



さくらだより

2026年
春号

～ 命をつなぎ つないだ命をつなく ～



地域の皆さまに求められている 病院を目指して

理事長 今中正浩

日頃より齋藤記念病院へご支援とご厚情を賜っており、皆さまに、心より御礼申し上げます。

私たち俊榮会は、基本的価値として「自利利他」を定めております。これは、自分のことも大切にしながら、相手や地域の利益にも心を配るという姿勢です。

しかし、その価値を言葉として掲げるだけでは意味を成しません。大切なのは、日々の判断と行動に落とし込み、「患者さんの利益、地域の利益」を第一に据えつつ、病院・法人としての持続可能性にも目を配り、実践していくことだと考えています。そのための指針を「自利利他」とし、法人・病院内でその価値観を深く理解し共有しつつ、具体的な取り組みを一つひとつ形にし、着実に進めてまいります。

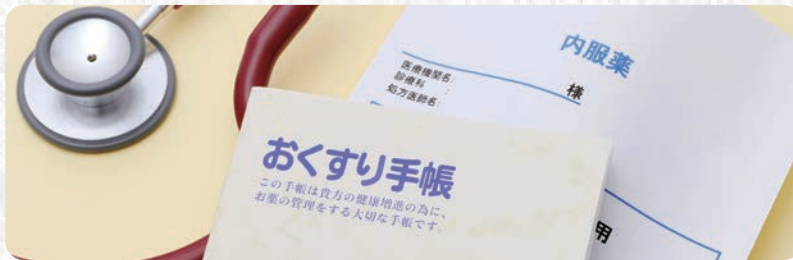
そうした積み重ねこそが、地域に求められる病院であり続ける力となり、持続可能性の基盤になるものと認識しております。

また医療の状況に目を向けますと、全国の病院の約7割が厳しい経営環境に置かれているといわれています。当院も例外ではありません。こうし

た状況だからこそ私たちは、皆さまのご支持にお応えするべく、当院が提供する医療の質を一層高めることを目的に、守りにとどまらない攻めの投資として診療機器への投資を行っております。新年度はこの投資を起点として、職員一人ひとりの知恵と連携を結集し、診療の質を高めながら、地域のなかで自立した経営を目指してまいります。

同時に、経営のために医療を変えるのではなく、必要とされる医療を誠実に積み重ねることが、やがて経営の安定にもつながると信じています。安全と質の向上、説明と情報提供の丁寧さ、ならびに患者さんとご家族の不安に寄り添う姿勢を基本として大切にしつつ、さらなる地域連携と法人グループ内での連携を深め、地域の医療の一翼を確かに担ってまいります。

新年度も、齋藤記念病院らしい医療の構築を目指し、地域に愛され、頼りにしていただける病院であり続けられるよう尽力してまいります。引き続き、ご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。



※写真はイメージです。



当院は今では珍しい、昔ながらの院内調剤でお薬をお渡ししております。皆さん、お薬手帳をお持ちだと思いますが、お薬手帳はこれまでに使ってきたお薬の名前や量、飲んで来た期間、体に合わなかったお薬などをまとめておける「あなた専用の記録ノート」です。医師にお薬手帳をしっかりと見て貰う事で一見ささいに思える情報でも、診察やお薬をお渡しする際の大切な手がかりになります。そのため当院では、お薬手帳は薬局ではなく、受付する時にお薬手帳のご提示をお願いいたします。

飲み合わせの良くないお薬を避けたり、同じような効き目のお薬が重なってしまうのを防いだりするためにも、これまでのお薬の情報はとても重要です。また、ほかの医療機関を受診したときや、急な体調不良・災害時など、すぐに説明が難しい場面でも、お薬手帳があれば安心です。市販薬やサプリメントのご使用の方も、ぜひ一緒に記録してください。

お薬手帳は、ご自身の体を守るための心強い味方です。受診の際には毎回ご持参いただき、変更があった場合はその都度記録していただきますよう。皆さまにより安全で安心な医療をお届けするために、ご理解とご協力をお願いいたします。



