

よりそい便り



ただいま7月下旬。暑い日が続いています。

熱中症の予防には水分補給と塩分補給が必要です。汗をかいて塩分が失われるときには塩もたいせつなのです。

人間は塩をとらなくても生きることができるのか？ この問題にひとつの解答を与えてくれたのは故横井庄一さんです。グアム島で30年近く孤独な生活を送りました。塩を口にしなくても生き延びました。たぶん急に大量の汗をかかない人に必要な塩は少量なのです。

汗をかいたときに塩分をとらずに水だけを飲んでいると低ナトリウム血症になります。倦怠感、頭痛、吐き気・嘔吐などが起きます。少量の塩分を含む飲み物や食べ物をとるよう心がけましょう。心臓病のある人は医師と相談してください。

夕張市立診療所 所長 前沢 政次



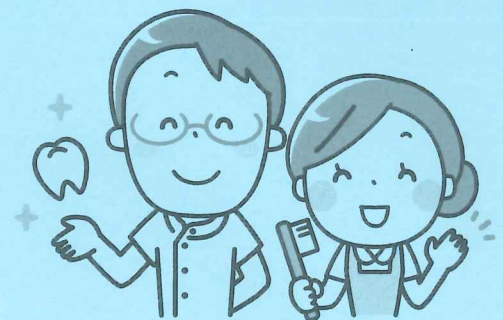
歯科からのお知らせ

●8/13(金)歯科外来は休診です

皆さまにはご迷惑をおかけしますが、ご理解の程よろしくお願い致します。総合診療科・耳鼻科外来は通常診療しております。

●金曜日の担当医が変わります

8月から、山下先生に代わり北野先生が診療にあたります。よろしくお願い致します。

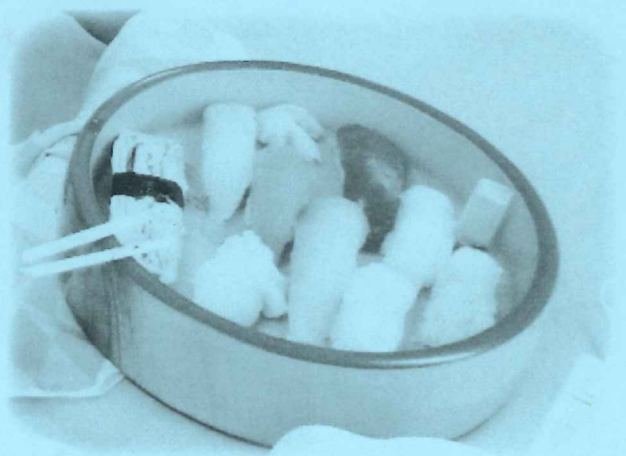


介護老人保健施設 夕張

●テイクアウト昼食会

昨年に引き続き、6月末にテイクアウト昼食会がありました。新型コロナ前には屋台村に行き食事をしていましたが、昨年から市内の事業者にご協力いただき入所者様それぞれが食べたいメニューを選び、職員がテイクアウトし皆で食べました。

一番人気はお寿司! 二番人気はかつ丼でした。みなさん黙々と食べられていました。食べ終わった後には、「とても美味しかった。」と笑顔でした。来年は、外食ができればいいな、と思います。



●夕張メロンをいただきました～JA夕張市青年部～

7月15日(木)、JA夕張市青年部より夕張メロンをいただきました。今年は出だしの天候がいまいちでしたが、その後は晴天に恵まれ、甘く出来も良かったようです。

16日に厨房で切り分けていただき、老健入所者様、デイケアの利用者様、病棟患者様と職員でご馳走になりました。みなさん「甘くて美味しい!」と笑顔で食べていました。前沢所長も「美味しい。」と一番の笑顔のようでした。

青年部のみなさん、毎年どうもありがとうございます!



●モニター面会を行っています

老健夕張ではモニター面会を行っています。現在の面会時間は毎週木曜日の午前中です。ご希望の方は、老健夕張までお問い合わせください。

☎52-4336

地域医療研修を終えて

約1ヵ月、診療所の一員として診療に携わっていただいた本多悠先生が、7/21に無事研修を終えられました。本多先生の今後のご成長とご活躍をお祈りいたします。どうもありがとうございました！

窓を開ければ風が気持ちよく、車を走らせればシカやキツネに遭遇する、夕張での生活は東京育ちの自分にとってはとても新鮮なものでした。夕張の皆さんはとても優しく、美味しい夕張メロンもたくさんいただき、夕張生活を満喫することができました。

夕張市立診療所での地域医療研修では外来、病棟、訪問診療など、前沢先生のご指導のもと様々な経験をさせていただきました。総合診療科として幅広い疾患に対応する知識が求められ、非常に勉強になりました。また、医師の役割・医療の在り方について再考する機会となり、有意義な研修となりました。前沢先生をはじめ、夕張市立診療所の職員の皆様、夕張市民の皆様には大変お世話になりました。この場を借りて感謝申し上げます。

