



発行 自治医科大学さいたま医療センター
医事課
住所 〒330-8503
さいたま市大宮区天沼町1-847
電話 048-647-2111
FAX 048-648-5180
URL <http://www.jichi.ac.jp>

センターだより第14号案内

- 栄養相談室より
- 外来診療費の領収書について
- 正面玄関掲示物の移設について
- センターからのお願い
- ご理解願います
- 公開講座のお知らせ
- クリスマスコンサートの開催について
- 年末・年始の休診のお知らせ

栄養相談室より

◆「食育」について見直してみませんか。

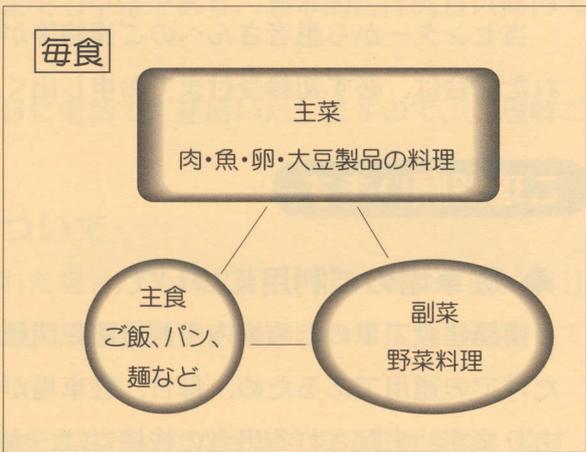
食育基本法が平成17年7月に施行され、2年経過しました。学校の現場では、食育活動が展開されているようですが、家庭ではいかがでしょうか、意識されていますか？

食育基本法の制定の背景には、「食」をめぐる様々な問題がありました。「小・中学生の朝食の欠食や肥満」、「糖尿病などの生活習慣病の増加」、また、「食を大切にする心の欠如」や「食品の安全性に対する信頼の低下」も指摘されています。好きなときに好きなだけ食べられる食環境となり、それは豊かなように見えますが、食品を選択したり組み合わせたり、健康的な食生活を送るには栄養について正しい知識が必要です。

日常、患者の皆様の栄養・食事指導に携わっておりますと、マスメディアによる個々の食品や栄養素の情報に翻弄され、「1日3食の規則正しい食生活」、「バランスのとれた食事」のような基本的な食育に関する情報には乏しいように感じられます。

栄養相談室では生活習慣病の指導において、「1日3食、バランスのよい食事」として「毎食、主食+主菜（肉・魚・卵・大豆料理）+副菜（野菜）」とし、これは各食品群を不足のないようにとっていただく基本です。併せて、体格、生活活動量に応じて各食品群の適正量を指導しています。

さて、厚生労働省は農林水産省と共同で平成17年6月に「食事バランスガイド」を公表しま



した。このバランスガイドは「コマ」をイメージして食品のバランスが悪いと倒れてしまうことを表現しています。菓子・飲料については「楽しく、適度に」と普段から過剰にならないこと、食事に配慮するだけでなく、適度な運動や適度に水分をとることもふれています。「食事バランスガイド」専用ホームページ (<http://j-balanceguide.com/>) を参考にされて下さい。

食という字は「人を良くする」と書きます。正しい食の知識とともに、楽しく食事することも心がけたいものです。普段の食生活について、もう一度、見直してみましょう。

外来診療費の領収書について

これまで当センターでは、同日に複数の診療科を受診した場合でも、領収書の発行は1枚でしたが、9月1日から診療科別の会計に変更させていただいたことに伴い、1日に2科以上受診された場合には、各々の診療科の領収書を発行しております。

ご理解ご協力をお願いいたします。

正面玄関掲示物の移設について

これまで正面玄関に掲示してありました、「認定施設一覧」及び「全国で活躍する自治医科大学卒業生の状況」を病棟エレベーターホール（1F）北側に移設、掲示しておりますので、ご覧いただければ幸いです。

センターからのお願い

◆ 受診には健康保険証のご提示を!!

毎月初めの受診の際は、必ず健康保険証のご提示をお願いいたします。

ご提示がなく健康保険証の確認ができない場合は保険請求ができなくなることがあり、原則として、当該日の診療費は自費診療扱いとさせていただきます。

◆ 住所・電話番号が変わられた場合はお申し出を!!

