

# 7月の病院だより

黒部市三日市1108番地1 TEL 0765-54-2211  
FAX 0765-56-7236  
黒部市民病院 医事課

閉院のご案内						
海の日		17日(月)				
休診のご案内						
形成外科		6日(木) 7日(金)				
眼科		24日(月) 予約診療、紹介状患者のみ受付可能				
精神科		21日(金)午後 24日(月)～26日(水) 27日(木)午後				
各科医師の休診						
内科	竹田	18日(火)	外科	月岡	21日(金)	
	河岸	27日(木) 28日(金)		東	5日(水) 7日(金)	
	吉本	27日(木) 28日(金)		金本	20日(木)	
	油谷	6日(木)		産婦人科	日高	28日(金) 31日(月)
	宮川	26日(水)			八十島	18日(火)
		岡澤		28日(金)	泌尿器科	森井
小児科	渡辺	7日(金)	耳鼻いんこう科	小林	27日(木) 28日(金)	
整形外科	酒井	6日(木) 7日(金) 27日(木) 28日(金)		青木	6日(木) 7日(金) 14日(金)	
	新井	7日(金) 21日(金)	精神科	安井	21日(金)午後 24日(月)～26日(水) 27日(木)午後	
	亀井	24日(月)～28日(金)				
形成外科	杉下	6日(木) 7日(金)				
上記以外でも休診になる場合がありますので、各科外来へご確認ください						

\*\*\* 患者さんへお知らせ \*\*\*

## ◆ 熱中症を予防しましょう！

### ○熱中症とは・・・

- ・ 高温多湿な環境下で、体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温調節機能がうまく働かないことにより、体内に熱がたまり、筋肉痛や大量の発汗、さらには吐き気や倦怠感などの症状が現れ、重症になると意識障害などが起こります。
- ・ 梅雨入りの暑くなりはじめの頃から増え、7～8月がピークです。
- ・ 屋外で活動しているときだけでなく、室内でも注意が必要です。

### ○予防法

- ① こまめな水分・塩分の補給
- ② 熱中症になりにくい室内環境（扇風機やエアコンを使った温度調節など）
- ③ 体調に合わせた対策（通気性の良い衣服の着用／保冷剤、冷たいタオルなどによる体の冷却）
- ④ 外出時の注意（日傘や帽子の着用／日陰の利用、こまめな休憩）

## ◆ 8月1日から下記の保険証が更新となります。

- ① 「後期高齢者医療被保険者証」
- ② 70歳から75歳未満の方の「国民健康保険高齢受給者証」

**新しい保険証・受給者証は必ず受付へ提示してください。**

月のはじめは多くの方が一度に保険証の確認をされるため、中央受付の混雑が予想されます。確認終了まで普段より長くお待ちいただく事がございますが、ご了承ください。

※予約のある方でも、新しい保険証の確認がされていなければ、再来機での受付はできません。

保険証は、月に一度、中央受付に提示してください