

糖尿病患者オリーブの会「つま恋バイキングのお知らせ」

栄養士が小鉢に80~100calの表示をしているので、
摂取カロリー計算ができます。ご家族揃ってお出かけください。

日 時 3月28日(日) 受付11:00~開場11:30~解散14:00
 会 場 つま恋スポーツマンズクラブ ビュッフェテラス
 対 象 糖尿病患者さん・ご家族の方・健康に関心のある方
 会 費 4歳以下 無料/5歳以上12歳まで 1,200円/大人 2,500円
 申 込 み 3月20日(土)まで
 問い合わせ 掛川市立総合病院 内科外来 萩原
 電話 0537-22-6211(内線2300)

最後に

メタボリックシンドロームだけでは病
気とは言えませんが、それぞれの値が
少しずつ悪い状態で、脳血管障害や心
臓疾患の予防に努めるために提唱さ
れた概念です。大切なのは早期に対
処して、自分自身の健康を自分で守
りましょう。

**事故・違反をしない
ために**

1月18日(月)に掛川警察署 石田
博美交通課長による、交通安全講習
会が行われました。講習会では、道路
交通法改正にもなう飲酒をした場
合の罰則、飲酒運転をした人のその後
についての講話のあと、先を予測した
運転についてのビデオを視聴しまし
た。



参加した
職員は、一瞬の
油断や判断
ミスが事故に
繋がること
を、改めて認
識していまし
た。

**つばめ保育園で
鬼退治**

2月3日(水)の節分の日に院内保
育園で、豆まきの会が行われました。
園児の前で、イワシを焼いて鬼の嫌
いな臭いを出したり、香の葉を使って
豆を煎ったりしました。
鬼が現れると、園児たちは手作り
の豆を鬼に
投げつけ、鬼
を退治して
ました。ま
た、福の神の
まいてくれ
た、お菓子を
懸命に拾っ
てました。



鬼を鬼に
投げつけ、鬼
を退治して
ました。ま
た、福の神の
まいてくれ
た、お菓子を
懸命に拾っ
てました。

おねがいします

◆常勤医師(2/1付)



消化器外科
診療部長
服部浩次

◆常勤看護師(2/1付)
難波江 康予 腎センター

ありがとうございました

◆常勤医師(1/31付)

中村 善則 外科診療部長

◆常勤医師(1/31付)

齋藤 憲 眼科診療科長

◆常勤看護師(1/31付)

桑田 よし枝 腎センター

病院の概況 1月

区分	人数(名)		前月対比(名)
	延 べ	1日平均	
患者数	外来	18,250	-1,221
	入院	10,863	440
赤ちゃん誕生	男の子	27	6
	女の子	16	-11
人間ドック受診	計	43	-5
	1泊2日コース	8	-4
	日帰りコース	528	-70
	脳ドック	29	-2
計	5	-2	
計	541	-76	

豆知識

果物に多く含まれる果糖は血糖値
を急激に上げるといふ誤解がありま
す。ブドウ糖の血糖値の上がりやすさ
を100とした血糖上昇指数をみると、
果糖は19、果物は40程度の血糖値
の上昇度となります。
果物の血糖値が上昇しにくいのは、
果糖がブドウ糖に比べて腸管での吸収
が遅く、エネルギーに転換されやすい
ことや、果物に含まれる水溶性食物
繊維が、糖質の消化や吸収の速度を
緩和するためと考えられています。