

臨時に休診したり、医師が変更となることがありますので、来院前に電話にてご確認くださいようお願いいたします。
なお、最新の外来診療日程表は院内に配布用としてご用意しています。

2022年7月1日 現在

診療科		月	火	水	木	金	備考	
外来受付①	産婦人科	婦人科外来	午前 藤本	島畑	佐藤(修)	山田	宮城	
		午後	-	-	-	藤本	-	午後の診療は、完全予約制です。
		産科外来	午前 山田	佐藤(修)	宮城	島畑	山田	金曜日の産科外来は、完全予約制です。
	内科	一般外来	午前 下山	大西	阿部	中村	阿部	新患は午前9時～午前11時までです。
		午後	下山	大西	阿部	中村	阿部	午後の診療は、完全予約制です。
		リウマチ・膠原病外来	午前 堀田	下山	堀田	堀田 阿部	堀田 下山	完全予約制。
	呼吸器内科	一般外来	午前 中野	中野	中野	中野	中野	新患は紹介状が必要。
		午後	中野 検査	中野	中野	中野	中野 検査	午後の診療は、完全予約制です。
	神経内科	一般外来	午前 出張医	-	-	出張医(※)	出張医(※)	完全予約制。新患は紹介状が必要。 ※木曜日、金曜日は不定期診療
	外来受付②	整形外科	一般外来	午前 -	出張医	※出張医	出張医	出張医
午後			-	※出張医	-	※出張医	-	
外科内視鏡外科		一般外来	午前 花本	財津	谷	植村	三國	
		午後	花本	財津	谷	-	三國	
		乳腺外来	午後 -	-	-	担当医	-	乳がん検診の二次精査及び有症状が対象です。 受付は午後2時まで
		緩和ケア外来	午後 佐治	佐治	佐治	佐治	佐治	完全予約制。時間は午後2時～午後3時まで
脳神経外科		一般外来	午前 出張医	山内	山内 出張医	手術	出張医	新患外来は火曜日午後のみ、要相談。 ※出張医は新患・予約不可。
		午後	出張医	新患	大木 出張医	手術	大木	
内科		腎外来	午前 -	出張医	-	-	-	完全予約制。
		血液内科	午前 -	遠藤(出張医)	-	-	-	完全予約制。
麻酔科	一般外来	午前 -	-	卯月	-	-	完全予約制。新患は紹介状が必要。	
健康診断	一般外来	午前 佐治	-	佐治	我妻	我妻		
外来受付③	消化器内科	一般外来	午前 江上 伊藤 平田 加藤	小林 伊藤 江上 加藤	小林 伊藤 江上 加藤	小林 伊藤 江上 加藤	新患は紹介状が必要です。 予約外は午前9時～11時までです。	
		午後	- 伊藤 平田 加藤	- 伊藤 平田 加藤	- 伊藤 平田 加藤	- 伊藤 平田 加藤		
	耳鼻咽喉科	初診	午前 赤松	田川	交代制	志津木	出張医	新患は紹介状が必要です。 予約外(紹介状なし)は10時半までの受付となります。
		再診	午前 -	志津木	-	田川	志津木	
	循環器内科	予約再診	午後 -	-	赤松	田川	出張医(洲崎) 第2週	午後の診療は完全予約制です。 頭頸部外来は完全予約制です。 めまい外来は完全予約制で第4週のみ北大医師が診察。
		一般外来	午前 平林 島 南部 縣	田原 島 町田 平林	田原 島 町田 平林	南部 田原	南部 田原	
	歯科口腔外科	一般外来	午前 浅香 村田	浅香 村田	浅香 村田	浅香 村田	浅香 村田	完全予約制。新患は紹介状が必要です。 新患 午前11時まで 午後3時まで 再来 午前11時まで 午後3時まで ※ Dr.堀：不定期
		午後	浅香 村田	浅香 村田	浅香 村田	浅香 村田	浅香 村田	
	内科2	糖尿病	午前 宮野 大西	出張医 川田	宮野 中村	宮野 川田	宮野 川田	診療時間は午後2時までで、午後は完全予約制です。 新患は紹介状が必要です。
		内分泌外来	午後 宮野 大西	出張医 川田	宮野	宮野	川田	糖尿病フットケアは完全予約制です(医師の診断により予約が可能となります)
泌尿器科	一般外来	午前 竹内 樋口	樋口 東海林	杉下 竹内	竹内	竹内 樋口	完全予約制。新患は紹介状が必要です。 来院当日受診はできませんが、緊急性がある場合は医師と相談になります。	
	午後	手術	検査	手術	手術	検査		
外来受付④	皮膚科	一般外来	午前 出張医	-	出張医(第2・4週)	-	出張医	新患は紹介状が必要で午前みの診療となります。 午後は完全予約制です。
		午後	出張医	-	出張医(第2・4週)	-	-	
	眼科	一般外来	午前 佐藤(圭) 高岡	佐藤・大森・高岡	佐藤・大森・高岡	佐藤・大森・高岡	佐藤(圭) 高岡	新患は紹介状が必要です。 火、水、木曜日の午前診療は、医師2名が適宜担当します。
		午後	特殊検査	手術	特殊検査	手術	特殊検査	
	小児科	一般外来	午前 小児科医師が交代で診察	小児科医師が交代で診察	小児科医師が交代で診察	-	小児科医師が交代で診察	新患は紹介状が必要です。 木曜日の午前、火曜日・水曜日の午後の一般外来の診療はありません。 月曜日・金曜日の午後の一般外来の診療は、完全予約制です。
		午後	小児科医師が交代で診察(完全予約制)	-	-	小児科医師が交代で診察	小児科医師が交代で診察(完全予約制)	
	専門外来	午前	児童精神(第1・2・4週) 増山	神経(第2・4週) 山本	-	慢性疾患 小原	-	★専門外来は完全予約制で、当院医師の診断により受診可能となります★ 神経外来 館 1回/月 不定期木曜日
		午後	児童精神(第1・2・4週) 増山	神経(第2・4週) 山本	シナジス(異名) (完全予約)	慢性疾患(第2週) 小原	心臓 小原/和田	予防接種外来は予約の15分前までに受付して下さい。 ※ワクチン接種の際には、必ず母子健康手帳をご持参ください。 忘れた場合は、接種できません。
	放射線科	放射線科外来	担当：藪崎哲史医師 各種画像撮影、読影等、外来での受付日時は個別に指定されます。					
		リハビリテーション科	月曜日～金曜日 ・リハビリテーション実施の場合は最初に診療科外来での再来受付が必要です。					
2階	泌尿器科	人工透析	午前 内科医師	泌尿器科医師	泌尿器科医師	内科医師	泌尿器科医師	泌尿器科医師
		午後	内科医師	-	泌尿器科医師	-	泌尿器科医師	-

