

外来担当表

赤字の医師は、女性です。

平成29年6月1日現在

	内 科		精神神経科		禁煙外来
	9:00~11:30	2:00~4:00	9:00~11:30	2:00~3:30	1:00~2:00
月	佐野 (呼吸器) 酒井 (糖尿病) 森 (神経内科)	阿部 (邦) (循環器) 米田 (消化器)	中野 (予約のみ) 武田・三井 湯澤	中村 三井 湯澤	
火	佐野 戸川 (糖尿病・内分泌) 土谷 (消化器)	田口 坂井 (神経内科)	中野 (予約のみ) 中村・青木	中村 (物忘れ外来) 青木	
水	吉武 (循環器) 戸川 岩崎 (消化器)	阿部 (邦) (循環器) 渡邊 (消化器) 森 (神経内科)	大滝 (予約のみ) 大森 栗山 古賀 高橋 常泉	大森 (児童思春期外来) 武田 川上	武田
木	戸川 (糖尿病・内分泌) 留野 (消化器) 安藤 (血液)	加藤 (真) (胆・脾) 横溝 (循環器)	大滝 (予約のみ) 中村	中村 (物忘れ外来) 武田・古賀 常泉	
金	吉武 (循環器) 吉見 (膠原病)	田口 斉藤 (肝臓)	大滝 (予約のみ) 中村	中村 栗山	
土	酒井 斉藤 (肝臓) ※戸川 ※加藤 (真) (糖尿病・内分泌)		大森 栗山		

内科※戸川 第1・3・5週 ※加藤 第2・4週土曜午前

精神神経科 初診時は予約制です。児童思春期・ストレス・不眠症・禁煙・物忘れ外来は予約制です。

◎人間ドックは、1週間前に予約。月・木・金曜日に実施しています。

	整形外科		外科	皮膚科	泌尿器科		耳鼻咽喉科	
	9:00~11:30	2:00~4:00	9:00~11:30		9:00~11:30	1:00~3:00	9:00~11:30	2:00~4:00
月	梅原	梅原	平野	八木沼 9:00~11:00		鈴木 (博)	梶原	田辺
火	藤谷	藤谷	大島		加藤	加藤	松永	西谷
水	内藤 大沼	内藤 大沼	安川			鈴木 (博)	長船	矢吹
木	前田	前田	△小野寺 △橋本	山岸 (予約) 9:00~11:30		鈴木 (博)	高柳	※光吉 ※鈴木
金	白土	白土	小野寺		鈴木 (博)	鈴木 (博)	山田	
土			§小野寺 §平野		鈴木 (博)		高柳	

外科 §小野寺 第2・4週 §平野 第1・3・5週 △小野寺 第1・2・3・5週 △橋本第4週

皮膚科山岸 医師は予約制となります。耳鼻咽喉科※光吉 第2・4週 鈴木第1・3・5週

	脳神経外科	眼 科		歯 科		放射線科	ストレス外来	
	9:00~11:30	9:00~11:30	2:00~4:00	9:00~11:30	1:00~4:00	(読影)	9:00~11:30	2:00~3:30
月	山口 (再診予約)			鍵和田 (予約)	鍵和田 (予約)		武田	
火		交代制	交代制			荻原		
水				鍵和田 (予約)	鍵和田 (予約)	関谷		
木		山下 (再診予約)		今井 (予約)	今井 (予約)			武田
金		飯野 (再診予約)		鍵和田 (予約)	鍵和田 (予約)	中田		
土		交代制		岩崎 (予約)				

脳神経外科 第1・2・3週の月曜日予約のみです。眼科 第三土曜日は休診となります。

歯科 月の最後の土曜日の診療は休診となります。

総合病院 湘南病院 横須賀市鷹取1-1-1

TEL 046-865-4105 FAX 046-866-4584

E-mail: shonan@cc.mbn.or.jp

URL: http://www.shonanhp.or.jp



社会福祉法人 湘南病院
湘南福祉協会

第237号

発行日 平成29年6月1日

発行元 湘南病院

〒237-0067

横須賀市鷹取1-1-1

TEL 865-4105

FAX 866-4584

待ちあい室

MR I 装置の更新工事のお知らせ

工事期間

平成29年5月22日～7月上旬予定

当院では検査の精度向上と、患者様に安心・安全な検査を受けていただきますよう、ただいまMR I 検査装置の更新工事を行っております。

工事の期間中は、機器の搬出・搬入、騒音や通行の妨げ等がございます。患者様ならびにご家族の皆様には大変ご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願い申し上げます。



