

お知らせ 初めての方も大歓迎です。ぜひご参加ください。

環境ボランティアのご案内

毎月第2・4火曜日 9:00~
(病院の周りの環境整備です)
病院玄関に集合です。

燃やせ体脂肪教室

影森教室 秩父市健康マイレージポイント対象事業
毎週火曜日 13:30~15:00

会場 秩父スポーツ健康センター

皆野教室…毎月第2・4木曜日 9:30~

会場 皆野町柔剣道場

長瀬教室…毎月第2木曜日 13:30~

会場 長瀬中央公民館

※事前にご連絡ください。参加費無料

スポーツ吹矢教室

秩父市健康マイレージポイント対象事業
心肺機能を高める効果があります。
毎週水曜日 15:00~17:00

会場 秩父生協病院 1階ロビー
指導は (一社)日本ウエルネス
スポーツ吹矢協会

参加費 入会金1,000円・月500円
※初回1ヶ月は無料体験

自衛術(じきょうじゆつ) 講師:堀口緑先生

秩父市健康マイレージポイント対象事業
毎月第2・4金曜日 18:00~19:30

会場 秩父生協病院

参加費 月1,000円

太極拳 講師:坂本京子先生

秩父市健康マイレージポイント対象事業
毎月第4火曜日 14:30~16:00

会場 秩父生協病院 1階ロビー
参加費無料

ロコモ体操

(筋力アップ体操とウォーキング)
毎月第1・3木曜日 14:00~

会場 柳田集会所

各支部活動への参加ご希望の方は事前に
組合員サポート課渋谷(TEL:23-8124)
までご連絡下さい。

無料法律相談 13時~

7/3(水) 秩父民商事務所にて(☎23-8154) ※希望の方は各相談場所へ
8/7(水) 秩父生協病院にて(☎23-1300) お申込みください。

7月診療体制のご案内 急きょ変更になる場合があります。【 】内は専門

| 診療受付時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|------------------------|----------------------|---------------------------|--|-----------------------------|-------------------|---------------|
| 午前 8:30~12:00 | 内科 | 山田 昌樹 (院長) | 吉野 隆之 ※2毎週11時~ もの忘れ外来 「予約制」※30日休診 | 吉野 隆之 ※31日休診 | 山田 昌樹 (院長) | 山田 昌樹 (院長) |
| | | 村岡 雷太 | 市川 篤 【呼吸器】 | 村岡 雷太 | 中林 公正 【腎・リウマチ】 | 村岡 雷太 |
| | | 市川 篤 【呼吸器】 (1日・29日) | | 野口 周一 【リハビリ】 (3日・17日) | 吉野 隆之 | 市川 篤 【呼吸器】 |
| (木:小児科) 9:30~12:00 | 胃カメラ | | 藤田 映輝 ※10日、24日:山田院長 | | 山田 昌樹 (院長) | |
| 午後(火のみ) 14:30~16:30 | 小児科 小児科・ 冷え性外来 | | | | | 横井 範子 |
| | | 市川 篤 | 市川 篤 | | | 市川 篤 |
| 夜間 17:00~18:30 | 内科 | 村岡 雷太 | 吉野 隆之 ※31日:村岡 | 山田 昌樹 (院長) | | |

※横井医師の漢方による冷え性外来を行なっています。ご希望の方は ☎23-1300までお電話ください。

訪問診療も行なっています。 検査結果や薬の名前など用意しておきましょう。

※夜間・休日を受診やご相談がある場合はご連絡下さい。

※検査等できない場合は、他の医療機関に紹介させていただくこともございます。

入院時の
差額ベッド代はいただいて
おりません。

お宅までお迎えに伺う個別送迎を行っています。
利用を希望される方は、まずは受付までお電話ください。☎23-1300

なんでも相談窓口

医療、福祉にかかわらず、「困りごと」がありましたら、まずはお気軽に
窓口へご相談下さい。 ※当院は無料低額診療事業を行なっております。

しあわせ

2019年
7月号
No.299

医療生協さいたま
秩父生協病院
〒368-0016 埼玉県秩父市阿保町1-11
☎0494-23-1300
発行 秩父生協病院 広報委員会

秩父生協病院の
理念 地域の人々とともに、利用者中心の安心・安全の
保健・医療・介護サービスを提供します。

インターネットでの情報は **秩父生協病院 検索**
又は、<http://www.chichibu-ch.or.jp/> です。

当院では在宅訪問診療や個別送迎も行っております。
お気軽にご相談下さい。

訪問看護・訪問介護・ケアプラン・介護相談は

- 生協ちちぶケアステーション
秩父市阿保町1-11 ☎0494-22-9902
- サテライトながとろ
(火曜日・金曜日15:30~17:00)
長瀬町本の上780-1 ☎0494-69-2380
- 生協ちちぶ在宅介護支援センター
秩父市熊木町24-15 ☎0494-25-2077

熱中症について

熱中症は、体内での熱の産出と熱の放散のバランスが崩れて、体温が著しく上昇した
状態で、体への熱の出入りに関係する気象条件としては、気温(周囲の空気の温度)、湿
度(空気に含まれる水蒸気量に関係)、風速、放射(輻射)熱(太陽からの日射、地表面での
反射、建物からの輻射など)があります

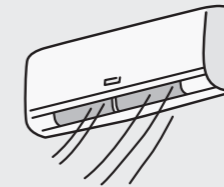
気温が高い、湿度が高い、風が弱い、日射・輻射が強いという条件は、いずれも体から
の熱放散を妨げる方向に作用するため、熱中症の発生リスクを増加熱中症の発生ピークは、梅雨明け直後、
または、梅雨明け前の連続した晴天で、梅雨明け前後の暑さに最も注意が必要です。



