

三野田中病院 外来診療のご案内

診療科	月	火	水	木	金	土	日
内科 (総合診療)	○	○	○	○	○	○	
循環器内科		○	○				
糖尿病・代謝内科	◎	◎				◎	
呼吸器内科						午後	
腎臓内科						午前	
物忘れ外来				◎			
神経内科		○					
一般外科	午前	○	○	○			
乳腺外来	午後						
肛門外来	午前		午後				
耳鼻咽喉科	○	午前のみ	○	○	○	○	
眼科	午前		午前	○			
泌尿器科		○					
整形外科						◎	◎
脳神経外科					◎午後		
皮膚科						◎午前	◎午後
形成外科		○		◎		○	
形成美容外科		○					

◎:毎週ではありませんので、お電話等でご確認ください。

診療科はすべて
予約制
となっています。

受診の際は、事前に

**ご予約を
お願いします。**

お電話で承ります。



くわしい診療案内は
ホームページでも
ご覧いただけます。
tanakahospital.or.jp/



病院たより

〈掲載内容〉
運動教室開催
ラフティング世界選手権2017



診療案内
ジュネス会員募集
笑いの川柳 など



疾病予防運動施設「ジュネス」

会員募集中!



疾病予防運動施設とは?

医師の管理のもと、個々の目的に合わせた運動プログラムを実施することで、病気になりにくい体づくり(疾病予防、生活習慣病予防、介護予防)、健康増進、アンチエイジングなどを目的とした施設です。

体を動かして、いつまでも若々しく元気な体づくり、いっしょにはじめませんか?

疾病予防運動施設 ジュネス(予約制)
※お問い合わせ 0883-77-2300 担当:PT高井

インターバル速歩

「さっさか歩き(負荷)」と「ゆっくり歩き(少ない負荷)」を合わせることで、筋力・持久力を無理なく向上させることができるうえ、骨密度の増加や生活習慣病リスクの改善なども期待できます。また1日15分という手軽さも長く続けることができるポイント。体力のない高齢者や、忙しくて時間がとれないという人にもぴったりのトレーニング方法です。★詳しくはお問合せ下さい。担当:PT松浦

ご利用料金表

会員	入会金	メディカル チェック料	月会費
シニア (60歳~)	5,400円	5,000円	3,240円
一般 (16~59歳)	5,400円	3,500円	5,400円
ジュニア (~中学生)	5,400円		3,240円

◎4月からご利用料金表が変わりました。

病院スタッフ募集!

「看護師、薬剤師、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、介護福祉士」

※詳しくは、当院/ハローワークにご確認ください。

★三野田中病院は若い力を待っています!



《基本理念》

「聖職としての医療と、サービス業としての医療を実現する」

人の生命と健康に直接携わる特別な職業(聖職)に従事していることを認識し、良質で心のこもった医療サービスの実現を目指します

〒771-2304 徳島県三好市三野町芝生1242-6

電話 0883-77-2300

FAX 0883-77-2301

ホームページ <http://www.tanakahospital.or.jp/>

《患者様の権利》

- 1.安全と安心
- 2.説明と同意
- 3.プライバシーの保護
- 4.教育実習や研究に対する協力は断ることができます。
- 5.医療・看護・福祉などについて相談することができます。

《患者様の責務》

治療に対する協力と強調

- 1.ご自身の健康状態に関する情報をできるだけ正確に医療者に対して提供してください。
- 2.ご自身の病気を治すために、自ら決定した治療方針に沿って医療者と共に病を克服する姿勢で取り組んでください。
- 3.よりよい医療環境で医療が受けられるように、医療者の指示と病院内でのマナーを守ってください。

運動教室開催 ～インターバル速歩を体験しよう～

平成29年9月30日、三好市保健センターにて、体験型の運動教室が以下の内容で開催されました。この教室では、当院の理学療法士(松浦と高井)が講師を務めさせていただきました。

〈プログラム〉

- ・運動に関する講演「コツコツ貯筋！運動を毎日の習慣に取り入れよう」
- ・セルフチェック
- ・家庭でできるエクササイズ「インターバル速歩体験」



皆さまは、毎日の生活の中で意識的に「運動」を取り入れていますか？健やかで幸せな心身を自分をつくるためにも、体を動かすことの大切さとその効果を知り、日々の生活に『運動』を取り入れてください。

今回の教室では、たくさんの方々のご参加を頂き大変うれしく思っています。参加頂いた皆様の熱心な姿勢や、たくさんのご質問からも、健康への関心の高さを伺うことができました。このような取り組みを続けていく上で、とても励みとなりました。ありがとうございました。

★意識的に運動をすることで若々しさを保ち、健康の増進にも繋がります。運動に関すること、インターバル速歩に関すること、お気軽にご相談ください。 担当：松浦、高井

ラフティング世界選手権2017JAPAN



熱い熱い、戦いの末、

世界中から強者が、吉野川（初開催）に集結！！
激流を制する王者を決めるべく、ラフティング世界選手権2017JAPANが開催されました。当院のスタッフも、日本代表女子チームの一員としてこの世界選手権に参加。病院を上げて応援しました！

日本女子 (River Face) 世界を制する！！
★ **リバーフェイス 徳島県民栄誉賞を受賞！**

ラフティング世界選手権2017JAPAN - 日本代表チーム総合結果 -
男子 (オープン 第2位) (マスターズ 第1位) (ユース 第5位) (ジュニア 第4位)
女子 (オープン 第1位) (マスターズ 第3位) (ユース 第4位) (ジュニア 第4位)

《 笑いの川柳 》

- ◆ 「好きですと」 アドレス間違え 母さんに
- ◆ 僕の嫁 国産なのに 毒がある
- ◆ 三つ指を ついてた妻は ツノ三本

※患者様より、ご提供いただきました川柳を紹介させていただきました。ありがとうございました。10.2

【笑い与健康】
副作用がなく、簡単で安全な健康法。
川柳を読んで笑って健康増進。ストレス解消。