受付時間	新患	午前 8時30分～11時	午後 1時～3時
	再来	予約している方 午前8時～午後5時15分	予約していない方 8時～11時 1時～3時

〒053-8567
苫小牧市清水町1丁目5番20号
☎(0144) 33-3131代表
ホームページ
http://www.city.tomakomai.hokkaido.jp/cityhp/
電子メール info@tomakomai-city-hospital.com

病院休診日 土曜日、日曜日、祝日、年末年始(12月29日～1月3日)は外来診療休診です。

みんなの市立病院

No. 80



1階光庭

苫小牧にも夏が近づき、暑い日が多くなってきました。
今号には熱中症について詳しく掲載しています。炎天下でのマスク着用は、身体に負担がかかることがあります。熱中症の対策を参考に健やかな夏をお過ごしください。

★今号のトピックス★

- 1 看護の日について
- 2 今号のきらり
- 3 夏本番、熱中症に気をつけて

TOMAKOMAI CITY HOSPITAL PUBLIC RELATIONS

看護の日



看護の心をみんなの心に

毎年5月12日は「看護の日」です。その日を含む週が「看護の日週間」になります。今後の社会を支えるためには、看護の心、ケアの心、助け合いの心を、私たち一人ひとりが分かち合うことが必要です。「看護の日」は、こうした心の認知・普及のため、近代看護を築いたフローレンス・ナイチンゲールの誕生日にちなんで制定されました。

