

診察担当表

対象期間：2025年10月1日～31日
 ※予定は変更となる場合がございます。ご不明な点は、総合受付または外来受付にお問い合わせください

はるひ呼吸器病院 外来診察担当表

●…内科 ●…呼吸器内科 ●…消化器内科 ●…循環器内科 ●…呼吸器外科 ●…リウマチ内科

		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	第1診察室	小橋 ●	齊藤 ●	齊藤 ●	齊藤 ●	小橋 ●	齊藤 ●
	第2診察室	米田 ●	西江 ●	小橋 ●	西江 ●	直海 ●●	小橋 ●
	第3診察室	加藤 ●	小佐野 ●	脇田 ●	佐々木 ●	小佐野 ●	直海 ●●
	第4診察室	佐々木 ●	岩村 ●	大山 ●	岩村 ●	岩村 ●	-
	第5診察室	服部 ●	高橋 ● 【第1・第3】	-	-	大山 ●	-
セカンドオピニオン外来		午後（日時要相談） 齊藤（呼吸器内科） ※予約制					

※はるひ呼吸器病院では、救急対応を行っております。

急な発熱・喘息発作等の内科的疾患は、24時間対応させていただきます。

★正面玄関の解錠時間7:30

須ヶ口クリニック 外来診察担当表

●…呼吸器内科

休診日：日曜・祝日

外来診察時間		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	9:00～12:00 (受付8:30～11:30)	椎尾 ●	米田(※1) ●	椎尾 ●	米田(※1) ●	椎尾 ●	休診
夕方	17:00～19:00 (受付17:00～18:45)	椎尾 ●	椎尾 ●	椎尾 ●	椎尾 ●	椎尾 ●	

(※1) 火曜日・木曜日の午前の新患の受付時間は、11:00までとなります。

面会時間

全日	2A・3A病棟	13:30～16:00
	3B病棟 (予約制)	15:00～16:30

【予約方法】
 電話・総合受付にて承ります。
 下記のお時間にお問合せください。
 (平日8:30～17:00 土曜8:30～12:00)
 ※1患者さまにつき3名まで(知人不可)
 30分以内となります。

休診案内

- 10月4日(土) 齊藤 呼吸器内科
- 10月14日(火) 椎尾 クリニック
- 10月25日(土) 齊藤 呼吸器内科
- 10月25日(土) 小橋 呼吸器内科
- 10月28日(火) 齊藤 呼吸器内科



最新の
休診情報は
こちらから

※最新の情報はHPの休診情報をご確認ください。

スタッフ募集中

募集職種

- 病棟看護師
(常勤・常勤夜勤専従・非常勤)
- 看護助手(非常勤)

応募・問い合わせ先

採用サイトから
エントリーをお待ちしています



お電話からのお問合せはこちら

☎ 052-400-1777

はるひ呼吸器病院 採用担当まで

見学やご質問
大歓迎です!
お気軽に
お問合せください



Facebook ページは

こちらから>>>



“ いいね! ” お待ちしています♪



発行日 / 2025年9月25日 発行 / 医療法人清須呼吸器疾患研究会

医療法人清須呼吸器疾患研究会

はるひ呼吸器病院 〒452-0962 愛知県清須市春日流8番地1
 TEL: 052-400-7111 FAX: 052-400-7133
 須ヶ口クリニック 〒452-0905 愛知県清須市須ヶ口2332番地2
 TEL: 052-400-5281 FAX: 052-400-7097
 訪問看護ステーションゆう 〒452-0905 愛知県清須市須ヶ口2332番地2
 TEL: 052-908-6779 FAX: 052-908-6780



