

HUMAN

Vol.404 | 2025.12

医療を通じて人と人とのふれあいを広げる

医療ヘルスケア

ATOZ

冬に気をつけたい体調管理

寒さの前に
対策を



AtoZ

冬に気をつけたい体調管理

寒さが厳しくなってきました。気温の低下は冷え性や寒暖差疲労を引き起こす要因になります。また、空気の乾燥は感染症や肌トラブルにつながります。手洗い・うがいでしっかりと対策し、身体を暖める入浴や食材をとって免疫力を高めて冬を乗り切りましょう。

すぐに行なえる感染対策
手指衛生

病院では様々な業務を行なう多数の職員が勤務しています。普段から様々な感染対策を行ないながら、スタッフ一丸となって診療を運営しております。

院内においては多様な感染症に対応するため、感染経路ごとに感染対策を行なっています。今回はどんな職員でも行なっている・行なえる感染対策についてお話しします。

まずは「手洗い(手指衛生)」です。基本的な感染対策ではありますが、基礎であり非常に重要な感染対策となります。誰でもできることですので、是非心がけて頂けたらと思います。他にも、うがいやマスクの着用、人混みの中に行かないなど、すぐにできる感染対策は沢山あります。

病院で行なう感染対策は患者さんを守り、スタッフを守り、自身を守るために行なっています。皆さんもできる感染対策を行なって生活し、ご家族や共に過ごす方々、ご自分を守りながら穏やかな生活が送れるように、さくら総合病院は様々な情報を今後も提供して参ります。

毎週金曜日に更新中!



さくら総合病院
@sakura-general-hospital

効果的なうがいのやり方で
感染症を防ぎましょう

感染症予防には手指衛生のほか、うがいも重要です。うがいを行なうことで口内に付着したウイルスを洗い流せます。寒い時期は空気が乾燥しやすく、鼻や喉の粘膜にウイルスが付着して腫れや痛みを引き起こします。こまめにうがいを行なうことで、喉を潤し、炎症を抑え、喉の痛みを和らげることができます。また、口の粘膜の分泌を促して口腔内を洗浄し、口内を清潔にすることで口臭を抑える効果も期待できます。

効果的なうがいのやり方です。1日3〜4回、口と喉を洗い流すことを意識してゆずぎましょう。感染症や虫歯を防ぐためにも、口の中や喉が乾燥していると感じたら、うがいをこまめに行ないましょう。

1) ブクブクうがい

口に水を含み、口の中の食べカスを取り除くよう、頬や唇と歯の間にも水を行き渡らせ、強めに15秒ブクブクゆずぎます。

2) ゴシゴシうがい

口内の天井部分に舌を付け、前後にゴシゴシすり合わせて舌の前側の汚れを取ります。15秒行ないましょう。

3) ガラガラうがい

斜め上を見ながら15秒ガラガラうがいを行ない、舌の中央の汚れを取ります。

4) ア〜オ〜うがい

上を向いて「ア〜オ〜」と声を出しながら15秒ガラガラうがいを行ないましょう。喉の奥の汚れを取りやすくなります。

◆ 緑茶や紅茶、塩水も効果的です

緑茶や紅茶に含まれる成分にはウイルス粒子を凝集させて感染力を失わせる抗菌作用があり、風邪予防に効果が期待できます。塩水は抗菌・脱水作用があり、喉に炎症を起こして痛みがある場合など発症後でも効果があります。

入浴は免疫力アップによいですか？



免疫力を高めるために身体を温める入浴は実に効果的です。体温を1度上げることで免疫力は5～6倍になるといわれています。入浴によって代謝が上がることで血液やリンパの流れが良くなり、免疫細胞の働きが活発になるためです。また、腸の活動も良くなる、睡眠の質が上がるなどのメリットもあります。

◆効果的な入浴方法

体温を上げるためには、40度位の熱すぎないお湯に10～15分ほど肩まで浸かって、身体の芯まで温める全身浴が効果的です。体をじっくり温めることで、緊張をほどきリラックス効果も期待できます。

入浴後は身体を冷やさないことが肝心です。入浴後は体をすぐに拭き、髪を完全に乾かしましょう。また、血液をドロドロにしないためにも、入浴前後にはコップ1杯の水分補給を行ないましょう。

