市立湖西病院広報

きずな

vol. 52

もくじ

02 ● 熱中症対策×コロナ感染対策
03 ● 正しく体温を測れていますか？
● コロナ禍で受診を控えていませんか？
04 ● 心温まる作品をありがとうございます
● 七夕の飾り付けを行いました
05 ● 職員採用試験のご案内
● 看護師修学資金制度のご案内
06 ● 外来診療担当一覧
07 ● 管理栄養士がすすめる健康レシピ
08 ● 市立湖西病院の新型コロナ対策について
● ポルトガル語通訳のご案内
● 健診センターからのお知らせ

基本理念

「信頼」と「貢献」

思いやりを持った医療を行い、皆様から信頼される病院を目指すことで地域社会に貢献することを基本理念といたします。

基本方針

◎患者中心の医療

患者様の権利を尊重し、患者様の視点に立った、患者様に優しい病院となるように努めます。

◎自治体病院としての役割

地域の中核病院として地域医療の確保と地域医療水準の向上を図り、質の高い医療の提供に努めます。

◎病院機能の充実・強化

医療設備の充実や療養環境などの改善により、病院機能の充実・強化を図り、適切な医療サービスの提供に努めます。

◎地域連携

地域の医療者・施設と連携を図り、地域住民の医療・保健・福祉・介護に貢献します。

◎職員の資質の向上

職員一同が相互に協力・連携を図り、医療の安全性と医療水準の向上に積極的に取り組み、日々研鑽に励みます。

◎働きやすい職場環境

病院職員が誇りを持ち、やりがいをもって働き続けられる職場づくりに努めます。

◎健全経営

効率的な経営管理を行い、自立した健全経営に努めます。

熱中症対策×コロナ感染対策

注意

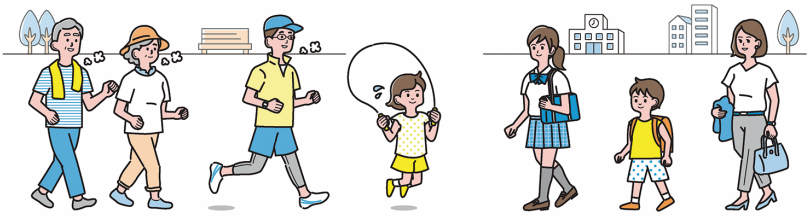
マスクの着用により、熱中症のリスクが高まります

マスクを着けると皮膚からの熱が逃げにくくなったり、気づかないうちに脱水になるなど、体温調節がしづらくなってしまいます。暑さを避け、水分を取るなどの「熱中症予防」とマスク、換気などの「新しい生活様式」を両立させましょう。

屋外ではマスク着用により、熱中症のリスクが高まります

特に運動時には、忘れずにマスクをはずしましょう

屋外での散歩やランニング、通勤、通学等も マスクの着用は必要ありません



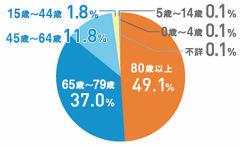
- 人との距離（2m以上を目安）が確保できて、会話をほとんど行わない場合は、マスクを着用する必要はありません。
- マスクを着用する場合でも、屋内で熱中症のリスクが高い場合には、エアコンや扇風機、換気により、温度や湿度を調整して暑さを避け、こまめに水分補給をしましょう。

