療を支える栄養管理(▶栄養管理業務について、▶病院給食の役割、▶チーム医療の一員として) 栄養管理は全ての医療の基本になります。今後も患者さんのために寄り添う医療を目指していきます。

## 肺炎球菌の予防接種 ご希望の方へ

当院では肺炎球菌の予防接種をご希望の方に予約なしでワクチン接種を実施して参りましたが、肺炎球菌ワクチンの入荷に制限がかかるようになってきましたので、今後は、予約制に変更させていただきます。

肺炎球菌の予防接種をご希望の方は、  
平日13時~17時の間に  
当院代表 0587-95-6711 にご連絡いただき、「肺炎球菌の予防接種希望」の旨をお伝えください。担当の者より、予約取得可能かどうかお伝えさせていただきます。

なお、その他の予防接種についても予約制で実施しておりますので、ご希望の方は事前にご連絡いただきますようお願いいたします。

# さくら総合病院 無料巡回バス 変更のお知らせ

2020年11月より  
新ルート・新時刻表で  
運行いたします。



2020.11月



美肌  
美白  
肩こり  
疲労回復

美肌・美容・老化を遅らせる  
疲労回復にも

## プラセンタ療法

プラセンタが活性酸素を除去・排泄し、  
肌の新陳代謝を促進。  
美肌・美容・疲労回復に  
高い効果が期待できます。

サブリも  
あります！

**1回 2,000円** (税別)  
※肝疾患のある方は保険適応

[JBPポーサイン100]  
**1箱 10,000円** (税別)

ご予約 ☎0587-95-6711

プラセンタ療法についてのご質問・お問合わせ・  
ご予約など、お気軽にお電話ください。

**治療法**

性別・年齢問わず、  
健康と美容を求める方におすすめです。  
注射、またはサプリメント、お好きな  
治療法をお選びいただけます。

## はじめまして

9月に入職した職員



ケアスタッフ  
**小川 栞莉**  
Ogawa Shiori  
ご利用者様に寄り添った  
介護ができるように頑張  
ります。



入浴介助  
**鏡宮 真麻**  
Kaganomiya Maasa  
精一杯頑張ります。  
よろしくお願いいたします。

## 求人募集 「やりがい」が「生きがい」に

- 看護部門 あなたの熱意を求めています

---

- 医療技術部門 明日への暮らしを支えるお仕事です


---

- 事務職員  
他職種からの転職大歓迎！医療の現場で力を発揮しませんか？

さくら総合福祉センター  
一緒に支えよう。みんなで支える。明日への暮らし

医療法人 医仁会 さくら総合病院  
採用情報

各職種の詳細はこちらからご覧ください







## リハビリ健康体操

先月に続き脳卒中の後遺症の方に向けた自主トレを紹介します。

立ち上がりの自主トレを行なう際、回数よりも運動の質を重要視することが大切です。脳卒中後遺症で悩んでいる方は運動・感覚麻痺、いずれにおいても麻痺側へ体重や重心を預けることが難しくなります。今回は麻痺側に体重を乗せるトレーニングを紹介します。

### 麻痺側の足を引いた立ち上がり



1 麻痺側の足を後ろへ引き、姿勢をまっすぐに。麻痺側のお尻や足先・踵を意識する。



2 テーブルに手を置いて、麻痺側の足に体重が乗ることを意識しながら、ゆっくりと立ち上がっていく。



3 目線はまっすぐに、胸を張って立つ。すぐに座らず、きれいな立位姿勢を意識する。

### 膝立ち



1 支持物を利用し、両膝を床につけた状態で体をまっすぐに。



2 麻痺の無い方へ体重を移動し、麻痺側の膝が浮くようにする。



3 麻痺側へ体重を移動し、麻痺の無い方の膝が浮くようにする。これを交互に繰り返す。



### ワンポイント

支持物なしでも膝立ちができる人は手離して行ないましょう。膝を浮かすことができれば、体重移動だけでもいいです。膝を痛めないように柔らかいクッションなどを利用しましょう。このトレーニングで股関節・膝関節・体幹の協調的な動きが鍛えられます。

患者さん図書館  
さくらの森通信  
月-金 10:00~12:00  
13:00~15:00



今月の  
図書紹介  
Book of the Month



### 今月の図書紹介

健康ライブラリー イラスト版  
**狭心症・心筋梗塞  
から身を守る**

木全 心一  
監修

心臓は1日に約10万回も収縮と拡張を繰り返し、全身に血液を送り出しています。このポンプ機能は、心臓の筋肉がしっかり動いていることで成り立っており、心臓の筋肉(心筋)に酸素や栄養分を送り届けるための血管が動脈硬化などの原因で詰まってしまう病気が心筋梗塞です。血液供給が一時的に悪化するものが狭心症です。

心臓を守るために、どんな点に気をつければよいのか、何をどう変えていけばよいのか、生活習慣や食事法を紹介しています。自身でコントロールして心臓を守る情報が満載の一冊です。