寒暖差疲労を感じたら



季節の変わり目は朝晩の気温差が大きくなり、疲れを感じたり体調を崩しやすくなります。体温の調節には自律神経が関わっており、体温を上げる交感神経と体温を下げる副交感神経の働きによって調節されています。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ることで、疲労が蓄積します。これを寒暖差疲労といいます。

◆無理をせず休みましょう

身体の冷え/眠気がある/疲れやすい/など、を感じたら無理をせず体を休ませましょう。免疫力が下がり、感染症などの病気になりやすくなります。

◆予防と対処法

1日3食、とくに朝食は必ず食べましょう。

就寝中に下がった体温を上げ、自律神経を整えてくれます。ストレッチやウォーキングなど、ゆっくり長くできる運動で身体の代謝を上げるのも効果的です。まだまだ寒い日が続きます。十分な睡眠をとり、入浴で体を温める・暖かい服装で調節するなど寒暖差疲労をためないために、体を冷えから守りましょう。



寒くなるとなぜ体が痒くなるの？



冬は寒さや皮膚の乾燥によって痒みを感じやすく、加齢により体の水分量が減る中高年に多くみられます。暖房器具を使うことで空気中の水分量が減少し、湿度が下がって室内や皮膚も乾燥してしまいます。皮膚が乾燥すると、外からの刺激を受けやすくなり、痒みを感じる感覚が増していきます。

◆痒みを抑えるための対策

真冬に入り、症状がひどくなる前から肌の手入れを心がけましょう。入浴は40℃以下にして長湯を避けましょう。体はゴシゴシこすらないこと。入浴後は早めに保湿剤を塗りましょう。室内の湿度を保つために加湿器を使ったり、洗濯物や濡れたタオルを干すだけでも効果がみられます。体温を上げる飲酒や辛い食べ物は、痒みのあるときは避けましょう。痒みが治まらない・痒み止めが効かない場合は、他にも原因があるかもしれません。痒みが続く場合は検査をおすすめします。

冷え性の原因と対策について



気温が下がり、寒気や手足の冷えを感じる季節になりました。女性の多くは10月から3月頃まで、冷えを感じているそうです。「冷えは万病のもと」といわれ、様々な病気を引き起こすこともあります。冷え性の原因のひとつに血行不良があり、手足の末端が冷える末端冷え性が起こります。女性は男性に比べて熱を生む筋肉が少なく、冷えてしまうと温まりにくい脂肪が多いことから、冷え性になりやすくなります。

◆冷え性の原因と対策について

血行不良は、基礎代謝や筋力の低下・自律神経の乱れ・鉄分不足・ストレスなどが原因とされています。冷え性を防ぐためには、身体を冷やさない・温めることを心がけましょう。血行を妨げるきつい靴や衣類を避け、適度な運動を行ったり入浴で血行を促進しましょう。こまめな水分補給を心がけ、身体を温める根菜類を積極的に食べるなど、血行不良を改善しましょう。



温度・湿度を管理して感染症を防ぎましょう

医療 **AtoZ**
ヘルスケア No.104

風邪やインフルエンザの予防には、室内の温度と湿度を適切に保つことが重要です。ウイルスは低温度・低湿度の環境で活発化しやすく、逆に高温多湿では不活化しやすいからです。

厚生労働省や専門機関によると、冬場の室内温度は18℃以上が望ましく、快適で免疫を保つには20～25℃が理想とされています。低すぎると体温低下で免疫力が落ち、ウイルスに感染しやすくなります。急激な温度変化を避け、エアコンや暖房で適温に調整しましょう。

インフルエンザウイルスは湿度40%以下で生存・飛散しやすく、50%以上で不活化します。最適とされる湿度50～60%に保つよう、加湿器や濡れタオルを活用しましょう。湿度が高すぎる

とカビ発生のリスクがあるので注意しましょう。

温湿度管理のポイント

換気を1時間に1～2回、短時間行ないましょう。適切な温湿度管理で、ウイルス感染リスクを大幅に低減できます。温度・湿度が急変しないようご注意ください。

また、首や足元が冷えると体温が下がり、免疫力が低下します。ネックウォーマーや靴下で、首・手首・足首の「三首」を暖めると効果的です。そして帰宅後・食事前・トイレ後は石鹸で30秒以上しっかりと手洗いを行ないましょう。



