

七ヶ宿町国民健康保険診療所 所長

Sugai Takahiro 菅井隆広



逆流性食道炎

胸やけや呑酸(口の中まで酸っぱい水があがる感じ)などの症状に心当たりのある方はいらっしゃいますか? もしかしたらそれは逆流性食道炎の症状かもしれません。そのほかの症状には、胸痛や慢性の咳(のどの違和感などをきたすこと)などがあります。

逆流性食道炎とは、胃の内容物が食道に逆流し、食道に炎症を起こす病気です。逆流しやすい要因には、①生活習慣の問題、②体型の問題(お腹に圧力がかかる体型)があります。生活習慣の問題には、食べ過ぎ・早食い、高脂肪食、アルコール、喫煙、食べてすぐ寝るなどがあり、体型の問題には、前かがみ姿勢、肥満などが挙げられます。また、胃に感染するピロリ菌と逆流性食道炎との関

「うち」診療所

所長 菅井隆広

めだかゝのがっこうはしんりょうじよのなかりゅう・どうも診療所の菅井です。

看護師さんが家で育てていたメダカから子供が生まれたようで、最近、その子供達が診療所にやってきました。

さて、日増しに暑くなって参りましたが、暑くなってきて注意したいのが熱中症です。

軽い症状では、自分で熱中症になったと気づかないことがあります。そのため、初期の症状を覚えておくようにしましょう。やや強引ですが「メダカ」と覚えるといいかもしれません。「メ」はめまい、「ダ」はだるさ、「カ」は(口などの)渇きです。悪化すると、頭痛、吐き気なども生じ、さらに悪化すると血圧が下がったり、意識がなくなったりして、命に関わることもあります。そのため、重要なのは予防、もしくは熱中症になったとしてもメダカでとどめることです。こまめに水分・塩分(スポーツドリンク等)を補給したり、体を冷たいタオルで冷やしたりすることが大切です。家の中においても熱中症になることもあるため、クーラーを適

七ヶ宿町職員募集(行政及び保育士)

平成28年4月1日採用予定の職員を募集します。

職種及び募集人員

- ①行政(初級) 若干名
②保育士(初級) 1名

職務内容

- ①行政事務に従事しますが、現場業務や深夜業務になることもあります。
②保育所等において保育業務に従事します。

受験資格

- ①行政
・平成元年4月2日以降に生まれた方で、高等学校卒業程度の能力を有すると認められる方(学歴は問いません。)
②保育士
・昭和45年4月2日以降に生まれた方で、保育士の資格を有する方、又は平成28年3月31日までに保育士資格を取得する見込の方。

試験日及び場所

【第1次試験】

- 日時
9月20日(日)

- 午前10時
場所 大河原商業高等学校
内容 教養試験

【第2次試験】

第1次試験の合格者に通知します。

受付期間

- 7月1日(水)
8月10日(月)

※郵送の場合は8月10日(月)まで届いたものを受け付けます。なお、土曜日、日曜日及び祝日は受け付けません。

提出書類等

- ①申込書 1部(総務課に申込書を請求ください。)
②郵便申し込みの場合は、宛先を明記して82円切手を貼った返信用封筒を必ず同封ください。

その他

申込書を受理された受験申込者には受験票を交付します。

申込・お問い合わせ

- 総務課 担当 木村
(37) 2111

認知症家族介護者のつどいを開催

認知症の方を介護する家族にしかわからない「喜怒哀楽」をわかちあえるつどいを開催します。

日時

- 7月10日(金)
午前10時から正午まで

場所

湯原コミュニティセンター

参加費

- 無料
申込締切
7月8日(水)まで

申込・お問い合わせ

保健センター(地域包括支援センター) 担当 田村
(37) 2331

仙南地域広域行政事務組合職員採用試験

試験区分・職種・採用予定人数

- ①行政(初級) 1名
②消防(救急救命士・初級)
③消防(初級) 併せて11名

受験資格

- ①行政
・平成4年4月2日から平成10年4月1日までに生まれ

宜使うことも必要だと思えます。暑い日が続きますので、無理をしないように。体調がすぐれない時は我慢せずに診療所を受診して下さい。

診療所休診のお知らせ

第2、第4水曜日は研修のため休診とさせていただきます。

新コーナー



このコーナーでは、編集の都合上、載せたかったけど記事に入り切らなかった写真、情報を掲示して紹介するコーナーです。



白川地区陸上競技大会での1コマ

(関連記事:裏表紙)

炎天下の中応援の生徒たちも一生懸命声を出し、想いをぶつけていました。

た方。

②消防(救急救命士)

平成2年4月2日以降に生まれた方で、救急救命士免許を有する方又は平成28年3月末までに実施される救急救命士国家試験により免許取得見込の方。第1種普通自動車運転免許(AT限定を除く)を取得している方又は取得予定の方。

③消防

平成4年4月2日から平成10年4月1日までに生まれた方で、第1種普通自動車免許(AT限定を除く)を取得している方又は取得予定の方。

試験日及び場所

【第1次試験】

- 日時
9月20日(日)
午前10時

場所 仙南地域広域行政事務組合総合庁舎3階

内容 教養試験・検査(①)

一般性格診断検査(②)③

消防適正検査)・作文試験

【第2次試験】

第1次試験合格者に通知します。