料理編

春野菜で身体を目覚めさせて！

春の暖かい気候になり、春の旬の野菜を見かける機会も増えてきました。

例えば春キャベツ、菜の花、新玉ねぎ、たけのこ、アスパラなど。春野菜には豊かな香りと特有の苦みがあるものが多くあります。これらの食材は、冬の間溜まった老廃物の排出や新陳代謝の促進を助ける栄養素を豊富に含んでいます。

冬の間代謝が落ちた身体を春野菜で目覚めさせ、心身ともに活発な状態へと調整しましょう！その栄養素を逃さないためにもぜひ生で食べてみてください。簡単なレシピのご紹介です。

コールスローサラダ

材料 (2人分)

- ・キャベツ …………… 200g
- ・コーン …………… 50g
- ・新玉ねぎ …………… 100g
- ・ハム …………… 4枚
(ツナ・かにかまぼこでも代用OK)
- ・マヨネーズ …………… 大さじ3杯
- ・酢 …………… 小さじ2杯
- ・砂糖 …………… 小さじ0.5杯



※写真はイメージです。

作り方

- ①キャベツ、玉ねぎは薄切りにする。
・塩もみ有…しんなりとした食べ応え
・塩もみ無…シャキシャキとした食べ応えになります。お好みで試してください。
- ②コーンは調味料と混ぜておくと味がなじみます。
- ③すべての材料を混ぜて出来上がりです。

【栄養成分1人分】
 エネルギー：230kcal
 蛋白質：6.5g
 塩分：1g
 材料により数値は変わります。

- *レモン果汁を加えると風味も変わります。
- *マヨネーズを減らし、酢やレモン果汁を多めに使うことで減塩にもなります。
- *ハムの代わりにツナやかにかまぼこでも美味しいです。
- *同じ材料でドレッシングを変えれば飽きの来ない1品にもなります。



[齋藤記念病院 外来医師診察予定]

診療科	医師名	受付時間	月	火	水	木	金	土
脳神経外科	福田 修	午前 8:30~11:30	○	○	○		○	○
	藤本 剛士		●		●	○	●	
	小山 新弥			●		○		●
乳腺・胸部外科 【予約制】	鬼頭 隆尚	午前 8:30~11:30	★	★	★	★	★	★
肛門・乳腺・消化器外科	廣田 正樹	午前 8:30~11:30		○	○		○	○
整形外科・リウマチ科 【予約制】	池田 三香	午前 9:00~12:00	★	★	★		★	
		午後 2:00~ 4:30	★	★			★	
整形外科・リウマチ科	橋本 俊彦	午前 8:30~11:30 ※第2・4土曜日のみ						○
内科 【予約制】	青木 聡	午前 9:00~11:30				★		
	廣田 喜一	午前 9:00~11:30		★				
神経内科 【予約制】	石原 智彦	午前 9:00~11:30 ※第1土曜日のみ						★
	石黒 敬信	午前 9:00~11:30 ※第2土曜日のみ						★
	三木 健司	午前 9:00~11:30 ※第4土曜日のみ						★
甲状腺外科 【予約制】	筒井 英光	午前 9:00~11:30 午後 2:00~ 4:00 診察日：4/6・4/20・5/11・ 5/18・6/1・6/15	★					
	小原 亮爾	午前 9:00~11:30 午後 2:00~ 4:00 診察日：4/15・5/13・6/17			★			
	小野 怜子	午前 9:00~11:30 午後 2:00~ 4:00 診察日：4/24・5/22・6/26					★	
オーソモレキュラー外来 【予約制】	小山 新弥	午後 2:00~ 4:00 ※詳細はお問い合わせください。	★					

○印は予約不要です。 ●印は午前10:30~診療です。
 ★印の診療科は予約制となっております。
 お電話での予約又は変更等のお問い合わせは、月・火・木・金の
 午後 2:00~ 5:00の間をお願いいたします。(☎025-773-5111)



医療法人 俊栄会

齋藤記念病院

病床数：98床 / 一般病棟42床、療養病棟56床

〒949-6602 新潟県南魚沼市欠之上478番地2 URL <https://www.saito-memorial.com/>
 TEL 025-773-5111 FAX 025-773-3024 E-mail soumuka@saito-memorial.com

