

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う

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

熱中症予防のために /



暑さを避ける!

❄️ 扇風機やエアコンで
温度をこまめに調節



❄️ 遮光カーテン、すだれ、
打ち水を利用



❄️ 外出時には日傘や
帽子を着用



❄️ 天気のよい日は日陰の
利用、こまめな休憩



❄️ 吸湿性・速乾性のある
通気性のよい衣服を着用



❄️ 保冷剤、氷、冷たいタオル
などで、からだを冷やす



⚠️ 『熱中症警戒アラート』発表時には、外出をなるべく控え、暑さを避けましょう

こまめに水分を補給する!

❄️ 室内でも、外出時でも、のどの渇きを感じていなくても
こまめに水分・塩分などを補給



● 熱中症予防のための情報・資料サイト

熱中症予防のための情報・資料



スマホでも
見れます



https://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/nettyuu/nettyuu_taisaku/

「熱中症」は、高温多湿な環境に長くいることで、徐々に体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態を指します。屋外だけでなく室内で何もしていないときでも発症し、救急搬送されたり、場合によっては死亡することもあります。

熱中症について正しい知識を身につけ、体調の変化に気をつけるとともに、周囲にも気を配り、熱中症による健康被害を防ぎましょう。

7月専門科診療 ※

日	曜	診療科目	医師	受付時間
4	火	耳鼻咽喉科	山口	8:00~11:30
		整形外科	岡本	8:00~11:30
		小児科	春日亀	8:00~11:30
		精神科	伊藤	8:00~15:00
5	水	精神科	伊藤	8:00~11:30
		眼科	九大	8:00~11:00
6	木	産婦人科	原	8:00~11:30
		泌尿器科	足立	8:00~11:30
		外科	八坂	8:00~11:30
7	金	大腸内視鏡	川上	予約制
11	火	整形外科	岡本	8:00~11:30
		小児科	松原	8:00~11:30
12	水	眼科	九大	8:00~11:00
13	木	産婦人科	原	8:00~11:30
18	火	耳鼻咽喉科	山口	8:00~11:30
		整形外科	岡本	8:00~11:30
		小児科	春日亀	8:00~11:30
19	水	眼科	九大	8:00~11:00
20	木	産婦人科	原	8:00~11:30
		泌尿器科	足立	8:00~11:30
		外科	八坂	8:00~11:30
21	金	循環器科	井口	13:00~15:00
25	火	整形外科	岡本	8:00~11:30
		小児科	春日亀	8:00~11:30
26	水	眼科	九大	8:00~11:00
27	木	産婦人科	原	8:00~11:30
28	金	大腸内視鏡	川上	予約制

※眼科の受付時間は8時00分~11時00分迄に変わりました。【眼科予約の方も11時00分迄】お間違えないよう、よろしくお願ひします。

※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のでお電話等でお確かめの上、ご来院ください。



会計年度職員を募集しています

職種・人員：看護助手1名

給与：月額156,600円~(賞与2.6ヶ月分/年)

勤務時間：1日7時間45分【フルタイム】

7時30分~22時15分までの間の7時間45分

出勤日・休暇等：月に20日程度、4週8休制度(土日

祝祭日勤務あり、シフト表による)

年次有給休暇、特別休暇等

保険：社会保険、雇用保険、労災保険、退職金あり

年齢：不問、短時間勤務も可

※詳細は、長崎県上対馬病院 86-4321 (事務長)へ

一重診療所

日	曜	医師	【受付時間】 14:30~15:30
6	木	八坂	
13	木	対馬	【診療時間】 14:45~15:45
20	木	八坂	
27	木	対馬	

乳児健診・予防接種

日	曜	受付時間	完全予約制
4	火	【予防接種】 13:00~13:15	☎ 86-4331
11	火		【予約時間】
18	火		10:00~12:00
25	火		14:00~17:00



【お問い合わせ】

上対馬病院

☎86-4321

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

☎86-4321(病院取次)

メール

kmts_soumu@nagasaki-hosp-agency.or.jp