

# ほくピーたより

2023.01.01 号

北部病院 情報誌・第13号

北部病院キャラクター  
「ほくピー」

発行・文責：渡邊 理香



## 院長からごあいさつ



### あけましておめでとうございます

本年も医療法人原武会をどうぞよろしくお願い申し上げます。

「ほくピーたより」も今回の新年号で創刊3周年を迎えました。

今年は病院施設の増改築もさらに進みます。リニューアルされる設備を通し、より患者様、ご利用者様目線の医療展開を目指したいと考えています。

当病院の理念は、「信頼されるかかりつけ病院」、「急性疾患から終末期まで包括的な医療の提供」、「地域包括ケア（最後まで住み慣れた地域で暮らす）に貢献」、「神経難病に真摯に向き合う」です。目指す病院像に近づけるよう職員一丸となって取り組んでいく所存です。皆様方のご協力、お力添えを引き続きよろしくお願いいたします。



院長 渡邊 聖樹

## 感染症外来について

新型コロナ感染者数増加に伴い、当院の感染症外来を受診される方も多くなってきております。

当院では感染症外来は基本的に**車内待機**、**電話診察**となります。感染拡大防止にご理解のほどよろしくお願いいたします。

★**感染症外来は予約制**となっておりますが、通常外来業務、病棟患者さまの対応等もあり、**必ずしも「予約時間通り」の診察にならないこと**をご了承ください。検査結果をお電話でお知らせするまでも同様の理由でお時間がかかる場合がございます。お待ちの間、お急ぎだったり体調不良で車中待機が難しい方は受付にお知らせの上、**一旦帰宅**されても結構です。お電話だけはつながるようにしておいてください。お薬が処方された場合は同日のご都合の良い時にお受け取りください。体調がお悪い中、車中でお待ちいただくのは大変心苦しく存じます。なるべくスムーズな受診につながるようつとめてまいります。

## 「ほくピーカフェ」が新聞に掲載されました

熊本日日新聞に、当院の「ほくピーカフェ」の取り組みを掲載いただきました。

早速みなさまから「新聞見ましたよ!」のお声をいただいております。

★「ほくピーカフェ」とは、当院で定期的に行っている難病患者・ご家族の会です。難病だけでなく、様々な病気に悩みを抱える患者さまやご家族の交流の場です。日常生活でのお困りごとや悩みを共有し、少しでも工夫・軽減していくことを目指しています。**ひとりで抱えていないで、お気軽に相談してみませんか?**



## 令和5年1月13日よりリハビリ室が移転します

増改築工事に伴い、令和5年1月13日よりリハビリ室が一時的に移転することになりました。

**入院患者様は新棟3階、外来患者様は旧棟401室**に移転となります。

外来患者様は、スタッフが迎えに参るまで**待合室でお待ちください**。

大変ご不便をおかけしますがご協力よろしくお願いいたします。



医療法人社団 原武会  
**北部病院**

〒861-5515  
熊本市北区四方寄町 1281-3  
TEL 096-245-1115  
FAX 096-245-1126

## 増改築工事に伴うデイケア移動のお知らせ

増改築工事に伴い、令和4年12月末よりデイケアが数カ月の予定で5階に移動しました。そのため朝夕の送迎車が正面玄関に横付けされ、ロビーのエレベーターをご使用されるため、下記の時間帯は外来患者様にご迷惑をおかけすることもあるかと存じます。何卒ご理解とご協力をいただきますようよろしくお願いいたします。

### ■送迎時間

●朝のお迎え：8時50分～9時30分

●夕方の送り：15時30分～16時

\* 11時、13時前後にも10分程度ですが、短時間ご利用者様の送迎があります。



5階の臨時デイケア

## シワ、ほうれい線にお悩みではありませんか？

北部眼科では、ほうれい線や眉間のしわなどにヒアルロン酸注射やボトックス注射を行っております(保険適応外)。

「マスク生活で施術を気軽に受けやすくなった」という患者さまのお声もございます。

気になる方は、まずは相談だけでも受診できますので、お気軽にお越し下さい。施術は、予約制になります。

### ◆料金

<ヒアルロン酸注入>

1本(1cc) 28,000円(税込)

<ボトックス注入>

22,000円(税込)

詳しくはコチラ →



## お誕生日カードのプレゼント

コロナ対策で病棟ではご面会が出来ない日々が続いており、患者さま、ご家族の皆さまには大変ご心配やご不便をおかけしております。

この度、入院患者さまへの「写真付きお誕生日カード」のプレゼントを始めました。

担当看護師からのメッセージを添えて、お誕生日当日にご本人さまにお渡しし、その後患者さまのご様子を少しでもお伝えできるよう、ご家族にお渡しいたします。

カードと一緒に心ばかりのプレゼントですが、「北部病院オリジナル 天然竹のオーガニック歯ブラシ」をお口の健康のために、お使いいただければ幸いです。



## 快眠できていますか？

みなさんはしっかり睡眠をとれていますか？

快眠(質の良い睡眠)につながる栄養素は主に3つあります。

①トリプトファン ②グリシン ③GABA(ギャバ)です。

① トリプトファン (体内の生活リズムを整えて睡眠へ導くホルモンをアップさせる)

多く含む食材⇒鶏むね肉、牛肉、卵、チーズ、牛乳、納豆、豆腐、アボガド

② グリシン (体内時計に作用して睡眠のリズムを整える)

多く含む食材⇒いか、えび、カニ、ホタテ、ほうれん草、枝豆、ブロッコリー

③ GABA(ギャバ) (心身をリラックスさせ、良質な睡眠を促す)

多く含む食材⇒大麦、玄米、小魚、キムチ、トマト



朝食には卵や納豆などのたんぱく質をとり、上記の食材を使った料理を上手に摂り入れ、快眠メリットである『疲労回復』『ストレス解消』『肥満防止』『美容効果』をゲットしましょう！

★栄養士のおススメメニュー♪

・ブロッコリーとえびのグラタン

・アボガドと豆腐とトマトのサラダ

・ほうれん草の白和え

・鶏むね肉のチーズ焼き など

