

◎10月の祝日移動に伴う外来診療日の変更について

東京オリンピック・パラリンピック競技大会開催に伴う祝日移動により、下記の日程は通常通り診療を行います。

10月11日(月) 平 日 通常の診療

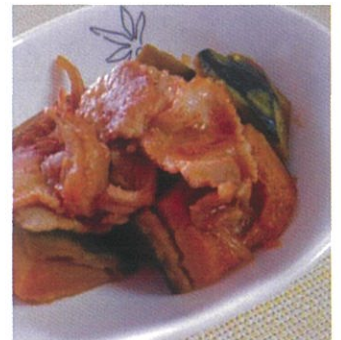
◎整形外科外来よりお知らせ

毎週火曜日 磯部ひろみ医師の外来受付終了時間が、11:00に変更となります。混雑状況により受付終了がさらに早まる場合がありますので、受診前にご連絡下さい。

◎疲れた体にこの一品！【かぼちゃと豚肉の野菜ジュースの煮物】

身体の疲れが取れにくい、そんな時におすすめなのが豚肉！豚肉にはビタミンB1が多く含まれていて、疲労やスポーツの後の筋肉回復に役立ちます。かぼちゃにはβ（ベータ）カロテンが多く含まれており、皮膚や粘膜の細胞を正常に保つ働きと免疫力を高める効果もあります。野菜ジュースにはたくさんの野菜エキスが入っているので少し加えるとコクがでます。

(材 料) 2～3人分
かぼちゃ 500gくらい 豚バラ肉 3枚
すきやきのたれ 50cc 野菜ジュース 100cc
水 100cc 片栗粉 適量 めんつゆ 少々



(作り方)

- ①豚バラ肉は適当な大きさに切って片栗粉とめんつゆを少々まぶしておく
- ②鍋に適当に切ったかぼちゃと①の豚バラ肉を加え、水と野菜ジュース、すきやきのたれを加え中火から弱火にして、コトコト煮る
- ③かぼちゃと豚バラ肉に火が通ったらできあがり

情報提供：栗山赤十字病院 管理栄養士 真井 睦子

～発熱外来について～

予約・受診相談は平日の午前中、専用電話にて承ります。

※専用電話番号 0123-72-5084

- ・相談時間：平日 8:30～12:30
- ・診療時間(予約制)：平日 13:30～16:00

◎皮膚科出張医師予定 ※都合により変更する場合があります

- ★田村 明美 医師 10/12(火)・26(火)
- ★阿部 清秀 医師 10/5(火)・19(火)

栗山赤十字病院外来診療体制

令和3年10月1日

		受付時間	診療開始時間	月	火	水	木	金
内科	午前	8:20～11:30	8:30 ◎出張医師は9:00	天崎吉晴 ◎ 續木 惇 (北海道大学病院) 宮本光毅	宮本光毅 深江 淳 石塚広司 渡辺光明	天崎吉晴 佐々木紀幸 石塚広司 深江 淳	◎垂水政人 (北海道大学病院) 佐々木紀幸 石塚広司 (兼 呼吸器・禁煙外来) 渡辺光明	天崎吉晴 佐々木紀幸 宮本光毅
	午後	13:00～15:00	13:30	深江 淳	応援医師	宮本光毅	垂水政人 (北海道大学病院)	当番制
リウマチ科	午前	予約制						深江 淳
	午後	予約制			天崎吉晴			
循環器内科 〔札幌心臓血管クリニック〕	午前	8:20～11:30	9:00	出張医師				
	午後							
外科 〔北海道大学病院〕	午前	8:20～11:30	9:00	出張医師	出張医師	出張医師	出張医師	
	午後	13:00～16:00	13:30	出張医師	出張医師	出張医師	出張医師	
整形	午前	8:20～11:30 8:20～11:00(火)	8:30 ◎出張医師は9:00	大西 勉	◎磯部 ひろみ	下記 ※1参照	下記 ※2参照	大西 勉
	午後							
耳鼻科 〔北海道大学病院〕	午前	8:20～11:30(木) 8:20～11:00(金)	9:00				出張医師	出張医師
	午後	13:30～15:30	14:00(火) 13:30(木)		出張医師		出張医師	
皮膚科 〔あけ美肌クリニック〕	午前	8:20～12:00	9:00		田村 10/12.26 阿部 10/5.19			
	午後	13:00～14:30	13:30		田村 10/12.26 阿部 10/5.19			
泌尿器科 〔札幌医科大学病院〕	午前	8:20～12:00	9:00			出張医師		
	午後	13:00～15:00	13:30			出張医師		
精神科 下記※3 〔島松病院〕	午前	8:20～12:00	9:00		服部 晃 広		渡邊 一 平	
	午後	13:00～15:00	14:00		服部 晃 広		渡邊 一 平	
眼科 〔岩見沢市立総合病院〕	午前	8:20～11:30	9:00					出張医師
	午後	13:00～15:00	13:30					出張医師

※1 整形外科(水曜日)の診察について

- ①第三週 (10/20) … 出張医師(下肢・予約制)
②第三週以外 (10/6・10/13・10/27) … 大西 勉

※2 整形外科(木曜日)の診察について

- ①第二・第四週 (10/14・10/28) … 出張医師(上肢・予約制)
②第二・第四週以外 (10/7・10/21) … 休 診

※3 精神科の初診については、受診される前にお電話でご相談ください

栗山赤十字病院

〒069-1513 夕張郡栗山町朝日3丁目2番地 電話 0123-72-1015