



# ごかせ

# 町立病院 通信

《2020年夏号 No. 59》



入院患者さまとスタッフで作った七夕飾りを今年もロビーに飾りました。



7月7日の七夕の日に、五ヶ瀬中央保育所からの七夕飾りを外来診察室前に飾らせていただきました。かわいらしい飾りと短冊が来院される患者さまを笑顔にしました。

## 《基本理念》

**地域の人を愛し、地域から信頼され、愛される病院を目指します**

### 基本方針

- 1 患者さまから信頼される病院を目指します。
- 2 患者さまのご意見を尊重します。
- 3 患者さまに可能な限りの情報を提供します。
- 4 患者さまの自己決定権を尊重します。
- 5 患者さまにとって快適な病院を目指します。

# 東

京オリンピックで盛り上っていたはずの今年の夏は、全世界を巻き込んだコロナ禍で大変な状況に陥っています。町民のみならず、年明けから半年以上、仕事・学業・プライベートと大きな影響を受けていることと思います。緊急事態宣言により、一旦は終息に向かって見えた感染状況は、6月下旬からの首都圏での再増加が全国に波及し、宮崎県内でもクラスターが発生するに至っております。

一般的なウイルス感染による風邪同様に特效薬がない中、感染対策をしながらワクチンの開発を待つのみ、という消極的な対応しかできないことに無力感にさいなまれつつ、病院の感染対策も再び強化せざるを得ない状況になっております。

今しばらく、場合によっては年単位で、この状況が続くことも予想されており、感染対策を行いながら経済活動を行っていく「新しい生活様式」を身につけることが求められて

います。手洗い・うがい・手指消毒・マスク・換気等、様々な対策を求められ、やや混乱しがちなこともあるのではないのでしょうか？

梅雨明けを迎えて熱中症対策も必要になる中、マスクの使用には注意が必要です。一般に入手できるマスクでは自らの感染を予防する効果は科学的には証明されていません。マスクは「自分の飛沫拡散を防ぎ、他人に感染させない」ために使うものと認識して頂きたいと思っております。

「暑い」と感じた場合にマスクを外す際の参考にしてください。（院長 崔 林承）



## 9月以降の「へき地診療」の日程についてお知らせします

| 2年 9月 |    |    |    |    |    |    |
|-------|----|----|----|----|----|----|
| 日     | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  |
|       |    | 1  | 2  | 3  | 4  | 5  |
|       |    |    | 鞍岡 | 坂本 | 土生 |    |
| 6     | 7  | 8  | 9  | 10 | 11 | 12 |
| 13    | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
|       |    |    | 鞍岡 |    |    |    |
| 20    | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 27    | 28 | 29 | 30 |    |    |    |
|       |    |    | 鞍岡 |    |    |    |

| 2年10月 |    |    |    |    |    |    |
|-------|----|----|----|----|----|----|
| 日     | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  |
|       |    |    |    | 1  | 2  | 3  |
|       |    |    |    | 坂本 | 土生 |    |
| 4     | 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 |
| 11    | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
|       |    |    | 鞍岡 |    |    |    |
| 18    | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25    | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |
|       |    |    | 鞍岡 | 坂本 | 土生 |    |

| 2年11月 |    |    |    |    |    |    |
|-------|----|----|----|----|----|----|
| 日     | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  |
| 1     | 2  | 3  | 4  | 5  | 6  | 7  |
| 8     | 9  | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
|       |    |    | 鞍岡 |    |    |    |
| 15    | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 22    | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
|       |    |    | 鞍岡 | 坂本 | 土生 |    |
| 29    | 30 |    |    |    |    |    |

### 《へき地診療についてのお願い》

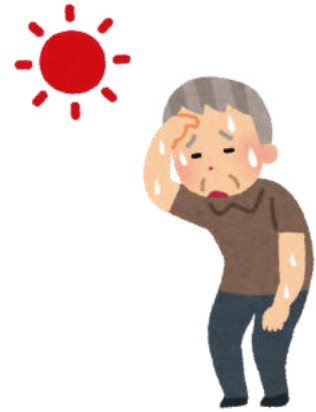
診察および薬を希望される患者さまは、必ず前日までに町立病院へご連絡をお願いいたします。  
TEL 73-5500



# 熱中症

みなさま、こんにちは。みなさまは、夏・8月といえば何を思い浮かべますか？私は、看護師のせい「熱中症」が出てきてしまいます。近年、五ヶ瀬町でも熱中症の患者さまが増えています。当院へ、「熱中症（10年前は熱射病の病名でした。）」で来院・入院された患者さまの人数を調べてみました。結果は以下の通りです。

|         | H22年 | H27年 | H30年 | R1年 |
|---------|------|------|------|-----|
| 20歳以下   | 2名   | 3名   | 3名   | 3名  |
| 20歳～40歳 | 0名   | 2名   | 1名   | 1名  |
| 40歳～60歳 | 1名   | 3名   | 4名   | 2名  |
| 60歳～80歳 | 1名   | 4名   | 6名   | 9名  |
| 80歳以上   | 0名   | 1名   | 10名  | 1名  |
| 合計      | 4名   | 13名  | 24名  | 16名 |