知っておきたい 熱中症に関する大切なこと

熱中症警戒アラート発表時は
熱中症予防行動の徹底を！

運動は原則中止。外出はなるべく避け、涼しい室内に移動してください。

■年齢別／熱中症死亡者の割合

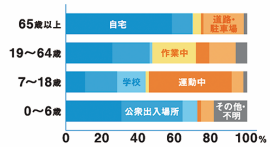


出典：厚生労働省「人口動態統計（2020年）」

熱中症による死亡者の
約9割が高齢者

約半数が80歳以上ですが、若い世代も注意が必要です。

■年齢・発生場所別／熱中症患者の発生割合



出典：国立環境研究所「熱中症患者速報（2015年）」を基に作成

高齢者の熱中症は
半数以上が自宅で発生

高齢者は自宅を涼しく、若い世代は作業中、運動中に注意が必要です。

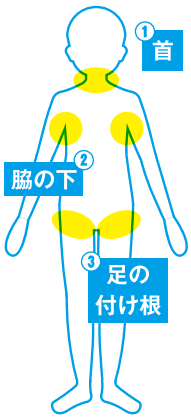
熱中症が疑われる人を見かけたら

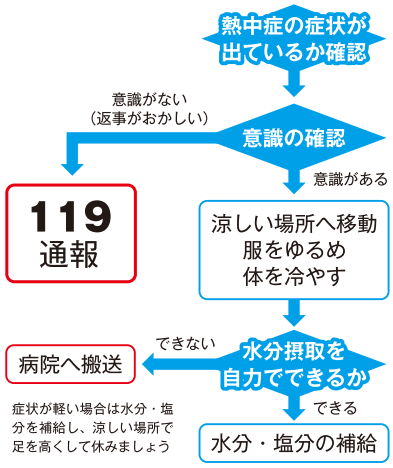
熱中症は重篤な場合、生命に関わるケースもあります。応急処置法を知っていれば防ぐことも可能です。正しい対処法で暑さから身体を守りましょう。

熱中症の症状

めまい　・　立ちくらみ　・けいれん
身体の部分的な痛み　・　頭痛
吐き気　・　虚脱感　　など

冷やす部分





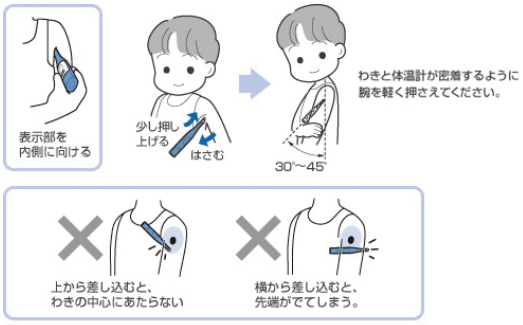
出　典　厚生労働省ホームページ　熱中症予防のための情報・資料サイト
https://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryou/kenkou/nettyuu/nettyuu_taisaku/corona.html

正しく体温を測れていますか？

新型コロナウイルス感染症の流行により、職場や学校からの指示で「毎日の体温測定と記録」が新たな日課となった人も多いかと思います。自分の平常時の体温（平熱）を知り、継続して体温を測ることは、身体の変化や病気のサインを知る重要なポイントとなります。

わき式体温計の測り方

- 汗を拭いてから検温してください。
- 下着などに触れないように検温してください。



参考文献：オムロン ヘルスケア株式会社 公式サイト（正しい使い方（正しい体温の測り方））

非接触体温計を使用する際の注意点

- 屋外から室内に入った時など、温度が急に変わったときは、うまく体温が測れない場合があります。（環境による影響や個人差はあります。）
- 非接触体温計による測定結果は体温の目安として活用し、正しい体温を知りたいときは脇の下で測ることが重要です。

コロナ禍で受診を控えていませんか？

過度な受診控えは健康上のリスクを高めてしまう可能性があります。

緊急事態宣言中や解除直後は新型コロナウイルス感染症への感染の懸念から「受診を控えたい」、「予約日を変更したい」とのお問い合わせを受ける機会がしばしばありましたが、現在も受診控えが続いてしまっています。過度な受診控えは健康上のリスクを高めてしまう可能性があります。

コロナ禍でも健診や持病の治療、お子さまの予防接種などの健康管理は重要です。

発熱、咳や腹痛などの症状は新型コロナウイルス感染症以外の病気の可能性もあるため、必要な受診を控えると最適な医療が受けられなくなる可能性があります。定期的に健康診断やがん検診を受けることが、生活習慣病の予防や、がんの早期発見・治療につながります。

よくある質問

Q 発熱等がある場合、どのように病院にかかれば良いですか？

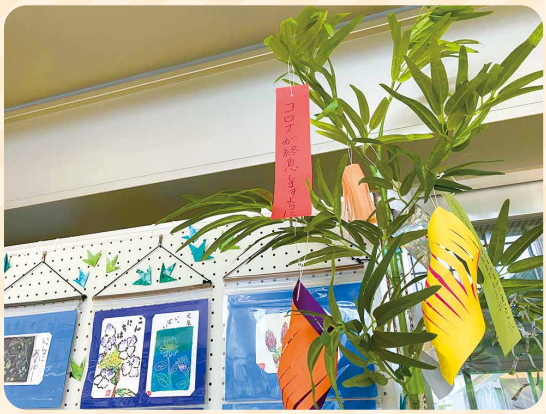
A 午前中は職員が検温と症状の確認を行っています。症状がある場合は職員にお声がけいただき、その指示に従ってください。（その場で問診票へ記入をお願いします。）
午後の場合は、総合受付の職員へお申し出ください。

