

鎌倉市民健(検)診のご案内



平成24年度鎌倉市国保特定健診・後期高齢者健診ならびに各種検診を実施しております。お誕生月によって受診期間が異なります。詳しくは鎌倉市市民健康課へお問い合わせください。《鎌倉市市民健康課》0467-61-3941

当院では、以下の健(検)診を行うことができます。

《国保特定健診(40~74歳)・後期高齢者健診(75歳以上)》



65歳から74歳までの方で、後期高齢者医療被保険者証をお持ちの方は、市民健康課へお問い合わせください。当日に採血を行いますので、食後10時間以上空けてからご来院ください。とくに予約の必要はありません。保険証、受診券シールを忘れずにお持ちください。

誕生月	受診券シール送付時期	受診期間(3か月間)
4・5月	24年6月下旬	24年7~9月末
6・7月	24年7月下旬	24年8~10月末
8・9月	24年8月下旬	24年9~11月末
10・11月	24年9月下旬	24年10~12月末
12・1月	24年10月下旬	24年11~25年1月末
2・3月	24年11月下旬	24年12~25年2月末

受診期間が定められています。ご注意ください。

《がん検診》

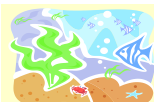
☆大腸がん・肺がん・肝炎検診



予約の必要はありません。

☆胃がん検診(医療機関)・・・予約が必要となります。《外科外来》0467-31-7607

受診券シールに「医療機関」と記載してあるか確認の上、予約をしてください。



ご当地自慢

{番外編} ~鎌倉市・腰越~

お待たせしましたご当地自慢。当院職員出身地の名産品など紹介してきましたが、番外編の今回は、当院所在地『鎌倉市・腰越』について紹介いたします。

☆腰越の名産品☆



しらす



わかめ



満福寺



小動神社・小動岬



腰越漁港

腰越では、多くのお祭りが行われています。4月は、源義経が“腰越状”を書いたとされる満福寺で「義経祭り」が行われます。7月の第一日曜日から第二日曜日にかけて、江の島八坂神社の天王祭と同時にされるのが腰越・小動神社の「天王祭」。その最終日となる本祭には、神輿が海に入り、江ノ電が走る電車通りを並んで進みます。また、9月には腰越漁港で「腰越みなとまつり」が行われます。相模湾で獲れた地魚や鎌倉の地元農家が生産した野菜などの直売、親子によるマダイの稚魚放流なども行われています。一部の紹介となりましたが「腰越」の様子がお分かりいただけましたでしょうか!? 参考にお出かけください。



院内 委員会紹介と活動内容

★栄養管理委員会より

当院の栄養管理委員会は、食の安全性と入院中のお食事に対する満足度の向上のために、管理栄養士を委員長とし、看護師、看護補助者、事務職員、栄養士からなるメンバーで2ヵ月に1回開催しています。入院患者さん一人一人、嗜好、飲み込みの状態や歯の状態などには差があり、すべての患者さんから満足をいただくことは難しいかもしれませんが、

可能な限り希望に沿った内容で、十分な栄養補給が行えることを目標としています。

☆勉強会の様子☆



☆きざみ食の例☆



一口きざみ



きざみ



超きざみ



～患者さんの楽しみの一つになることを目標に～

患者さんの誤嚥（食べ物や異物を気管内に飲み込んでしまうこと）を防止するために、きざみ食の食材の大きさ、トロミ剤、新商品の導入の検討などを行っています。職員に向けては嚥下についての勉強会を開催し、日々の食事を安全に介助できるように情報提供をしています。

今後も食事が患者さんの楽しみの一つになることを目標に努力して参ります。お気づきの点がございましたら、お気軽に病院スタッフにお声かけください。



予防が肝心『熱中症』！



いよいよ夏本番。熱中症の発生は、これからがピークになります。熱中症は予防をすれば防ぐことができます。正しく理解し、予防に努め暑い夏を乗り切りましょう。

熱中症を予防するには、こまめに水分や塩分を補給すること、野外では涼しい服装や日傘、帽子などで暑さをできるだけ避けること、また室内でもエアコンや扇風機を上手に使うようにしましょう。急に気温が高くなったときはとくに注意が必要です。日ごろから栄養バランスの良い食事をとることや体力づくりにも心掛けると良いでしょう。

頭痛や吐き気など熱中症が疑われる場合は、水分や塩分を補給し、体を冷やすなど涼しい場所で安静にしましょう。それでも改善しない場合は、医療機関への受診をおすすめします。

◇編集後記◇

はじめと鬱陶しい梅雨もあとわずか。今回はご近所の夏の風物詩、花火大会やお祭りのお知らせです。☆花火大会☆ 鎌倉7/25(水)19時～2,000発 葉山海岸7/26(木)19時半～1,000発
よこすか開国祭8/4(土)19時15分～4,000発 サザンビーチちがさき8/4(土)19時半～3,000発
ふじさわ納涼8/21(火)19時～1,000発 湘南ひらつか8/24(金)19時～3,000発

ふじさわ江の島10/13(土)18時～3,000発 ☆七夕まつり☆ 湘南ひらつか七夕まつり 7/6(金)～7/8(日)

Y.N



医療法人社団 南浜会 鈴木病院
〒248-0033 鎌倉市腰越1-1-1

TEL 0467-31-7651 (代)
<http://www.suzuki-hp.ne.jp>