

# 10月の診療案内

受付時間  
 (午前) 8:15~11:00 (午後) 12:30~15:00 (夜間) 17:15~18:30  
 診療開始  
 (午前) 8:30~ (午後) 13:30~ (夜間) 17:30~

病院敷地内は  
 全て禁煙です。

**町立別海病院**  
 ☎(代表)75-2311  
<https://betsukai.jp/bhp/index.html>



診療科目	診療時間	月	火	水	木	金	備考
<b>内科</b> 院長 西村進 名誉院長 今村洋 内科医長 鈴木英雄	午前	今村 西村	鈴木	今村 西村	西村 鈴木	今村 ※5日、12日、19日 鈴木	・血液、免疫、リウマチ専門外来を金曜日午後(西村院長 予約制)に実施していますので、詳しくはお問い合わせください。 ・健康診断は平成29年から予約制となっています。ご迷惑をおかけしますが、お電話か、受付窓口へお申し込みください。 ・夜間診療時の健診は行いませんので、ご留意ください。
	午後	鈴木	西村	内科医	今村	内科医 西村 (予約制)	
	夜間診療	-	-	西村	-	-	
<b>外科</b> 外科医長 中島太 外科医長 山田能之	午前	山田	山田	中島	中島	中島	・外科診療については、緊急手術実施の際は <b>休診</b> または <b>診療体制変更</b> の可能性ありますので、あらかじめご了承ください。 ・ <b>肛門外来</b> (月曜午前、火曜午前、金曜午後)を実施しています。
	午後	中島	手術日 休診	山田	手術日 休診	山田	
<b>産婦人科</b> 副院長 山内修	午前	山内	山内	山内	山内	山内	・午後の診察については、検査が入るとお待たせする場合がありますのでご了承ください。
	午後	山内	-	-	山内	-	
<b>小児科</b> 小児科医長 横澤正人	午前	横澤	横澤	横澤	横澤 ※4日、18日 館 ※11日、25日	横澤 ※5日 館 ※12日、26日 山本(大) ※19日	・火、木曜の予防接種については曜日ごとに接種内容が異なりますので、詳しくはお問い合わせください。
	午後	横澤	予防接種	横澤	予防接種	横澤 ※5日 館 ※12日、26日 山本(大) ※19日	
<b>精神科・心療内科</b> 医師 浮田充	午前	-	浮田	-	浮田	-	・ <b>原則予約制</b> ですので、受診については事前にお問い合わせください。また、電話での予約変更およびお問い合わせ(初診も含む)は、火曜(午前、午後)、水曜(午後)、木曜(午前、午後)の診療日におかけください。患者様にはご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。
	午後	-	浮田	浮田	浮田	-	
	夜間診療	-	-	浮田	-	-	

表にある※の日にはち診療予定日です。

## ●出張医による診療科

診療科	日付	時間	担当医師
皮膚科	11日(木)	午後	飯田 憲治 医師
	12日(金)	午前	
	25日(木)	午後	
	26日(金)	午前	
耳鼻いんこう科	9日(火)	午前・午後	おおくに 大國 毅 医師 (札幌医大)
	10日(水)	午前	
	22日(月)	午前・午後	
	23日(火)	午前	
神経内科	11日(木)	午後	のぶただ 延忠 医師 (北海道千歳リハビリテーション大学)
循環器内科	26日(金)	午前・午後	おがさわら 小笠原 惇 医師 (釧路孝仁会記念病院)

※出張医による診療科は、天候、交通機関等の都合により休診および時間変更となる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

診療科	日付	時間	担当医師
手・整形外科	23日(火)	午前	かわにし 川西 洋平 医師
	24日(水)	午前	
膝・整形外科	25日(木)	午前・午後	しんじょう 新庄 琢磨 医師
肩・整形外科	4日(木)	午前	きたやま 北山 聡一郎 医師
	5日(金)	午前	
	18日(木)	午前	
腰・整形外科	15日(月)	午前	とくなが 徳永 茂行 医師

## 禁煙外来からのお知らせ

禁煙外来を毎週水曜日午前に**予約制**にて実施しています。詳しくは下記にお問い合わせください。  
 TEL 75-2311(代表) Eメール kin-en@hp.betsukai.jp