イオンモール扶桑 美と健康WEEKを開催しました



今回の講座は、感染管理認定看護師による「インフルエンザについて」でした。

この地域の流行状況、インフルエンザはどんな病気なのか、発症した場合の治療法、感染対策はどのようにすれば良いのかをお話しました。

これからの季節、インフルエンザの流行を気にされている方も多いと思います。

きちんと感染対策をして、これからの寒い季節を乗り越えましょう。

健康測定も講座も、多くの方にご参加いただきました。ありがとうございました。

カタカナ語 の由来

【カタカナ語】

片假名で表記される語。主に外来語を指しますが和製英語についてもいます。



サボタージュ

フランスで労働者が要求を通すために、サボという木靴(sabot)を機械に投げて破壊して意図的に仕事を妨害する「sabotage」が語源です。破壊・妨害行為も含まれています。日本では大正時代に「サボる」と略され、「怠ける」という意味で使われています。



パゴダ

サンスクリット語の「bhagavati」(聖なるもの)や、ペルシア語の「butkada」(偶像の家)に遡るとされます。これがポルトガル語の「pagode」を経て、英語で「pagoda」として広まりました。東アジアの仏教建築、特に塔(仏塔)を指す言葉として定着しました。

大口町がん健診(個別検診)のお知らせ

さくら総合病院では大口町にお住まいの方を対象とした、がん検診(個別検診)を行なっています。
お申込み・申請は検査によって異なります。くわしくは大口町のホームページ・広報誌でご確認ください。

大口町がん検診

2026年1月31日(土)まで実施

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方が対象となります

お申込み 検診方法を選択の上
ご予約ください → 受診 ご予約日に受診して
いただきます → 結果確認 約3~4週間
で結果が出ます 「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

検診の種類	対象者	費用
肺がん・結核検診(胸部X線撮影)	20歳以上(平成18年4月1日以前生まれ)	500円
(かくたん細胞診検査)	50歳以上で1日喫煙本数×喫煙年数が600以上の方	1,500円
胃がん検診(胃部X線検査)	20歳以上(平成18年4月1日以前生まれ)	2,000円
(胃部内視鏡検査)	和暦奇数年生まれの40歳以上(昭和61年4月1日以前生まれ)	2,000円
大腸がん検診(便潜血検査)	20歳以上(平成18年4月1日以前生まれ)	500円
乳がん検診(マンモグラフィ検査)	和暦奇数年生まれの35歳以上(平成3年4月1日以前生まれ)	1,000円
(超音波検査)	20歳以上(平成18年4月1日以前生まれ)	1,000円

各検診は1年度1回の受診に限ります。2回以上受診された場合、2回目以降の検診費用は全額自己負担となります。

[大口町] 歯周病予防健診・後期高齢者歯科口腔健診

歯周病予防健診

歯牙・歯周病診査、歯科相談、ブラッシング指導

大口町に住民票がある20歳~74歳の方
(昭和26年4月2日~平成18年4月1日生まれ)

2026年3月末まで実施

費用:500円

後期高齢者歯科口腔健診

歯牙診査・咀嚼・嚥下・口腔機能検査・歯科相談

大口町に住民票がある75歳以上の方
(昭和26年4月1日以前生まれ)

2026年3月末まで実施

費用:無料

生涯にわたって自分の歯で食べることができるよう、健診を受けましょう

健診を希望される方は、さくら総合病院へ直接お申込みください

病気の早期発見と生活習慣病予防に
健康診断・人間ドック

お問合せ ☎ 0587-95-6711(代)



健康診断(A・B)、人間ドック(C・D・E・F)コースよりお選び頂けます。オプションの組合せなど、お気軽にお問合せください。

健診	Aコース	Bコース	ドック	Cコース	Dコース	Eコース	Fコース
	5,500円	11,000円		33,000円	44,000円	66,000円	99,000円

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

人間ドック 1泊2日コース(FULL COURSE PLAN)



快適な環境で受ける人間ドック。MRI・CT・X線などを用いて多角的に検査を行ない、疾患を発見します!

