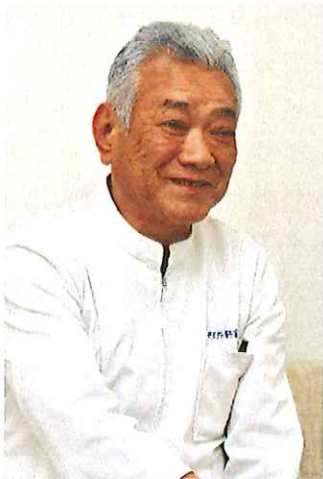


ふれあい

(第38号)

充実の診療 予防活動も



釜谷邦夫理事長

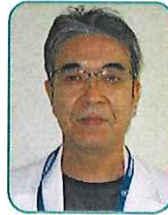
1997年に釜谷クリニックを開設後、地域に必要な医療サービスとは何かを模索しつつ、充実した診療体制の整備・拡充に取り組み、20年の時を刻んできました。一昨年秋には、リハビリをしながら回復期を過ごせる60床の東前橋整形外科病院を設立、円滑な運営ができるように力を注いでいます。

診療は整形外科全般にわたり、特に日本有数の医師が対応する「足の外科」や、膝、脊椎外科は専門医が常勤し、手術実績も数多く、地域の皆さまのお役に立っているのではと自負しています。また、成長期スポーツ障害と高齢女性の骨粗しょう症の治療と予防に力を注いでいます。

膝や肩、腰などの運動器の低下（ロコモティブシンドローム）や骨粗しょう症で介護状態になることを予防する市民公開講座を開催するほか、手術だけでなく、理学療法士25人体制によるリハビリを中心にした治療を行い、患者さん一人一人に合わせた自在な治療に取り組んでいることが、大きな特色の一つです。

長年温めてきた地域貢献活動として一昨年、前橋市と協働で街なかに前橋市民健康クラブウォーキングステーションを開館。当院の医師、看護師、理学療法士などの医療スタッフが健康相談に協力しています。積極的に院外に出て市民の皆さまと交流することが多くの学びにつながり、人材育成もできて病院全体の質の向上になると奨励しています。今後も親しみやすい医療を目指して改善を重ねると同時に、地域の健康増進活動に尽力していきます。

新入職 常勤医師のご紹介



黒澤一也医師

初めまして。縁あって4月から東前橋整形外科でお世話になる黒澤一也と申します。今年の3月までは日高病院で12年間整形外科の診療を行っておりました。整形外科医になって28年目となります。よく言えばベテランですが、体力的には下り坂。でもまだまだ整形外科医として少しでも患者さんのお役にたきたいという思いから、東前橋整形外科の一員として診療を行う機会をいただきありがたく思っております。専門は上肢の疾患で、聞きなれないとは思いますが手外科を専門としております。医師とスタッフが力を合わせて患者さんの満足度の高い医療を行うことに微力ではありますが全力を尽くしたいと思っております。よろしく願いいたします。

専門分野

手の外科

資格

日本整形外科学会認定整形外科専門医
日本手外科学会認定手外科専門医
日本体育協会認定スポーツドクタ
運動器リハビリテーション専門医



真鍋和医師

私は、群馬大学、富岡総合病院、館林厚生病院、深谷赤十字病院等に務めた後この3月末日をもちまして12年間勤務した群馬脊椎脊髄病センターを退職し、東前橋整形外科に就任いたします。脊椎脊髄外科を専門としており、数年前より群馬の脊椎ドクターの大先輩であられる柘植先生・釜谷先生と共に、東前橋で手術治療を行わせて頂いております。さらなる発展のためこれまでの知識や経験を活かし、地域の皆様の治療に貢献していきます。どうぞ宜しくお願い致します。

専門分野

脊椎側弯外科

資格

医学博士・日本整形外科学会認定 専門医
脊椎脊髄病医・リハビリ医
日本脊椎脊髄病学会認定 指導医、臨床研修指導医 等
CSRS(国際頸椎学会)のヨーロッパ・アジアパシフィックのメンバーシップ保有

内科非常勤医師のご紹介



星野東明医師

このたびリウマチ外来を担当いたします星野と申します。
より質の高いリウマチ治療を提供できるよう心がけております。

専門分野

リウマチ・アレルギー・膠原病

資格

医学博士

日本内科学会認定 総合内科専門医

日本リウマチ学会認定 リウマチ専門医・指導医

日本医師会認定産業医

栄養科便り！

ぽかぽかとした陽だまりが多くなり始めてきたこの時期、過ごしやすくなる一方で厄介な症状も表れてきますね。多くの方がお悩みであろう…そう花粉症です。そもそも花粉症とは一体何なのでしょう？

