

# 医療法人井上病院 病院だより

2020年発行  
Vol. 121

7 月号

■発行 : 医療法人井上病院(高崎市通町55)  
■TEL : 027-322-3660  
■FAX : 027-322-6002  
■HP :



LINE@

## 特定健診のご案内

新型コロナウイルスの影響で延期となっていた**特定健診**が、**7月1日(水)**より開始します。  
自粛生活で運動不足になったり、生活リズムが崩れたりしていませんか？  
健康な身体を維持するためにも年に1度健診を受けましょう！

健診内容	身体計測／尿検査／血液検査／血圧測定／問診・診察／心電図
実施期間	12月25日(金)まで
対象者	高崎市国民健康保険加入者(40歳～74歳) 高崎市に住所がある群馬県後期高齢者医療の被保険者
費用	<b>無料</b>
持ち物	○当日は以下の物をご持参ください。 ・保険証 ・「高崎市国民健康保険特定健診受診券」または「高崎市後期高齢者健診受診券」 ・問診票（受診券と同封）
予約先	外来看護師、受付 または ☎ <b>027-322-3660</b> （受付日時：月～土 9時～18時）
その他	高崎市検診も合わせて受けられます。ご希望の方は <b>上記予約先に事前にご連絡下さい。</b> <b>※自己負担あり</b> <b>【検診項目】</b> 胃がん検診／ピロリ検診／肺がん検診／大腸がん検診／前立腺がん検診 肝炎ウイルス検診

## 骨粗鬆症～あなたの骨は大丈夫？当院で検査できます！～

骨粗鬆症は長年の生活習慣などにより骨がスカスカになって骨折しやすくなる病気です。深く静かに進行していくため、自覚症状が表れるのは更年期を過ぎてからです。定期的な検査で自分の骨量を把握しませんか。早期であれば生活習慣の見直しで改善する場合があります。当院の検査室では、被ばく線量の低い装置を採用しており検査時間は約1分です。また、**橈骨、腰椎、股関節の3カ所**を測定することができます。



健康な骨  
密度が高く丈夫



骨粗鬆症の骨  
内部がスカスカでもろい

【参考】3カ所測定の場合、自己負担 ¥1,500 (3割)

# 外来診療担当表

※外来診療表は変更される場合がありますので、予めご了承ください。

2020年7月1日時点

		月	火	水	木	金	土
リウマチ科	午前	三富	井上(誠)	井上(誠)	井上(誠)	土田	井上(誠)
		野島	※初診受付※ 11:30まで 田村 米本	米本 三富	田村 米本		第1・3週 田村 第2・4週 三富
			三富 野島		土田 野島		第3・5週 土田
	午後	田村	井上(誠)	井上(誠)	野島	田村	
		第3・5週の 翌月曜は休診 土田	野島	三富			-
		野島					
整形外科	午前	松尾	田村	米本	田村	※最終受付※ 第2・4週のみ 初診11:30 松尾	第1・3週 田村
			※初診受付※ 11:30まで 米本 松尾		米本		第2・4週 松尾
							第1・5週 大島
	午後	田村	17:00まで 羽鳥	松尾	15:00から 橋本	田村	第1・5週 大島
				17:30まで 三枝		第1・3・5週 最終受付16:30 菅原	第2週 上野(哲)
							第3・4週 濱野
内科	午前	三富	井上(誠)	井上(誠)	井上(誠)	土田	井上(誠)
		野島	三富 野島 消化器内科 江口	三富 循環器内科 村場	土田 野島 消化器内科 篠原 第2・4週 循環器内科 奥村		第2・4週 三富 第3・5週 土田 呼吸器内科 茂木
							第1週 田部井
	午後	第3・5週の 翌月曜は休診 土田	井上(誠)	井上(誠)	野島		第2週 金子
		野島	野島 消化器内科 16:00まで 江口	三富 呼吸器内科 上野(学)	消化器内科 篠原	-	第1・3週 消化器内科 堀口
							-

受付時間 午前8:00~12:30 午後2:00~5:45

診療時間 午前9:00~13:00 午後2:30~6:00

※三富先生と土田先生の診療時間は**17:00**までとなります。  
(最終受付16:30)

## 栄養課より

7月 旬の食材



## ゴーヤを食べて夏バテ予防!!

今月は「ゴーヤ」を紹介します。

- ▶ ゴーヤは東インドや東南アジアが原産地といわれています。いつ頃に誕生したのかは不明ですが、15~16世紀頃に中国へ伝わり、日本へは16世紀頃に中国から伝来したと考えられています。
- ▶ かつては沖縄県や九州の南の地域で食べられていましたが、1993年に沖縄県の果物や野菜が県外に出荷されるようになり、全国に普及。栄養価の高さに加えて沖縄料理のブームが後押しし、夏に人気の野菜になりました。
- ▶ ゴーヤの苦味成分はククルビタシン類の一種「モルデシン」によるものです。モルデシンには血圧や血糖値を下げる効果や食欲増進作用があるといわれ、夏バテ予防に効果が期待できます。

♡期待できる効果♡

風邪予防／がん予防／高血圧予防／心筋梗塞予防／脳梗塞予防／動脈硬化予防