熱中症の予防 5つのポイント

1. 高齢者は上手にエアコンを

高齢者や持病のある方は、
暑さで徐々に体力が低下し、
室内でも熱中症になることが
あります。上手にエアコンを
使ってください。周りの方も高齢者のいる
部屋の温度に気をつけてください。



2. 暑くなる日は要注意

熱中症は暑い環境に長時間
さらされることにより発症し
ます。特に、梅雨明けで急に暑
くなる日は体が熱さに慣れて
いないため要注意です。また、夏の猛暑日も注意
が必要です。



3. 水分はこまめに補給

のどが渇く前に水分を補給
しましょう。汗には塩分が含ま
れています。大量に汗をか
いたら、水分とともに塩分もとりましょう。

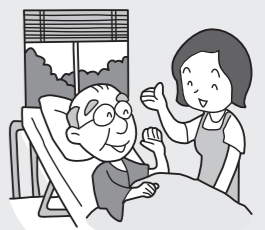


4. 「おかしい!？」と思ったら病院へ

おかしいと思ったら、涼しいところに避難し、
医療機関に相談しましょう。

5. 周りの人にも気配りを

自分のことだけでなく、
ご近所で声を掛け合う
など、周りの人の体調にも
気を配りましょう。 外来看護長:水野 京子



こまめな水分補給には経口補水液などを活用し、脱水症を防ぎましょう。医療生協さいたま配置薬センターでは経口補水液OS1(オーエスワン)を取り扱っています。ご希望の方は受付窓口へお声がけ頂くか、下記のお電話番号までご連絡下さい。

配置薬センター秩父地区担当：新井
(電話番号 090-2227-9747)

オーエスワンPETボトル



内容量：
500mL

オーエスワンゼリー



内容量：
280mL



加入して
よかった!

医療生協のいいところ

お友達にも
すすめたい!

～いいところ探しキャンペーン～【3階療養病棟】

昨年行った“生協のいいところ探しキャンペーン”にて、職員から「口腔マネジメントを通し医科歯科連携をしている。」との声が寄せられました。

療養病棟では、完全側臥位法を実施しています。完全側臥位法とは、平らなベッド上で横向きになって食事する方法です。

この方法は、食べ物が気管に入りにくいいため、食事時の誤嚥を防ぎやすいという利点があります。また、完全側臥位を取ることで、飲食物が誤嚥しない安全な場所に貯められるため、嚥下機能が低下している方へは効果的な方法とされています。

従来の姿勢ではむせ込みの多かった方も、この方法を実施してから、食べ具合が改善されました。今後も歯科とも連携しながら、患者さんに一番合った方法で、安全に食事が出来るよう心がけていきます。 看護師：横田 伊津美



秩父地区ウォーキングに参加しました。



5/26(日) 組合員、職員あわせて20名が秩父地区ウォーキングに参加しました。今回は「関東ふれあいの道”天空のポピー・高原牧場・皇(み)鈴山(すずやま)ウォーキング」と題しておこないました。一面に咲いた真っ赤なポピーを觀賞し、高原牧場でソフトクリームを食べ、好天のもと皇鈴山の頂上から眺める景色は最高でした。秩父地区ウォーキングは秋にもまた計画したいと考えています。

地区理事：飯塚 公子



第15回 地域連携ミーティング学習会を開催しました



秩父地域の多職種連携を考える会第15回学習会は、『知って得する「薬」の話』と題し、秩父郡市薬剤師会の町田一美氏を講師にお招きし5/31(金)秩父宮記念市民会館けやきフォーラムで開催しました。

ちちぶ医療協議会から後援、医師会・歯科医師会・薬剤師会・看護師会・栄養士会から共催をいただき、36施設から17職種、95名の参加がありました。

薬剤師ってどんな人?という話から始まり、薬に関する様々な知識や、人体への影響などをお話していただきました。また、参加者への粉碎した不味い薬の味見体験や、地域の薬剤師2名に協力いただいたの質疑応答コーナーもあり、あっという間に時間が過ぎてしまいました。

感想では、「誤嚥は薬も関係していることが驚きました」「粉にするとこんなにも飲みづらくなるのかと実感した」「薬剤師さんにもっと相談してみようと思います」との記載が多くあり、今後の業務にも活かせる内容だったと思います。普段から身近な薬のことですが、なかなかしっかり学ぶことのない内容であったため、専門職から学べた大変有意義な学習会となりました。

地域連携相談室：島田 優香



6/2(日) 秩父市立病院にて「秩父郡市ICLS講習」を受講しました。



「ICLS」とは、医療従事者のための蘇生トレーニングコースです。緊急性の高い病態のうち、特に「突然の心停止に対する最初の10分間の対応と適切なチーム蘇生」を取得することを目標としています。今回は、県立病院や秩父郡市の病院から看護師、助産師、医師が合計18名参加し、当院からは看護師2名参加しました。実技実習を中心としたコースで、受講者は6人グループに分かれてシミュレーション実習を1日繰り返して、技術を習得することができました。チームワークの大切さを改めて実感したよい機会となりました。

回復期リハビリ病棟看護師：糸 雅子

骨密度測定装置を更新しました。

放射線科では骨密度測定装置を更新しました。この装置は骨粗鬆症の診断や治療効果の判定のために骨密度を測定する装置です。新しい測定装置は画像ファイルシステムと接続されており、測定終了後ただちに測定結果が電子カルテへ送信されます。

放射線科：角田 誠一