□新しく導入されるMR I 機器について

最新型1.5テスラMR I 装置を導入予定です。

装置の稼働は7月中旬を予定しております。

今しばらくお待ちください。

詳細等は次号にてお知らせいたします。



皮膚科外来よりお知らせ

○月曜日午前 金谷医師→八木沼医師へ変更し、診療受付時間は9:00~11:00までとさせていただきます。ご了承ください。

○木曜日午前 山岸医師は予約制となります。

追浜サロン開設のお知らせ

地域包括ケアシステム構築に向けての一環として6月から湘南鷹取団地内の『みんなの部屋』で追浜サロンを開設します。

このサロンは追浜包括エリア内のご高齢者がどなたでも参加でき、いろいろな方と楽しく過ごせる場とします。



☆開設日：6月3日より毎週土曜日に開催

☆開設時間：10時～12時

☆開設場所：湘南鷹取団地内『みんなの部屋』

☆サロン内容：ラジオ体操をしたり、認知症予防の体操を行います。

楽しいイベントも計画しています。

自由にお過ごしください！

包括職員がお待ちしています。



※追浜駅⑥番バスのりばより「湘南たかとり循環」、または「湘南たかとり一丁目行き」に乗車し、「湘南たかとりセンター前」か「鷹取小学校前」で下車。
西友湘南鷹取店横の広場前にあります。徒歩3分です。

【連絡先】追浜地域包括支援センター 865-5450



駐車場にあるアジサイが咲きました！
5/29撮影



玄関のお花を植えかえました！
5/29撮影

「もう熱中症？」なんて考えている方も多いのでは？

梅雨のこの時期は、天気の良し悪しでかなりの気温差があります。まだ暑さに慣れていない分、この時期のほうがかえって身体にダメージを受けやすいのです。「なんか身体がだるい」なんて症状が現れたら熱中症かもしれません。早めにケアすることをこころがけましょう。

今後、梅雨明けとともに、気温が上昇してくる可能性が高いため、「こまめに水分補給をする」「暑さを避ける」「暑さに負けない体力をつける」など、引き続き十分な熱中症予防対策が必要です。

～今から始めましょう！熱中症対策～

症状が軽い場合は、涼しい場所に移して水分を補給しながら様子をみましょう。熱疲労や日射病、熱射病で体温が上昇し、意識障害がある場合は救急車を手配すると同時に、ただちにからだを冷して体温を下げましょう。

水分を補給する

塩分を含んだスポーツドリンクや0.1%の食塩水を飲ませます。熱けいれんの場合は特に塩分の補給が大切です。



体温を下げる

特に体温が41℃以上になったら、一刻も早く体温を下げる必要があります。



涼しい場所に移して休む

木陰や冷房のきいた室内など涼しい場所に移し、衣類をゆるめて休ませます。



食事は量より質を重視し、1日3食しっかり食べましょう。

暑さで食欲も落ちがちですから、少量でもいろいろな「おかず」を食べる事で栄養バランスが取れます。

食材の効能を活かして体力の低下を防ぎましょう。

体力源となるタンパク質は肉や魚、卵や大豆製品などからしっかり摂ります。

ビタミンB1（豚肉、うなぎ、レバー、大豆、ごまなど）エネルギー代謝や疲労回復に効果的です。

ビタミンC（野菜やくだもの）はストレスや暑さに対する抵抗力を高める働きがあります。

熱中症はスポーツ時や炎天下での作業時以外にも、体温調節機能が低下・未発達の高齢者や小児にも発症します。特に高齢者は家の中で、熱中症にかかることが多いようです。そのほか基礎疾患を有する患者さんも熱中症のリスクが高くなります。周囲の方々も気を配り、声をかけ、予防を促すことも大切です。

