

なんじゃもんじゃ地域版

上対馬病院基本理念

地域の健康な生活を守る使命の達成のため
職員ひとりひとりが自覚と責任を持ち
心のふれあいのある
患者様の側に立った医療の実践を行なう

発行:上対馬病院地域連携室・広報部 ホームページ <http://www.kamibyoo.jp/>

食中毒について

上対馬病院 内科 山口 将太

食中毒と聞くと、みなさんはどのようなものを思い浮かべるでしょうか。ノロウイルスやO-157などは大きなニュースになったこともあり、ご存じの方も多いと思います。

長崎県環境保健研究センター所報(2012年58号)によると2012年度の長崎県の食中毒患者数は11件184人で、原因別ではビブリオ属菌や黄色ブドウ球菌などの細菌性が3件20人、ノロウイルスが6件142人、フグ毒が1件1人、寄生虫が1人でした。このように食中毒で数が多いのは微生物性(細菌性・ウイルス性)です。微生物性には季節性があり、細菌性は夏に多く、ウイルス性は冬に多い傾向があります。

厚生労働省のホームページに「家庭でできる食中毒予防の6つのポイント」と題して注意点が記載されています。そのホームページより一部抜粋してお伝えしますので参考にしてください。

【ポイント1】 食品の購入

賞味期限などの表示をチェック。肉・魚はそれぞれ分けて包む。出来れば保冷剤などと一緒に。寄り道しないでまっすぐ帰ろう。

【ポイント2】 家庭での保存

肉・魚は汁がもれないように包んで保存。冷蔵庫は10℃以下に維持。冷凍庫は-15℃以下に維持。入れるのは7割程度に。停電中に庫内温度に影響を与える扉の開閉は控えましょう。

【ポイント3】 下準備

ゴミはこまめに捨てる。こまめに手を洗う。肉・魚を切ったら、まな板は洗って熱湯をかけておく。肉・魚は生で食べるものから離す。野菜もよく洗う。包丁などの器具、ふきんは洗って消毒。井戸水を使っている場合は水質に注意。

【ポイント4】 調理

作業前に手を洗う。加熱は十分に。電子レンジを使う時は均一に加熱されるようにする。調理を途中でとめたら食品は冷蔵庫へ。

【ポイント5】 食事

食事の前に手を洗う。盛り付けは清潔な器具、食器を使う。長時間室温に放置しない。

【ポイント6】 残った食品

作業前に手を洗う。手洗い後、清潔な器具、容器で保存し早く冷えるように小分けする。温めなおすときは十分に加熱する。時間が経ち過ぎたり、ちょっとでも怪しいと思ったら、思い切って捨てる。

以上の6つのポイントを実践してみてください。もし、おなかが痛くなったり、下痢が続いたりするようであれば病院を受診してくださいね。

9月専門科診療

日	曜	診療科目	医師	受付時間
2	火	耳鼻咽喉科	山口	8:00~11:30
		神経内科	森	8:00~11:30
3	水	眼科	川端	7:30~11:30
4	木	外科	糸瀬	8:00~11:30
		産婦人科	原	8:00~11:30
5	金	泌尿器科	浅井	8:00~11:30
		外科	津田	8:00~11:30
11	木	外科	糸瀬	8:00~11:30
		産婦人科	原	8:00~11:30
12	金	外科	見陣	8:00~11:30
		脳神経外科	福田	8:00~10:00
16	火	耳鼻咽喉科	山口	8:00~11:30
		泌尿器科	犬塚	11:00~15:00
(泌尿器科の診療は14:00~です)				
17	水	眼科	川端	7:30~11:30
18	木	外科	糸瀬	8:00~11:30
		産婦人科	原	8:00~11:30
19	金	循環器内科	貞光	8:00~11:30
		外科	津田	8:00~11:30
24	水	精神科	長田	8:00~15:00
25	木	精神科	長田	8:00~11:30
		外科	糸瀬	8:00~11:30
		産婦人科	原	8:00~11:30
		皮膚科	石川	8:00~11:30
26	金	外科	見陣	8:00~11:30
30	火	神経内科	森	8:00~11:30

(注)専門科診療は、空路欠航時に中止になる場合や、医師変更がある場合もあります。翌月の予定については、日程が変更になる事もありますので、お電話等でお確かめの上、ご来院下さい。

一重診療所

日	曜	医師	受付時間
4	木	糸瀬	13:00~診察終了まで
11	木	立花	
18	木	糸瀬	14:10~15:30
25	木	糸瀬	

10月専門科診療

日	曜	診療科目
2	木	外科 産婦人科
3	金	泌尿器科

整形外科休診のお知らせ

9/11(木)~9/24(水)まで、
平井医師不在の為、整形外科の診療を休診致します。

外来診療担当表

(平成26年9月1日~)

○一般外来受付時間 8:00~11:30

診療科	月	火	水	木	金
0 総合外来	立花	長谷川	長谷川	馬込	山口
1 外科				糸瀬	津田 1・3・5週 見陣 2・4週
2 整形外科	平井	平井	平井	平井	平井
3 内科	山口	馬込	山口	山口	立花
4 内科	大石	立花	立花	立花	馬込
5 内視鏡	馬込	山口	馬込		津田/見陣
6 小児科	立花	立花	立花	立花	立花
12 産婦人科				原/山内	

※診療予定は医師不在(出張等)により変更する場合があります

※ 診療応援医師

内科の予約時間について ~外来からのお願い~

内科の予約診療は、午前9:00から30分毎の時間帯に5名の診療を設定しております。予約時間より早くご来院頂いても予約時間までお待ち頂くこととなります。その為、早くご来院されると待ち時間が長くなることとなりますので、なるべく予約時間帯にご来院下さい。皆様のご協力をお願い致します。



乳児健診・予防接種

日	曜	受付時間	※水痘・おたふくかぜ・ヒブ ・肺炎球菌・子宮頸がん ・不活化ポリオ・三種混合 (要予約) ご予約は ☎86-4331へ
2	火	乳児健診	
9	火	13:30~14:30	
16	火	予防接種	
30	火	13:30~14:00	

なんじゃ

今年はとても涼しい夏でした。
降り続く雨に悩まされましたが
昨年の猛暑と比べると
今年は随分快適な夏でしたね。

地域版編集長 早田 裕美

【お問い合わせ】

上対馬病院 ☎86-4321
メール kmts_soumu@nagasaki-hosp-agency.or.jp
外来予約(IP電話) ☎365-1808
訪問看護ステーション ☎86-4334
デイケア上対馬 ☎88-9755