心温まる作品をありがとうございます

令和４年６月に「医療従事者へ感謝の気持ちと和んでいただく機会を」と絵手紙の作品を展示してくださいました。
この場をお借りして心より感謝申し上げます。

地域の皆さまからの温かいご支援、ご声援を励みに、これからも職員一丸となって、地域のため、安心・安全な医療の提供に努めてまいります。

ご提供いただきました陽だまりで絵手紙教室の皆さま、ありがとうございました。



七夕の飾り付けを行いました

７月１日（金）から７月７日（木）にかけて、「院内七夕週間」として、病院を訪れる人たちや入院されている患者さんたちに季節感を味わっていただくため、院内ロビーに七夕の飾りつけを行いました。

院内ロビーの様子

例年は短冊を用意し、願い事を書いて掲示するスペースを設置しておりましたが、感染対策の観点から休止しました。

市立湖西病院職員採用試験のご案内

職 種	採用予定数	受験資格	備 考
看護師	10 名程度	当該免許所有者または 令和５年３月までに取得見込みの者	所属により夜勤あり
看護師 （会計年度任用職員）	５名程度	当該免許所有者	勤務時間や業務内容の相談可
作業療法士	若干名	当該免許所有者または 令和５年３月までに取得見込みの者	
臨床工学技士	若干名	当該免許所有者または 令和５年３月までに取得見込みの者	
看護補助者	５名程度	資格は必要ありません	夜勤あり
看護補助者 （会計年度任用職員）	若干名	資格は必要ありません	勤務時間の相談可 外来等での診察介助、環境清掃

受付期間 随 時

試 験 日 申込書を受け付けた後、概ね２週間以内に実施します。

申込方法 直接持込 または 郵送

提出書類
❶市立湖西病院職員採用試験申込書（※両面印刷）
❷最終学歴の卒業証明書又は卒業見込証明書（原本）
❸成績証明書（原本）
❹試験結果通知用返信封筒（84 円切手を貼った長形３号を２通）
❺資格が確認できる書類の写し（看護補助者への応募の場合は不要）