土曜日 ご自宅での準備	→	月曜日 (1日目)	上部・下部内視鏡、視力・眼底・眼圧・OCT、 頸動脈・心臓エコー、心電図、呼吸機能、 聴力、検尿、腹部エコー、ABI(動脈硬化)	→	火曜日 (2日目)	身体測定・血圧、胸腹部単純・造影CT、 メタボ健診、採血、胸部レントゲン、 頭部MRI・MRA、問診・一部結果説明
----------------	---	--------------	--	---	--------------	---

※受診可能日は祝日を除く月・火の1泊2日コースのみとなります。※人間ドック受診希望日の1ヶ月前までにお申込みいただく必要がございます。

※お申込み時に人間ドック受診日時をご調整させていただきます。※毎週1名様限定となりますが、ご夫婦の場合は要相談とさせていただきます。

冴え澄む透明肌に

■ 皮膚科では、シミの治療を始めました。

ハイドロキノン配合クリームがメラニン生成を抑え、シミを美しく改善。肝斑やニキビ跡、熱傷後の色素沈着にも効果を発揮。透明感あふれる素肌へと導きます。



医療機関限定化粧品
ハイドロキノン配合クリーム
DRX HQダブルブライツE

2,200円(税込)

※カウンセリング後、ご購入いただけます

シミを美しく改善

- 角質の深部まで浸透させるように処方設計
- ハイドロキノンとビタミンEをダブル配合
- さらっとした使用感のクリームタイプ
- 無香料・無着色・防腐剤フリー

皮膚科の
ご案内は
こちら



メディカルアシスタント [中途]見学・説明会

■ 随時面接を行ないます

医師事務作業補助者(メディカルアシスタント) 中途採用の
病院見学・説明会を随時開催しています。
未経験者歓迎です。資格の有無・学部・学科を問いません。

※筆記用具をご持参ください。

※1時間程を予定しておりますが、時間の延長および
内容が一部変更となる可能性がございます。



医療法人 医仁会 総合採用サイト

こちらからご覧ください

病院・福祉センターの採用情報、教育制度、福利厚生(健診・託児所・時短勤務など)が掲載されています。



新着情報

視能訓練士〈常勤・非常勤〉 | 介護支援専門員(ケアマネ)〈常勤・非常勤〉
訪問介護ヘルパー(サービス提供責任者)〈常勤〉 | 入浴介助〈非常勤〉

看護学生

転職看護師

復職看護師

看護師 見学会・面接会

個別で対応します

見学会・面接会

ご希望日の一週間前までに、
お電話またはメールにてお問い合わせください。
こちらから折り返しご連絡させていただきます。

面接会提出書類

【学生】

履歴書(書式自由・提出必須)
成績証明書/卒業見込証明書
健康診断結果

【転職・復職】 履歴書(書式自由)/職務経歴書



1day インターンシップのご案内

3/2(月)~4/10(金)
平日 10:00~15:00 昼食付き

開催期間(平日のみ)から1日お選びください

ご希望の病棟(回復期・急性期など)で
現場の雰囲気や実務を体験できます

新卒薬剤師〈採用〉 見学・説明会

随時面接を行ないます

現役の薬剤師が薬剤管理センターの内部や院内
のご案内、業務内容のご説明、その他ご質問に
直接お答えします。



リハビリスタッフ 個人面接

理学療法士・作業療法士・言語聴覚士

日程は個別でご対応します
9:00~17:00

※応募には事前の病院見学、または実習の参加が必須です。
見学と面接は同日実施も可能です。

提出書類

履歴書(書式自由・提出必須)
成績証明書、卒業見込証明書、
健康診断結果の3点のうち提出可能なもの



面接会・見学会・説明会・インターンシップのお問合せはこちら

人事課
採用担当

0587-95-6711(代表)
sakura-saiyou@ijinkai.or.jp

自宅でできるリハビリ健康体操

身体に痛みや違和感が
現れた場合は
中断してください



体をほぐし、温める運動

寒い時期になり、屋外での運動から足が遠のきそうになる方もいるかもしれませんね。今回は、寒さでこわばった心と体をほぐし、体を温めることができる運動をご紹介します。手足の冷えの改善、運動前の準備運動としても役立ちます。



よりよく心身の緊張をほぐすために、ゆったりとした呼吸を心がけましょう。

猫の運動



- ①手は肩の真下、膝は足の付け根(股関節)の真下に。息を吐きながら、背中を丸くします。
- ②今度は息を吸いながら、顔を上げ、腰を反らせていきます。丸める、反らす、をゆっくりとした呼吸にあわせ5回繰り返します。

