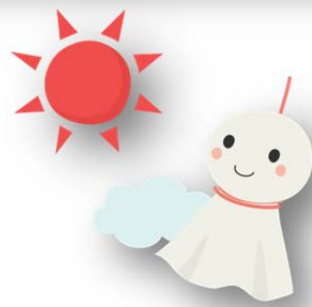


監修 広報・患者サービス向上委員会
 発行 県立安芸津病院
 広島県東広島市安芸津町三津 4388
 Tel 0846-45-0055
 病院理念 私たちは地域の皆様の健康と暮らしを支えるために力を尽くします

雨が続く季節になりました。じめじめした梅雨が明けると今度は暑い夏がやってきます。

今年の夏は、熱中症予防に気を付けながら「新しい生活様式」に取り組む必要があります、これまでとは少し違った夏になりそうです。

暑さ対策や健康管理に十分に心がけ、元気に夏を乗り切りましょう。



夏に向けての食中毒対策

高温多湿で、冷たい物が美味しく感じられ加熱せずに食べる機会が増える夏場は、細菌を原因とする食中毒が最も発生しやすい時期です。広島県では6月9日に食中毒警報が発令されました。(食中毒警報とは、食中毒が発生しやすい気象条件となった際に、食品の取り扱いに注意喚起をするため、県が発令するものです。)食中毒予防の3原則である食中毒細菌を「つけない、ふやさない、やっつける」を守り、食中毒を防ぎましょう。

<つけない>

- ・こまめに手を洗う、調理器具類の洗浄・消毒で菌をつけない!



<ふやさない>

- ・低温保存で菌を増やさない!
 (細菌の増殖は、多くは10℃以下でゆっくりとなり、-15℃以下で停止します。食品は、常温保存せず、冷蔵庫や冷凍庫で保管しましょう。)

<やっつける>

- ・十分な加熱で菌をやっつける!
 (ほとんどの細菌は加熱により死滅します。肉や魚は中心部までしっかり加熱しましょう。)



また、夏バテにより抵抗力が低下することも食中毒の増加に影響しています。それらを防ぐためには、体のリズムを整え、栄養をしっかりと取り入れることも大切です。3食規則正しく食事することや、内容も喉越しの良い冷麺に偏らず、肉や魚・野菜や果物などを取り入れたバランスのよい食事を心がけましょう。

栄養室管理栄養士 田中美樹

新任職員紹介あいさつ



副院長兼事務長
千頭 茂

当院も新しい体制となり、はや3ヶ月が経ちました。4月から事務長として着任しました千頭(ちかみ)茂と申します。どうぞよろしくお願いいたします。

私にとって病院での勤務は、7年前まで県立広島病院に3年間勤務して以来となります。その間に病院を取り巻く環境も大きく変化し、改めて初心にかえり力を尽くしていかなければと感じているところです。

安芸津の地は、これまで通りがかかることはしばしばありましたが、この地での勤務は初めてとなります。

当院は、地域の皆様のために質の高い医療サービスを提供し、地域の皆様から信頼される病院づくりに取り組んでおりますが、私もその一員として、目指す病院づくりに向かって努力してまいりたいと考えておりますので、引き続き皆様のご支援とご指導をいただきますよう、よろしくお願い申し上げます。

初夏から夏の害虫について

畑仕事、庭仕事、野山に入るときは、虫が肌に接触することを避けるため、肌の露出が少ない服装(帽子・長袖・長ズボン・軍手・運動靴)をお勧めします。首回りにタオルを巻き、服やズボンの裾は軍手や靴下等の中に入れておきます。虫除け剤も活用しましょう。



蚊

刺された後、水ぶくれができたり、じゅくじゅくする場合は皮膚科を受診しましょう。

マダニ

草地に生息し、人の皮膚に吸着し吸血します。無理にダニを引き抜こうとすると口器が皮膚の中に残ることがあるため、皮膚科でご相談ください。まれに重症熱性血小板減少症候群(SFTS)、日本紅斑熱といった感染症を媒介することがあります。刺されて2週間以内に全身の発疹、高熱、血便、強い腹痛など、体調に異変を感じた場合は受診してください。



ハチ

刺されると激しい痛みと赤い腫れを生じますが、冷やして様子を見ることで多くは改善します。数時間以内に全身の蕁麻疹、腹痛、息苦しさ、気分不良や冷や汗などを生じた場合は重いアレルギー反応の徴候かもしれませんので迷わず救急受診してください。

ムカデ

咬まれると強い痛みを感じ、赤く腫れます。咬まれた直後に保冷剤などで冷却すると痛みが軽減します。まれに蕁麻疹や呼吸困難など強いアレルギー反応を起こす場合があります。痛みや腫れが強い場合には受診してください。



皮膚科 芦澤 慎一



七夕コンサート院内放送で放映



昨年度末から続くコロナ禍の中、私たちは、外出の自粛や3密を避けるなど今までにない経験をしています。

また入院患者さま及び地域の皆様は不安な日々を過ごされていると思います。その中でも私たちに何かできることはないかと常に考えていました。

今回、七夕コンサートを今流行りのリモートとはいきませんでした。録画放映することにしました。初めての取り組みですが、皆さまに少しでも元気を与えることができ、私たちみんながそばにいること、

