



センターだより



入館される前に、検温、手指の消毒、マスクの着用など感染拡大防止にご協力をお願いいたします

休診のお知らせ(新型コロナワクチン集団接種対応)



新型コロナワクチン集団接種対応のため、以下の通り休診となります。

14日(月)午後・21日(月)午後・28日(月)午後 地域家庭診療部(予約なし)・整形外科休診
 18日(金)午後・25日(金)午後 地域家庭診療部(予約なし)休診
 26日(土) 全科休診

救急の患者様には対応いたしますが、定期的な内服薬などの処方はいりませんのでお電話にてお問合せください。

高齢者新型コロナウイルスワクチン追加接種(3回目)



高齢者(昭和32年4月1日以前に生まれた方)のワクチン追加接種(3回目)が開始されます。1月下旬より湯沢町健康増進課から送付される接種券をご確認ください。2回目の接種情報により、個別接種・集団接種が指定されています。

個別接種は地域家庭診療部の**定期予約受診時の接種**となります。定期予約のある方は、受診の際に医師と相談していただくか、お電話(025-780-6543)にてお問合せいただき予約を行ってください。個別接種を指定された方で次回予約がない方は**集団接種**となりますので、湯沢町健康増進課(025-784-4560)へ連絡してください。

集団接種は**接種日時指定票に記載されている日時に接種**となります。変更等お問合せは接種日時指定票に記載されているコールセンターへお問合せください。

高齢者以外の方の追加接種につきましては、詳細が決まり次第お知らせいたします。

今月の専門外来診療日



診療科	医師	曜日	診察日・その他
睡眠外来	竹内(暢)	第2木	10日(完全予約制)
小児科 アレルギー外来	中島	第3木	17日
口腔外科	中谷	水	2日・16日
禁煙外来			お休みしております

- 当センターでは、**白内障手術**を行っております。ご不明な点は**患者相談室**にお問い合わせください。
- **眼科**:コンタクト・めがねの処方せんには対応しておりませんのでご了承ください。
- **睡眠外来**の診察を希望される方は、**主治医、地域家庭診療部の医師、患者相談室**のいずれかにお問い合わせください。

新型コロナウイルス PCR 検査(自費)一時中止について



検査試薬が入手困難となり、診療での検査を優先させるため、当分の間自費での検査を行うことができません。検査再開の際はお知らせいたします。

新型コロナウイルス感染症拡大防止に関する対応



【 発熱・かぜ症状の受診方法について (令和4年1月27日現在) 】

発熱、咳・たん、のどの痛み、息苦しさ、強いだるさ等の症状がある患者様の受付時間

月曜日から土曜日 (26日㊥・祝日を除く)

10時00分～11時00分

月・火・木・金曜日 (14日㊤・18日㊤・21日㊤・25日㊤・28日㊤・祝日を除く)

15時00分～16時00分

事前に電話連絡が必要です。受付時間以外も、お電話は受け付けます。お電話でのご案内、指示に当たっていただきますようお願いいたします。

【 入館されるすべての方の体温測定について 】

入館されるすべての方の体温測定を行っております。測定の結果 37.5℃以上の方は、一旦建物の外に出ていただき、お電話【025-780-6543】もしくは各入口のインターホンにてその旨お話しください。係の者がご案内いたします。受診のお付添いで入館される場合は必要最少人数でお願いいたします。

【 面会制限のお知らせ 】

入院病棟において、引き続き「面会制限」を実施しております。入退院に関する手続きや病状説明など、主治医より許可がある場合を除き、面会をご遠慮ください。

患者相談室より



患者様からご意見をいただきました。

『 外来受診の待合や会計で呼ばれるとき、名前か番号か選択制にしてほしい。』

番号でのご案内を希望される方は、受付窓口でお伝えください。診察・検査・会計など番号で呼びいたします。

『 幼い子供を連れての方がトイレに入るとき、子供の安全が確保できない。』

院内用のベビーカーを正面入口付近に設置いたしました。ベビーカーをご持参でない方はトイレに限らずご使用ください。

患者相談室では、センターの設備に関する事、患者様の入院退院に関する事、受診・介護に関する事等ご相談を承ります。ご希望の方はお電話、もしくは職員へお声かけください。

院内用車いす・シルバーカーを院外の持ち出すことはご遠慮ください。

【 看護部 患者相談室 室長 たかはし まりこ 高橋 万里子 】

職員募集



職員を募集しております。詳しくは、ハローワークまたは当センターまでご連絡ください。お知り合いの方で勤め先を探しておられる方がおられましたら、ご紹介ください。

- 看護師、准看護師(正職員、臨時職員)
- 臨床検査技師(正職員)
- 施設管理等職員(正職員)



今月の話題



ひじが伸びない人 ～～～ 東京の空の下から ～～～



変な題名です。脳卒中の後遺症でひじが曲がったままの人はよくいますが、何か病気をしたわけではないのに、ひじを伸ばし切れない人が結構います。我々、血圧を測る時にひじをまっすぐ伸ばしてもらわないと、測りにくくて仕方ないのです。

