

# ほほえみ



第 144 号

(医) 録三会 美濃加茂市 太田町 2825  
 太田病院 TEL 0574-26-1251  
 クリニック TEL 0574-26-2220  
 中部台ケアセンター TEL 0574-23-1155  
 更紗 TEL 0574-23-1011  
 デイサービス 和 TEL 0574-24-0753  
 つるかめ訪問看護 TEL 0574-27-6535  
 居宅介護支援事業所 TEL 0574-23-0600  
 中部長寿支援センター TEL 0574-49-8591

## 日曜日に乳がん検診を受けませんか？

J.M.S (ジャパン・マンモグラフィ・サンデー) は子育て・介護・仕事・家事などで忙しく、平日に病院に行けない女性の皆様が、休日の日曜日に「乳がん検診」を受けられるよう、全国の医療機関と認定 NPO 法人 J.POSH が協力して毎年 10 月第 3 日曜日に乳がん検診マンモグラフィ、エコー検査を受診できる環境づくりへの取り組みです。



今まで乳がん検査に行ったことがない方、最近忙しくて行っていない方等、日曜日に受診出来るこの機会に「乳がん検診」を受けてみませんか。

乳がんは早期発見・早期治療すれば「ほとんどが治るがん」です。

実施日時	2023年10月15日(日) 9:00~16:00	
検査内容 & 費用	① 視触診+マンモグラフィ (4,000 円) ② 視触診+乳房エコー (4,000 円) ③ 視触診+マンモグラフィ+乳房エコー (8,000 円) ※マンモグラフィ撮影と乳房エコー検査は女性技師が対応します。	
申込方法	事前予約制です。 太田病院受付窓口又はお電話 (0574-26-1251) でお申し込み下さい。	

# 私たちの職場紹介 ～外来について～



太田メディカルクリニック外来部門は、  
9つの診察室と7部門の診療科で、月曜日から土曜日まで皆様をお迎えしています。  
令和3年度より、外来待合ロビーにコンシェルジュを配置しています。  
療養を伴う生活の中での、『困りごと』や『不安な事』などお気軽に相談できる窓口です。“家族の介護で困っている” “診察のため病院に来るのが大変” “先生に伝えたい事があるけど、言い出せない”など、どんな事でも相談して下さい。  
相談内容に合わせて、適切な部門と速やかに連携し、皆様が安心して暮らせるよう情報提供や具体的なサポートをさせていただきます。



更に当院では、**訪問診療**も行っております。  
やむを得ず来院出来ない方のため、医師、看護師がご自宅で診察をさせていただきます。  
ご利用を希望される場合は、事前の説明が必要となりますので、コンシェルジュや看護師へお声がけ下さい

また、当院では医療脱毛や美容点滴、シミ・ニキビ痕の改善など、皮膚科医による診察をもとにスキンケアもご提供しております。  
お肌のお悩みや、ご希望に合わせてメニューを提供させていただきますので、気軽にご相談下さい。

太田メディカルクリニックスタッフ一同、  
皆様に寄り添い、安心した生活を送って頂けるようお手伝い致します。



# 熱中症に気を付けましょう！～暑さはまだまだ続きます～

## ☑ 熱中症の症状

熱中症は軽い症状から命にかかわる重症なものまで、様々な症状がみられます。以下の症状がでたら、熱中症にかかっている可能性があります。

めまい・立ちくらみ・大量の発汗・筋肉のこむら返り・手足のしびれ・頭痛・嘔吐

倦怠感・虚脱感・意識消失・けいれん・いつもと様子が違う

意識障害があったり、嘔吐していたりして水分が取れないような場合は、すぐに救急車を呼びましょう。

## ☑ 熱中症の予防について

- ① 扇風機やエアコンで温度をこまめに調節
- ② 日傘や帽子の着用や日陰の利用、こまめな休憩
- ③ 保冷材や、氷、冷たいタオルなどで体を冷やす（首の周り、脇の下、足の付け根など）
- ④ 室内でも、外出時でも、喉の渇きを感じていなくても、こまめに水分、塩分、経口補水液などを補給する

湿度が高いと汗が蒸発しにくくなり、体の中に熱がこもりやすくなります。風通しを良くして室内を涼しく保ち、衣服を工夫して暑さを調節しましょう。暑さの感じ方は人によって異なり、その日の体調や暑さに対する慣れなどが影響します。体調の変化に気をつけましょう。

## ☑ 暑さ指数（WBGT 値）を活用しましょう

暑さ指数（WBGT 値）は、気温、湿度、<sup>ふくしゃねつ</sup>輻射熱の3要素を取り入れた温度の指標であり、労働環境、運動時の熱中症予防としても活用されています。

WBGT 値には、温度よりも湿度や輻射熱の方が大きく影響しています。これは、気温は同じでも湿度が高い方が熱中症にかかる率が高くなるからです。

より簡単に WBGT を測定できるように、電子式の計測器が市販されています。可能であれば、WBGT 計測器を購入し、熱中症予防に活用しましょう！

## 秋こそ注意！食中毒

食中毒は梅雨時期と夏場の湿度や気温が高い時に、細菌が増えやすい為、発生しやすいです。しかし、年間を通して9月、10月も多く発生しています。理由の一つとして、弁当を持参する外出やバーベキューなど、野外で食事をする機会が増えることが挙げられます。

食材に付着していた細菌が原因となって食中毒が発生します。秋は夏に比べて細菌への備えがおろそかになることが多いため、みなさんも十分に気を付けましょう！

### ◆「食中毒かな？」と思ったら

下痢や嘔吐、腹痛や発熱などの症状等の食中毒を疑う症状が現れた場合、すぐに医療機関を受診しましょう。

## 録三会祭りのご案内

～えがお まんかい ろくさんかい～

- 〈開催日時〉 日付：9月23日（土）秋分の日  
時間：16：00～18：00
- 〈開催場所〉 中部台ケアセンター  
正面駐車場
- 〈内容〉 出し物 ダンス マツケンサンバ 仮装行列  
屋台 ワークショップ 輪投げ 射的 水風船すくい 宝探し  
屋台（飲食） かき氷 たこ焼き ジュース作り

内容は変更する場合があります。

### ☆太田メディカルクリニック休診のお知らせ☆

佐々木 恵美子	医師	9月 8日（金）	午前休診
		9月 15日（金）	午前休診
		9月 16日（土）	午前休診
		10月 7日（土）	午前休診 代診：代診医
尾下 英史	医師	9月 30日（土）	午前休診
佐々木 裕茂	医師	10月 7日（土）	午前休診 代診：佐々木優佳医師
		10月 30日（月）	午後休診 午前診察 12：00 まで
呉 東進	医師	11月 1日（水）～ 11月 2日（木）	休診
井藤 孝	医師	11月 4日（土）	午前休診

※休診は変更する場合がありますので、受付窓口近くにある掲示板でご確認ください。

・・・ご迷惑をおかけしますが、よろしくお願い致します・・・

### ★太田メディカルクリニック

#### 休日急患診療所当番日のご案内★



\*9月 24日(日) \*10月 22日(日)

受付時間 9:00～16:30

※急患の方は、太田病院救急外来(0574-26-1251)へご連絡ください。

#### あとかき

蒸し暑い日が続いています。エアコンや扇風機を上手に使い、水分補給をしっかりと行って夏バテや熱中症に気をつけましょう。

次回は令和5年11月6日（月）に発行予定です。 経営企画部