花粉症とは、花粉に対して人間の体が起こすアレルギー反応のことを言います。身体の免疫反応が花粉に過剰に反応して、くしゃみや鼻水、眼のかゆみといった花粉症の症状が出てしまうのです。花粉を身体の内外に

付けないよう外出時にはマスク、眼鏡の着用、帰宅後は手洗い、うがいをするなど簡単な花粉対策は様々ありますが、内面から免疫力を高め、規則正しい生活を送ることもとても重要です。ビタミンやミネラルを多く含む野菜や果物を毎日少しずつでも摂るように心掛け、鼻や眼を刺激してしまうお酒やタバコを控えるようにし、花粉に負けない身体を手に入れましょう！
そこで今回は、花粉症対策に役立つ食べ物やレシピを食事の面からご紹介したいと思います。

☆食事から花粉症を撃退！免疫力アップのレシピ トマトと卵のスープ☆



～材料～ (4人分)
玉ねぎ 1/2個
トマト 1個
干しエビ 20g

根生姜 ひとかけ
油 大さじ1
水 800cc
鶏ガラだし(顆粒) 大さじ2弱
酒 大さじ1
塩 小さじ1
こしょう・胡麻油 各少々
卵 2個
にら 3、4本
水溶き片栗粉 少々

～作り方～

- ①トマトは湯むきをし、玉ねぎとともにくし型に切る。
干しエビ・生姜はみじん切り、にらは3cm長さに切っておく。
 - ②鍋に油を熱し、エビと生姜を入れ、香りを出す。
 - ③玉ねぎ、トマトの順で②に入れ、手早く炒めたら水・鶏ガラだし・酒を加える。
 - ④煮立ってきたら時々あくを取り、塩・こしょうで味を調える。
 - ⑤④に水溶き片栗粉を加え、そこへ溶いた卵を少しずつ箸で回し入れる。
 - ⑥にらを散らすように加え、さっと火を入れたら、仕上げに胡麻油を少したらす。
- ☆干しエビの代わりに牛肉や豚肉、鶏肉の薄切りを少量入れるのも良いです。
お好みで変えてみてください。

外来診療担当表

平成30年4月1日現在

		月	火	水	木	金	土
午前 8:00 ～ 12:00	第①診察室	小林 膝の外科	柘植 脊椎外科	真鍋 脊椎・整形外科	小林 膝の外科	金古 一般整形外科	真鍋 脊椎・整形外科
	第②診察室	柘植 脊椎外科	黒澤 手の外科	前原 一般整形外科	星野 リウマチ科	八子 一般整形外科	土曜医師 担当表 参照
	第③診察室		日尾 足の外科	日尾 足の外科	岩上 一般整形外科	岩上 一般整形外科	
	第⑤診察室	釜谷 一般整形外科	星野 リウマチ科	釜谷 一般整形外科	釜谷 一般整形外科	黒澤 手の外科	
午後 3:00 ～ 6:00	第①診察室	小林 膝の外科	小林 膝の外科	八子 一般整形外科	黒澤 手の外科	角田 一般整形外科	真鍋 脊椎・整形外科
	第②診察室	柘植 脊椎外科	長谷川 足の外科	前原 一般整形外科	八子 一般整形外科	長谷川 足の外科	土曜医師 担当表 参照
	第③診察室	八子 一般整形外科	日尾 足の外科	日尾 足の外科	岩上 一般整形外科	岩上 一般整形外科	
	第⑤診察室	釜谷 一般整形外科	八子 一般整形外科	釜谷 一般整形外科	釜谷 一般整形外科	黒澤 手の外科	

土曜日の外来医師担当表については院内掲示やホームページ等にてご確認ください

東前橋整形外科クリニック

TEL 027-268-5777

〒379-2104 群馬県前橋市西大室町1317-3

東前橋整形外科病院

TEL 027-226-5201

〒379-2104 群馬県前橋市西大室町1302-2

基本理念

- ◆ 豊かな生活の実現を担う医療機関として信頼とやすらぎの医療を提供します。
- ◆ 良質な医療を担う人材の育成に努めます。
- ◆ 地域での役割を果たし、地域医療の貢献に努めます。