



診療所写真館



貴船まつりの写真 'H27

7月27・28日に開催された貴船まつりの写真をご紹介します。
この写真は湯河原新聞社の木村記者よりご提供いただきました。
今年も太陽サンサンで暑い祭りでしたね!!



診療所トピックス

- 8月26日(水) 町民センター3階 講堂にて、17:00~真鶴町の地域と医療を考える会を行います。今回は、『認知症カフェ@真鶴 地域みんなで認知症サポーターになろう!』を開催します。今回は前回好評いただいた企画の第2弾。ぜひ皆様お誘いあわせの上、ご参加ください。(お申込みTEL: 0465-68-2191)
- 8月16日(日)の休日急患診療の当番は朝倉医院になります。



真鶴町の自然や文化で地域医療研修

当診療所では、昨年より臨床研修協力施設として、これからの医療を担う研修医の受入を行っております。この7月に、小田原市立病院から研修医を受け入れました。今回も様々な方にご協力いただき、真鶴町の豊富な自然の中で、貴船まつり等に代表される真鶴らしい文化の体験を通して、地域医療を学んでいただきました。研修医の後藤先生より、「真鶴には山があり、海があり、とても良い所だと感じました。患者さんの家族や生活に触れることができ、病院の中ではなかなか学べないことを経験できました。」と感想をいただきました。今後も当診療所では、“真鶴町でしか学べない地域医療研修”を、医師や看護師などの医療関係者に提供していきたいと考えております。今後、この真鶴での研修をきっかけに、地域に興味をもっていただき、様々な地域で活躍していただけることを願っております。この研修は、町民の皆様のご理解とご協力が必要となります。今後とも温かいご支援をよろしくお願いいたします。



< 真鶴町の地域と医療を考える会 今後の日程 >

日程	ゲストアドバイザー・テーマ	場所
8月26日(水) 17:00~	認知症カフェ 認知症サポーターになろう!	真鶴町町民センター 3階 講堂

熱中症に注意しましょう!



いよいよ夏も本番!! 太陽が照りつける季節になりました。やはりこの時期に注意しなければならないのが熱中症です。ひとえに熱中症と言っても様々な種類がありますので、紹介いたします。

熱中症の種類

① 熱失神

皮膚血管の拡張によって血圧が低下、脳血流が減少して起こる。脈は速くて弱くなる。

⇒特徴：めまい、一時的な失神、顔面蒼白

② 熱けいれん

大量に汗をかき、水だけ補給して血液の電解質濃度が低下した時に、足、腕、腹部の筋肉に痛みを伴ったけいれんが起きます。

⇒特徴：筋肉痛、手足がつる、筋肉けいれん

③ 熱疲労

大量の汗をかき、水分の補給が追いつかないと、身体が脱水状態になり症状がみられます。

⇒特徴：全身倦怠感、悪心嘔吐、頭痛

④ 熱射病

体温の上昇のため中枢機能に異常をきたした状態。意識障害がみられたり、ショック状態になる場合がある。

⇒特徴：高温、意識障害、ふらつき、呼びかけや刺激への反応がにぶい

熱中症予防のポイントは、①こまめな水分補給（塩分と糖を含んだ飲料）②室温28℃を超えないようエアコンの温度管理③栄養バランスの良い食事です。

ひなづる幼稚園 園児さんの作品コーナーが始まりました!



この度、ひなづる幼稚園にご協力いただき、当診療所の受付前待合室において園児の皆さんの作品展示を開始いたしました。今後、定期的に展示を変えていきますので、診療所にお越しの際は、ぜひご覧ください。今後もお楽しみに!!



今月の外来診療のお知らせ

問い合わせ：0465-68-2191

- ※水・木の午後外来は在宅医療強化の為、若杉医師・三瓶医師が交代で担当いたします。
- 小田原市立病院の岡田医師「**心臓外来**」は8月8日(土)です。※若杉医師外来は休診となります。

	月	火	水	木	金	土
午前	若杉 三瓶	東 (8/4は山田医師)	若杉 三瓶	小池 (東海大) 三瓶	若杉	若杉・三瓶 岡田 心臓外来 ※8/8
午後	若杉 三瓶	東 (8/4は山田医師)	※ 担当医 (若杉 or 三瓶)	※ 担当医 (若杉 or 三瓶)	若杉	—

● 午前 月～土 9:00～11:30

● 午後 月～金 13:30～16:30

日祝祭日については真鶴町の『休日急患診療事業』に協力し、休日急患診療を行っています。

※休日急患受付時間 9:30～16:00

※レントゲン撮影日は月・水・木・金・1.8.29の土曜となります。※8/13.14 Pmはお休み



真鶴町国民健康保険診療所のロゴマーク

<発行元>

〒259-0201
神奈川県足柄下郡真鶴町真鶴475の1
公益社団法人地域医療振興協会 真鶴町国民健康保険診療所
TEL: 0465-68-2191 / Fax: 0465-68-2192
ホームページ: <http://manazuru.jadecom.or.jp/>