医療・治療・検査・薬に関する医学書や小説などの一般書、DVD・パンフレットの他にインターネットによる医療情報の検索も可能です。ぜひ、お気軽にご利用ください。▶さくらの森:C棟2F 脳卒中脊椎脊髄センター前

# MENTAL GYMNASTICS

## 頭の体操

### クロスワードの解き方

- 1) タテ、ヨコ、それぞれの問題を解きましょう。枠にはカナが入ります。  
 2) 色枠に入った文字をAからFの順に並べると、なんと何という言葉になるでしょう？  
 \*ヒント: 様々な原因で脳の神経細胞が破壊・減少し、日常生活が正常に送れない状態になることをいいます。

答:

A	B	C	D	E	F
---	---	---	---	---	---

### 横のカギ

- 草は、北米産で背の高いキク科の多年草です。
- 「—く」は太陽と月が重なり、リング状に見える日食です。
- 中日鉄壁の二遊間「アライバ」は荒木・井—、2人の愛称です。
- 醤油・塩・味噌・豚骨・台湾などの味が豊富な国民食。
- 身にまとうものの総称。
- 石鹸や洗剤が油污れを落とすのは—剤の働きです。
- リスクマネジメントともいい、損失等の回避や低減を図ること。
- ケリーバッグやパーキンなどで有名なフランスのブランド。
- 幕末、グラバーは—人として船や武器を輸入していました。
- 選挙で選ばれ、議会を構成する者を「—ん」といいます。
- かけっこの合図「位置について、—ドン」。

### 縦のカギ

- 存在を示そうと、わざと咳をすること。
- 狩猟民族は動物や魚を—、食糧を得てきました。
- ユーザー—は、PC・スマホの操作画面や方法を指します。
- ワキ汗が多く出ることを、腋窩—ん症といいます。
- 次々と、めまぐるしいさま。—時代の流れ。
- 古代中国で発達した文語体の文章。
- 感染症対策として、—い禁止とさせていただきます。
- 「傷だらけの天使」で弟分が萩原健一さんと呼ぶ時の台詞。
- 「ジン—」は、北海道を代表する郷土料理です。
- 神輿などを大勢で担ぐときに発するかけ声。
- 骨折や脱臼のときは、三角巾などで腕を—ます。
- 小野—尉は戦後29年を経て、ルバン島から帰還しました。
- 大須演芸場は落語や漫才などの—が楽しめます。
- 国同士で条約を結ぶ際に署名したり、押印すること。
- お医者さんの正式な呼び名。

1	8	10	12	15	17	20	22
2				A			C
3			13				
4		11			18		F
5				16			
6	9		14			21	E
7					19		23
							D

### 数独の解き方

- タテ9列、ヨコ9列のそれぞれに1から9までの数字が1個ずつ入ります。
- 太線で区切られた3×3の枠内(マスは9個)にも1から9までの数字が1個ずつ入ります。
- タテ・ヨコ、枠内で同じ数字が重複して入ることはありません。

#### 問題 1

難易度 ★

	5	3		1	7			
2	7		8				5	4
9		3		7			6	1
7					8		4	
	8			2			3	
3		4		5	7	2		9
	3		7			9		8
5				8			2	
6	9		2		4	5		

#### 問題 2

難易度 ★★

5				3		7		6
	3	6	7				5	8
	8		5		6		2	
		5		1	2	9		4
3			9			8		
	6			8				1
	4				7		1	2
2	9		4		3		8	
	5	8	2			4		3

## シチューの効能

いまや冬の定番メニューといわれるシチュー。鍋一つで作れて、小さなお子様から大人まで美味しく頂ける煮込み料理です。煮込まれているので消化にも良く、体の中から温めて胃の働きを促します。また、スープにとけ込んだ栄養分も汁ごと食べれるので、ビタミン・ミネラル・食物繊維などバランスよく摂取できます。

## カルシウムを摂るならクリームシチュー

材料の牛乳にはカルシウムが豊富に含まれています。じゃがいもと一緒に摂ることでカルシウムの吸収がさらにアップします。

## 抗酸化作用のあるビーフシチュー

デミグラスソースはワインやトマトから作られます。ワインに含まれるポリフェノールや、トマトに含まれるリコピンには、強い抗酸化作用があります。活性酸素を除去し、生活習慣病の予防に役立ちます。



## 美味しくいただくコツ

シチューを作るときは、鶏肉や野菜を最初に炒めましょう。肉の表面を焼くことで旨味を封じ込め、美味しく出来上がります。また、調理に使う油を控えめにすることでヘルシーに仕上がります。

## 旬を食す

秋に収穫される旬の食材

## ブロッコリー

ビタミンC・カリウム・葉酸が豊富に含まれており、美肌効果や免疫力を高める効果が期待できます。また、茎の部分の方が栄養価が多く含まれています。



## マッシュルーム

低カロリーな食材ですが栄養素が多く、旨味成分のグルタミンが豊富に含まれています。免疫力を高め、消化を助ける働きがあります。



## ニンジン

ニンジンに含まれるカロテンは、免疫力をアップし風邪予防に良いとされています。美肌・アンチエイジング効果や疲れ目の解消など様々な効果が期待できます。



※写真はイメージです。

さくら'sキッチン

SAKURA'S  
KITCHEN

さくら総合病院  
栄養管理センター監修



HEALTHY RECIPE

体の中から温め、栄養をバランスよく摂取できる料理です。

## ブロッコリーのホワイトシチュー

[ 材料 ] (5皿分)

