



碧南市民病院 ほほえみ



NO.71

令和3年7月1日発行

発行：碧南市民病院

病院長 亀岡 伸樹

基本理念

碧南市民病院は、「温かな心のこもった医療」の提供を病院の基本理念として掲げます。

基本方針

1. 医の倫理にもとづいて、すべての人に平等に人格、権利を尊重して、心のこもった医療を行います。
2. 質の高い医療を提供します。
3. 安心の医療、心穏やかな医療を提供します。
4. 救急医療、地域医療機関連携の推進をします。
5. 健全な運営、管理を行います。

「コロナ禍」での 熱中症にご注意を!!

厚生労働省ホームページに、「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイントが分かりやすくまとめられていますので紹介いたします。



新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐために、「新しい生活様式」として、一人ひとりが感染防止の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

等の対策を取り入れた生活様式を実践することが求められています。



日ごと暑さが増していますが、皆様には、例年よりもいっそう熱中症にもご注意いただきたく、新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐための「新しい生活様式」における熱中症予防のポイントをまとめました。

詳しくは
次ページへ

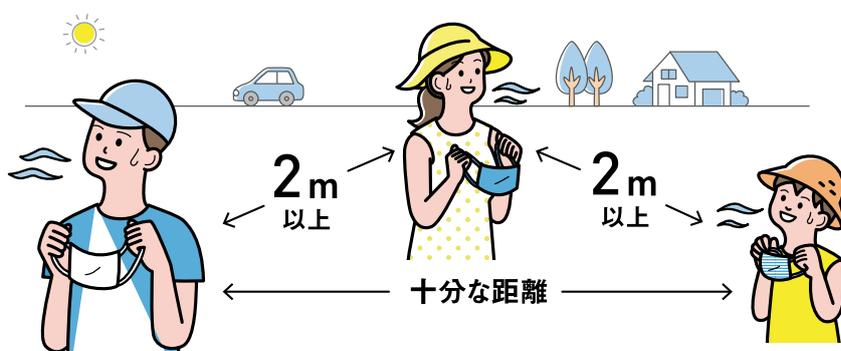
1 マスクの着用について

マスクは飛沫の拡散予防に有効で、「新しい生活様式」でも一人ひとりの方の基本的な感染対策として着用をお願いしています。ただし、マスクを着用していない場合と比べると、心拍数や呼吸数、血中二酸化炭素濃度、体感温度が上昇するなど、身体に負担がかかることがあります。

したがって、高温や多湿といった環境下でのマスク着用は、熱中症のリスクが高くなるおそれがあるので、屋外で人と十分な距離（少なくとも2m以上）が確保できる場合には、マスクをはずすようにしましょう。

マスクを着用する場合には、強い負荷の作業や運動は避け、のどが渇いていなくてもこまめに水分補給を心がけましょう。また、周囲の人との距離を十分にとれる場所で、マスクを一時的にはずして休憩することも必要です。

外出時は暑い日や時間帯を避け、涼しい服装を心がけましょう。

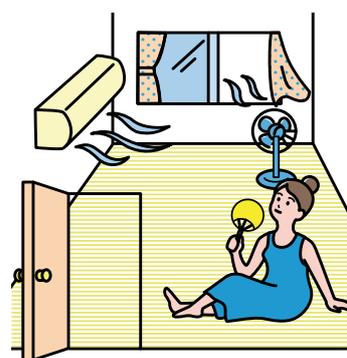


屋外で
人と2m以上
(十分な距離)
離れている時



2 エアコンの使用について

熱中症予防のためにはエアコンの活用が有効です。ただし、一般的な家庭用エアコンは、空気を循環させるだけで換気を行っていません。新型コロナウイルス対策のためには、冷房時でも窓開放や換気扇によって換気を行う必要があります。換気により室内温度が高くなりがちなので、エアコンの温度設定を下げるなどの調整をしましょう。



3 涼しい場所への移動について

少しでも体調に異変を感じたら、速やかに涼しい場所に移動することが、熱中症予防に有効です。一方で、人数制限等により屋内の店舗等にすぐに入ることができない場合もあると思います。その際は、屋外でも日陰や風通しの良い場所に移動してください。



4 日頃の健康管理について

「新しい生活様式」では、毎朝など、定時の体温測定、健康チェックをお願いしています。これらは、熱中症予防にも有効です。平熱を知っておくことで、発熱に早く気づくこともできます。日ごろからご自身の身体を知り、健康管理を充実させてください。また、体調が悪いと感じた時は、無理せず自宅で静養するようにしましょう。