医療法人 清須呼吸器疾患研究会 広報誌

清須の息吹

K I Y O S U N O I B U K I

2025年

10月号
Vol.112



contents

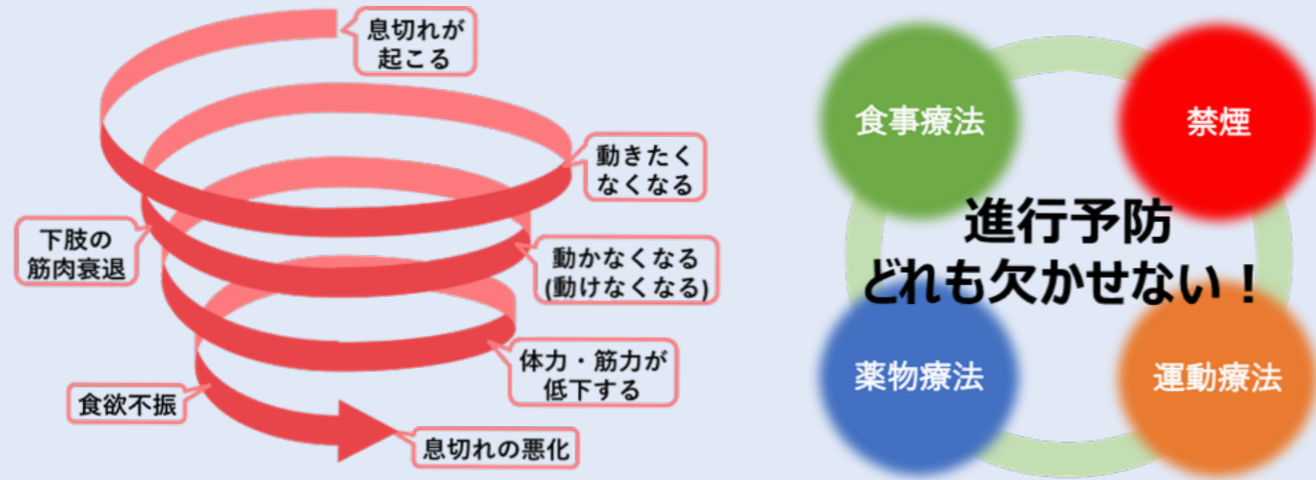
特集 慢性閉塞性肺疾患(COPD)の進行予防について

- リハビリテーション科より運動療法について紹介します
- 今月の一品「めかじきと蓮根の甘酢炒め」

Topix

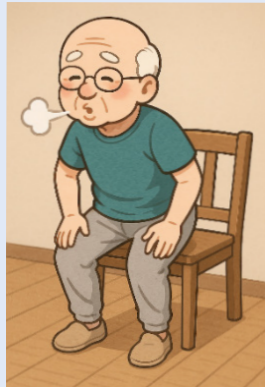
慢性閉塞性肺疾患（COPD）の進行予防について

☆ COPD は、「タバコ煙を主とする有害物質を長期に吸入することで生じる肺の疾患であり、呼吸機能検査で気流閉塞を示す」と定義されています。受動喫煙などの影響によって非喫煙者に発症することもあります。



★今日は運動療法について紹介します。

下肢の筋力トレーニング



立ち上がり

- ① 足を少し手前に引く
- ② おじぎしながら
- ③ 息を吐きながら立ち上がる
- ④ 立って息を吸う
- ⑤ 吐きながら座る



スクワット

- ① 足を肩幅に開く
- ② 息を吐きながら膝を曲げ伸ばしする

かかと上げ

- ① 足を肩幅に開く
- ② 踵をできるだけ高く上に上げる

有酸素運動



ウォーキング(足歩)、足踏み運動

- ・目標は 20 分程度 ※体調に合わせて短い時間から初めても OK
- ・「ややきつい」と感じる程度で十分!
- ・週 3 回程度とできるだけ習慣化すると良い

外が暑いときは、家の涼しい部屋で椅子に座って足踏み2分間でも OK



修正 Borg Scale	
0	何も感じない
0.5	非常に弱い
1	かなり弱い
2	弱い
3	ちょうどいい
4	ややきつい
5	きつい
6	
7	かなりきつい
8	
9	
10	非常にきつい

★運動時の注意点

- 体調のすぐれない日は無理して運動を行わないようにしましょう。
- 呼吸器・循環器の疾患のある方は、主治医や理学療法士に相談してから運動を行うようにしましょう。



めかじきと蓮根の甘酢炒め



【材料】 1 人分

めかじき	1 切れ
塩こしょう	少々
片栗粉	
蓮根	30 g
人参	5 g
ピーマン	1/2 個
油	大さじ 1
酢	大さじ 1
砂糖	大さじ 1 弱
A しょうゆ	大さじ 1 弱
水	大さじ 1
鶏がらスープの素(顆粒)	少々

片栗粉、水(水溶き片栗粉用)

【作り方】

- 1 れんこんと人参は皮むきし、5mm 幅のいちょう形に切って下茹でしておく
- 2 ピーマンは食べやすい大きさに切る
- 3 めかじきは水気をふき取り、2-3 個にカットし、塩こしょうする
- 4 フライパンに油を熱し、3 に片栗粉をまぶし焼く。火が通たら取り出す
- 5 1 と 2 をフライパンに入れ、合わせておいた調味料 A を加え、煮立てる
- 6 4 を戻し入れ、炒め合わせる
- 7 水溶き片栗粉を入れ、とろみがついたら器に盛る



豆知識

私たちが食用としている蓮根は、はすの肥大した地下茎の部分です。蓮根には穴が開いていることから【見通しがきく】と縁起物として正月料理にも使われます。炒め物や煮物だけでなく、酢の物、サラダやすりおろし等、さまざまな調理法で楽しむことができます。食物繊維、ビタミンやミネラルといった栄養素も豊富に含まれていますが、他の野菜と比較すると糖質の含有量が多めです。血糖値を気にされている方は、食べ過ぎに注意してください(⇒蓮根や芋類など、糖質の多い野菜は 1 日 50-60g 程度にすると良いでしょう)。