八潮中央総合病院 院外広報誌

ふれあい

2019 7月

発行:医療法人 社団協友会 八潮中央総合病院　編集:広報委員会　〒340-0814 埼玉県八潮市南川崎845番地　TEL.048-996-1131／FAX.048-997-2135

熱中症に気をつけましょう!

久保村医師に聞く

今年の夏も猛暑が続くことが予想されていますが、例年この時期は、熱中症の症状で救急搬送される方が相次いでいます。

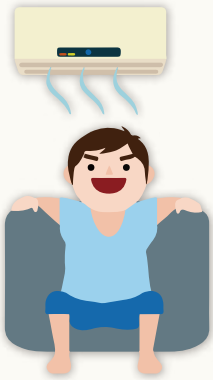
今月は、当院で救急外来を担当している医師の中から、形成外科の久保村医師に熱中症予防のポイントを聞きました。

久保村 憲（くぼむら・けん）
専門：形成外科、再建外科

予防のポイント

1. 上手にエアコンを使いましょう

特に高齢になると熱さをあまり感じなくなり、知らない間に熱中症になってしまうことあります。夜になって外気温が下がらない場合でも、防犯上の問題もあるため窓を開けて過ごすのはお勧めできません。風向きを調節し直接人には当たらないようにして、28℃くらいで弱めに連続運転すると体にも懐にも優しいようです。



2. 暑くなる日は要注意

熱中症は、暑い環境に長時間さらされることにより発症します。蒸し暑い日は、汗もなかなか蒸発しないため体に熱がこもりやすく要注意です。また、寝不足、肥満、安定剤の内服などでも熱中症が起こりやすくなります。猛暑の中、体調の悪い時は無理に外出しないようにしましょう。

3. 水分はこまめに補給

のどが渇く前に水分を補給するようにしましょう。汗は水分だけでなく塩分も含んでいますので、スポーツドリンクを飲みましょう。（苦手なら薄めてもよいです）

ただし、腎機能が低下して尿が出にくい方や心不全の方は、主治医の指示通り過剰に飲まないように気をつけましょう。

4.「おかしい!?」と思ったら病院へ

熱中症は、めまい、頭痛、吐き気、倦怠感などの症状から、重症化すると意識不明になり命にかかわることがあります。また、この時期は熱中症と思って家で様子を見ていたら、実は脳卒中や敗血症などほかの命にかかわる病気であったなどということもあります。

5. 周りの人にも気配りを

自分のことだけでなく、家族やご近所で声を掛け合うなど、周りの人の体調にも気を配りましょう。暑い中イベントやスポーツなどを行う場合には、「熱中症予防運動指針」などを参考にして、必要あれば中止することも考慮しましょう。一般の気温計で28℃以上が「警戒」、31℃以上で「厳重警戒」、35℃以上は「危険、運動は原則中止」です。

地域で活躍する病院スタッフ

当院は「地域から信頼される病院」を理念として病院運営を行っており、院内だけでなく、地域でのイベントや出前講座、各種事業への派遣等で、職員が積極的に地域に出向き、それぞれの職種の専門性を生かした講演や実技等を行っております。
今回は、5月中に実施された事業についてご紹介いたします。

5/10(金) フレスポ八潮・イベント広場
看護の日啓発イベント「看護フェア」

5月10日(金)午前10時から正午まで、フレスポ八潮イベント広場において、当院の「看護の日」啓発イベントである「看護フェア」を開催しました。

「看護の日」は、看護の心を広く国民に普及するため、近代看護の礎を築いたフローレンス・ナイチンゲールの誕生日である5月12日とし、旧厚生省により1990年に制定されました。当院としても広く市民の皆さんに「看護の心」を育んでいただくために、啓発イベント「看護フェア」を開催したものです。

この日は看護部から18名の看護師が参加し、血圧測定、体脂肪測定、健康相談(介護相談、栄養相談、認知症相談、がん相談)を実施しました。

また、八潮市から後援を受けた事業でもあるため、八潮市のキャラクター「ハッピーこまちゃん」も参加して、ご家族連れで買い物に来た皆さんなど多くの方にこの事業をPRしてくれました。

5/11(土) 八潮市立文化スポーツセンター相撲場
わんぱく相撲大会救護班

5月11日(土)八潮市立文化スポーツセンター屋外相撲場において、「第28回わんぱく相撲八潮場所」が開催され、当院に救護班として看護師の派遣依頼があり、看護部の大山科長と瀧澤係長が救護班をつとめさせていただきました。今回の参加者は、市内小学校から選抜された4～6年生の男女140人の児童で、当日参加者は300人でした。救護班で処置した児童は11人で、いずれも擦り傷や切り傷、突き指などの症状でした。