そして支えたいという思いを感じていただけたらうれしいです。そしてコロナ禍をみんなで乗り越えていきましょう。



編集後記

夏本番をむかえ、暑い日々が続いています。2020年は東京五輪の開・閉会式に合わせ、3つの祝日「海の日」「山の日」「スポーツの日」が移動されました。その結果、7月23日(木)「海の日」、開会式24日(金)「スポーツの日」、25日(土)26日(日)と4連休になります。また「山の日」は8月11日(火)ですが、東京五輪閉会式の翌日の8月10日(月)に移動され、3連休になります。新型コロナウイルス感染症の影響で東京五輪は延期になりましたが、2020年のこれらの祝日は変わりません。

連休に伴い、出かける機会も多いと思いますが、新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐため感染防止の3つの基本である①身体的距離の確保②マスクの着用③手洗いや3密(密集, 密接, 密閉)を避ける等の「新しい生活様式」が求められています。マスクの着用に関しては、高温、多湿といった環境下であるため熱中症のリスクが高くなるおそれがあります。

「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイントを厚生労働省は①暑さを避けましょう②適宜マスクをはずしましょう(屋外で人と十分な距離2メートル以上を確保できる場合)③こまめに水分補給しましょう④日ごろから健康管理をしましょう⑤暑さに備えた体づくりをしましょうとまとめています。

夏にマスクを着用することは多くの方が経験のないことです。また、いつも以上に体の変化に注意し、新型コロナウイルス感染予防と熱中症予防に注意していきましょう。

ところで、最近よく見かける花といえば何でしょうか?私は、ペチュニアです。ナス科の多年草で、色幅も豊富で花の大きさも大輪から小輪とあります。初夏から秋まで長期間、開花します。ガーデニングが好きな方などは、よくバスケットやプランターで寄せ植をされています。花言葉は、「あなたと一緒に心が和らぐ」「心の安らぎ」です。花を見て心を癒すのも心身の健康につながるのではないかと思います。

副院長 岡 賢美



病院ご利用のために

令和2年4月1日より

診療科	診察室	月	火	水	木	金	備考
内科 (循環器内科 消化器内科 一般内科)	1診 (総合診療)	谷口	梶原	五石	田中(友)	飯星	◇糖尿病外来(要予約) (県立広島病院派遣医師) 第3水曜日(特診) ◇呼吸器外来(要予約) (三原医師会派遣医師) 第2・4木曜日(2診) ◇循環器(要予約) (県立広島病院派遣医師) ◇禁煙外来(要予約) 木・金曜日14:00~16:00 ◇ペースメーカー外来(要予約) 第4水曜日の11:00~ 注)1診 総合診療が、新患担当です
	2診		楠	楠	呼吸器外来 (第2・4木曜)	楠	
	3診	五石		循環器	五石	五石	
	4診	梶原	網岡	梶原	梶原	小川	
	5診	飯星	飯星	鳴戸	飯星		
	6診		田中(友)	田中(友)		田中(友)	
	特診			糖尿病外来 (第3水曜)			
小児科	午前	1診	広島大学	江口	江口	広島大学	◇午後診 ○慢性・アレルギー外来 (再診のみ) ○乳児健診(要予約) ○予防接種(要予約) 火・水・木曜日 14:00~15:00
	午後 (予約、慢性)	1診	広島大学	江口	江口	広島大学	
外科	午前	1診	西本	高島	高島	高島	◇ストーマ外来(要予約) 第4金曜日 11:00~12:00 ◇乳腺・肛門外来(2診) 月・火・木・金曜日 ◇緩和ケア 水曜日
		2診	澤村	澤村	澤村 (緩和ケア)	澤村	
	午後		手術		(手術)	手術	
整形外科	午前	1診	後藤	手術	後藤	後藤	◇月曜日は毎週午後診あり 13:30~15:30 ◇木曜日の午後は 人工関節外来(要予約)及び 骨粗しょう症外来(要予約) ◇装具 月曜日 10:00~ 水曜日 10:30~
		2診	田中(隆)		田中(隆)	田中(隆)	
	午後	1診	後藤	手術		後藤	
		2診	田中(隆)			田中(隆)	
婦人科	1診				診察日	※要予約	
皮膚科	1診	診察日		診察日		診察日	◇フットケア外来(要予約) 第2・4火曜日13:00~16:00
泌尿器科	1診	午後診					◇月曜日の午後(要予約) 13:00~16:00
眼科	1診		診察日			診察日	
耳鼻咽喉科	1診	診察日		診察日			◇補聴器外来(要予約) 第2・第4月曜日

※ 都合により休診になることがありますので、各診療科等でお確かめください。
※ 午後は、特殊外来や予約外来を行っています。詳しくは各診療科へお尋ねください。

受付時間	外来診療 8:30~11:00 予約変更 電話 13:00~17:00 各診療科窓口 8:30~17:15	*休診日* 土曜日 日曜日 祝日 年末年始(12/29~1/3)
	診察時間	
※急患についてはこの限りではありませんが、必ず電話連絡してください。		
問い合わせ	電話番号 (代表) 0846-45-0055	