

ふれあい情報誌

2025
46号

2025.8発行

みなみの

Hospital Medicine Magazine Minamino



- 公開講座のご案内
- 出前講座のご案内
- 熱中症とその対策
- 薬を飲む前に知っておきたい大切なポイント



医療法人仁寿会

南野病院



基本理念

患者様に安全と安心と満足を提供します。

令和7年度 市民公開講座のお知らせ

南野病院は、『在宅復帰を支援する病院』として医療に関わってきました。患者さんが入院生活を終えられた後もその人らしくすごせるために、地域につながるリハビリの重要性を学んでいただきたく、市民公開講座を開催いたします。

2025

参加費無料

市民公開講座『地域につながるリハビリ』9/20(土) プラザおおむら

講演

第1部

13:30～14:30

「地域につながるリハビリ」～住み慣れた場所で安心して暮らすために～

回復期リハビリテーション病棟開設から15年の実績をもとに、さまざまなリハビリをご紹介します。

講師

みなみの あつし
院長 南野 淳

実演・体験

第2部

14:40～16:00

～“動いて” “食べて” 自分らしく暮らし続けるために～

★回復期リハビリテーション病棟のご紹介と患者さんの体験談などのパネル展示

★ハンドケアマッサージ体験

★家庭でできるストレッチ

★在宅の食事は栄養士に聞いてみよう！嚥下ピラミッドの展示とソルセイブ塩味検査

ぜひお誘いあわせの上、ご参加いただけますと幸いです。

参加希望の方はQRコードから、またはお電話でお申し込みください。

チラシ

申込QR



お問い合わせ先

TEL 0957-54-8800

受付時間(月～金)8:00～17:30

出前講座のご案内

南野病院では、在宅生活を支えるサービス事業所のスタッフの皆様へ向けた「出前講座」を無料で行っています。ぜひご利用ください。

出前講座の内容

- 転倒予防のポイント
- 脳血管障害の予防、症状発見、再発防止ポイント
- 家庭でできるストレッチ
- 食事介助(摂食嚥下)について
- 在宅での食事に困っていませんか
- 災害時の食事対策
- 施設での終末期ケア
- 緩和ケアとは
- エンゼルケアについて
- 家族ケアについて
- 禁煙指導
- 施設での虐待予防
- 身体拘束の排除に関する取り組み

当院の専門スタッフと講座を通して意見交換をおこないませんか？

在宅スタッフの皆様と相互理解を深め医療・介護・福祉の連携をより強いものにしていきたいと思っています

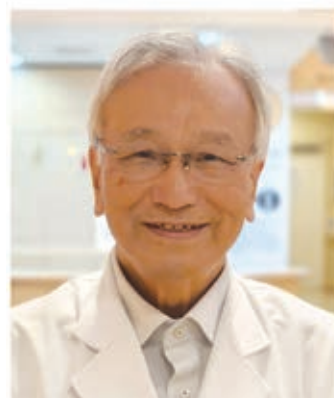


昨年度行った出前講座

- ・感染対策について～経路別感染症とその対応策～(2024年11月)
- ・摂食嚥下リハビリテーション(2025年2月)

今年も高温多湿の梅雨シーズンが到来しました。今から10月までの期間毎年過去最高の暑さに耐えなければなりません。特に熱中症は年齢を問わず注意しなければならない病気です。熱中症に関してはほとんどの人が認知していると思いますがそれでも毎年命を落とすほどの重症になる方もおられます。

厚生労働省の発表では令和6年5月から9月の全国における熱中症による救急搬送人員の累計では97,578人で平成20年の調査開始以降、最も多い搬送人員でした。年齢区分別では、高齢者が最も多く、次いで成人、少年、乳幼児の順となっています。



●熱中症の重症度分類

I 度	現場での応急処置で対応できる軽症 立ちくらみ(脳への血流が瞬間的に不十分になり生じる)
II 度	病院への搬送を必要とする中等症 頭痛、気分不快、吐き気、嘔吐、倦怠感、虚脱感
III 度	入院して集中治療の必要性のある重症 意識障害、けいれん、手足の運動障害
IV 度	深部体温が40度以上で、意思疎通が難しい重篤な状態:最重症群(熱射病)