5/15(水) 八潮市立保健センター
八潮市母子愛育会・健康講座

5月15日(水)午後2時30分から、八潮市立保健センター会議室において、当院薬剤部及びリハビリテーション科による健康講座を実施しました。これは八潮市母子愛育会からの依頼を受けて実施したもので、会場には会員の皆さん18名の方が集まりました。

前半は、薬剤部の岡平薬局長が講師となり、「薬の疑問にお答えします」というテーマで、「なぜ薬が必要か」「食前・食後の薬の飲み方」「ジェネリック医薬品」「おくすり手帳」などについて、分かりやすくお話しました。

後半は、リハビリテーション科の玉手と芦名澤(いずれも作業療法士)の2名が講師となり、「生活習慣病と運動」をテーマに、筋力トレーニングで「もも挙げ」「スクワット」「かかと上げ」「足開き」、ストレッチで「太もも裏」「胸」「ふくらはぎ」「背伸び」の実技を行いました。

5/21(火) 学童保育所指導員・熱中症対策講座

八潮メセナ

5月21日(火)午前10時30分から、八潮メセナ会議室において、当院リハビリテーション科職員による熱中症対策講座を実施しました。これは、八潮市の学童保育指導員連絡会議からの依頼により実施したもので、講師はリハビリテーション科のヘルスプロモーションチームから香坂と沢田の2名の理学療法士がつとめさせていただきました。

内容は、熱中症の原因、熱中症の条件、予防と対策でした。

特に、子どもの熱中症を防ぐポイントとして、①顔色や汗のかき方を十分観察する。②適切な飲水行動を学習させる。③日ごろから暑さに慣れさせる。④服装を選ぶ。ことについて説明を行い、また、熱中症を防ぐための「環境の工夫」「服装の工夫」「行動の工夫」についてお話しました。

当日は22人の会員の皆さんに加え、市役所の保育課の職員も参加しました。

5/22(水) JA女性部研修・生活習慣病講座

JAさいかつ八條支店

5月22日(水)午後2時30分から、JAさいかつ八條支店会議室において、当院栄養科及びリハビリテーション科による生活習慣病予防講座を実施しました。

これはJAさいかつ女性部からの依頼を受けて実施したもので、会場には会員の皆さん55名の方が集まりました。

前半は、栄養科の松嵜科長(管理栄養士)が講師となり、「生活習慣病にならないために『食べて元気に』」というテーマで、「生活習慣病の基礎知識」「適切なエネルギー摂取量」「食物繊維」「質のいい油」などについて、分かりやすくお話しました。

後半は、リハビリテーション科の介護予防班から松村、本間、清水(いずれも理学療法士)の3名が講師となり、「生活習慣病と運動」をテーマに、ストレッチで「太もも裏」「おしり」「肩」「胸」、筋力トレーニングで「もも挙げ」「スクワット」「足開き」「四つ這い運動」の実技を行いました。

5/29(水) 八潮市立大曽根小学校 手洗い教室

5月29日(水)午前、八潮市立大曽根小学校において1学年の児童及び支援学級の児童を対象に、当院感染予防対策委員会の感染リンク部会スタッフによる「手洗い教室」を開催しました。

これは、子どもたちに手洗いの大切さを伝えるとともに、感染予防に対する知識を身につけていただくことを目的として開催したものです。

当院から講師として、放射線科の保坂主任をはじめ5名のスタッフが学校に伺い、1時限目から時限ごとに1年1組、同2組、同3組、支援学級の順でそれぞれの児童を対象に開催しました。

