

地域から世界へ！K-1ファイター 稲垣柊選手をご紹介します



さいたま市出身。20戦16勝4敗。
『さいたまから世界王者へ』をモットーに
K-1ジム 大宮に所属し活動中。

- ・第9代Krushスーパーライト級王者
- ・第7代K-1スーパーライト級
王座決定トーナメント準優勝



K_1SHU0129

Instagram @k_1shu0129

稲垣選手より一言いただきました

さいたま市出身のK-1世界王者は未だ、出ておりません。初の快挙を成し遂げるため、ともに戦っていただけるスポンサー様も随時募集しております！さいたま市を盛り上げられるよう、引き続き戦っていきます。

広報担当より

今回、Instagramを通じて交流がある稲垣選手のご紹介をさせていただきました。「さいたま市から世界王者へ」——稲垣選手であれば、夢物語ではないと思います。稲垣選手の拳はとても強く、素人の私が見ていても安定感があり、試合中の表情は常に冷静で、一瞬の隙も感じさせません。日々の努力を積み重ねてきたからこそ生まれる自信と覚悟が、その姿から伝わってきます。リングの上では力強さを発揮する一方で、普段は誠実で礼儀正しく、多くの方から応援される人柄も大きな魅力です。これからさらに経験を積み、世界の舞台へ羽ばたいていく姿を心から楽しみにしています。皆さまもぜひ、稲垣選手への温かいご声援をよろしくお願いいたします。



Krush王者戴冠時の写真



トーナメント準優勝時の写真

陽まわりメディカルクリニックよりお知らせ

11:30までに越しの患者さんへ

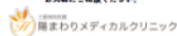
**予約がなくても
胃カメラを受けられます**

※朝の食事を抜いて来られた方限定

実施日：月・火・木・土
(第2・4・5)

※火・土は予約制になります

当クリニックで内視鏡検査が受けられます。



胃カメラ検査ができるようになりました！

陽まわりメディカルクリニックでは、
6月から胃カメラ検査を行っています。

「ちょっと、胃の調子が悪いんだよね」
「最近、食欲ないんだよね」
「食後、気持ち悪くなる・・・」

など、気になる症状がある方は、思い立った日に検査が可能です！
ぜひ、陽まわりメディカルクリニックのホームページにて詳細確認をお願いいたします。

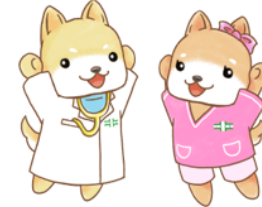
診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~13:00 (受付12:45まで)	西村 小林	井原	西村	西村 ▲坂本 ▲小林 ▲2・4・5	西村	西村 小林	非常勤 医師
14:00~17:00 (受付16:45まで)		井原					
15:00~18:30 (受付17:45まで)	西村 小林		西村	西村 小林	西村 小林	非常勤 医師	

※初診の方の午前の受付は12:30までとなります

内科・消化器外科・消化器内科・皮膚科

三愛病院広報誌

サンちゃん アイちゃん



もしもの時、いつもの時も。
あなたのそばに三愛病院

TOPICS

- ・いざという時に備える～救急受診とAED
- ・新入職員インタビュー
- ・手術支援ロボット「Hugo」が仲間入り
- ・足梗塞のサインかも
- ・Qこの症状何科？
- ・地域とのつながり～さいたま市から世界へ
- ・陽まわりメディカルクリニック 胃カメラやってます
- ・夏バテ防止レシピ

4月入職の職員を紹介します



いざという時に備える～救急受診とAED

突然の体調不良や事故、どう対応しますか？

私たちは日常生活の中で、急な病気やけがに遭遇する可能性があります。

慌てず適切な行動をとるために、救急受診の目安やAEDの使い方を知っておきましょう。



救急車を呼ぶべき症状とは？次のような症状がある場合は、ためらわず119番通報しましょう。

- ・意識がない、呼びかけに反応しない・突然の激しい胸の痛み・顔や手足の片側が動かない
- ・ろれつが回らない・呼吸が苦しい・大量の出血・激しい頭痛やけいれん

「様子を見よう」と判断せず、早めの対応が命を守ります。

救急受診が迷ったら

夜間や休日に体調不良となった場合、「救急車を呼ぶべきか」「病院を受診すべきか」迷うこともあります。

- ・かかりつけ医へ相談
- ・救急相談窓口の活用(☎#7119)
- ・地域の休日・夜間診療所の利用

日頃から相談先を確認しておくことで安心です。

AEDは誰でも使えます

AED(自動体外式除細動器)は、心臓がけいれんし正常に動かなくなった際に電気ショックを行う機器です。AEDは音声ガイダンスに従って操作でき、医療資格がなくても使用できます。

