

公立森町病院

			受付時間	月	火	水	木	金	備考
内 科	初診		午前 8:00～11:30	松永 拓	鈴木勇三	鈴木隆之	廣岡正史	松家健一	
	再診	午前		松家健一	廣岡正史	廣岡正史	鈴木隆之	廣岡正史	
								中村昌樹	
	初診	午後	午後 13:00～15:30	中村昌樹	松永 拓	松家健一	松家健一	鈴木隆之	
	再診	午後							
内 科 (専門外来)	消化器	午前			金子淳一				毎月第1・3火曜日
	循環器 ペースメーカー	午後	13:00～15:30				大野嘉寿人		
	リウマチ 膠原病	午後	13:00～15:30	小川法良					
	肝臓・すい臓		13:00～16:00					森下宗自	毎月1回の金曜日:8/19、9/16
	呼吸器		13:00～14:30		鈴木勇三				
	神経内科	午前	8:00～11:30				石川邦子		毎月第4木曜日
		午後	13:00～15:30		鎌田 皇				毎月第2火曜日
	もの忘れ外来		13:00～15:30 (完全予約制)				石川邦子		毎月第4木曜日
	心療内科	午後	13:00～15:30 (完全予約制)			二宮貴至			毎月第2・3水曜日: 8/17、8/31、9/14、9/22(木)
	禁煙外来		14:30～16:00 (完全予約制)			水野義仁			
外 科	初再診	午前	8:00～11:30	大場浩次	児玉 乾		中村昌樹 児玉 乾	大場浩次	診察状況により受付終了が早まる場合があります。
外 科 (専門外来)	形成外科	午前	8:00～11:30		宮崎明子				診察状況により受付終了が早まる場合があります。
	痛み治療	午後	13:00～15:30					鳥居英文	毎月第1金曜日
整形外科	初診	午前	8:00～10:45	※松竹由晃	伊藤禎志	滝澤栄祐	野本一希	竹内祐貴	診察状況により受付終了が早まる場合があります。 ※月曜担当医師は変更となる場合がございます。
	再診		8:00～11:30		岡本庄造	岡本庄造		岡本庄造	
整形外科 (専門外来)	リハビリ	午後	13:30～15:00 (完全予約制)	永房鉄之					毎月第1・3・5月曜日
歯科口腔外科		午前	8:15～11:00	大高千明	大高千明	林祐太郎	大高千明	大高千明	
		午後	13:00～16:00	大高千明	大高千明	林祐太郎	大高千明	大高千明	
耳鼻咽喉科		午前	8:00～11:00	中西 啓	石川竜司				
			9:30～11:30	補聴器外来					
		午後	13:00～15:30			森本雅太 補聴器外来			毎月第2・4水曜日 毎月第2水曜日
眼科		午後	13:00～15:30	古森美和			小澤由季		
泌尿器科		午前	8:00～11:00			石川 岳			受付時間:再診は、8:00～11:30
		午後	13:00～15:30				河上明日香		
皮膚科		午前	8:00～11:30			北内裕里恵 福地健祐	佐野友佑	伊藤泰介	水曜日:第1・3・5週 北内／第2・4週 福地
小児科		午前	8:00～11:30	戸田 克	戸田 克	戸田 克	犬塚祐介	戸田 克	
		午後	13:30～16:00	—	—	戸田 克	夏目 統	戸田 克	木曜日:第2・4週 アレルギー外来／第1・3・5週 一般小児
							戸田 克		木曜日:第2・4週
	乳児検診 予防接種	午後	13:30～15:00 13:30～16:00				戸田 克		木曜日:第1・3・5週
予防接種(成人)		午後	14:00～14:30			水野義仁			

森町家庭医療クリニック

	受付時間	月	火	水	木	金	備考
午前	8:15～11:30	棚橋信子 堀井敦史	棚橋信子 堀井敦史 山田智子 遠藤美穂	遠藤美穂 福地芳浩 二宮貴至	鳴本敬一郎 吉持盾信	福地芳浩	二宮:毎月第2・3・5水曜日 8/17、8/31、9/14、9/22(木) 巡回診療:第2(金)上野平公民館 第4(金)三丸会館(9月は第5金曜) 予防接種は毎日行っています。お問い合わせください。
午後	13:00～16:00	水野義仁 福地芳浩 小串真澄 (公認心理師)	山田智子 福地芳浩 吉田晋一郎	堀井敦史 遠藤美穂	休診	遠藤美穂 福地芳浩 猪狩芽未 (公認心理師)	木曜の午後は休診となります。

※都合により、担当医師・診療時間に変更される場合があります。詳しくは、病院・クリニックまでお問い合わせください。

お問い合わせ先 ◇公立森町病院／TEL:0538-85-0270 ◇森町家庭医療クリニック／TEL:0538-85-1340



春 夏 秋 冬

基本理念

病院だより

Vol. 93

2022年8月
発行
公立森町病院

患者さまの人権を尊重し、心の通った医療を実践することで、地域と共にある病院を目指します。



特集

- ・熱中症予防のための夏の水分飲み方アドバイス ～栄養科～
- ・オーラルフレイルについてご存じですか？ ～嚥下口腔ケア委員会～
- ・今年度の公立森町病院のキャッチフレーズ『みんなで支えあう医療』のイメージイラストができました
- ・新人リフレッシュ研修を行いました