上の表のように平成30年は特に記録的な猛暑で、西日本でも平年+1.1℃と、統計開始以降第2位の平均気温となったため、熱中症の患者さまも多かったようです。




今年もこまめな水分補給と、力仕事・戸外での仕事の方は多少の塩分も取りつつ、休憩も交えて「熱中症」の対策をとってください。（看護師長 興梠）



## こんにちは！給食室です。Vol.1

管理栄養士 佐藤

### \*健康管理のための栄養についてのポイント

- ・外出がままならないときこそ、食事は量より質（栄養バランス）に気をつけましょう。
- 主食（ご飯、パン、麺）  
…胚芽米や玄米もおすすめ 
- 副菜（野菜、きのこ、いも、海藻料理）  
…緑黄色野菜もしっかりと 
- 主菜（肉、魚、卵、大豆料理）  
…1つの食品に偏らないように 
- 牛乳・乳製品  
…ヨーグルトなどの発酵食品で免疫力アップ
- 果物をまんべんなく食べ、水分も意識してとるようにしましょう。
- ・高齢の方こそ、肉・魚・卵・大豆料理などのたんぱく質をしっかりと取りましょう。
- ・糖尿病・高血圧・腎臓病等で食事制限のある方は、その指導内容に従ってください。

<引用>日本栄養士会ホームページより

### \*免疫力アップ！病院のメニュー紹介

#### 【プロテインサラダ】

<材料（5人分）>

- ・大豆水煮…150g
- ・きゅうり…200g
- ・にんじん…50g
- ・プロテスタース…50g
- ・マヨネーズ…50g
- ・塩…1g
- ・こしょう…少々



<作り方>

- ①大豆水煮は水気を切っておく。
- ②きゅうりは薄くスライスして塩(分量外)をふり、しんなりしたら、水でよく洗ってしぼる。
- ③人参は1cm角の角切りにしてゆでる。  
チーズも1cm角の角切りにしておく。
- ④大豆、きゅうり、人参、チーズを合わせ、マヨネーズ、塩、こしょうで調味してできあがり！  
(エネルギー168kcal、塩分0.8g)

# 新型コロナウイルス感染症対策について

当院の新型コロナウイルス感染症対策についてお知らせします。(※情報は8月上旬現在の状況です。変更がある場合は防災無線でお知らせします。)

## ●電話診療による処方箋の発行

### <対応期間>

期間 令和2年7月29日(水曜日)～ ※終了日は、状況を見て判断します。

### <受付時間・受付電話番号>

受付時間(月～金) 9:00～11:30 ※土曜、日曜、祝祭日は行いません。

受付電話番号 0982-73-5500

### <処方箋の発行について>

- ①まずはお電話で「電話診療による処方箋の発行希望」とお申し出ください。
- ②受付後、当院より折り返しお電話いたします。(折り返しのご連絡にはお時間をいただく場合があります。) ※処方箋を発行できるのは、当院かかりつけの患者さまで原則として定期薬の処方のみとなります。
- ③電話診療の結果、処方箋発行となりましたら、当院よりご希望の院外薬局へ処方箋をFAXしますので、薬局へ薬を受け取りに行ってください。

### <診療費について>

診療費については、次回の診察日またはお振込にてお支払いください。

## ●手指消毒と体温測定

来院されるすべての方にお願ひしています。



## ●病棟への立入禁止

ご家族やご親戚のかたの面会もご遠慮いただいております。お洗濯物は受付にお声かけください。



## ●へき地診療の休止

現在、鞍岡・坂本・土生のへき地送迎診療を休止しております。電話診療と同じ対応となりますのでご理解とご協力をお願いします。

## ●発熱時に受診する時は

前日や当日にお熱がある場合は受診前に必ず当院までお電話ください。受診の方法をご案内します。



## 外 来 診 療 表

| 受 付<br>午前11時30分まで |                    | 月        | 火                       | 水                 | 木                           | 金     |     |
|-------------------|--------------------|----------|-------------------------|-------------------|-----------------------------|-------|-----|
| 午前                | 外 科                | 崔 林承     | 崔 林承<br>熊大消化器外科<br>派遣医師 | 崔 林承              | 崔 林承                        | 崔 林承  |     |
|                   | 内 科                | 岡崎 智樹    | 岡崎 智樹                   | 岡崎 智樹<br>山本 正啓    | 岡崎 智樹                       | 岡崎 智樹 |     |
|                   | 耳 鼻 咽 喉 科          | —        | —                       | —                 | 高千穂町立病院<br>耳鼻咽喉科医師<br>甲斐 智朗 | —     |     |
| 午後                | 診察開始<br>午後2時<br>から | 外科<br>内科 | 高千穂町立病院<br>内科医師         | 熊大消化器外科<br>派遣医師   | 山本 正啓                       | 休 診   | 休 診 |
|                   | 整形<br>外科           | —        | —                       | 高千穂町立病院<br>整形外科医師 | —                           | —     |     |

★学会、研修等で不在となる場合は、防災無線等でお知らせします。

★診療日が変わる場合がありますので、ご心配の方は町病院☎73-5500にお問い合わせください。