地域のAED設置場所を確認しましょう

AEDは公共施設、学校、駅、商業施設などに設置されています。

いざという時に備え、自宅や職場周辺の設置場所を確認しておきましょう。

日頃の備えが命を守ります

救急受診の目安やAEDの使い方を知っているだけで、緊急時の行動が大きく変わります。

大切な家族や地域の人々を守るために、この機会に確認してみましょう。

★当院では、団体様向けに、AEDの無料訪問講習会を行っています。

ご希望の方は、広報担当までご連絡ください。



現在、救急外来拡大工事中

夏バテ防止レシピ

夏野菜と鶏ささみのさっぱり和え

材料(2人分) 鶏ささみ 2本 ・きゅうり 1本 ・トマト 1個 ・オクラ 4本 ・ポン酢 大さじ2 ・ごま油 小さじ1 ・白ごま 適量

- 作り方
- 1.ささみは耐熱容器に入れてラップをし、電子レンジで加熱する。粗熱が取れたらほぐす。
 - 2.きゅうりは薄切り、トマトは角切り、オクラはゆでて小口切りにする。
 - 3.ボウルに材料を入れ、ポン酢しょうゆとごま油で和える。
 - 4.器に盛り、白ごまを振る。

栄養ポイント

- ・鶏ささみは脂質が少なく、良質なたんぱく質を摂取できます。
- ・夏野菜にはビタミンやミネラルが含まれ、暑さで不足しがちな栄養素の補給に役立ちます。
- ・酸味のある味付けは、食欲が落ちやすい夏でも食べやすいのが特徴です。

暑い夏を元気に乗り切るために

暑さで食欲が低下すると、栄養不足や体力低下につながることがあります。たんぱく質と野菜をバランスよく取り入れ、こまめな水分補給も心掛けましょう。



■三愛病院 外科・整形外科・脳神経外科・循環器内科・消化器内科・消化器外科
形成外科・呼吸器外科・呼吸器内科・泌尿器科・神経内科・リウマチ科・心臓血管外科・皮膚科・眼科・乳腺外科・感染症内科・糖尿病内科・リハビリテーション科・麻酔科・放射線科
〒3380837 さいたま市桜区田島4-35-17
TEL: 048-866-1717 (代表) FAX: 048-866-1865

■三愛病院 施設内併設
さいたま健康管理センター (リハビリ) : 0120-866-175
さいたまガンナインフセンター (リハビリ) : 0120-83-1717

■陽まわりメディカルクリニック
〒336-0027 さいたま市南区沼影1-8-18ザ・マーケットプレイス
武蔵浦和4階 TEL: 048-767-7882

■トワーム小江戸病院
〒350-0848 川越市下老袋4909 TEL: 049-222-8111

■トワーム指扇
〒331-0074 さいたま市西区宝来591 TEL: 048-620-3377

■トワーム熊谷
〒360-0017 熊谷市小曾根337-1 TEL: 048-599-3377



三愛病院ホームページ



SANAI_HP_SAITAMA
三愛病院 公式Instagram



広報担当です！

広報を担当しているSです。ホームページやInstagram、広報誌などを通して、三愛病院の魅力や取り組みを地域の皆さまへお届けしています。「こんな取り組みも紹介してほしい！」「〇〇科のこんなところを発信したらどう？」など皆さんからのアイデアも大歓迎です。三愛病院の魅力を発信していけたらうれしいです。どうぞよろしくお願いいたします！

