



# 病院だより

第126号

新城市民病院総務企画課  
新城市字北畑32-1  
Tel 0536-23-7852  
Fax 0536-22-2850

健康Topics

## 夏風邪にぞう心

風邪の季節は冬というイメージがありますが夏にも風邪は流行します。一般的に風邪と言われる病気は、200種類以上ある原因ウイルスのどれかによって、似たような症状が現れる「風邪症候群」です。夏に流行する風邪は、夏の暑さと湿気を好むウイルスが原因となり、梅雨時から夏にかけて活動力が増します。ウイルスは空中のどこにでもいて、感染経路もさまざまです。



### 夏風邪は胃腸風邪といわれています

ですが、この多くがエンテロウイルスに感染した場合です。エンテロとは「腸」の意味で、喉だけでなく腸でも繁殖します。発熱や喉の痛みに加えて、下痢や腹痛など、腸の症状が特徴的です。



### 夏風邪を予防するために

- ①「手洗い」と「うがい」  
屋外で付着した風邪ウイルスを洗い落とすために「手洗い」と「うがい」を習慣にしましょう。
- ②「クーラーによる身体の冷やし過ぎ」に注意。  
人間の体が対応できる気温差は5度以内といわれています。まずは室内と室外の温度差を5度以内にするのが理想的です。それが難しい場合は室温28度を目安にし、できるだけ24度以下にならないようにしましょう。
- ③「しっかり栄養を摂って、普段より多く睡眠時間を取る」。

夏風邪は下痢や腹痛などを伴うことが多いので食欲が低下しますが、自分の免疫力を高めてウイルスが排除されるのを待つことが大切です。それには安静を保ち、消化のよい食事を少しずつでも摂り、水分補給も忘れないでください。症状が続く場合は、病院へかかり診断を受けましょう。その際は持病の有無、食べたもの、周囲に同様の症状の人がいないかなどを医師に伝えることが必要です。

## 病院に行く前に

「外来診察はいつやっているのか？」と思うときは、診療表を御覧になってください。診療表は、総合受付前にあります。ホームページでも御覧いただけます。



診療表

平成29年5月1日～5月31日		新城市民病院				
診療科目	受付時間	月	火	水	木	金
呼吸器	午前 予約制	玉腰	玉腰		青島	玉腰
	午後 予約制	玉腰	玉腰			藤原 外来 玉腰
内科	午前 予約制	大山(か)				
	午後 予約制				伊藤	
糖尿病	午前 予約制			石川	茂木	
循環器	午前 予約制	那須	羽原	横井(雅)		
					石原	石原

### お知らせ

診療時間の変更、休診日などが記載しています。

### 受付時間

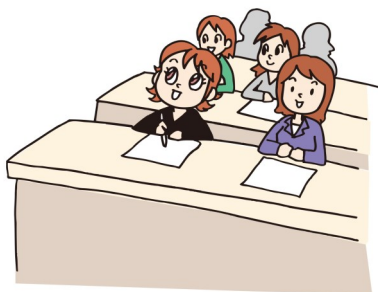
受付時間、予約制などが記載されています。予約制の場合、初めて受診される方は、病院にご連絡してから来院ください。

# 院内あれこれ

開催した行事や勉強会を紹介します。

H29  
5

- 平成29年5月11日(木)  
病診連携会議 開催
- 平成29年5月19日(金)  
糖尿病 勉強会 開催
- 平成29年5月25日(木)  
感染対策研修会 開催



## Pick Up

平成29年5月25日(木)

### 感染対策委員会

5月25日(木)院内感染対策委員会主催の勉強会が、開催されました。今回は「手指衛生と個人防護具着脱のタイミング」について講義を行いました。講義の後半には、実際の現場の状況で、感染予防対策の基本となる手洗い、消毒の手順やマスク、手袋、エプロンの着脱方法などを再確認しました。引き続き感染予防に努めてまいります。



## お知らせ 看護助手(臨時職員)を募集します。

### ●応募資格

年齢・資格 不問

### ●採用予定人数

若干名

### ●待遇

- ・賃 金 時給1,120円
- ・勤務時間 7時00分から18時30分までの間の7.5時間以内  
(週5日、土日祝日勤務あり)
- ・手 当 通勤手当支給

### ●申込方法

- ・申込書類 履歴書
- ・受付期間 随時 平日の8時30分から17時00分まで
- ・手続方法 申込書類を新城市民病院3階総務企画課へご提出ください。  
(郵送可)

問合わせ・申込先：新城市民病院 総務企画課 | 電話 0536-23-7852