



宇都宮だより

発行所
宇都宮病院
 和歌山市鳴神505の4
 TEL 471-1111
 発行・編集：企画室

ホームページをリニューアルしました。 パソコン検索「宇都宮病院和歌山」又は、
<http://www.utsunomiya-hospital.com>

和歌山 病院 宇都宮病院 (和歌山市) うつのみやびょういん
宇都宮病院 医療法人久仁会
 電話でのお問い合わせはこちら
073-471-1111
 〒640-8303 和歌山県和歌山市鳴神505-4

- ① ホーム HOME
- ② 病院について About us
- ③ 医師・スタッフ紹介 About staff
- ④ 交通アクセス Access map
- ⑤ 外来診療のご案内 Consultation

- ▶ 内科
- ▶ 呼吸器科
- ▶ 循環器科
- ▶ 胃腸科
- ▶ 痔・肛門科
- ▶ 麻酔科 (ペインクリニック)
- ▶ 放射線科
- ▶ 各種予防接種
- ▶ 救急外来

⑥ 各種健康診断 Various checkups

⑦ 入院のご案内 Hospitalization

⑧ 療養病床について Other service

⑨ 宇都宮だより News



患者様に必要とされる
病院づくりを目指しています。

和歌山/宇都宮病院 HOME

➡ 痔・肛門外来 Hems&Anus outpatient

➡ ペインクリニック (痛み・疼痛) 外来 Pain clinic outpatient

➡ 各種健康診断 Various checkups

当院は昭和45年に設立し今年で40周年を迎えました。
 また平成7年には和歌山市内で初めて療養病床を取り入れ、長期でも安心してご入院いただけるケアミックスの病院として地域医療に取り組んでおります。

外来診療は、内科、呼吸器科、胃腸科、循環器科、痔・肛門科、放射線科、麻酔科 (ペインクリニック) などの他、夜間救急の受付や各種健康診断、インフルエンザワクチンなどの予防接種も行っております。

入院施設は、一般病床の他、医療療養病床を65床有し、基礎疾患をお持ちの方が長期でご入院可能な体制を整えております。



診療時間表

	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●	×
16:00~19:00	●	●	●	●	●	×	×

看護師採用情報
 詳しくはこちら>>


外来診療のご案内
 当院の各種外来診療内容及び、外来診療表をご案内致します。
 詳しくはこちら>>

入院のご案内
 入院のお手続き方法、入院中の注意点、面会時間などをご案内致します。
 詳しくはこちら>>

和歌山市国保の特定健診

平成22年4月1日より、和歌山市国民健康保険に加入の40歳から74歳の方が対象の特定健診が始まりました。今年から、心電図・血液の検査項目が増えて、病院での窓口負担が無料となりました。

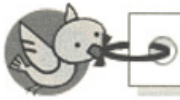
実施内容

- | | |
|--------------|---|
| (1) 対象者 | 平成22年4月1日現在和歌山市国民健康保険に加入している40歳から74歳までの方 |
| (2) 自己負担金 | 無料 |
| (3) 受診期限 | 平成23年1月23日まで |
| (4) 受診方法 | 健診を受けたい医療機関に事前に連絡してください。 |
| (5) 当日持参するもの | ・ 特定健康診査受診券
・ 和歌山市国民健康保険者証
・ 65歳以上の方は介護保険証 |
| (6) 検査内容 | 1. 質問票（服薬歴・喫煙歴・生活習慣等）
2. 身体測定（身長・体重・腹囲・BMI）
3. 血圧
4. 尿検査
5. 血液検査
6. 心電図検査
7. 眼底検査…医師の判断により実施
8. 診察 |

※特定健診は各医療保険でも実施されていますが、検査内容・自己負担金がそれぞれ違いますのでご注意ください。

◆特定健診の意義

病気の早期発見より以前の段階（メタボリックシンドローム）等を発見し、生活習慣の改善が必要な人を見つけるための健診です。その結果、自分の健康状態を知り、生活習慣を見直すことによって、生活習慣病の予防効果が多く期待できると考えられています。