●予防法

高齢者は若者と比較して、のどの渇きを感じにくく、体温調節機能も低下しているため、こまめに水分を摂取しなければなりません。睡眠時の脱水状態の予防のために、寝る前にも水分を摂取し、枕元にも飲み水を置いておくことも有効です。

持病により水分制限や塩分制限を医師から指示されている人は、あらかじめ、水分や塩分の摂取について医師に相談されてください。



熱中症対策としての水分補給に適しているのは麦茶です。カフェインが含まれていないため、お子様や高齢者にも安心です。しかし、塩分が少ないため、大量に汗をかく場合は塩分の補給も必要です。麦茶に塩を加える、または梅干しや塩分の多いお菓子と一緒に飲むと良いでしょう。

なお、ビール等のアルコール類やカフェインを含んだ飲料、100%果汁などを含め多量の糖分を含んだ飲料、また、冷たい飲料は、脱水症状や腹痛、下痢を起こすことがあるので、控えたほうが良いでしょう。

●よくある熱中症の応急処置3つの間違い

1. ロキソニンなどの解熱剤を自己判断で飲む
2. 無理に水分補給させる
3. 塩分が含まれていない水・ジュース・コーヒー・お茶・お酒を飲ませる

●正しい熱中症の応急処置

1. 涼しい場所へ移動させる
2. 衣服を脱がし、体を冷やす
3. 水分や塩分の補給
4. 医療機関への搬送(Ⅱ度以上の症状がある場合すぐに)



●まとめ

高齢者は室内でもこまめな水分(麦茶が良い)を補給しましょう。屋外活動予定の方は活動前に(喉が渇いてなくても)十分水分を補給し、活動開始後はこまめな水分補給が必要です。もちろん最近熱中症警戒アラートの発令もあり活動中止する勇気も必要です。熱中症にかからない様この暑さを乗り切りましょう。



薬を飲む前に知っておきたいポイント

～お茶やジュースで飲んではいけない理由、知っていますか？～

薬は正しく服用してこそ、その効果が発揮されます。日々の服薬で大切なポイントを改めて確認しましょう。

「水またはぬるま湯で飲むのが基本です！」

水以外の飲み物では、薬の働きに影響が出ることがあります。



・緑茶、紅茶、コーヒー

タンニンやカフェインなどの成分が薬の作用に影響を及ぼすことがあります。



・グレープフルーツジュース

血圧やコレステロールなどの薬の分解を妨げ、薬の効果が強く出てしまいます。



・牛乳、スポーツドリンク

カルシウムやマグネシウムなどの電解質が薬と作用し、薬の吸収を妨げることがあります。

「正しい飲み方は治療の一部です。」

薬は飲み方ひとつでその働きが大きく変わってしまいます。不明なことがあればお気軽に医師または薬剤師へご相談ください。

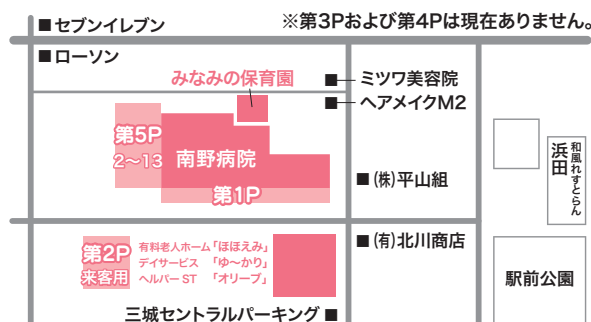
交通アクセス



駐車場のご案内

交通のご案内

- 県営バスターミナルより徒歩2分
- 大村駅から徒歩3分



診療科目 ●内科 ●消化器科 ●放射線科
●循環器科 ●リハビリテーション科

受付時間 月曜～金曜8:30～12:00

ホームページ▶



〒856-0826 大村市東三城町33番地 TEL.0957-54-8800 (代) FAX.0957-54-8755

療養病棟／回復期リハビリテーション病棟／
緩和ケア病棟

健診部

TEL.0957-54-5551 FAX.0957-54-8755

通所リハビリテーション /

訪問リハビリテーションゆ〜かり

有料老人ホームほほえみ TEL.0957-47-8601 FAX.0957-47-8632

デイサービス ゆ〜かり TEL.0957-47-8606 FAX.0957-47-8607

ヘルパーST オリーブ TEL.0957-47-8857 FAX.0957-47-8858

みなみの保育園 TEL.0957-56-8812 FAX.0957-56-8821