

尾西記念病院通信

2018年
5月

NO.84

ゴールデンウィークの診療について

4/27	4/28	4/29	4/30	5/1	5/2	5/3	5/4	5/5	5/6	5/7
金	土	祝	振替	火	水	祝	祝	祝	日	月
診察	休診	休診	休診	診察	診察	休診	休診	休診	休診	診察

ゴールデンウィークの
診察はカレンダーの
とおりになります

急患は別途対応いたします
一部診療科が休みになることがあります
まずはお電話くださいTEL:62-2221



美容と健康のために紫外線対策をしましょう

◆紫外線はお肌の大敵！！

お肌の老化を早めたり、皮膚ガンや、
感染症の原因になることも。

◆日焼け止めを塗りましょう

SPF・PAの値を目安に選びます。



SPFとは？	皮膚ガンの原因になる紫外線(UV-B)から 肌を守るレベルのこと ※SPFの値は高いほど肌の負担が大きくなり ます。
PAとは？	シミ・シワの原因になる紫外線(UV-A)から 肌を守るレベルのこと

1時間程度の外出には	SPF10～20 PA+
数時間の外出には	SPF20～30 PA++
数時間の野外スポーツには	SPF30～50 PA+++

◆日焼け止め使い方アドバイス

- Point① **まんべんなく塗る。** 塗り残しに注意
Point② **こまめに塗る。** 汗をかいたら塗り直します
Point③ **きちんと落とす。** 洗い残しは肌荒れの原因に
なります

◆食事で紫外線対策

紫外線に負けない体を作りましょう。

ビタミンC：メラニン色素の生成を抑える

ビタミンE：紫外線から肌を守る

ビタミンB2：新陳代謝を活発にする

β-カロテン：紫外線のダメージを軽減



紫外線は夏だけでなく1年中ふりそそいでいますが、
紫外線の量が1年で最も多い時期は5～9月にかけて、
真皮まで届き細胞を傷つけるUVは4～8月がピークになります。
外出する時は少しの時間でも油断せず、紫外線の対策を
していきましょう！

休診日のお知らせ

- 5/ 2(水) 脳神経外科 午前 滝 英明 医師
5/25(金) 整形外科 午前 岩山 立樹 医師
(代診： 国立 医師)
5/31(木)
～6/1(金) 耳鼻咽喉科 終日 戸田 潤二 医師

尾西記念病院

サクラ風景写真コンクール

ご応募ありがとうございました。

ゴールデンウィーク明けより展示予定です。

場所：正面玄関ホールにて

『マッサージ伊藤のコラム』

vol. 27



一年の中で最も変化の多い時期になりました。
この時期は社会的な環境の変化を経験することが多く
ストレスを受けやすくなる他、冬と比べ日照時間が長
くなり気温も上がることから、これらの環境の変化に適
応しきれない場合、眠れているのに昼間の眠気が酷
い、不眠が続くといった睡眠障害となって現れることが
あります。

いつも通り眠っているつもりでも、冬と比べ早い時間か
ら部屋に光が差し込むようになると脳の覚醒時間が長
くなり、熟睡している時間が短くなってしまいます。
特にこの時期、昼間から眠くなる人が多い方は夜更
かしを避け、冬より30分程早く就寝し睡眠時間を確保
したり、春は寒暖の差が激しいため寝具やパジャマで
体温を調節し熟睡出来るよう環境を整えましょう。

リハビリテーション科

平成30年度 一宮市 乳がん検診のご案内



最新のがん統計では、女性がかかる「がん」の部位で1番
多いのが乳がんで、11人に1人が罹患します。乳がんは
早期発見・早期治療により適切な治療をすれば、高い確率
で治すことができます。日頃からのセルフチェックや、乳がん
検診を利用し、乳がんから身体を守りましょう。

実施期間：平成30年5月8日(火)～12月25日(火)