4月に入職した職員を紹介いたします。

①所属部署②出身地③好きな食べ物④休日の過ごし方⑤1年間だけ別の職業を体験できるなら？

①外科・消化器外科医師 村上医師
②山口県
③焼き鳥
④子供(4歳)と公園で散歩
⑤動物園・水族館の飼育員



①耳鼻咽喉科医師 松岡医師(7月入職)
②鹿児島県
③パスタ
④観劇
⑤動物園の飼育員



①放射線科
②茨城県
③うどん
④映画・テレビ・動画を見る
⑤薬剤師



4月入職の職員はまだいますが、
代表してインタビューに答えてくれました。
院内で見かけた際は、
ぜひ声援をお願いします



①整形外科 小山医師
②東京都
③ハンバーグ
④愛犬と外出
⑤事務職系



①臨床検査科
②東京都
③カレー・パンケーキ
④友達と遊びに行く
⑤マネジメントスタッフ



①2A病棟看護師
②埼玉県
③おすし
④寝て寝て寝る
⑤消防士、警察官



①薬剤師
②福島県
③おすし
④ショッピング
⑤学校の先生



ロボット手術「Hugo™RAS」が仲間入りしました



副院長、消化器外科部長
黒崎医師

このたび三愛病院に、ロボット支援手術「Hugo™RAS」が仲間入りしました。世界最大級の医療機器メーカー、メドトロニック社が生み出した最新鋭のロボットです。

最大の魅力は、4本のアームがそれぞれ独立して動く点。患者さんおひとりおひとりの体格や術式に合わせて自由自在に配置できるため、まるで熟練の手が幾つも寄り添うような繊細な手術を実現します。3Dの鮮明な視野と精密な鉗子操作により、従来の腹腔鏡手術よりも身体にやさしい手術が可能になります。

ただし、優れたロボットだからこそ、扱うには十分な知識と技術、万全な体制が欠かせません。導入施設や術者には厳しい基準が設けられており、当院はその基準をクリアした数少ない施設の一つです。当院では黒崎副院長が内視鏡外科技術認定医であり、豊富なロボット手術経験を持ち、Robot-Doc pilot国内B級も取得。10月からは指導的立場も担います。

まずは結腸手術と鼠経ヘルニア手術からスタートし、今後さらに対象を広げてまいります。皆さまに安心して質の高い医療をお届けできるよう努めてまいります。

歩くと足が痛い...それ、「足梗塞」のサインかも

「歩くと足が痛くなるけれど、少し休むとまた歩ける。」

その症状を「年齢のせい」と思っていないか？

実は、足の血管が狭くなったり詰まったりする「足梗塞(下肢閉塞性動脈疾患)」が原因かもしれません

足梗塞とは？

足の血管が動脈硬化などで狭くなったり詰まったりして、血液の流れが悪くなる病気です。

こんな症状はありませんか？

- ☒ 少し歩くとふくらはぎが痛くなる
- ☒ 少し休むとまた歩けるようになる
- ☒ 足先が冷たい
- ☒ 足の色が悪い
- ☒ 傷が治りにくい

放っておくと...

症状が進行すると、安静時にも痛みが出たり、傷が治らず、重症化すると足の切断につながることもあります。

早めの受診が大切です

歩くと足が痛くなる症状は、気になる症状がある方は、循環器内科にてお気軽にご相談ください。

循環器内科では他にも...

・肥満症治療

・足外来

も行っています。詳しくは、お問合せください

クイズに挑戦！

Qこの症状何科？

- ①グルグル回るめまい
- ②手足のしびれ、ろれつ障害
- ③めまい

ヒント

- ・内科、総合診療科
- ・耳鼻咽喉科
- ・脳神経外科

【答え】

- ① グルグル回るめまい

→ 耳鼻咽喉科

めまいの多くは、耳の奥にある「平衡感覚」をつかさどる器官の異常が原因です。

特に、寝返りを打ったときや頭を動かしたときにグルグル回るようなめまいは、耳の病気が関係していることがあります。

- ② 手足のしびれやろれつが回らないめまい

→ 脳神経外科・脳神経内科

めまいに加えて、手足のしびれ、力が入らない、

ろれつが回らないなどの症状がある場合は、

脳の病気が隠れている可能性があります。

脳梗塞など緊急性の高い病気のサインであることもあるため、

早めの受診が必要です。

- ③ 立ちくらみを伴うめまい

→ 内科、総合診療科

立ち上がったときにクラツとする、目の前が暗くなるようなめまいは、

血圧の変動や貧血、脱水などが原因の場合があります。まずは内科で相談しましょう。

迷ったらまずはご相談ください

