

弁天市に参加しました！ 熱中症にご注意ください

どうぜんの人々 特別号

⑧辻中央生院長先生が 還暦を迎えました！



このたび、当院院長辻先生が7月4日をもって還暦を迎えられました。

辻先生は、いつも職員を温かく見守り、フォローして下さり、同善病院の支えです。

職員一同、辻院長先生のご健康と今後のさらなるご活躍を心よりお祈りするとともに、これからも地域に愛される病院を目指してまいります。



「こんなにカロリーがあるんだ」子ども達が学ぶ食の大切さ

六月二十九日(日)、ジョイフル三の輪商店街で開催された「弁天市」に、木村病院・なにかし堂・同善病院の三者合同で参加しました！今回のテーマは「子どもの食育」。

①飲み物に含まれる砂糖の量当てクイズ
②ご飯のエネルギー当てクイズ
③お菓子のエネルギー当てクイズ

の3つのクイズを実施しました。参加した子どもたちからは、「難しい〜！」「菓子パンってこんなにカロリーあるんだ！」「学校で習ったよ。コーラとスポーツドリンクはやばいんでしょ？」「エナジードリンクって砂糖多いんだね！」など、さまざまな反応がありました。特に飲み物については、学校で学んでいる子も多く、知識を活かして答えてくれている様子が印象的でした。

当日は暑い中、約三三〇名の方がクイズに参加してくださいました！小学校低学年のお子さんを中心に、多くの方にご参加いただき、当院の患者さんやスタッフも遊びに来てくださいました。クイズを通して、ご飯や飲み物、お菓子の選びごきの参考になれば嬉しく思います。

今後も木村病院・なにかし堂・同善病院の三者合同で、地域の皆さまの健康意識を高める活動が続けてまいります。どうぞよろしくお願いいたします。(伊藤)

なお、次回は九月に「キッズホスピタル」を開催予定です！小学生が「お医者さん」になって、地域の方の健康チェックを行うイベントです。

「お医者さんになってみたい！」という小学生の方、「小学生に健康チェックしてもらいたい！」という地域の皆さま、ぜひご参加ください！たくさんのご参加をお待ちしております。詳細が決まり次第、改めてお知らせいたします。

イベントのお知らせ

みのもを開放します

このたび、みのもーむを待合室としてご利用いただけるよう、開放日を設定することとなりました。

開放日には、当院スタッフおすすめの本を読んだり、テレビを見ながら、診察やリハビリまでの時間をゆったりとお過ごしいただけます。また、開放日には地域活動担当スタッフが常駐します。地域活動について聞きたいことがある方、スタッフとの会話をしてみたい方、予約時間より早く到着された方、お迎えまでの時間を過ごしたい方など、どなたでもご利用いただけますので、お気軽にみのもーむにお立ち寄りください！

開放日 八月一日(金)十時〜十二時
場所 同善会クリニック一階 みのもーむ

クリニックからのお知らせ

熱中症にご注意ください

暑い日が続いています。特に高齢の方は、暑さを感じにくくなっているため、気づかないうちに熱中症になり救急搬送されるケースが全国で多く報告されています。「まだ大丈夫」と思わず、エアコンを適切に使って涼しい環境を保ちましょう。また、水分はこまめに意識して摂ることが大切です。のどが渇いていなくても、起床時・食事前・入浴前後・就寝前など、タイミングを決めて水分を摂るようにしましょう。一度にたくさん飲むよりも、少量ずつこまめに飲むのが効果的です。ただし、スポーツドリンクには糖分が多く含まれているため、飲みすぎには注意が必要です。水や麦茶、経口補水液などを上手に使い分けましょう。

熱中症は、めまいや立ちくらみ、頭痛、吐き気などの症状から始まり、重症化すると意識障害やけいれんを引き起こすこともあります。「いつもと違う」と感じたら、すぐに涼しい場所で休み、水分を摂り、必要に応じて医療機関を受診してください。「ちょっと心配だな」「熱中症かも?」と思ったら、お気軽に当院へご相談ください。(医師加藤)