対象者：一宮市在住 平成30年度に40歳以上になる女性

実施日時：火・木曜日の14:00～16:00

検診内容：問診・視診・マンモグラフィ

費用：1000円

クーポンの対象者は無料
(市からハガキが届きます)

予約：完全予約制

月～金曜日 9:00～16:00(祝祭日を除く)

お電話もしくは受付窓口にてご予約ください
0586-62-2221

検診医：外科 多羅尾医師

マンモグラフィは女性の技師になります

平成29年度に一宮市の乳がん検診を受けた方は
受診できません。(クーポン対象者を除く)

■問診・視触診

しこりがあるかどうかを確認します。

■マンモグラフィ検診

広範囲に読影可能で、触診では発見が難しい微細な石灰
化の段階の腫瘍(小さなしこり)を発見することができます。

ご予約・変更のお電話は

12:00～16:00の間に承っております 0586-62-2221

診療科名	時間		月	火	水	木	金
総合診療科 (外科)	午前	9:00～12:00	多羅尾 信	多羅尾 信		多羅尾 信	多羅尾 信
	午後	14:00～16:00		多羅尾 信 (乳がん検診)		多羅尾 信 (乳がん検診)	
外科	午前	9:00～12:00		森岡 祐貴	宮本 康二		宮本 康二
	午後	14:00～16:00	宮本 康二				宮本 康二
内科	午前	9:00～12:00	和田 久泰 内科・循環器内科	和田 久泰 内科・循環器内科	和田 久泰 内科・循環器内科	和田 久泰 内科・循環器内科	和田 久泰 内科・循環器内科
			國枝 武文 内科・呼吸器内科	國枝 武文 内科・呼吸器内科 (初診)	國枝 武文 内科・呼吸器内科	國枝 武文 内科・呼吸器内科	國枝 武文 内科・呼吸器内科 (初診)
			赤地 和範 消化器内科	赤地 和範 消化器内科 胃カメラ	伊藤 雅晃 内科・内分泌内科	赤地 和範 消化器内科	赤地 和範 消化器内科
	午後	14:00～16:00	赤地 和範	國枝 武文	和田 久泰	和田 久泰	赤地 和範
整形外科	午前	9:00～12:00	岩山 立樹	國立 真以	岩山 立樹	國立 真以	岩山 立樹
	午後	14:00～16:00					森 敏浩 (第2、第4週) リウマチ・ 整形一般
脳神経外科	午前	9:00～12:00			滝 英明		
眼科	午前	9:00～12:00	中村 幸生	中村 幸生	中村 幸生	中村 幸生	中村 幸生
	午後	14:00～16:30	中村 幸生 眼鏡・コンタクトは 予約制	(手術)	中村 幸生 眼鏡・コンタクトは 予約制	(手術)	
耳鼻いんこう科	午前	9:00～12:00	戸田 潤二	戸田 潤二	戸田 潤二	戸田 潤二	戸田 潤二
	午後	14:00～16:30	戸田 潤二	戸田 潤二 めまい外来 (予約制)	戸田 潤二 (第2,4,5週) 小児耳鼻科 (予約制)	戸田 潤二	
	午後	13:00～14:00			中島 務 (第1・3週) (予約制)		
皮膚科	午前	9:00～12:00			安田 佳世		鴻村 稲子
泌尿器科	午前	9:00～12:00			木村 祐介	小谷 俊一	

5月カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

休診することがあります。お電話にてお問い合わせください。

尾西記念病院

TEL 0586-62-2221 (代)

FAX 0586-62-1223

〒494-0018 愛知県一宮市富田字宮東1718番地1

訪問看護ステーション
びさい

TEL 0586-62-2225 (代)

FAX 0586-62-4007

介護保険相談センター
びさい

TEL 0586-62-1631 (代)

FAX 0586-62-1223

通所リハビリテーション

TEL 0586-62-2123 (代)

FAX 0586-62-2124