合疏(がっせき)ストレッチ



- ①仰向けになって膝を立てます。
- ②左右の足の裏同士を合わせて膝を開きます。膝は床から浮いていても良く、腕は手のひらを上にして楽な位置に置きます。この姿勢のまま5呼吸ほどキープし、リラックスしましょう。

医療法人 医仁会の 福祉サービスを ご活用ください

医療法人 医仁会は治療・入院のほか
介護サービスもご利用いただけます。
お気軽にご相談ください。

〈デイケア〉御嶽・さくら荘 自費でご利用できます



入所 から 通所
在宅 まで、
介護・リハビリ・
医療サポートを
提供します

住宅型有料老人ホーム
太郎と花子
TEL:0587-95-0111



ショートステイ
太郎と花子
TEL:0587-95-0134



訪問
リハビリテーション
TEL:0587-95-6711



老人保健施設
さくら荘
TEL:0587-95-6722



デイケア
さくら荘
TEL:0587-95-6722



デイケアセンター
御嶽
TEL:0587-95-8900



ヘルパーステーション
あすかビレッジ
TEL:0587-95-8026



訪問看護ステーション
あすかビレッジ
TEL:0587-95-8623



居宅介護支援事業所
あすかビレッジ
TEL:0587-95-8027



10月10日



入居者様に無料のハンドケア、ネイルケア、お湯で落とせる水溶性のネイルカラーの施術が行なわれました。今回で2回目です。利用者様のお部屋でも施術を行ない、とても喜んでいただけました。指先がキレイになると嬉しくなりますね。

10月15日



急性腹症とは、緊急の手術が必要になる可能性の高い急病の総称をいいます。代表的な症状の治療法を手術映像などを用いて解説していただきました。気になる症状がありましたら、当院の消化器病センターへご相談ください。

10月20日



今回はクリスマスのモチーフが可愛い、この季節ならではのクリスマスツリーとサンタの帽子の作品づくりです。立体的な部分や細かい飾りを付けるところなど難しい作業もありましたが、素敵に仕上がりました。

10月22日



他病院のICT(感染対策チーム)の医師・看護師・薬剤師・検査技師にお越しいただき、当院のICTチームと一緒に相互ラウンドを行ないました。互いに指摘し合うことで、感染管理体制の向上と地域の連携強化を目的としています。

10月14日



当院のベシエントハラスメントに対する考え方や取組みについて、東海テレビ「ニュースONE」の取材を受けました。小林豊 病院長がお話をさせていただき、院内の掲示物などが放送されました。

10月18日



当院は心臓マッサージ、AEDの使い方を実施しました。子どもたちは心臓マッサージの練習用人形に興味津々、一生懸命実践してくれました。病院長による災害時の医療についての公演も沢山の方々に聞いていただきました。

10月30日



地域の中学生在当院で2日間の職場体験を行ないました。ER・ドクターカー・病棟・栄養指導・薬剤管理センター・検査室・リハビリテーションセンター・歯型模型作り体験など、様々なことを見学&体験しました。今回の職場体験をこれからの進路に役立ててもらえたら嬉しいです。



声なき問いに、科学で応える 大切な人の「なぜ」に、 光を灯すために

死因究明センター長
小澤 周二

学位・専門医
博士(医学)
日本法医学会 法医指導医
大阪府監察医



初めまして。さくら総合病院 死因究明センター長の小澤周二と申します。

私は長年にわたり、法医学という専門分野で活動してまいりました。法医解剖、死後CT検査(Ai)、死体検案などを通じ、数多くの「いのちの最期」と向き合ってきた経験があります。2025年1月には、当院に新たに設置された死因究明センターの責任者として着任し、地域の皆さまの安心と信頼に応える医療を提供すべく、日々尽力しております。

私がこの仕事を通じて痛感しているのは、突然大切な人を失ったご遺族が抱える「なぜ」という問いの重みです。その問いは、深い喪失を受け止め、前に進むために必要な心の叫びなのです。

しかし、ここ愛知県では、残念ながら多くのご遺体が死因不明のまま見送られている現実があります。その声なき問いに、医学の力と誠意で応えることこそ、私たちの使命です。死因究明は、亡くなった方の尊厳を守る「最後の医療」であると同時に、ご家族の未来を守る「はじまりの医療」でもあります。当センターでは、体に傷をつけずに原因を調べる死後CT

