

問合せ ● 国保町立小鹿野中央病院(小鹿野町小鹿野300番地)

☎75-2332 FAX75-3313

小鹿野中央病院

検索



ドクター内田のひとりごと

思いつくまま気のむくまま 44



健康孤独!?... 今あるものを最大限に生かして

12月になりました。今年もあと1か月を残すのみ。コロナ禍で異例づくしの1年でしたが皆さまいかがでしたか?新年を迎えるということは、また歳を取りますね。ということで、今回は年齢にまつわる話です。

私は講演で自己紹介をするときに、20年前の顔写真を出します。これが甘いマスクでなかなかいい男。そして、その横に最近の顔写真も並べます。そのギャップで結構笑いがとれるのですが、そこで一言、「みなさんも20年前とは違ってきますよ。歳をとってますからね」と付け加えます。

そうは言っても、できれば若いまま健康でいたいものです。そんな折、先日来られたはっちゃんから、「健康孤独」という言葉を聞きました。それは90歳過ぎても達者で元気だったはっちゃんの実のお母さまの話です。「健康で長生きがいいというけれども、一方で母の同級生はみんな亡くなっていました。母は元気すぎてデイサービスなども利用できなかった。歳をとっても元気であることが、逆に孤独になっちゃったかも。だから健康孤独って言葉が思いついたんです」健康で長生きはうらやましい限りです。でも、そのことで孤独になってしまうというも皮肉な感じがします。

医療の現場では、いつまでも健康ということはありません。時には患者さんやご家族に残された人生の長さをお伝えしないといけないことがあります。その余命が月単位や週単位、さらにはもっと短いこともあり、お互いにとってつらいことです。できるだけ希望をつなげるよう

に話したいものですが、期待を持たせるだけのあからさまな嘘もつけません。あと2~3週間の命だと思われる方に「半年後の約束」は酷な話です。「100歳まで大丈夫ですよ」なんてことを言うのはあまりに無責任かもしれません。(元気に来院された方に「明日までは大丈夫!」と言うことはありますが...)

先日來られたある患者さんが「年齢は単なる数字に過ぎない」と言われました。どういう意味か尋ねると、「年齢はたまたまついてきた数字だ」とおっしゃるので。苦労を重ねて生きてきたであろうこの患者さんの一言には含蓄がありました。1日1日を懸命に生きてきた深い言葉です。

みんな長生きすることを望んでいるが、誰も歳を取ること望んでいない

(ジョナサン・スウィフト:アイルランドの作家)

失ったものを数えるな。残されたものを最大限に生かせ

(ルートヴィヒ・グットマン:ドイツの医師、パラリンピック創設者)

年齢を重ねるごとに、身体的な機能は衰えていきます。でも残されたものを最大限に生かすことで、新しい朝を迎えることができればいいですね。はっちゃんのお母さん、きっと一人ではなかったと思います。

皆様が新しい年を笑って迎えられるように。今年も一年間ありがとうございました。

院長 内田 望

外来からのお知らせ

外来医師の変更について

12月から眼科(水曜日担当)の医師が変更になります。櫻井 裕Dr. → 高山 圭Dr.

最新の休診情報は、町立病院のホームページ「診療日カレンダー」でお知らせしています。
※休日急患当番医は次ページをご覧ください。

発熱外来

発熱や咳など呼吸器症状等のある人は、午後2時から4時までの間、発熱外来で対応いたします。

必ず、事前にお電話(☎75-2332)いただき受診方法をご確認ください。

お子さんをお持ちの人へ

小児については、小児科医による診察が望ましく、かかりつけ小児医療機関や埼玉県新型コロナウイルス感染症県民サポートセンター☎0570-783-770(24時間対応)に電話などでご相談ください。

空気清浄機の設置について

新型コロナウイルス感染拡大防止対策として、新型コロナウイルス感染症対応地方創生臨時交付金を活用し、10月下旬から外来診察待合室、リハビリ機能訓練室、病棟の食堂等に新型コロナウイルスを不活化させる効果がある空気清浄機を設置しました。今後、外来診察室、病