# 鮭釣や岸壁狭しばかりなる

刀祢谷

齊

傍から眺めていて糸がからまないのかななどと余計なことを思う。釣人たちは真剣そのもの。ここにも縄張りがあるらしい。  
今西 青峰

## 矢臼別演習場での訓練日程等について

町ホームページでお知らせしていますが、閲覧できない場合は、電話で対応することができますので、お手数ですが下記までお問い合わせ願います。  
問合せ/別海駐屯地業務隊総務科 TEL 0153-77-2231 (内線311)  
別海町役場総務部総合政策課 まちづくり推進担当  
TEL 75-2111 (内線2211・2212・2218)

## お誕生・ご結婚

平成30年8月1日から8月31日届出分まで

※戸籍届出時に窓口で承諾された方々のみ掲載しています。

### お誕生おめでとう

氏名	保護者	住所	氏名	保護者	住所
久保田 糸 (はり)くん	男 俊 (別海)		刈屋 旺世 (おうせ)くん	男 真樹 (別海)	
佐藤菜那香 (ななか)ちゃん	女 雄亮 (別海)		南口 翔陽 (しょうよう)くん	男 慎也 (上風連)	
阪口 蒼真 (そうま)くん	男 尚之 (中春別)		河嶋里陽斗 (りひと)くん	男 和也 (別海)	
赤池 李斗 (り と)くん	男 佑介 (本別)				



### 今月の納期

## 町道民税(3期)、固定資産税(3期)、国民健康保険税(4期)は10月31日(水)まで

※納税には、便利な口座振替をご利用ください。  
問合せ/税務課収納対策担当(内線1115・1116)

## 人の動き

平成30年8月末現在( )は前月比

人口	14,917(- 6)
男	7,520(+ 6)
女	7,397(- 12)
世帯数	6,409(+ 10)
外国人	274(+ 16)
出生	7
死亡	23
転入	67
転出	40
その他	-1

## 交通事故発生状況

( )は平成30年1月からの累計

発生	2件( 5)
死者	0人( 1)
負傷者	2人( 6)

## 火災と救急

平成30年8月31日現在  
( )は平成30年1月からの累計

火災	2件( 10)
	[死者 0件( 1)]
救急	52件(392)
救助	3件( 11)
ドクターヘリ搬送	2件( 23)

### 脳卒中について

今まで感じたことのない頭痛や、うまく話すことができない、手足が痺れる、吐き気などの症状が現れた場合には脳卒中の可能性があるので救急車を呼んでください。脳卒中は早期の発見と治療がその後の経過に大きく関わってきます。

(別海消防署 救急係 75-0366)

乳和食レシピ

## 筑前煮

食塩相当量 23%カット!

※写真はイメージです。

### 材料 (4人分)

(煮物のだしの基本配合)

<p>A</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>*牛乳 ..... 300ml</li> <li>*めんつゆ(3倍濃縮)・大さじ2</li> <li>*干しいたけ ..... 4枚</li> <li>*鶏もも肉(2cm角) ..... 150g</li> <li>*料理酒 ..... 小さじ2</li> </ul> <p>B</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>*赤とうがらし(種を除く) ..... 1本</li> <li>*ごま油 ..... 大さじ1</li> </ul>	<p>C</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>*れんこん(輪切り) ..... 100g</li> <li>*ごぼう(斜め切り) ..... 1/2本</li> <li>*こんにゃく(手綱) ..... 1/2枚</li> <li>*にんじん(乱切り) ..... 1/2本</li> <li>*ゆでたけのこ(半月切り) ..... 1/4本</li> <li>*さやいんげん(斜め切り) ..... 4本</li> </ul>
---	---

### 作り方(調理時間目安 25分)

- ①Aを合わせ、干しいたけを手で割り入れてもどしておく。
- ②鶏肉はペーパータオルで水分をふき、酒をもみ込んでおく。
- ③フライパンにBを入れて加熱し、Cを加えて表面を焼く。にんじん、たけのこを入れて炒め、②を加えてサッと火を通したら①を戻し汁ごと入れ、フッキングシートで落とし蓋をして強火にする。
- ④フツフツとしてきたら中火にし、時々、底から混ぜながら15から20分煮含める。
- ⑤仕上げに、さやいんげんを加えて、火を通す。

**\*ポイント**  
干しいたけを牛乳で戻して、そのまま煮汁に。味が重なり、おいしさに深みが出ます。  
同様に、刻んだ昆布でもおいしいミルクだしができます。

Jミルクのホームページで作り方の動画を見ることができます。  
■ホームページ <http://www.j-milk.jp/nyuwashoku/recipe.html>