2022年度 看護週間 5/8～5/14

メインテーマ 「看護の心をみんなの心に」

2022年度テーマ 「いのち、暮らしを、まもる人」

苫小牧市立病院では、「看護の日」にちなんで、看護週間についてのスライドショーを上映したり、看護の様子等を写真にて掲示していました。また、各部署の看護師から「忘れられない看護エピソード」を募集し、看護師による投票後、上位3名は表彰を行いました。

【表彰者】

- 金賞 浅間 京子さん
- 銀賞 角矢 千尋さん
- 銅賞 上田 佳代さん



2階掲示板等にて掲示していました！



今号のきらり

歯科衛生士として勤務されている上田さんにお話を伺いました。

Q 経歴を教えてください

滝川出身で、学生時代に苫小牧に引っ越してきました。学生時代の学校見学で、歯科衛生士の存在を初めて知り、手に職をつけたいという思いもあり、歯科衛生士の道に進み、当院で歯科衛生士として勤務を始めて、今年で6年目になり、4月から正規職員となりました。



歯科衛生・視能訓練科
歯科衛生士 上田 涼葉

Q 市立病院を選んだ理由は

急性期の総合病院だからこそ経験できる仕事に挑戦をしたいと思い、当院で働きたいと思いました。

Q 市立病院や職場の雰囲気は

職場の雰囲気は最高の一言につきます。周りの皆さんが優しく見守ってくれ、わからないことはフォローをしてくれますし、自分の成長につながるような指導をいただいているので、とてもやりがいのある職場です。

Q 普段の仕事や将来の目標は

普段は、医師のアシスタントや病棟での口腔ケアを行っています。まだまだ、経験不足でもあり、周囲に迷惑をかけてしまうこともあります。勉強をたくさんして、経験を積み、歯科だけでなく、病院全体から頼られるような存在になりたいです。明るく、元気に、をモットーに頑張ります。

Q 普段はどのように過ごしていますか

時間がある時には、絵を描いたり、体を動かしたりしています。スポーツ全般好きですが、特にバドミントンが好きです。最近は、J-POPだけではなく、海外のアーティストの音楽を聴いたりして楽しんでいます。

夏本番 熱中症に気を付けて



熱中症ってどんな病気？

熱中症とは、体温が上がり、体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温の調節機能が働かなくなったりして、体温の上昇やめまい、けいれん、頭痛などのさまざまな症状を起こす病気のことです。

熱中症はどんなときに発症する？

炎天下に長時間過ごしたり、真夏の暑いなか運動をする。突然気温が上がったなど、身体が暑さに慣れていない時や気温が低い日でも湿度が高いときに発症しやすくなります。

室内型熱中症は、室内で過ごしている間に室温や湿度の上昇など、環境要因で起こるほか、夜間に冷房を使用しないことで屋外の気温が下がっても室温が上がり、寝ている間に熱中症になる場合もあります。

熱中症を予防するには？

- ・暑さ、直射日光をなるべく避けるようにしましょう。
- ・のどが渇く前にこまめな水分補給をしましょう。
- ・熱がこもらないような服装、襟ぐりや袖口が開いた涼しい服にしましょう。
- ・扇風機やエアコンを使用して、室温を適度に下げましょう
- ・健康管理をしましょう。

気温・湿度が高い中で、マスク着用は熱中症を発症しやすい！

- ・屋外で人と十分な距離(2m以上)が確保できる場合は、マスクをはずすようにしましょう。
- ・負荷のかかる作業や運動を避け、周囲の人との距離を十分にとった上で、適宜マスクをはずして休憩しましょう。



こんなときには医療機関に！

意識がない、呼びかけに対する返事がおかしいなど熱中症を疑う症状がある場合は、すぐに病院受診しましょう。特に、乳幼児や高齢者は、熱中症を発症しやすいです。暑い日や湿度の高い日は気を付けましょう。