



公益社団法人  
MED 地域医療振興協会

湯沢町保健医療センター

# 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のため、5月28日（土）は**全科休診**となります。  
救急の患者様は対応いたします。定期的な内服薬などの処方はいりません。電話にてお問合せください。

## 新型コロナウイルスワクチン追加接種（3回目）



【 12歳以上 】

湯沢町健康増進課から接種券が送付されています。接種券同封案内文書に従い、ご希望の方はご予約を行ってください。湯沢町が実施する集団接種は、5月28日（土）で終了となります。まだご予約されていない方で、接種をご希望の方は5月26日（木）までに、案内文書に記載のWEBコールセンター（0258-88-0102）にてご予約ください。個別接種は4月で終了しております。

## 新型コロナウイルスワクチン接種（1・2回目）



【 12歳以上 】

接種の機会を逃した方を対象に集団接種を行います。希望される方はコールセンター（0258-88-0102）に電話してワクチンの予約を行ってください。予約申し込み締切は5月2日（月）です。

## 大型連休について



4月29日（金）～5月8日（日）の診療体制につきましては下記のとおりです。

4/29 (金・祝)	4/30 (土)	5/1 (日)	5/2 (月)	5/3 (火・祝)	5/4 (水・祝)	5/5 (木・祝)	5/6 (金)	5/7 (土)	5/8 (日)
休診	通常診療	休診	通常診療 (歯科休診)	休診	休診	休診	通常診療	通常診療	休診

※休診日も緊急の患者様には24時間救急体制をとっておりますが、受診を希望される場合はまずお電話にてご相談ください。

## 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4月26日現在) 】

発熱、咳・たん、のどの痛み、鼻水、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 (28日㊥、祝日を除く)

10時00分～11時00分

月・火・木・金曜日 (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、電話での問合せは受け付けますので、ご案内、指示にしたが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、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。

## 着任医師ご挨拶



4月より半年間、勤務させていただきます黒野瑛仁と申します。奈良県天理市の天理よろづ相談所病院から参りました。いろいろ不慣れでご迷惑をおかけしてしまうかもしれませんが、皆様のお役に立てるよう頑張りますので、よろしくお願ひ致します。

【 地域家庭診療部 医師 黒野 瑛仁 】

4月から1年間お世話になります齋藤惣太と申します。医師7年目です。昨年度までは総合診療科として、東京都北区の東京北医療センターで研修をしておりました。出身は山形県河北町です。同じ雪国ではありますが、湯沢の雪深さには驚きました。週末は喫茶店でゆっくり読書するのが好きです。今の所、邪宗門がお気に入りです。お勧めのお店があったらぜひ教えてください。湯沢町の方々の健康に少しでも役立てるように、一生懸命働きたいと思ひます。よろしくお願ひいたします。



【 地域家庭診療部 医師 齋藤 惣太 】

## 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	12日(完全予約制)
小児科 アレルギー外来	中島	第3木	19日
口腔外科	中谷	水	11日・25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合せください。
- 眼科:コンタクト・めがねの処方せんには対応をしております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合せください。

## 今月の話題



### 『ケ』があると聞いたら ～～～ 今が肝心の時 ～～～



新年度が始まりひと月が経ちました、五月病といわれるように体調に変化が生じてきている方もいらっしゃると思います。振り返ってみてください、健康診断の結果はいかがだったでしょうか？コレステロール値が高かった・・・。血糖値が気になる・・・。肥満傾向？など。

近年は検査項目も増えて、健康診断でより詳細な結果を示されることも多くなりました。ただ、せっかく健康診断を受診されても、その後の生活習慣が変わらなければ身体の改善には至りません。朝から甘いドーナツを食べ、糖分の多いジュースを飲んでいても、アメリカ人は日本人より糖尿病になる確率は低く、人種によってなりやすい種類があるのです。そして残念ながら日本人は糖尿病になりやすい人種なのです。