本多 悠



楓集会所へ訪問



にこやかで丁寧な診察。
救急患者様の対応もありました。



研修終了後に前沢所長と。
手のサインの意味分かりますか？

こじが保育園だより

☆ 夕張高校の動画作成に参加 ☆



鹿鳴館の緑茂る庭で、高校生のお姉さん方と歌って踊りました。
動画はYouTubeで公開中、「夕張高校 パブリカ」で検索して、是非ご覧ください。

☆ 水郷公園をきれいに ☆



夏の人気スポット、水郷公園。気持ちよく遊べるようお掃除しました。
これからもお世話になります！

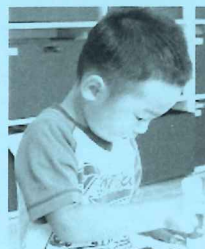
☆ 歯科検診を行いました！ ☆

6月25日、診療所より山下先生と歯科衛生士の今野さんに来園して頂き、歯科検診を実施しました。検診後には手作り紙芝居の読み聞かせや、歯磨き指導などもあり、歯の大切さを楽しくお勉強出来ました。



☆ たなばた ☆

流れ星を作り、希望あふれる短冊飾りが完成しました。



夕張市立診療所 外来診療体制

令和3年8月

診療科		月 2日	火 3日	水 4日	木 5日	金 6日
午前	総合診療科	前沢・高野	前沢・高野	前沢・出張医	前沢・松島	松島・出張医
	歯科	田端	八田	八田	八田	八田・北野
午後	総合診療科	前沢		出張医	前沢	出張医
	歯科	田端	八田			八田・北野
		9日	10日	11日	12日	13日
午前	総合診療科	山の日 休診	前沢・高野	前沢・出張医	前沢・松島	松島・出張医
	歯科		八田	八田	八田	歯科 休診
午後	総合診療科		出張医	前沢	出張医	
	歯科		八田		歯科 休診	
		16日	17日	18日	19日	20日
午前	総合診療科	前沢・高野	前沢・高野	前沢・出張医	前沢・松島	松島・出張医
	歯科	田端	八田	八田	八田	八田・北野
午後	総合診療科	前沢		出張医	前沢	出張医
	歯科	田端				八田・北野
		23日	24日	25日	26日	27日
午前	総合診療科	前沢・高野	前沢・高野	前沢・出張医	前沢・松島	松島・出張医
	歯科	田端	八田	八田	八田	八田・北野
午後	総合診療科	前沢		出張医	前沢	出張医
	歯科	田端	八田			八田・北野
		30日	31日			
午前	総合診療科	前沢・高野	前沢・高野			
	歯科	八田・田端	八田			
午後	総合診療科	前沢				
	歯科	八田・田端	八田			

専門 外来	泌尿器科	火	午前	予約制	3日(小関)・10日(清水)・17日(小関)・24日(清水)・31日(小関)
	整形外科	火	午後		3日(河村)・10日(河村)・17日(平野)・18日(河村)・24日(河村)・31日(平野)
		木	午後		5日(松橋)・12日(大泉)・19日(松橋)・26日(石田)
	循環器内科	水	午前		4日・18日(福山)
	婦人科	木	午後		5日・12日・19日・26日(高野ゆうき)
耳鼻咽喉科	金	午前・午後	6日(原田)・13日(瀧)・20日(原田)・27日(大橋)		

受付 時間	午前	8:15 ~ 11:00	総合診療科・泌尿器科・循環器内科・歯科
		9:30 ~ 11:30	耳鼻咽喉科
	午後	1:15 ~ 4:00	総合診療科・整形外科・婦人科・歯科
		0:30 ~ 3:00	耳鼻咽喉科

※医師は変更となる場合もございますので、ご理解の程よろしくお願いたします。
 ※火曜・総合診療科の午後外来の受診を希望される方は、事前にお電話でお問い合わせください。

夕張市立診療所
 ☎52-4339

編集後記

今年の夏は厳しい暑さが続きますね。近年は夕張でも梅雨のようなジメジメとした時期があったり、30度を超えるような日や残暑が続いたり、また世界中の異常気象や自然災害など気候の変化も気になるところです。暑さに伴う体調の変化に注意しつつ、今年もコロナ対策をしっかり行い、夕張の夏を満喫したいものです！

広報委員会:筒井(事務)

夕張豊生会 よりそい便り (No.12)

発行日/2021年8月1日
 発行責任者/夕張市立診療所 所長 前沢 政次
 住 所/〒068-0402 夕張市社光20番地
 TEL/(0123)52-4339 FAX/(0123)52-2617
 HP/<https://www.houseikai.or.jp/yubari>
 FB/<https://www.facebook.com/yubarihouseikai/>