▲
詳細、様式ダウンロードはこちらへ

随時、就職相談や院内見学を受け付けています。お気軽にお問い合わせください。

看護師の学校に進学しようと考えている皆さん、
看護学校で勉学に励んでいる皆さんへ

看護師修学資金制度のご案内

卒業後、市立湖西病院で看護業務に従事する意思のある看護学生さんに、
修学資金を貸与します。

月　額 50,000 円（５年一貫校における高校課程の者は月額 25,000 円）

貸与期間 貸与決定の翌月から正規の卒業年月まで

貸与免除 卒業後、貸与期間と同じ期間、**市立湖西病院で勤務すること** で修学資金の返還が免除となります。

問合せ先 市立湖西病院　管理課　TEL 053-576-1231

外来診療担当一覧

令和４年８月１日現在

診療科		診療室		月	火	水	木	金	備考
内科	総合内科 TEL 576-7301	一　診	午前	鈴木	寺田	山本	寺田	鈴木	
		一　診	午後	—	—	—	—	鈴木	予約患者様のみとなります。
		二　診	午後	—	—	乾	—	—	予約患者様のみとなります。
		三　診	午前	—	—	—	道丹（血液内科）	—	予約患者様のみとなります。受付は 11 時 00 分までです。
	免疫内科 TEL 576-7301	三　診	午後	—	小川（第 1.2.3.5）	—	—	—	予約患者様のみとなります。診察は 13 時 30 分からです。
	消化器内科 TEL 576-7301	二　診	午前	高橋	堀尾	太田学	堀尾	—	
	呼吸器内科 TEL 576-7301	三　診	午前	柄山	榎本	—	—	直井	
	循環器内科 TEL 576-7313	一　診	午前	寺田	宣原	寺田	宣原	加藤秀	
		二　診		加藤秀	浅井	浄宇	浅井	浄宇	
	糖尿病・内分泌内科 TEL 576-7301	二　診	午前	—	—	—	—	山本	予約患者様のみとなります。
			午後	—	山本	—	—	—	予約患者様のみとなります。
	腎臓内科 TEL 576-7301	四　診	午前	加藤明	—	—	—	—	予約患者様のみとなります。
	神経内科 TEL 576-7313	四　診	午前	—	—	若月	—	—	予約患者様又は紹介患者様のみとなります。
	禁煙外来 TEL 576-7301	二　診	午後	—	—	乾	—	—	予約患者様のみとなります。
脳神経外科		四　診	午前	—	—	—	山本（隔週）	山添（隔週）	診察は内科外来四診の診察室にて行います。
小児科 TEL 576-7302		一般　一診	午前	金城	安岡	北形（第 1） 宮入（第 2） 内田（第 3） 石川（第 4） 非常勤医師（第 5）	林（第 1.3） 増永（第 2.4） 非常勤医師（第 5）	—	診察時間は 9 時 00 分から 12 時 00 分までです。
		専門外来　二診		—	内山（循環器）（第 2）	—	—	—	予約患者様のみとなります。
		一診	午後	—	石垣（神経）	—	宮本（神経）（第 1）	安岡（アレルギー）（第 1.2.3.4）	予約患者様のみとなります。
		一般　二診		–	非常勤医師	非常勤医師	非常勤医師	金城	非常勤医師は交替制になります。診察時間は 14 時 00 分から 17 時 00 分までです。
外科 TEL 576-7303		一　診	午前	大貫（処置）（鼠径ヘルニア・肛門）	中島（処置）	中島（初診）（処置）	大貫（初診）（処置）	太田学（初診）（処置）	
		二　診		當山（初診）（外科・小児外科）	小嶋（初診）	—	片橋（血管）	—	月曜日の初診患者様の診察は 9 時 30 分からです。木曜日の診察は 10 時 00 分からです。
		専門外来	午後	—	—	小泉（第 2） 髙塚（第 4）（乳腺）	片橋（血管）（第 2.4）	落合（消化器）（第 1.3.5）	予約患者様のみとなります。
		緩和ケア外来		—	—	—	—	太田学（第 2.4）	予約患者様のみとなります。
麻酔科（ペインクリニック） TEL 576-7303		外科外来三診	午前	—	—	—	岩本	—	予約患者様のみとなります。
形成外科 TEL 576-7303		外科外来二診	午後	太田悠（第 1.3.5） 柿沼（第 2.4）	—	—	—	—	予約患者様のみとなります。診察は外科外来二診の診察室にて行います。
皮膚科 TEL 576-7303		外科外来一診	午後	—	北内	—	伊藤（第 1.5） 影山（第 2.4） 増井（第 3）	—	予約のない患者様の受付は 8 時 00 分から 15 時 00 分までです。診察は 13 時 30 分からです。
泌尿器科 TEL 576-7306		一　診	午前	佐野	佐藤亮	大塚	中西利	佐藤亮	月曜日の受付は 11 時 00 分までです。木曜日は予約患者様のみとなります。
			午後	佐野	—	—	–	佐藤亮	月曜日の受付は 13 時 30 分から 15 時 00 分までです。金曜日の受付は 15 時 00 分までです。
整形外科 TEL 576-7307		一　診	午前	杉谷	杉谷（再診）	松竹	杉谷	—	
		二　診		佐藤義（再診）	佐藤義	—	—	佐藤義	
婦人科 TEL 576-7308		婦人科外来	午前	三宅	三宅	三宅（第 1.3.5）	三宅	三宅	水曜日の受付は 10 時 30 分までです。金曜日の受付は 11 時 00 分までです。
心のケア		婦人科外来	午前	—	—	川本（第 2） 二宮（第 4）	—	—	予約患者様のみとなります。診察は婦人科の診察室で行います。
眼科 TEL 576-7309		眼科外来	午前	—	—	野村	—	藤井	受付は 11 時 00 分までです。
			午後	—	小島	—	—	—	予約患者様のみとなります。電話予約可能です。
耳鼻いんこう科 TEL 576-7310		耳鼻いんこう科外来	午前	船井	船井	船井	船井	船井	
			午後	特殊検査	—	学童予約	—	—	予約患者様のみとなります。

受付時間　（祝日を除く）月曜日から金曜日の８時 00 分から 11 時 30 分まで
※受付時間以外のお問い合わせは、代表番号（053－576－1231）にお願いします。
※医師の都合により変更・休診になる場合があります。

管理栄養士がすすめる

健康レシピ

しっかり食べて
夏バテ予防

簡単!! 豚肉と夏野菜の 冷しゃぶそうめん
ージュレポン酢がけー

材 料（2人分）

そうめん(乾)	3束	ポン酢	50cc
豚薄切り肉	100g	水	100cc
オクラ	3本	粉ゼラチン	3g
トマト	1/2ケ	湯(80度以上)	30cc
黄色パプリカ	1/2ケ		
みょうが	1本		
大　葉	2枚		