※イラストは厚生労働省作成、「令和2年度の熱中症予防行動(リーフレット)」(https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000642298.pdf)を加工して作成しています。
 ※出典:厚生労働省ホームページ【「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイントをまとめました】より(https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_coronanettyuu.html)

研修医 紹介



- ①名前(かな)
- ②所属
- ③出身大学
- ④ひとこと(抱負など)

- ①飯田 将博(いいた まさひろ)
- ②研修医
- ③愛知医科大学
- ④名古屋市から来ました!実は父が以前碧南市市民病院に勤めておりました。父の名に恥じないように、がんばります。



- ①大泉 祐樹(おおいずみ ゆうき)
- ②研修医
- ③鳥取大学
- ④以前は名古屋市内で会社員として働いておりました。碧南は初めてですが、皆様の命や健康に寄りそい、支えていけるよう頑張ります。宜しくお願い致します。



- ①鴛淵 仁俊(おしぶち きみとし)
- ②研修医
- ③久留米大学
- ④九州は福岡県からこちらの病院へ来ました。右も左もわからない地ではありますが、1日でも早くなじめるようにガンバっていきます。



- ①高橋 由佳(たかはし ゆか)
- ②研修医
- ③大分大学
- ④本年度より2年間、初期研修医としてお世話になります。しっかりと学び、精進して参りますので、ご指導よろしくお願ひ致します。



- ①竹村 友宇輝(たけむら ゆうき)
- ②研修医
- ③愛知医科大学
- ④今年度より入職させていただきました。患者さまの事を第一に考え医療を提供して参りたいと思しますので、どうぞよろしくお願ひ致します。



- ①村上 暁奏(むらかみ あきかな)
- ②研修医
- ③藤田医科大学
- ④碧南市は初めての地で勝手が分かりませんが、精一杯頑張りますのでよろしくお願ひします。



- ①田島 隼人(たじま はやと)
- ②歯科研修医
- ③鶴見大学
- ④患者さんに寄りそう医療を提供いたします。1日でも早く力になれるように頑張りますので、よろしくお願ひします。



病院へのご寄附 心よりお礼申し上げます。✿

新型コロナウイルス感染症発生後、市内外の皆様から当院への多くのご寄附をいただき誠にありがとうございます。

令和2年度のご寄附金の合計額は8,911,147円(クラウドファンディングを除く)で、医療支援の物品も多数ご寄附いただきました。有効活用させていただきます。引き続き皆様の温かいご支援を、よろしくお願い申し上げます。



R3
3/10 防災訓練

令和2年度2回目の防災訓練です。今回は約50人が参加しました。

最初にシェイクアウト（地震の揺れから命を守るための動作）訓練を行い、その後、災害対策本部を設置し、被害状況の確認、報告を行いました。



続いて各部署でのシミュレーションを行いました。実際の災害が発生してしまったときに今回学んだことを活かせればと思います。

令和3年度 ジャパン・マンモグラフィーサンデーは 新型コロナワクチン接種の日程と重なるため中止といたします

平日は乳がん検診を実施しています【予約制】



平日限定 乳がん検診

とき 令和4年3月31日（木）まで
※土、日、祝日は除く、平日の午前

ところ 市民病院

内容 乳房X線写真撮影（マンモグラフィー）、
医師による視触診、自己触診法の説明

対象 碧南市内在住の40歳以上
（昭和57年3月31日以前生まれ）の女性

料金 1,400円 次の人は無料です。
①市発行の無料クーポン券を使用する人
②生活保護、市民税非課税世帯の人
③昭和27年3月31日以前生まれの人
※②は市役所で証明書を受け取り、検診当日に提出してください。

申込み 平日13時～17時に市民病院地域連携室
☎0566-48-5050

向こう3か月間の行事予定

日時	行事名	場所
7月26日(月) 14:00～15:30	糖尿病教室 「食事は食べる順番で血糖値が変わる」	講義室(2階)
8月23日(月) 14:00～15:30	糖尿病教室 「実践!運動療法 からだを動かしてみよう!」	講義室(2階)
9月27日(月) 14:00～15:30	糖尿病教室 「糖尿病とフットケア」	講義室(2階)

※やむを得ない事情により日時等が変更になる可能性があります。あらかじめご了承ください。

このほかにも、患者さんやご家族の方向けの講座やイベントなどを開催していきます。
最新の情報はホームページ (<http://hospital.city.hekinan.aichi.jp/feature/volunteer/>)をご覧ください。

