

山形協立診療所だより



Vol. 02

2023年7月8月号
TEL：0263-98-3933
発行：西原 美佳



<http://www.chushin-miniren.gr.jp/yamagata/>

～友の会山形支部総会～

5月20日、中信健康友の会山形支部 2023年度総会が行われました。昨年はコロナ禍であり、密を避けるために役員のみでの開催でしたが、今年は会員の皆さんも参加して頂きました。昨年の活動報告の後、今年度の活動計画を確認し承認され活動が開始となりました。昨年の健康まつりはふれあいドームでの開催でしたが、今年は診療所での開催を計画していく予定です。地域でのバランスボール班会やヨガ班会などもありますので、ぜひ参加してみたいかがでしょうか。診療所看護師による健康チェックもあります。



熱中症予防のために

暑さを避ける!

- 扇風機やエアコンで温度をこまめに調節
- 遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用
- 外出時には日傘や帽子を着用
- 天気の良い日は日陰の利用、こまめな休憩
- 吸湿性・速乾性のある通気性のよい衣服を着用
- 保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やす

⚠️『熱中症警戒アラート』発表時には、外出をなるべく控え、暑さを避けましょう

こまめに水分を補給する!

- 室内でも、外出時でも、のどの渇きを感じていなくてもこまめに水分・塩分などを補給

梅雨の時期になりました。梅雨明けは7月中旬頃の様です。この時期はジメジメして蒸し暑かったり、雨が降ると急に冷えたりと体調を崩しやすくなります。体が暑さに慣れていないのに、急に気温が上がったり、蒸し暑くなったりすると熱中症になるリスクも高まります。屋外だけでなく、室内でも熱中症になります。室温や湿度などにも注意しましょう。

またこの時期は、食中毒にも注意が必要です。



診療所のあじさい

お知らせ

7月より新型コロナウイルスワクチンの接種方法が、集団接種（いちいの里）と個別接種（村内の各医療機関）の2通りの方法に変わります。

予約は今まで通り、山形村の予約センターへ連絡して頂き予約になります。

（医療機関では予約が取れませんのでご了承ください）

一般の診療と並行して行いますので、1回の予約人数に限りがあります。

☆7月・8月 診療所での個別接種日時

○12歳以上追加接種：毎週(木)(金) 15:30～16:00

7月13日・14日・20日・21日・27日・28日

8月3日・4日・10日・24日・25日・31日

○小児（5歳～11歳）：月1回 第1(火) 16:00～17:00

7月4日・8月1日

新型コロナウイルス感染症の感染症法の分類が5類に引き下げられてから1か月半が過ぎます。私たちの生活も感染前の状況に戻りつつあり、学校行事や様々なイベントが制限なしでの開催になってきています。

診療所では引き続き発熱・有症状の方は、別の部屋で対応させて頂いています。症状のある方は事前に電話でお問い合わせください。また、定期通院などで来院される際には引き続きマスクの着用をお願いしています。ご協力お願い致します。



松本協立病院の感染対策看護師に相談し、受付のパーティーションを外しました。今まで顔が見えにくかったり、声が聞こえにくくご迷惑をお掛けしていましたが、すっきり開放的になりました。コロナ前に戻ったたけですが、新鮮に感じます。

～職員紹介～

6月より新しい仲間が増えました。よろしくお祈りします。

○唐澤 絵里さん

唐澤 絵里（からさわ えり）といいます。すでに診察に来られた方、きっと誰だ？と思われていたと思いますが、6月から松本協立病院健診課から異動になりました。循環器を中心に病院勤務後、保健師の資格をとり、企業や健診を通して健康相談や保健指導の業務をしてきました。

特技はどこでもしっかり寝れて、しっかり食べる。
趣味はここ数年夫婦でポケモンgoをしながら散歩や年数回光城山や守屋山など登っています。

皆様に教えて頂くことが多いと思いますが、今後もよろしくお祈り致します。



6月～8月小児科火曜日

午後外来

○6月6日・20日・27日

○7月4日・18日

○8月1日・22日・29日

☆診療時間：16：00～18：00

☆診療医師：鈴木直美医師

※ホームページでもご確認できます

お盆休みのお知らせ

8月14日（月）～8月16日（水）

休 診

お薬の残薬を確認し、早めの受診をお願いします。