



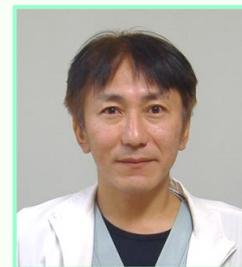
新任医師のご紹介

平成28年4月、当院に着任しました。気になる症状などございましたらお気軽にお尋ねください。

【整形外科】 火曜日・午前中（予約制）

系 重毅（いとしげき）医師

- 1.出身地 神奈川県
 - 2.出身校 聖マリアンナ医科大学
 - 3.趣味 旅行
 - 4.自己PR 患者さまの苦痛を少しでも和らげるように努力したいと思っております。
- よろしくお願い致します。



外来の時間につきましては、院内掲示の外来担当表およびお電話、ホームページよりご確認ください。
[電話]0467-31-7651(代表) [ホームページ]http://www.suzuki-hp.ne.jp

職場紹介 ～ 5月1日“地域連携室”がスタートしました ～

日本は、諸外国に例をみないスピードで高齢化が進行しています。

団塊の世代が75歳以上となる2025年を目途に、重度な要介護状態となっても住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを続けることができるよう、医療・介護・住まい・予防・生活支援が一体的に提供される地域包括ケアシステムの構築が重要とされています。

当院でも、患者さんが住み慣れたご自宅で安心・安全に生活できるよう、訪問診療、訪問看護、訪問リハビリを行っていますが、この度さらなる地域医療強化のために『地域連携室』を開設いたしました。

地域連携室では、どのようなことをするの？

- ◎訪問診療、訪問看護、訪問リハビリのご相談
- ◎担当ケアマネージャーさんとの連携
- ◎ショートステイの相談、調整
- ◎入院患者さんの退院支援

構成メンバーは、以下の4名です。

《地域連携室主任看護師》 澤田美希子

《看護師》 磯貝 繁子

《社会福祉士》 梶本 恵子、石田 京子

その他、介護保険に関すること、在宅生活での不安など、ご不明な点がございましたらお気軽にお問い合わせください。

【鈴木病院 地域連携室 0467-31-6782】



左から、石田、磯貝、澤田、梶本

“梅雨時”の健康管理



5月は寒暖の差が激しく体調を崩しやすい時期。6月に入れば梅雨入りで湿気も高く気温も上がり体温の調節がうまくできなくなり、体調不良を訴える方も増えてきます。梅雨の時期の健康管理について考えてみたいと思います。

【食中毒】 梅雨時に多くなるのが食中毒です。食中毒予防の三原則、食中毒菌を「つけない！増やさない！やっつける！」を徹底し、食中毒の予防に努めましょう。



【熱中症】 熱中症というと7、8月の真夏にかかりやすいものだと思われている方も多いはず。しかし、これからの時期も注意が必要です。まだ体が暑さに慣れていないために熱中症にかかりやすくなります。梅雨の合間に突然気温が上昇したとき、梅雨明けの蒸し暑い日、気温がそれほど高なくても湿度が高い日は十分に気をつけましょう。



【お肌のトラブル】 梅雨時の高温多湿は、ダニ、カビ、細菌にとって繁殖しやすい状況です。

ダニに刺されたり、アトピー性皮膚炎、水虫など肌のトラブルも増える時期です。汗や汚れはすぐに洗い落とすようにするなど、肌をいつも清潔にしましょう。天気の良い日はなるべく外に出て陽射しを浴び、汗をかいたら入浴をして清潔に…入浴はリフレッシュ効果もあります。



日ごろから十分な睡眠や栄養バランスの良い食事をするように心掛けることも大切です。じめじめした梅雨を健康に乗り切りましょう。

《アレルギー科》 水曜日休診のお知らせ

平成28年5月から、水曜日のアレルギー科は都合により当面の間、休診させていただきますことになりました。いずれ診療を再開する予定です。しばらくの間、患者さまにはご不便、ご迷惑をお掛け致しますが、何卒ご理解のほどよろしくお願い申し上げます。なお、土曜日のアレルギー科は従来どおり診療を行っております。担当医については、外来（0467-31-7603）へお尋ねください。当院ホームページ（<http://www.suzuki-hp.ne.jp>）からも確認することができます。



平成28年度 鎌倉市民健診のご案内

鎌倉市民健診は、鎌倉市に住民登録されている方であれば、どなたでも少ない負担額で各種健診が受診できます。受診するには、市から送付される受診券が必要となります。

詳細は、鎌倉市市民健康課 0467-61-3941 へお問い合わせください。当院でも健(検)診を行うことができ定期的に通院されていない方でも受診できます。詳しくは、外来 0467-31-7603 へお問い合わせください。市民健診は、6月より受診することができます。お誕生月により受診期間が異なりますのでご注意ください。

☆編集後記☆

朝晩とも心地よい季節になりました。私はこの時期が一番好きです。野外でバーベキューやピクニックを楽しみたいですね。しかし、少し動くと体内の水分が蒸発し脱水症状になるので、コマめに水分補給をしましょう。ビールでの水分補給はダメですよ。あとは、外出から帰ったら、手洗い、うがいを忘れずに。ぬるめのお風呂にゆっくりつかると疲れをとる効果があるらしいですよ。体調がおかしいと思ったらすぐに鈴木病院へお越しく下さい。市民健診も忘れずに！

Y.N



医療法人 社団 南浜会 鈴木病院
〒248-0033 鎌倉市腰越一丁目1番1号

TEL 0467-31-7651

<http://www.suzuki-hp.ne.jp>