

けんこうひろば

保健センター通信

TEL 37-2331

健診結果が届いたら、一度保健センターへご連絡ください。

9月中旬頃、住民総合健診の結果がみなさんのお手元に届いたことと思います。最近、健診結果を持って保健センターへ来所される方が増えていきます。現在のところ多い声として、「健診で初めて異常があり、心配で…」 「毎年悪玉コレステロールが高く、どのような食事したら良いのか教えて」「いろいろな通知が来たけれど、何でひっかかったのかわからない」といった相談です。

今年、保健センターでは下記のような教室等を予定しております。まだ保健センターへ来所したことのない方も、気軽にお越しください。

65歳以上のみなさんへ...

健診結果票の裏面もご覧ください。健診会場で生活機能評価を受け、健診結果票裏面に「介護予防事業への参加が望ましい」と書かれていた方には、後日教室等のご案内をさせていただきます。

また、「問題ない」と書かれている方々にも、参加できる教室等のご案内をさせていただきますので、ご利用ください。

10月は、毎週火曜日に、「健康喫茶」をはじめます！

多目的ホールを開放し、自由にお茶を飲める場所をつくりました。今回の健診結果で不安なこと、知りたいことなどがありましたら、スタッフにお声がけください。また、健康に関するビデオや情報誌もご用意してお待ちしています。

- 日時 毎週火曜日
 - 場所 保健センター（多目的ホール）
 - 時間 午前10時～午後3時まで
 - その他 ご希望の方には個室でお話を伺うこともできます。
- （担当 太田）

秋空のもと、一緒に体を動かしませんか？

「げんき塾」開催します！

- 日時 10月23日（金）
 - 場所 保健センター
 - 時間 午後1時30分より
 - 内容 ノルディックウォーキング
 - その他 ポールをお持ちでない方には貸し出しします。また、各自帽子や飲み物を準備ください。雨天の場合は室内メニューで行います。
- （担当 小野）



今月の「おばんかた相談」は30日です！！

- 日時 夜7時までセンターを開放しています。日中は忙しいという方は、この機会にご利用ください。
 - 場所 保健センター
 - 時間 夜7時まで
 - その他 個別相談（健康相談・介護相談・こころの相談など）
- （担当 岩間）

健康一口メモ

麻酔について

公立刈田総合病院 麻酔科 長谷川 淳一 先生

麻酔には全身麻酔と局所麻酔があり、局所麻酔の中には脊髄麻酔（いわゆる下半身麻酔）があります。

全身麻酔では意識の無い状態で手術を行います。これは単に眠っているのとは異なります。人間が痛みを感じなくなるくらいまでの深い眠りについているのです。このような状態になると人間の体にはいろいろな影響が出ます。手術による影響もこれに加わりますので、麻酔科医はさまざまな薬剤を使用しながら手術中の体の状態を正常に保つように努力しているのです。

一方、お臍から下の手術、例えば足の骨折、泌尿器科や産婦人科の手術などの

場合、脊髄麻酔が行われています。脊髄麻酔は、お臍から下の感覚が麻痺しますが意識はつきりしているのが特徴で、術後の水分・食事摂取が早い、あるいは高齢で心臓・肺などに病気を持っている患者さんでは全身麻酔より安全に行えるなどの利点があります。しかし、その一方で麻酔の持続時間に制限がある、麻酔の効果が100%保障されているわけではないなどの欠点があります。



刈田病院では、地域の皆様に安心してできる麻酔を提供できる体制を整えておりますので、どうぞ安心して御来院ください。

こちら診療所

所長 長島 高宏

町内でも新型インフルエンザの患者様が多くなりました。新型ウイルスに対する免疫を誰も持っていないため、他人へ感染しやすい特徴があります。感染者を一人でも減らすために、周囲の人への感染を防ぐための思いやりの気持ちを持つように心がけてください。感染予防のためうかがって町全体での感染者を減らすこ

とができますので、皆様の心がけをお願いします。

突然の発熱・寒気・強いだるさ・頭痛・関節痛などの症状が出て、インフルエンザの可能性が少しでもあり医療機関を受診される際は、受診前に必ず医療機関に電話連絡をしてください。カゼ症状以外の患者様につきましても、当診療所受診希望の方は来院前にお電話をいただくように重ねてお願い申し上げます。

思いやりのある良質で信頼される医療を目指して

～公立刈田総合病院紹介～ ☎ 25-2145

保健医療福祉推進会議を開催しています

当院は、白石市、蔵王町、七ヶ宿町の地域住民の健康増進に寄与するため、平成21年度から保健・医療・福祉に関することについて、1市2町の病院と介護施設で「保健医療福祉推進会議」を開催しています。

推進会議では、各機関と情報交換を行い今後の課題を協議し、また、各機関へのアンケート調査結果をもとに研修会の開催などを行っています。

7月23日には、当院のリハビリテーションの現状について研修会を開催し、各施設の医療従事者をはじめ幅広い職種の職員約60人が参加しました。

リハビリテーション医療は、「急性期から積極的に行う医療」へと変化を遂げています。今日では、専門知識や技術のみならず、医療から福祉の分野にかけて幅広く活躍できる専門従事者が求められています。早期リハビリテーションの現場を担う理学療法士から

説明に、参加者は熱心に耳を傾け大変好評を得ました。

当院は今後も、地域の中核的な病院として保健・医療・福祉の連携を推進し、地域に普及・定着するための体制整備を図るよう努めてまいります。



▲研修会の様子

障害を持って困ってしまったときは？

「サロン」へ行こう！

障害者自立支援法が制定され、早いもので3年が経ちました。保健センターでは、それに伴い、障害者支援の一環として「サロン」を開いています。「サロン」は主にこころの問題や発達障害を抱えた方々の楽しい交流、複雑になってわかりにくくなった福祉制度の利用を申請までお手伝いする「何でも相談」など、地域でらくに生活することをめざしたお手伝いをしていきます。

もっと詳しく知りたいと思った障害をお持ちの方やその家族の方は保健センターまでお気軽にご連絡ください。

家族が新型インフルエンザに

なってしまったら...

同居している家族は、感染の可能性が極めて高いか、症状がなくても感染していると考えて、次の点についてご注意ください。

- ・感染者本人は、できるだけ個室でマスクを着用し、熱が下がっても2日間は安静にしてください。
- ・できるだけ看病する人は限定してください。
- ・感染してから7日間は潜伏している可能性があります。本人だけでなく、家族も毎日体調に注意を払って、特別必要のない外出は極力控えるようにしましょう。
- ・どうしても外出しなければならぬ時は、家族もマスクを着用し、咳エチケットを心がけましょう。
- ・うつらない・うつさないために皆さんのご協力をお願いいたします。