ひじは普通まっすぐまで伸びるのですよ。普通の健康な人は意識すらしないでしょうが。ついでに言っておきますが、脳卒中は関節が曲がったままになる病気ではありません。自分で動かせなくなる病気です。発症当初は曲がったままだころか、曲げ切るも伸ばし切るも、他人が動かすのだったら自由自在、全く抵抗がありません。自分で動かさないから、ずっと曲げたままでいるとその姿勢で固まってしまうのです。

同じことが、自分でひじを動かせるはずの人にも起きます。自分で動かせるかどうかにかかわらず結果的にずっと曲げたままでいると、伸ばし切れなくなってしまいます。健康で普通に生活している人にとっては、ひじだとなかなか実感できないかもしれませんが、ひじをまっすぐ伸ばして立って、手が床に着くかどうかと同じことです。

ひじをまっすぐ伸ばして立って、手が床に着かない人なら結構いるんじゃないでしょうか。そこまで体を曲げる生活を普段からしていないと、そこまで曲がらない体になってしまうのです。そう考えてみると、ひじが伸び切らない人、ひじをまっすぐまで伸ばすということがない生活をしているのでしょう。病院で仕事をしている私の感覚からは、それほど想像に難しいことでもありません。

某スポーツクラブの指導員によると、ひじをまっすぐ伸ばして立って、指先が床に着くのが「人間としての最低条件」なのだそうです。どういう意味で最低条件なのかは知りませんが。私ふと思立って、かなり何年も前から前屈で手のひら全体が床に着くように1日1回は柔軟体操・・・というほどでもありませんか、1日1回は前屈しています。ほんの数秒1回だけです。それで保っています。

最初は指先すら床に届きませんでしたよ。2か月位かけて徐々に手のひら全体が床に着くところまで持って行きました。もっと早くできたでしょうが、根性ありませんでした。身近にひじが伸び切らない人がいたら、痛くない程度に1日1回ちょっとだけ力を入れて、だんだんに伸ばしてあげてはいかがでしょうか。脳卒中や大けがなど何か理由でもない限り、ただの不活発で肘が伸び切らないなんて、やっぱり変です。

【 台東区立台東病院 医師 いまい こうゆう 今井 康友 】

今月の担当医予定表

		月	火	水	木	金	土
地域家庭診療部 内科系診察室1 予約	午前	井上 ※21日…休診	浅井	福本	浅井	関根 ※18日…休診	
	午後	井上 ※21日…休診	福本		関根	浅井	
地域家庭診療部 内科系診察室3 予約	午前	西谷 ※28日…休診	小林	井上	福本	西谷	
	午後		井上 ※8日…休診				
地域家庭診療部 内科系診察室5 予約なし	午前	福本	西谷	関根	担当医師	浅井	担当医師 ※26日…休診
	午後						
地域家庭診療部 内科系診察室6 予約なし	午前	関根	井上	浅井	井上 ※3日…担当医師	福本	担当医師 ※26日…休診
	午後	浅井 ※14日・21日・29日…休診	西谷		担当医師	担当医師 ※18日・25日…休診	
整形外科	午前	高田 ※14日…10:00~	宮崎		高田	角田 ※25日…休診	高田 5日・19日
	午後	高田 ※14日・21日・28日…休診	宮崎 (3:00~4:30)		高田	角田 ※25日…休診	
外科	午前			休診			
	午後						
眼科	午前	半沢 (10:00まで)			山田 (10:00まで)		担当医師 19日
	午後	半沢 (予約診療のみ)			山田 (予約診療のみ)		
小児科	午前	担当医師		担当医師	17日 中島		
	午後				17日 中島 (2:30~3:30)		
歯科 (完全予約制)	午前	笠原	笠原	笠原 2日・16日 口腔外科	笠原	笠原	笠原 ※5日・26日…休診
	午後	笠原 ※28日…休診	笠原	笠原 2日・16日 口腔外科	笠原	笠原	

		地域家庭診療部	整形外科(宮崎)	整形外科(高田・角田)	外科	眼科	小児科
		月~土曜日 (水・土は午前のみ)	火曜日	月・木・金曜日	水曜午前	月・木・土曜日 (土は月1回)	月・水・木曜日 (月・水は午前のみ、木は月1回)
受付時間	午前	8:30~11:30	8:30~11:30	8:30~11:30	休診	8:30~10:00	8:30~11:30
	午後	1:30~4:30	1:30~4:30	1:30~4:30		予約診療のみ	1:30~3:30
診察時間	午前	9:00~	9:00~	9:00~		9:00~	9:00~
	午後	2:00~	3:00~	2:00~		予約診療のみ	2:30~

※救急患者様、具合の悪い方は24時間受け付けておりますので、時間外受診をされる時は必ずお電話でご相談ください。

職員行動目標

広げよう 心がつながる 笑顔の輪

〒949-6101 新潟県南魚沼郡湯沢町大字湯沢 2877-1

電話 (代表) 186-025-780-6543 (歯科) 025-780-6544
(人間ドック・健康診断) 025-785-5005

ホームページ: <https://yuzawa.jadecom.or.jp>

facebook.com/yuzawahp

