

退任のご挨拶

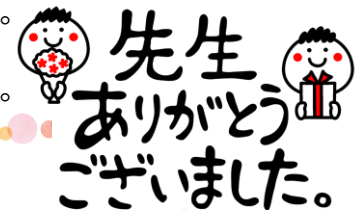
総合診療科 山田 悟史



2022年4月より鴨川市立国保病院に内科・総合診療科の医師として赴任して3年間が経ち、2025年3月をもちまして南房総市立富山国保病院への異動のため退職することとなりましたので、この場をお借りしてご挨拶申し上げます。診療を通して様々な患者様やご家族様とお会いして、大事な人生の局面に関わらせていただくことも多くあり、医師として貴重な経験をさせていただきましたことにとっても感謝しています。この3年間、診療の質の向上のための自身の研鑽の継続と院内外での診療に関わるカンファレンスや多数の勉強会の開催、地域医療人材の養成と確保のための医学生・臨床初期研修医の受け入れと指導を特に注力して行わせていただきました。多くの研修者から「成長を実感できた。」「地域医療に前向きに関わりたい。」「鴨川が好きになった。」などのフィードバックをいただき、微力ながらも鴨川市と地域医療の魅力の発信を行うことができた実感しています。ひとえに病院を訪れた住民の皆様と多忙な中も支援いただいた当院の職員のご理解、ご協力のおかげですので、深く感謝申し上げます。人口減少の進む当地域において、安心してこの地域での生活を続けられるように地域医療の体制を維持していくためには、鴨川市立国保病院はじめ公立の医療機関が果たすべき役割は大きいものと考えています。この度、南房総市立富山国保病院への異動となりますが、当院との連携を深めながら、これからも地域の皆様の伴走者として共にあることができるように尽力していく所存です。



公私関わらず、私自身の家族を含め温かく関わっていただきましたこと心より御礼申し上げますとともに皆様のこれからのご多幸をお祈り申し上げます。



事前予約優先

■ 当日診療可

外来診療のご案内

3月		月	火	水	木	金	土	
午前 8:30 ~ 11:30	総合診療科(内科)	関山田	関米井 石橋(内分泌)	柳本小橋	米井小橋	山田関	柳本内科医	
	整形外科	林		君津中央病院医師	千葉大学病院医師	林	林 3月1日, 15日, 29日	
	リハビリ	○	○	○	○	○	○	
	耳鼻咽喉科	3月1日, 15日, 29日					千葉大学病院医師	
	泌尿器科	3月6日, 13日			石橋武大			
眼科		種本	種本					

救急当番日

3月20日(木)
4月29日(火)

急患のみ対応

眼科からのお知らせ

コンタクト処方を行っています。メガネ処方のみ(火曜、水曜日)となります。

午後 1:30 ~ 4:00	循環器内科	3月6日, 27日		君津中央病院医師 完全予約制	
	皮膚科	君津中央病院医師	3月3日, 10日, 24日		
	眼科		種本	種本	田村 3月13日, 27日
	禁煙外来	3月5日, 19日		柳本	

歯科受付

予約制	月	火	水	木	金	土
午前 8:45 ~ 11:30	☺	☺	☺	☺	☺	☺
午後 1:45 ~ 4:30	☺	☺	☺	☺	☺	午後 休診

- * 急患の方は、常時受け付けいたします。
- * 事前予約にご協力お願いいたします。(診察希望日の前日16時まで)
- * 事前に予約されている方が優先となりますので予めご了承ください。
- * 診察枠に空きがあれば事前の予約がなくても診察が可能です。

発熱外来の予約は病院ホームページからできます。



1月26日(日)に当院職員で結成しましたチーム「鴨川刻歩」が若潮マラソンに参加しました。フルマラソンと10kmマラソンに参加し、全員完走することが出来ました。富士山がよく見えるほどの最高のお天気でしたが、風が強くなるのに苦しさも増し、体感温度が寒くて、なかなかの試練でした。沿道に多くの応援して下さる人がいたので最後まで走りぬく事が出来ました。チームの中には次の日、足が上がらなくなるほどの筋肉痛が出た人もいましたが、とても楽しい1日でした。



毎年恒例の病院1階窓ガラス掃除を地域ささえあいの会の皆様にご協力いただき行いました。寒い中多くの方が病院のために集まってくださり、あっという間にきれいになりました。終わりに歯科の根本先生から「お口のためになる話」を講話していただきました。地域に愛され必要とされる病院を目指し頑張っていけたらと思います。

シリーズ

予防医療のススメ

④ヒートショックとその予防について

今回はヒートショックとその予防についてのお話をします。ヒートショックとは、寒暖差によって短時間で血圧が急に上がったり下がったりすることで、血管や心臓に大きな負担がかかることを指します。ヒートショックが起きると、意識を失ったり、脳梗塞や心筋梗塞などが起きてしまう可能性が高まります。入浴中に発生しやすく、浴室内で発生するとおぼれてしまう可能性もあり、非常に危険です。高齢者は、もともと血圧が変動しやすく、ヒートショックを起こしやすいとされ、実際に入浴中の死亡事故は11月～4月の期間、特に75歳以上で多くなります。ではヒートショック予防にはどのような対策をしたらよいでしょうか。まずは入浴前に、脱衣所や浴室内をあらかじめ暖めておき、寒暖差を少なくする方法があります。脱衣所に暖房器具をつけたり、浴室内



内科医 柳本 蔵人

では蒸気が立つように、シャワーから給湯する、浴槽の湯がわいたところでお湯をかき混ぜて蒸気を立て、浴槽のふたを外しておく、床にすのこやマットをしく、などの方法があります。他にも、かけ湯をしてから入る、お湯の温度は41度以下とし、つかる時間は長湯を避けて10分までを目安にする、浴槽から立ち上がる時はつかまって、ゆっくりと、などが挙げられます。同居している方がいる場合は、ひと声かけてから入浴すると、入浴中に体調が悪くなった時に早めに発見してもらうことができるのでおすすめです。体調がすぐれないときや、飲酒後、食事した直後（1時間以内）などは入浴を無理にしないこともヒートショックの予防につながります。



マイナンバーカードの健康保険証ご利用が可能です。



鴨川市立国保病院の敷地内では全面禁煙にご協力をお願いしています。皆様の健康を保つためにも禁煙を推奨しております。



パート募集

一緒に働きませんか？

事務局：加藤
☎04-7097-1224

- ・看護師（病棟）
- ・看護補助（日勤・夜勤）
- ・歯科衛生士、歯科助手
- ・薬剤師
- ・ヘルパー



病院ホームページ
<https://kamogawakokuho-hp.com>

鴨川市立国保病院 検索



鴨川市立国保病院
公式LINEアカウント



鴨川市立国保病院
〒296-0112
千葉県鴨川市宮山233

診療科

内科・小児科・循環器内科・整形外科・眼科
耳鼻いんこう科・泌尿器科・皮膚科・禁煙外来
リハビリテーション科・歯科

医科

歯科

04-7097-1221 / 04-7097-1222

国保訪問看護ステーション 04-7097-1435

国保ヘルパーステーション 04-7097-1436

国保ケアプランサービス 04-7097-1437

医療・介護連携支援室 04-7097-2860

福祉総合相談センター・長狭 04-7096-5711