所要時間

15分（ジュレポン酢の冷蔵時間は除く）

1人分の栄養価（八訂食品成分表2021調べ）

エネルギー	437 kcal
塩　分	2.6 g

作り方

1. 豚肉は茹でて水気を切り、冷やしておく。
2. オクラはさっと茹で、トマト・パプリカ（茹でてもOK）と共に一口大に切り、みょうが・大葉は千切りにする。
3. そうめんを茹でて、流水で洗いお皿に盛る。豚肉・野菜を盛り付けジュレポン酢をかけて完成。

ジュレポン酢作り方（あらかじめ作り冷やしておく）

Ⅰ ゼラチンをお湯の中に入れ素早く混ぜる。
Ⅱ ポン酢と水を混ぜ、人肌程度に温めておく。
Ⅲ ⅠとⅡを混ぜ冷蔵庫で1時間以上冷やし固める。
Ⅳ 固まったら、フォークなどで崩し、具材の上にかける。

市販品でもOK

Point!!

- いつものそうめんにちょっとしたアレンジを加えることで、栄養バランスがグッと良くなります。
- 豚肉に含まれるビタミンB1や黄色パプリカに含まれるビタミンCには疲労回復効果があり、夏バテ予防に適した食材です。
- 青じそ、ミョウガ、にんにく、生姜など香りのある食材は食欲の増進にも役立ちます。

市立湖西病院広報 きずな
令和4年8月1日発行 Vol.52
発行●市立湖西病院
〒431-0431 静岡県湖西市鷲津2259番地の1
TEL (053)576-1231／FAX(053)576-1119
URL●https://www.hospital.kosai.shizuoka.jp/
E-mail●info@hospital.kosai.shizuoka.jp

市立湖西病院の新型コロナ対策について

新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、当院では、以下の対応を行っています。
当院を利用する皆さまが安心して受診できるよう、ご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いします。

●●● 正面玄関で検温と症状確認をしています ●●●

入館前に職員が検温と症状の確認を行っていますので、ご協力をお願いします。
また、以下の症状がある場合は、入館前に問診表への記入をお願いしています。

来院日以前から１週間以内に、これらの症状はありませんか？

- ■熱っぽい
- ■息苦しい
- ■咳が出る
- ■強いだるさ
- ■関節痛
- ■頭痛
- ■のどの痛み
- ■鼻水
- ■味覚・嗅覚異常

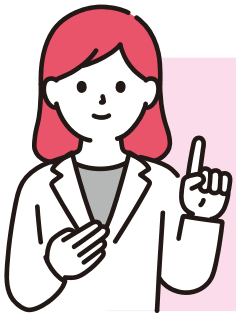
※入館前の症状確認において、症状があるにも関わらず、申し出がなかったためにトラブルが発生した事例があります。必ず、申し出をお願いします。

※新型コロナウイルス感染症について「濃厚接触者に該当している人」、「症状があり、PCR 検査を受ける予定がある人」は手術や検査、受診の予約がある場合でも、入館することはできません。ご了承ください。

ポルトガル語通訳のご案内
Assuntos sobre a tradutora

通訳訳受付時間　月曜日から金曜日の９時から 12 時まで

湖西病院（こさいびょういん）にはポルトガル語の通訳（つうやく）さんがいます。
日本語（にほんご）が苦手（にがて）な人（ひと）でも通院（つういん）しやすい病院（びょういん）を目指（めざ）していきます。



Há um intérprete no Hospital Kosai.
湖西病院には通訳さんが居ます。

Os intérpretes estão disponíveis de segunda a sexta-feira, das 9h às 12h.
通訳さんは月曜日から金曜日の９時から 12 時までいます。

Pode estar lotado dependendo do dia.
日によっては混雑する事があります。

～ 健診センターからのお知らせ ～

健診センターは完全予約制です

受診の際には事前予約が必要です。ご理解、ご協力をお願い申し上げます。

人間ドック　住民健診　一般健康診断　各種予防接種

予約受付は　平日 13 時 00 分から 16 時 30 分まで

湖西市住民健診 ご予約受付中

特定健診（がん検診を含む）　**4月21日（木）～1月20日（金）**

問合せ先　**市立湖西病院健診センター**　TEL 053-576-1232　FAX 053-576-2048