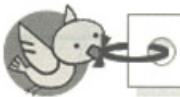


あなたの生活習慣をチェックしよう！

設 問	はい	いいえ
20歳のときの体重から10kg以上増加している。		
1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施していない。		
日常生活において歩行または同等の身体活動を1日1時間以上実施していない。		
同世代の同姓と比較して歩く速度が遅い。		
この1年間で体重の増減が±3kg以上あった。		
早食い・ドカ食い・ながら食が多い。		
就寝前の2時間以内に夕食をとることが週に3回以上ある。		
夜食や間食が多い。		
朝食を抜くことが多い。		
ほぼ毎日アルコール飲料を飲む。		
現在、たばこを習慣的に吸っている。 (※「現在、習慣的に喫煙している者」とは「これまで合計100本以上、または6ヶ月以上吸っている者」であり、最近1ヶ月間も毎日、またはときどき吸っている者。)		
睡眠で休養が得られていない。		

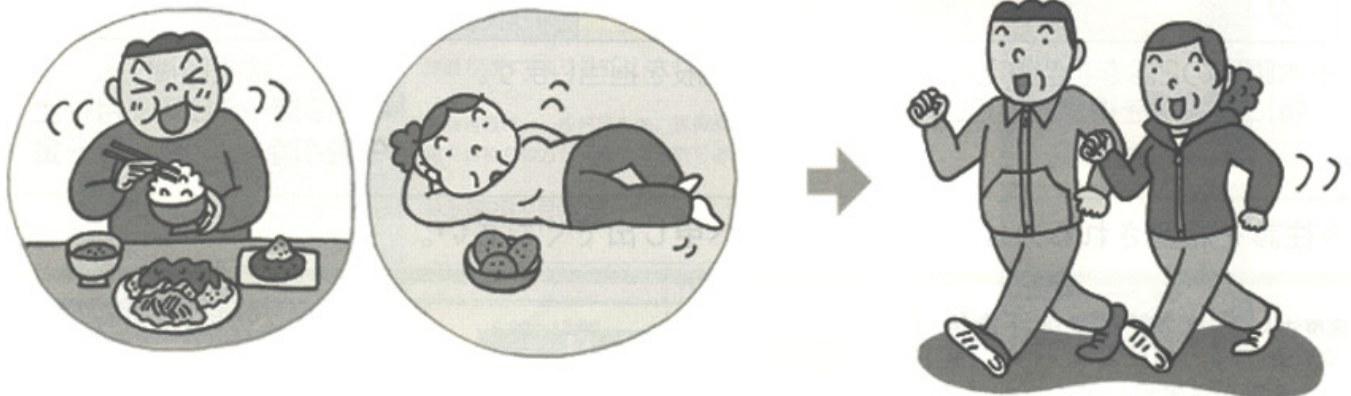


「はい」と答えた項目が多いほど、メタボリックシンドロームになりやすい生活習慣を送っています。



内臓脂肪はどうしたら減らせるの？

内臓脂肪は皮下脂肪と比べて、たまりやすく、減りやすいという特徴があります。メタボリックシンドロームのベースとなっている内臓脂肪は、ためる原因となっている食べ過ぎや運動不足などの不健康な生活習慣を改善することで減らせます。今日から内臓脂肪をためない生活習慣を心掛けましょう。



メタボリックシンドロームの予防・改善には

1に運動、2に食事、しっかり禁煙、最後にクスリ

厚生労働省のホームページより

お知らせ

内視鏡が新しくなりました。

内視鏡の先端部の外径が5.4mmと細くなったため、経鼻挿入が可能になりました。いままでどおり、経口挿入も可能でどちらにしても患者さんの負担がかなり軽減されます。



院内行事

6月3日(木)

東消防署の職員立合いの中消防訓練を行いました。消火訓練の時には大声で「火事だ!火事だ!」と言ったりと熱のこもった訓練になりました。



外来診察表

7月8日より外来診察を変更しています。

	月	火	水	木	金	土
1 診	院長	冷水	院長	冷水	院長	冷水
2 診	冷水	院長	冷水	土井	冷水	院長
夕 診	院長	院長・冷水(交替)	米田	山本	冷水	

※木曜日の2診を担当する土井医師は、内科全般を担当します。特に糖尿病を得意としています。

診療時間
午前9時～12時 月～土
午後4時～ 7時 月～金

※往診を希望される方は、お気軽に窓口へ申し出てください。

医療法人 久仁会 宇都宮病院

和歌山市鳴神505-4
☎ 471-1111(代)

診療のご案内

診療時間
午前診療 午前9時～12時
夜間診療 午後4時～7時

診療科目

内科・胃腸科・呼吸器科・循環器科
肛門科・麻酔科・放射線科

※胃及び大腸内視鏡検査の予約、
随時受付しています。

当院への交通のご案内

車利用

日前宮より東へ5分

バス利用

JR和歌山駅東口より
紀伊風土記の丘行き
団地西口下車すぐ