(Ai)検査を積極的に活用し、ご遺族に客観的な事実をもって丁寧な説明を行うことを大切にしています。

死因を知ることは、悲しみを癒す第一歩になり得ます。決して無理に忘れるのではなく、「納得して見送る」という選択を支えたい。その思いで、私たちは一人ひとりの故人と、ご遺族に寄り添っています。

もし、大切な人を亡くし、心に「なぜ」が残っているなら……。どうぞ一人で抱え込まず、その思いを私たちに預けてください。共に答えを探し、あなたの心に小さな光を灯すことが、私たちの願いです。

死因究明センターの特長

- 法医学専門医による高精度な診断
- 最新鋭のCT装置による詳細な画像解析
- ご遺族への丁寧な説明と心のケア
- プライバシーに配慮した専用検査室

私たちは、科学的根拠に基づいた
「納得できる死因究明」を提供します



さくら総合病院
住宅型有料老人ホーム
太郎と花子
老人保健施設さくら荘など
医療法人 医仁会の各施設にある
造形物などを
ご紹介します



ELECTRONIC PIANO

電子ピアノ

A棟1階ロビー

A棟正面玄関を入ってすぐ右側に
秦副院長から寄贈された電子ピアノ
が設置されています。

患者さんやご家族、来院された方、
どなたでもご利用いただけます。
院内で過ごす時間の中で、電子ピアノの音色が、療養中の方やお見舞いに訪れた方々の心のリフレッシュにつながれば幸いです。

かぼちゃの効能

かぼちゃの名前の由来は、ポルトガル語の「カンボジア (Camboja)」に遡ります。

16世紀にポルトガル人からカンボジア経由で伝わった「日本かぼちゃ」が、「カンボジア(の)瓜」→「加茂瓜(かも瓜)」→「かぼちゃ」と呼ばれ、定着したそうです。

当初はカンボジア産の品種を指していましたが、日本では江戸時代以降に独自の品種改良が重ねられ、多様な品種が生まれています。



日本で食べられるかぼちゃは「日本かぼちゃ」から始まり、西洋種との交配が進み、「西洋かぼちゃ」が主流になってきました。甘くて調理しやすい西洋かぼちゃが流通の9割を占めています。

調理例として、西洋かぼちゃはスープ・コロッケ・焼きかぼちゃに、日本かぼちゃは煮物や天ぷらに、ズッキーニ等のペコカぼちゃはサラダ・炒め物・ラタトゥイユに用いられています。

収穫後1〜2ヶ月追熟させることで甘みやホクホク感が増し、10月〜12月が食べ頃になります。特に冬至のかぼちゃは縁起物とされ「冬至かぼちゃを食べると風邪をひかない」といわれるほどです。栄養学・薬膳・季節の理にかなった食材といえるでしょう。

冬至の食べ物

冬至(とうじ)は二十四節気の一つで、1年で最も昼が短く夜が長い日にあたります。古くから「冬至の七草粥」や「ん」のつく食べ物を食べて、無病息災を願う風習がありました。

かぼちゃ

漢字で「南瓜(なんきん)」と書き、運を呼ぶ「ん」のつく野菜として食されています。夏に収穫したものを冬まで貯蔵でき、ビタミンA・Cなど栄養が豊富で風邪予防や長生きを願って食べられてきました。煮物や天ぷら、スープで調理されます。