室等にも別タイプの空気清浄機を設置する予定です。また、同交付金を活用し、電子カルテ用キーボード及びマウスを防水性のものに交換し、適宜アルコール等で消毒を行い、院内感染拡大防止に努めています。

休日急患当番医

■ 休日急患対応

まずは休日診療所又は在宅当番医療機関を受診してください。

期日	秩父郡市医師会 休日診療所(熊木町) 診療時間/9:00~18:00	期日	在宅当番医療機関 診療時間/9:00~18:00	期日	診療時間/8:30~翌日の8:30
12月6日	医師会休日診療所 (内・小) 熊木町 ☎23-8561	12月6日	金子医院(内) 皆野町 ☎62-0039	12月6日	秩父市立病院 桜木町
13日		13日	小鹿野中央病院(内) 小鹿野町 ☎75-2332	13日	秩父市立病院 桜木町
20日		20日	大谷津医院(内・小) 阿保町 ☎22-6329	20日	秩父市立病院 桜木町
27日		27日	小鹿野中央病院(内) 小鹿野町 ☎75-2332	27日	皆野病院 皆野町
31日		31日	南須原医院(内・外) 長瀬町 ☎66-2038 健生堂医院(内・外) 東町 ☎22-0270	31日	秩父市立病院 桜木町

※医療機関の都合で変更になることがあります。消防署西分署(☎72-0119)でご確認ください。
※平日、休日の救急医療体制については、秩父郡市医師会ホームページでもご確認できます。

■ 平日夜間急患対応

曜日	医療機関	電話
月	皆野病院	☎62-6300
水	秩父病院	☎22-3022
火・木・金	秩父市立病院	☎23-0611
12月10日(木)のみ	皆野病院	☎62-6300

■ 土曜夜間急患対応

期日	医療機関	電話
12月5日・19日	皆野病院	☎62-6300
12日・26日	秩父市立病院	☎23-0611

※必ず電話でご確認のうえ、受診してください。

※必ず電話でご確認のうえ、受診してください。

■ 埼玉県救急電話相談(24時間 365日対応)

●NTTプッシュ回線、ひかり電話、携帯電話の場合
☎#7119 (シャープ7119番)

●ダイヤル回線、IP電話、PHSの場合
☎048-824-4199

■ 埼玉県精神科救急情報センター

☎048-723-8699

受付 平日(月~金)/17:00~翌日8:30
土・日・祝日/8:30~翌日8:30

■ 休日在宅歯科当番医 診療時間/10:00~13:00

期日	医療機関	所在地	電話
12月31日	てしがはら歯科医院	吉田久長	☎77-2218

※必ず電話でご確認のうえ、受診してください。
※診療費用は通常の保険診療扱いとなりますので、保険証等を忘れずに持参してください。

■ 小鹿野町いつでも健康相談

☎0120-554-245 ※小鹿野町民のみ利用できます。

今年の冬の医療機関診療体制について~熱があるときの受診のしかた~

今年の冬は新型コロナウイルス感染症の流行もあるので、例年以上に体調管理に注意してください。

● 熱があるときは「かかりつけ医」に電話で相談

「かかりつけ医」がない人は、お近くの医療機関に電話して指示を受けてください。

普通の風邪やインフルエンザでも、新型コロナウイルス感染症の症状と区別がつかないことがあります。感染防止の観点から、発熱の患者さんは医療機関の中に入れない場合がありますので、必ず電話してから受診するようにしてください。

● ご協力をお願いします

「かかりつけ医」が皆さんからの相談を断ることはありません。

診察の待ち時間や診療時間が長くなったり、受診時間や場所を指定させていただく場合もあります。各医療機関が最善の方法を工夫して診療するためですので、ご理解とご協力をお願いします。

問合せ ● 秩父郡市医師会 ☎22-0570
保健福祉センター・保健課 ☎75-0135

秩父郡市医師会からのお知らせ