



地域医療座談会

「町民と語って延ばす 健康寿命」 ～ 10年、20年後も健康で暮らせる秘訣 ～



「あなたもチャレンジしてみませんか」

「いつまでも健康に暮らしたい」皆さんがいつも願っていることだと思います。今回は、健康寿命を延ばすためにはどんなことをしたらよいのかを考える場として、地域医療座談会を計画させていただきました。

予防できる病気って、病気にならない生活ってどうすればいいのかなど、これからの健康管理等についての話と身体づくりの簡単な運動をとおしながら、参加した皆さんと健康について考えていきたいと思っています。

今後の人生を過ごすのに多いに役にたつと思いますので、大勢の方のお越しをお待ちしております。どの会場でも内容は同じですので、都合のつく日に参加してください。

- 日時・会場：12月10日（木）長若生活改善センター
 12月17日（木）両神振興会館 3階大会議室
 1月14日（木）上飯田集会所 時間はいずれも
 1月21日（木）信濃石会館 19時～20時30分
 1月28日（木）小鹿野文化センター 大会議室 の予定です

内容：○健康の話と運動指導
医師 加藤寿先生と運動指導士



※ 入場無料、事前の申込は不要です。当日会場に直接お越しください。

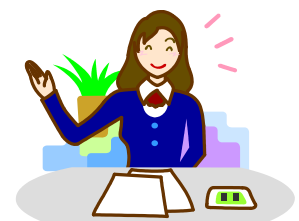
入院患者様への面会についてのお願い

インフルエンザ等の感染症の流行る時期になってきました。入院患者様への感染予防のため面会につきましては、下記のとおりご理解ご協力をお願いいたします。

記

- ① 手洗い（手指消毒）とマスクの着用をお願いします。
- ② 飲食物の持ち込みは、ご遠慮ください。（許可のある場合を除く）
- ③ 15歳以下の面会は、ご遠慮ください。
- ④ 発熱や下痢、咳やくしゃみ等の症状がある場合は、面会をご遠慮ください。
- ⑤ インフルエンザ等が流行った場合には、面会制限をする場合がありますのでご了承下さい。
- ⑥ 面会は、1時間以内でお願いします。
- ⑦ 面会時間の厳守もお願いいたします。

平日（月曜から土曜まで） 午後 1時～午後8時まで
休日（日曜・祝日） 午前10時～午後8時まで



健康ふれあいフェスティバルが開催されました

10月25日(日)町立病院において、健康まつりと町民輪投げ大会が開催されました。当日は晴天で天候にも恵まれ、多くのボランティアの皆さんにもご協力いただき、町民の皆様にも大勢参加していただき盛大に開催できました。

今回のスローガンは、「健康を保つ秘訣は運動・食事・健診!」「みんなで延ばそう健康寿命」をテーマに、町民の皆さんが健康に気遣い、健康で長生きできるようにテーマに沿って実施しました。

朝8時30分から、病院駐車場で健康まつりの開会式が行われ、引き続き町民輪投げ大会が始まりました。輪投げ大会は、31回目を迎え町民のスポーツ競技の一つとして各地区に深く根付いております。地域においては、毎年地区で輪投げ大会を開催しているところもあります。

病院内では、病院職員による「血圧・骨密度・血管年齢測定」や「茶トレ・ロコトレ・脳トレ」、「CT内蔵脂肪測定・頸動脈エコー」など実施し大勢の方が健康チェックや体操をしていただきました。他に、ボランティアさんによるポールストレッチや体力測定、歯科健診、小鹿野町栄養士会による減塩食の試食会など様々な催しが行われ、来た人は各エリアを回りながら楽しいひとときを過ごされていたようでした。野外ではボランティアの人たちが、焼きそばや焼き鳥、たらし焼きやすいとんなど食べるものや小物品などの販売をしていただき、まつりを盛り上げていただきました。

院内の外来待合いに設けた特設ステージでは、ちびっ子による歌の披露や読み聞かせ、医師の健康講話、フラダンスや太極拳の披露など行われ、最後に長若中学校の生徒による歌舞伎の上演がありました。長若中学校の生徒さんには毎年健康まつりに来ていただき歌舞伎を上演していただきましたが、中学校の統合により今年が最後の上演となりました。長い間本当に有り難うございました。

町民の皆さんには、食事は減塩とカロリーに留意し、運動は茶トレ・ロコトレを実践し、時々健診を受け健康長寿で人生を楽しんで頂きたいと思っております。



院長 関 口 哲 夫

病院職員募集のお知らせ

募集職種

1. 看護師

募集人員 : 若干名
受験資格 : 有資格者
募集期間 : 随 時
提出書類 : 履歴書・看護師免許の写し
試験方法 : 面接(随時実施)

2. 介護職員(臨時職員)

募集人員 : 若干名
受験資格 : ホームヘルパー講習2級同等以上修了者
募集期間 : 随 時
提出書類 : 履歴書・修了証の写し
試験方法 : 面接(随時実施)

※申込み・問合せ: 国保町立小鹿野中央病院 事務局 人事担当

外来からのお知らせ

休診のお知らせ

婦人科: 12月22日(火) 今井Dr

変更のお知らせ

眼科: 12月3日(木) 神田Drから播本Drへ
12月4日(金) 播本Drから神田Drへ

年末年始の休診

12月29日・30日・31日
1月1日・2日・3日

1月2日は一次救急当番日です



地域医療連携室をご存じですか!

地域医療連携室は、患者様と医療機関との間を円滑につなぐ役割を担っています。受診や入院・転院、介護のことなど分からないことや困ったことなどありましたらご相談下さい。お電話でも、心配なことがありましたらお気軽にご相談下さい

地域医療連携室は、玄関を入ってすぐ左側にあります。



地域医療連携室



〈発行〉 国保町立小鹿野中央病院 〒368-0105 埼玉県秩父郡小鹿野町小鹿野300番地

電話(代表) 0494-75-2332 FAX 0494-75-3313

〈ホームページ〉 「国保町立小鹿野中央病院」で検索、または「小鹿野町」のホームページからどうぞ。