小豆粥

赤い色が邪気を払うとされ、魔除けの意味で食されています。冬至の七種粥にも使われています。



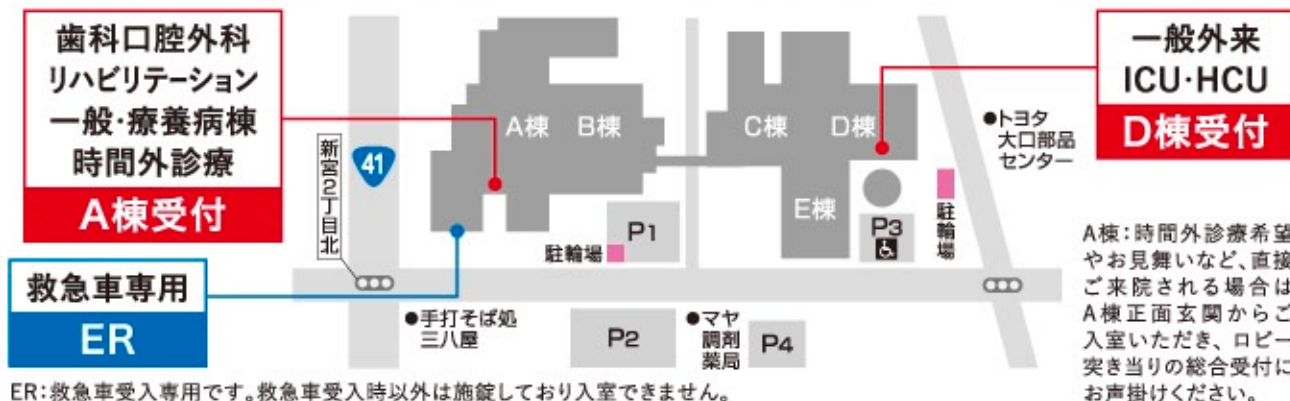
その他、「運(ん)が身につく」ことから、れんこん・にんじん・ぎんなん・きんかん・うどん・かんてん等が運盛りとされ、7種食べるのが理想といわれています。

また、食べるわけではありませんが、冬至=湯治(とうじ)の語呂合わせで、ゆず風呂に入る風習があります。冬至のゆず湯は「一年風邪をひかない」といわれ、血行を促進して風邪予防や冷え性の改善に効果が期待できます。

※写真はイメージです

病院からのお知らせ

救急搬送受入[ER]と直接来院時[A棟・D棟]の入り口を分離しました



こんな方にオススメ

- 市販の歯みがきで歯が白くならない
- 年齢とともに歯の色がくすんできたと感じる
- 結婚式など大切なイベントを控えている

安心・安全な施術で
輝く白い歯に

往來のホワイトニングと比較し知覚過敏が少なく低刺激
セルフホワイトニングと違ってスピーディー&確実に白く

デュアルホワイトニング 27,500円 (税込)
ホームホワイトニング+オフィスホワイトニング
ホームホワイトニングのみ11,000円(税込) オフィスホワイトニングのみ16,500円(税込)

当院スペシャル価格

こんな方におすすめ!
忙しすぎてダイエットできない
痩せたいけど食べ過ぎる

自己注射は
週1回から!
気軽に始められる!

健やかに痩せる 健痩せ
(スコヤセ)

GLP-1メデイカルダイエット
医師と一緒に体質改善

Express	Rapid	Local
ウゴービ (肥満症治療薬) 週1回 ● 4本/1ヶ月分 ¥16,900~ (税込)	マンジャロ 週1回 ● 4本/1ヶ月分 ¥23,700~ (税込)	プラオベス 毎日 ● 1ヶ月分 ¥11,000~ (税込)

さくら総合病院は 午前より待ち時間が少なく、仕事・学校帰りに受診できます

夕方診療 を行っています

検診で異常を発見! お気軽にご相談ください。

要精密検査 要再検査 要治療 要経過観察

診療時間 17:00~19:30 (月~金曜日) 16:00受付開始

ご予約をご希望の方はお電話にてご連絡ください(当日予約は不可)

ご予約 ☎0587-95-6711 (代) 受付・予約変更 13:00~17:00 (月~金曜日)

月に一度、保険証を
(マイナンバーカード)

窓口にご提示ください
また、**保険証に変更があった際は随時、**
窓口にご提示ください

保険証や住所・電話番号に変更があった場合には速やかに
受付事務までお申し出ください

交通事故にあわれた方、業務中にケガをされた方も診療行為に本人確認が必要となりますので、**運転免許証と保険証の提示をお願いしております**
(保険証の提示がない場合は自費診療となります)

ご注意 受給者証をお持ちの方は**保険証(マイナンバーカード)**とは別に提示が必要です
提示がない場合は自己負担金が発生します

さくら総合病院 SNS

facebook X instagram LINE TikTok

さくら総合病院 YouTube チャンネル登録をお願いします!

毎週 金曜日 更新

歯科口腔外科医に聞いてみた! ~みんなが気になるあの質問~

院長が語る 医療経営 守る覚悟と 攻める決断

さくら総合病院 放射線科センター

車両課

消化器外科医に聞いてみた! ~診察室では聞けない話~