

私たちは 地域の方々とともに歩み 医療を通して 安心のある地域づくりに貢献します

まだまだ暑さが続きます 引き続き熱中症に注意しましょう



知っておきたい熱中症に関する大切なこと

- ✓ 熱中症による死亡者数は真夏日(30℃)から増加
- ✓ 熱中症による死亡者の約8割が高齢者
- ✓ 高齢者の熱中症は半数以上が自宅で発生

35℃以上は特に注意!



熱中症予防のポイント

1 暑さを避ける

2 こまめに水分補給

のどが渇いていなくても水分補給

3 適宜マスクをはずす



4 エアコン使用中もこまめに換気

一般的な家庭用エアコンは室内の空気を循環させるだけで換気は行っていません(エアコンを止める必要はありません)

- ❖ 窓とドアなど2か所を開ける
- ❖ 扇風機や換気扇を併用する
- ❖ 換気後は、エアコンの温度をこまめに再設定



メモ



エアコン等の冷風を直接体に当てたり、冷房の効いた部屋で長時間過ごしたりすると、疲労感や倦怠感、頭痛、腹痛などの症状を引き起こすことがありますので注意しましょう。



5 暑さに備えた体づくりと日頃から体調管理

運動は無理のない範囲で、水分補給しながら

9月1日は防災の日



避難時にはお薬手帳を忘れずに!

近年の豪雨や地震などの災害時でも円滑に薬物治療を継続する手段として「おくすり手帳」が重要な役割を担っています。お薬手帳には服薬履歴の他、アレルギーの有無などを記録しておきますが、東日本大震災でも重要な役割を果たしました。

おくすり手帳を持っていれば、災害時に避難所などで医療支援を行う医師や薬剤師などの医療従事者に自分が普段どんな薬を飲んでいるか正確に伝えることができ、この情報をもとに、適切に薬を出すことができます。

しかし、「持ってはいるけど、きちんと使っていないくて何冊も家にたまっている」という話も聞かれます。それではお薬手帳の意味はなくなってしまいます。お薬手帳が何冊もある場合は薬局の薬剤師にお願いして1冊にまとめてもらいましょう。

地震などの災害は、いつ、どこで起こるかわかりません。おくすり手帳は、普段から持ち歩くのが理想ですが、それができない場合がほとんどです。せめて豪雨などある程度予測できる災害が起こった時にすぐ持ち出せるような場所に保管しておきましょう。また、家族にも保管場所を知らせておくことも大切です。

長期投与を受けているかたへ

新型コロナウイルス感染症の影響により、症状が安定しているかたについては、一時的に電話診療や長期処方を行っておりますが、医師が患者さんの状態を把握するためには、対面診療による継続的な診療が必要です。また、現在、電話診療や長期処方されているかたでも、体調に変化が見られた場合は速やかに受診しましょう。

子どもの予防接種を遅らせないで

新型コロナウイルス感染症が気になり、お子様の予防接種を見合わせているかたは、接種時期を遅らせず、適切な時期に予防接種を受けさせましょう。

当院では、感染症予防対策として全てのかたについて入口での検温、職員の検温、定期的な換気や環境面の衛生消毒などの感染防止対策に努めております。

予防接種で心配なことがありましたら、小児科外来までご相談ください。

小国町会計年度任用職員
[看護師] 募集中



小国町立病院外来診療体制

令和2年9月1日現在

診療科	午前 午後	受付	診察	診察室	月	火	水	木	金	
内科	午前	8:00-11:30	9:00-12:00	一診	山形大 鈴木(佑)7日 細川(雅)14日 佐藤(諒)28日	伊藤副院長	伊藤副院長	山川(洋)	伊藤副院長	
				二診	阿部院長	山形大 奥本(和)	阿部院長	阿部院長	山川(洋) (検査後)	
				三診	山川(洋) (検査後)					
	午後	14:00-15:00	14:30-15:30	一診		伊藤副院長 (予約のみ)				
				二診	山形大 菅原(心)	山形大 奥本(和)	山形大 今(孝)	伊藤副院長 3・17日 山形大 佐藤(淳)10日 小林(祐)24日	山川(洋)	
小児科	午前	8:00-11:30	9:00-12:00	山形大 五十嵐(文)7日 高橋(辰)14日 小林(信)28日	山形大 松内(祥)1・15日 村中(あ)8・29日	山形大 栗野(裕)2・16・30日 藤井(隆)9・23日	山形大 阿部(拓)3・24日 目黒(亨)10・17日	山形大 中村(和)4・18日 橋本(多)11・25日		
	午後	13:30-14:30	13:30-15:00 (14:30まで待合室に お越しください)							
整形外科	午前	8:00-11:30	9:00-12:00		公立置賜総合 松木(宏)1・8日 土屋(匡)15・29日		公立置賜総合 岩崎(聖)3・17日 大樂(勝)10・24日	山形大 和根崎(禎) 4・18日		
産婦人科	午前	8:00-11:30	9:00-12:00					山形大 高橋(可)4日 出井(麗)11日 鈴木(百)18日 深瀬(美)25日		
外科	午前	8:00-11:30	9:00-12:00	山形大 川村(-)7日 高橋(良)14・28日						
眼科	午前	8:00-11:30	10:00-13:00		山形大 富樫(敬)					
耳鼻 いんこう科	午後	12:30-16:00	13:30-16:30 (16:00まで待合室に お越しください)	山形大 天野(彰)7日 成澤(健)14・28日		山形大 天野(彰)2・16・30日 成澤(健)9・23日		山形大 千葉(真)		

診療科	午前 午後	受付	診察	月	火	水	木	金	土	日祝
歯科 (予約制) ☎62-2513	午前	10:00-12:30	10:00-13:00	休診	飯田 俊也	飯田 俊也	飯田 俊也	飯田 俊也	飯田 俊也	休診
	午後	14:00-17:30	14:00-18:00		新潟大 羽賀(健)1・29日 遠藤(諭)8・15日	新潟大 長谷部(大)2・9・23日 片桐(渉)16・30日	新潟大 遠藤(諭)3日 須田(大)10・24日 新美(奏)17日	新潟大 渡辺(真)		

予防歯科や口腔外科の先生もおりますので、お口の中のこと全般的にご相談ください

※外来診療体制は変更になる場合がありますので、電話で問い合わせてください。

診療日変更等のお知らせ

内科	伊藤副院長	9月25日(金) 休診 (他医師の代診有)
----	-------	--------------------------

小児科	9月4日(金) 午後休診(町の乳幼児健診) ※新型コロナウイルス感染症の影響により、乳幼児健診日が 変更になる可能性があります。
-----	--

歯科	9月19日(土) 振替休診
----	---------------



小国町立病院

<http://www.ogunibyoin.jp/>

小国町立病院

検索

〒999-1356 西置賜郡小国町大字あけぼの一丁目1番地

☎.0238(61)1111 FAX.0238(61)1115

歯科直通 0238(62)2513