内容は、まず「どんなときに手洗いをするか」などについて児童に質問し、児童から回答をもらいながら手洗いの必要性を説明しました。

続いて、音楽に合わせて手洗いの方法を説明するDVDを視聴しました。

次に、児童の手に薬用ローションを塗って、洗い残しを確認できる器具を使用して残った部分が光ることを理解してもらい、その後、手洗い場で実際に手洗いをしました。

その後再び、洗い残しを確認できる器具を使用して、手を映して十分に洗えていなかった箇所を認識し、用意した手形に記入してもらいました。

児童たちは音楽に合わせて楽しみながら手洗いに取り組んでいました。

送迎バス時刻表

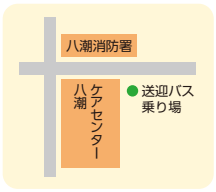
※日曜・祝日は運休いたします。　平成31年2月1日現在

1号車

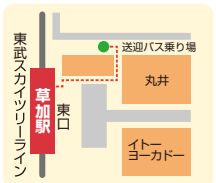
病院 ⟷ ケアセンター八潮 ⟷ 草加駅

2号車

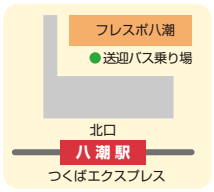
病院 ⟷ 八潮駅



●ケアセンター八潮
正面玄関前



●草加駅 東口
草加駅東口ロータリーから丸井様と上島珈琲店様の間の通路を抜けたあたり。



●八潮駅 北口
フレスポ八潮サンマルクカフェ様前あたりに停車。

1号車の発車時刻　草加駅東口行き

八潮中央総合病院		草加駅		ケアセンター八潮(病院行き)	
		7:30	発	7:40	発
		7:45	発	7:55	発
		8:00	発	8:15	発
8:25	発	8:55	発	9:05	発
9:20	発	9:50	発	10:00	発
10:10	発	10:40	発	10:50	発
11:10	発	11:40	発	11:50	発
12:30	発	13:00	発	13:10	発
13:20	発	13:50	発	14:00	発
14:00	発	14:30	発	14:40	発
15:00	発	15:30	発	15:40	発
16:10	発	16:40	発	16:50	発
17:10	発	17:40	発	17:50	発
18:10	発	18:40	発	18:50	発
19:00	発	※4(19:30)	着	—	

2号車の発車時刻　八潮駅北口行き

八潮中央総合病院			八潮駅	
7:30	発	⟷	7:35	発
8:05	発	⟷	8:10	発
8:20	発	⟷	8:25	発
8:40	発	⟷	8:47	発
9:00	発	⟷	9:05	発
9:30	発	⟷	9:35	発
9:50	発	⟷	9:55	発
10:30	発	⟷	10:35	発
10:50	発	⟷	10:55	発
11:20	発	⟷	11:25	発
11:40	発	⟷	11:45	発
12:05	発	⟷	12:10	発
12:40	発	⟷	12:45	発
13:00	発	⟷	13:05	発
13:40	発	⟷	13:45	発
14:30	発	⟷	14:35	発
15:10	発	⟷	15:15	発
15:50	発	⟷	15:55	発
16:20	発	⟷	16:25	発
16:50	発	⟷	16:55	発
17:20	発	⟷	17:25	発
17:50	発	⟷	17:55	発
18:30	発	⟷	18:35	発
19:20	発	⟷	19:25	発

※1 病院発草加駅行きのバスは、ケアセンター八潮経由となります。
※2 時刻表内の 青文字の発車時刻 の便は、土曜日は運休いたします。
※3 交通状況により遅れることがございます。
※4 19:30草加駅は下車のみとなります。

健診センター直通電話番号　048-998-8001

診療統計　2019年度 ()内は月平均　4月～5月

外来患者数	24,648名(12,324名)
入院患者数	570名(285名)
退院患者数	585名(292名)
一日平均外来患者数	503.0名
救急搬入数	324件(162件)
紹介患者数	418名(209名)
手術件数 全身麻酔	132件(66件)
硬膜外・脊髄麻酔	7件(3件)

八潮中央総合病院の概要

名　称
医療法人　社団協友会　八潮中央総合病院

所在地
〒340-0814　八潮市南川崎845番地

設立年月日
昭和48年3月24日

建　物
鉄筋コンクリート造5階建・免震構造

認可病床数
250床(一般:200床・回復期リハ:50床)

診療科目
内科、呼吸器内科、循環器内科、消化器内科、糖尿病内科、神経内科、内視鏡内科、透析内科、緩和ケア内科、外科、呼吸器外科、心臓血管外科、消化器外科、乳腺外科、整形外科、脳神経外科、形成外科、小児科、皮膚科、泌尿器科、婦人科、眼科、耳鼻咽喉科、リハビリテーション科、放射線科、麻酔科(岩田英明)

診療時間
平日　9:00～13:00・14:00～17:30
〈受付時間〉　8:00～12:00・12:30～16:30
土曜日　9:00～13:00
〈受付時間〉　8:00～12:00

※日・祝日は休診。但し救急外来は24時間受付しております。

上尾中央医科グループ　医療法人 社団協友会
八潮中央総合病院
〒340-0814 埼玉県八潮市南川崎845番地
TEL 048-996-1131 FAX 048-997-2135
http://www.yashio-cgh.jp

日本医療機能評価機構認定