- シチューのルー.....1/2箱
- ブロッコリー.....1個
- マッシュルーム.....1パック
- ニンジン.....1本
- タマネギ.....大1個
- 鶏もも肉.....300g
- 牛乳.....150ml
- 水.....700ml
- サラダ油.....大さじ1
- 塩・胡椒.....少々

[ 調理方法 ]

- 1 マッシュルームは薄切りに、ブロッコリー・ニンジン・タマネギ・鶏肉を一口大に切る。ブロッコリーは固めにゆでておきます。
- 2 鍋で油を熱し、鶏肉の色が変わるまで炒めたら、ブロッコリー以外の野菜を入れて炒めます。水を入れ、具が柔らかくなるまでアクを取りながら弱火で煮込みます。
- 3 火を止めてルーを入れ、弱火で牛乳とブロッコリーを入れひと煮たちさせます。塩・胡椒で味を調えて完成です。



毎日家で  
簡単注射

抗肥満薬  
サクセンダ

家で楽に痩せやすい体質に!  
お医者さんと一緒にダイエット

体質改善  
すこ や  
**健痩せ**

with 



**1本 20,000円**(税別)  
採血:(初回のみ) 6,000円(税別)  
採血は旅行前に必ず実施させていただきます。  
※直近2ヶ月以内にHbA1cを含めた採血あれば免除

治療法 **注射**

ご予約 ☎ **0587-95-6711**

健康痩せについてのご質問・お問い合わせ・  
ご予約など、お気軽にお電話ください。



アメリカ、EUなど  
世界各国で認可! **食欲抑制剤**

こんな方におすすめ!

- 運動が苦手で長続きしない
- 間食が多く、夜食がやめられない
- 食事がストレス発散になっている
- 忙しすぎてダイエットに取り組みない
- ダイエットするたびに、いつもリバウンドする
- 痩せたい気持ちはあるが、つつい食べ過ぎる

**減量**





**保険  
適応**  
※重症度による

女性も男性も日常でお困りのワキ汗  
総合病院で解決

ボツリヌス療法

**ワキ汗外来**



**豊富な  
実績**  
★★★★

**保険  
適応で**  
3割負担の場合

**25,270円**  
診察料、注射手技料、  
麻酔クリーム1本450円が含まれます。

2回目～(保険適応で3割の場合) 24,820円  
※麻酔クリームを持参した場合[麻酔クリーム1本で2～3回分]  
足りなくなった場合には新たに購入が必要になります。

ご予約 ☎ **0587-95-6711**

ワキ汗外来についてのご質問・お問い合わせ・  
ご予約など、お気軽にお電話ください。



ワキ汗外来では、  
**ボツリヌス療法**を用いて  
**腋窩多汗症の治療**を行なっています。  
えきかたかんしょう

総合病院で受ける安心・安全なボツクス注射をぜひご利用下さい。

当院では基本的に  
片ワキに対して50単位/回、  
両ワキで100単位/回を投与しています。

さくら総合病院 SNS



facebook





twitter





instagram





LINE



**頭の  
体操**

**クロスワード** 解答

認知症患者さんに向け、もの忘れ  
外来での診断・治療、認知症ケア  
チームによる入院患者支援などを  
行なっています。

ニンチシヨウ

セ	イ	タ	カ	ア	ワ	ダ	チ
キ	ン	カ	ン	ニ	ツ	シ	ヨ
バ	タ	ク	ブ	キ	シ	ヨ	ウ
ラ	ー	メ	ン	ク	ヨ	ウ	イ
イ	フ	ク	ギ	イ	ン		
	エ	ル	メ	ス	ヨ		
カ	イ	メ	ン	カ	ツ	セ	イ
リ	ス	ク	カ	ン	リ	シ	

**数独** ナンバス 解答

問題 1

8	5	6	3	4	1	7	9	2
2	7	1	8	9	6	3	5	4
9	4	3	5	7	2	8	6	1
7	2	9	6	3	8	1	4	5
1	8	5	4	2	9	6	3	7
3	6	4	1	5	7	2	8	9
4	3	2	7	6	5	9	1	8
5	1	7	9	8	3	4	2	6
6	9	8	2	1	4	5	7	3

問題 2

5	2	9	1	3	8	7	4	6
4	3	6	7	2	9	1	5	8
1	8	7	5	4	6	3	2	9
8	7	5	6	1	2	9	3	4
3	1	2	9	7	4	8	6	5
9	6	4	3	8	5	2	7	1
6	4	3	8	9	7	5	1	2
2	9	1	4	5	3	6	8	7
7	5	8	2	6	1	4	9	3