当センターから患者さんへのご連絡等が必要な場合があります。住所や電話番号が変わられた場合は、必ず初診受付までお申し出ください。

ご理解願います

◆ 駐車場のご利用について

南館建設工事のため構内南側道路を閉鎖しております。そのため、立体駐車場（約220台）だけの運用であるため、毎日、駐車場が満車状態で構内及び公道まで渋滞している状況にあります。来院される患者の皆様には、大変ご不便とご迷惑をお掛けしております。

可能な限り、送迎やバス・タクシー等の公共交通機関などをご利用くださるよう切にお願い申し上げます。

少しでもより多くの方が駐車できるように職員と警備員を配置し、車両誘導をしておりますが、渋滞解消には程遠い状況にあります。こういった事情をご理解いただき、下記期間中ご協力くださるよう重ね重ねお願い申し上げます。

平成19年5月14日（月）～平成20年1月上旬までの間

なお、当センターは通称「見沼たんぼ」といわれる自然環境保護地域に位置しており、施設等の整備には多くの制限を受けていることから、新たに駐車場を増設することは極めて困難な状況にありますことを申し添えます。

◆ 院内での携帯電話の使用は禁止としています

当センターに受診の患者さんは循環器疾患の患者さんが多数いらっしゃいます。

循環器疾患の患者さん方は、高度の電子医療機器を必要とし、生命維持用の医用電子機器を装着し病棟や通路を移動している患者さんも多くおられます。

このため、少しでもリスクのあるもの（一般携帯電話の医療機器への障害発生率は37%とされています。）については、患者さんの生命の安全を第一と考え、安全性に確信が持てない限り排除（使用禁止）することとしております。

一方、センター内で医療関係者が使用している携帯電話（PHS）は、医療現場の緊急用として、送信電力は一般携帯電話（500mW）の約1/50（10mW）以下であり、一般家庭電話の無線子機や電子レンジよりも低出力のものです。このように院内での使用にあたっては十分な注意を払っております。

なお、センター内には、ご不便を来さないよう公衆電話を数多く設置しておりますので、院内では公衆電話をご利用願います。

◆ 入院待ちの患者の皆様へ

現在、入院待ちの患者さんが多く、重症度で入院が前後する場合もあり、入院予定日に確実に入院できるとは限りません。

担当医師から伝えられた入院予定日は、あくまでも予定であり、基本的には同日以降の入院とお考えください。

入院が決定した場合には、前日若しくは前前日に電話でご連絡いたしますので、ご理解ご協力をお願いいたします。

◆ 外来診療費の会計後の追加請求について

当センターで病理検査・細胞診検査を受けられた場合、その分析に時間を費やすため当日の会計には間に合いません。検査当日は受付で追加請求が発生する旨のお知らせを配布しております。

後日、分析の結果が出た時点で料金の追加請求をさせていただきますのでご理解願います。

自治医科大学附属さいたま医療センター公開講座のお知らせ

日 時／12月8日（土）13：30～15：50
会 場／大宮ソニックシティ市民ホール第1, 2集会室（さいたま市大宮区桜木町1-7-5）
内 容／「前立腺疾患のはなし—特に前立腺がんについて—」

さいたま医療センター 小林 裕 准教授

「高齢者のかゆみとスキンケア」

さいたま医療センター 出光 俊郎 准教授

定員・対象／180人（どなたでも受講できます。）

受 講 料／1,000円

申 込 み／往復はがきによる事前申込みが必要です。

往復はがきの往信裏に、①「12／8の公開講座を希望」②郵便番号③住所④氏名⑤電話番号を、返信表に郵便番号・住所・氏名を記入し、11月22日（木）（必着）までに、〒330-8503さいたま市大宮区天沼町1-847自治医科大学附属さいたま医療センター総務課総務企画係へお申し込みください。

（応募多数の場合は抽選。結果は返信はがきで全員に通知します。）

問 合 せ／自治医科大学附属さいたま医療センター総務課総務企画係

TEL 048-647-2111（内 2305・2317）

FAX 048-648-5166

さいたま市教育委員会生涯学習振興課 TEL 048-829-1704

FAX 048-829-1990

クリスマスコンサートの開催について

センターの冬の恒例行事となりましたクリスマスコンサートが12月22日（土）13：00からエントランスホールにおいて開催されます。自治医科大学学生サークルによるジャズオーケストラの演奏やボランティアサークルのコーラス、ピアノ、ヴァイオリンなどを盛り込んだプログラムを予定しております。入場は無料です。大勢の皆様のご来場をお待ちしております。



年末・年始の休診のお知らせ

平成19年12月29日（土）から平成20年1月3日（木）まで、年末年始のため外来の診療を休ませていただきますのでご了承ください。

なお、入院の患者さんへの面会時間は通常通りですので併せてお知らせいたします。