さて湯沢町はどのような傾向にあると思われますか？観光業や飲食業で就労されている方が多いため、不規則な食事時間や欠食により、インスリンが急激に使われる事や大量に使われる機会が増える事で、血液中のインスリンが不足となり糖の分解が出来ず、糖尿病になりやすくなります。インスリンは血液中の糖をエネルギーに変えて血糖値を下げる唯一のホルモンですから、糖尿病にならないようにするには、その不足分を補うか、インスリンの使用量を減らすしかありません。

糖尿病は身体の細い血管への影響が大きいものですから、放っておくと合併症が発生します。

～～ 3大合併症といわれる し め じ ～～

し：神経障害（手足の血行が悪くなり感覚が鈍るので、悪化すると壊疽<sup>えいそ</sup>をおこして手足を切断することにもなります。）

め：網膜症（眼底の血管が詰まってしまい失明の状態になります。中途失明者の原因の第1位が糖尿病によるものです。）

じ：腎障害（腎臓のろ過率が低下して腎臓が働かなくなり、老廃物も排泄<sup>はいせつ</sup>されなくなり、透析が必要となります。透析患者は毎年1万人のペースで増加しています。）

「そういえば健康診断の結果で糖尿病の『ケ』があるって言われたけど、どう言うこと？『ケ』なのだから糖尿病じゃないでしょ。」と思われる方もいらっしゃるかと思います。いえいえ、糖尿病は『ケ』の状態が将来を左右するのです。実際湯沢町では、再検査の未受診や、治療を中断された方々の中で、緊急で透析導入になってしまったと言う方々がいらっしゃいます、その数は南魚沼市と人口で比較してもナント4倍です。透析になってしまうと厳しい食事制限や水分の制限もあり、週の何時間かは透析のため病院に通って治療が必要となります。したがって就労するのにも制約が生じてしまいます。

そうならない（透析にならない）ためにも『ケ』の状態ですら糖尿病に対応しなければならないのです。「症状がないからいいや。」と思うのではなく、検査の結果がわかったら何をしなければいいのか、知りたくなった時がチャンスです。当センターには糖尿病療養指導士の資格を持ったスタッフもいます。『ケ』を放っておくとどうなるの？」と声をかけてくだされば対応いたします。そう言えば・・・と思われた方は、是非、糖尿病の治療を継続していただきたいのです。

【 看護部 外来 主任看護師 南雲 崇代 】

# 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 ※23日…休診	浅井	齋藤	浅井	関根 ※20日…休診	
	午後	井上 ※23日…休診	齋藤	/	関根	浅井 ※6日…休診	/
地域家庭診療部 内科系診察室3 予約	午前	西谷 ※2日…休診	小林	井上	黒野	西谷	
	午後		井上 ※31日…休診	/			/
地域家庭診療部 内科系診察室5 予約なし	午前	関根	西谷	黒野	齋藤	黒野	担当医師 ※28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	齋藤	井上	浅井	井上	浅井	担当医師 ※28日…休診
	午後	浅井	西谷	/	担当医師	関根 ※20日…担当医師	/
整形外科	午前	高田 ※9日…休診 ※23日…10:00～	宮崎		高田	角田 ※20日…休診	高田 7日
	午後	高田 ※9日…休診	宮崎 (3:00～4:30)	/	高田	角田 ※20日…休診	/
眼科	午前	半沢 (受付10:00まで)			馬場 (10:00まで)		担当医師 14日
	午後	半沢 (予約診療のみ)			馬場 (予約診療のみ)		/
小児科	午前	担当医師		担当医師	19日 中島		
	午後			/	19日 中島 (2:30～3:30)		/
歯科 (完全予約制)	午前	笠原 ※2日…休診	笠原	笠原 ※25日…担当医師 11日・25日 口腔外科	笠原	笠原	笠原 ※21日・28日…休診
	午後	笠原 ※2日…休診	笠原	笠原 ※25日…担当医師 11日・25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)	眼科	小児科
		月～土曜日 (水・土は午前のみ)	火曜日	月・木・金曜日	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	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