表紙写真について
毎年恒例の公立森町病院「目標管理発表会」を、5月28日(土)に開催しました。今年度は3年ぶりに森町文化会館小ホールで病院職員のみ約50名が参加して行われました。中村院長から病院全体の昨年度の事業報告と今年度の目標の発表と、前年度に功労のあった職員表彰が行われました。続いて各部署ごとに、昨年度の実績と今年度の目標をパワーポイントなどを用いて発表しました。各部署から意気込みが伝わる発表会となりました。

※病院だより「春夏秋冬」を森町内全戸配付しています。有意義な情報をお伝えできるよう努めてまいりますので、ぜひご覧ください。

公立森町病院

〒437-0214 静岡県周知郡森町草ヶ谷391-1
TEL:0538-85-2181／予約専用:0538-85-0270
http://hospital.town.morimachi.shizuoka.jp/



森町家庭医療クリニック

〒437-0214 静岡県周知郡森町草ヶ谷387-1
TEL:0538-85-1340
http://www.morimachi-fc.com/



熱中症予防のための 夏の水分 飲み方アドバイス ～栄養科～



正しく水分補給をして、熱中症を予防しましょう！

※水分・塩分に制限がある方は医師の指示に従って下さい。

1 こまめに水分を補給しましょう

屋内でも、屋外でも、喉が渇いていなくても、こまめに補給することが大切です。食事の時や食間だけでなく、入浴前後や起床後にも水分を補給しましょう。大量に汗をかいた時には、水分と塩分を補給しましょう。また、高齢者や子ども、障害者の方々は、熱中症になりやすいため特に注意が必要です。



2 水分の選び方

水・麦茶

水は日常の水分補給に最も適しています。カフェインを含まない麦茶も良いでしょう。



お茶・コーヒー

カフェインを含むため弱い利尿作用がありますが、日常的に摂取しても良いでしょう。コーヒーの砂糖やミルクは控えめにしましょう。



スポーツドリンク

塩分を含むため、熱中症予防にお勧めです。但し、糖分を多く含む物もあるため、運動時や大量の汗をかいた時以外の飲み過ぎに注意しましょう。※糖尿病・腎臓病の方は治療の妨げになる場合があります。医師にご相談下さい。



ジュース類

糖分が多いため、水分補給には不向きと言えます。おやつ感覚で、少量飲むに留めた方が良いでしょう。



3 体に入る水分は、食べ物にも含まれます 規則正しい食生活を送りましょう

バランスの良い食事を食べることで、食事からミネラル・水分を補給することが出来ます。主食+主菜+副菜が揃った食事を1日3食食べましょう。

★食事や栄養についてお悩みやご相談がある方は、診察時にお申し出下さい。



オーラルフレイルについてご存じですか？ ～嚥下口腔ケア委員会～

みなさん、「オーラルフレイル」という言葉を聞いた事があるでしょうか？ 英語で「オーラル」とは口腔、「フレイル」とは虚弱という意味があります。

「オーラルフレイル」とは、加齢による衰えの一つで、食物をかんだり飲み込んだりする機能が低下したり、滑舌が悪くなったりするなど「口」の「ささいな衰え」を指します。

この状態を放っておくと「口」に関連する機能の障害だけでなく心身機能の低下につながり高齢者に多い死因の一つである「誤嚥性肺炎」を引き起こす可能性も高くなります。

オーラルフレイルを予防するには、口と歯の健康を保つ事が必要となります。

そこで、今回、嚥下口腔ケア委員会では、オーラルフレイルについて知って頂くために

- ・「オーラルフレイル～介護予防はお口から～」
- ・「お口の健康 ～めざせ!健康長寿社会～」

という動画を作成しました。ぜひ、ご覧ください。オーラルフレイルに早めに気づき予防・改善する事で健康長寿を目指しましょう!!

オーラルフレイル～介護予防はお口から～

<https://www.youtube.com/watch?v=gbTms9tB1fI>



お口の健康～めざせ!健康長寿社会～

<https://www.youtube.com/watch?v=jbG6FQUJ1HM>



『みんなで支えあう医療』のイメージイラストができました

今年度の公立森町病院のキャッチフレーズ『みんなで支えあう医療』のイメージイラストができました。

「みんなで支える」ではなく、「みんなで支えあう」ということが大切であり、自分たちが一方的に患者さまや住民の皆さまを支えているのではなく、自分たちも患者さまや住民のみなさまから支えられているということ意識し、行動するべく『みんなで支えあう医療』となりました。

この目標に向かって日常業務に従事し、より地域に貢献できるよう職員一同取り組んでまいります。



『新入職員リフレッシュ研修』を行いました

7月9日(土)「アクティ森」にてリフレッシュ研修を行いました。この研修は職場を離れて心身ともにリフレッシュし、自分を見つめ直して今後の活力を養うことを目的として行われています。

参加した職員はグループワークや陶芸体験を通じて普段接する機会の少ない他職種の職員と親交を深めることが出来ました。また、研修を通して連帯感や協調性を持ち、お互いに励みとなる有意義な研修会となりました。

