

新型インフルエンザ 感染予防

新型インフルエンザに感染しない、感
染させないために以下のことに取り組
みましょう。

手洗い

手指から有害な微生物を取り除く
ために、手洗いをしましょう。

手洗いの時間は15秒、できれば30秒
くらいかけて洗います。その後流水で
よく洗い流し、清潔なタオルなどで手
を拭いてよく乾かします。さらに、手
洗い後は消毒用アルコール製剤を、
乾いた両手にしっかりと揉み込むと効
果的です。

注意!

- ・手の爪は短く切りまじょう。
- ・時計・指輪ははずしまじょう。
- ・手首まで洗いまじょう。

うがい

出勤時や外出先からの帰宅後など
はうがいの徹底をしましょう。うがい
薬の使用も効果的です。15秒ぐら
いかけて2〜3回繰り返しましょう。

咳エチケット

せき・くしゃみをする際にはティッシュ
などで口と鼻を覆って、他の人から顔
をそむけるように心がけましょう。ま
た、ティッシュはすぐに蓋付のごみ箱へ
捨てましょう。

マスクの着用

熱や咳などの症状がある場合には
必ず不織布製マスクを着用しましょう。
また、このような症状の人にどうして
も会う必要がある場合や、看病する
場合にもマスクを着用することが大切
です。

マスクを着用している際にはフィルタ
ーにはなるべく触らないようにし、マス
クを外した際には手洗いを忘れないよ
うにしましょう。ただし、健康な人が
不織布製マスクを着用することで飛沫
を全く吸い込まないというわけではな
いので、過信しないようにしましょう。



多くの方にご協力を頂きました。
ありがとうございました。

献血をお願いした方	26人
内訳	
200mL献血	5人
400mL献血	21人

平成21年8月31日 当病院にて献血が 実施されました

豆知識

空気が乾燥する季節になってしま
した。これにより、粘膜が乾燥して固
くなるため呼吸器系の低下が起き、風邪
を引きやすく、皮膚も乾燥肌になりが
ちです。

このようなときは皮膚や粘膜を強
化するカロチンを多く含む、にんじんを
食すると効果的です。カロチンは根の部
分にも、葉の部分にも多く含まれま
す。特に皮のすぐ下に豊富に含まれて
いるので、皮をこそげるか、皮付きのま
ま調理に使うと良いです。

また、カロチンは脂溶性であるため、
効果的に吸収するためには、ゆでるよ
りも、油でいためる方が効果的です。

睡眠医療センターが 紹介されました

当院の睡眠医療センターについて広



報サウンドスリープ
9号に、「神経内科
を中心に睡眠医療
に取り組む自治体
病院」として掲載
されました。詳細
は当院の神経内科
外来、健康サロンに
掲示してあります。

病院の概況 8月

区分	人数(名)	前月対比(名)
患者数	延べ 19,025	-1,234
	1日平均 906	-15
	延べ 11,242	95
	1日平均 363	3
赤ちゃん誕生	男の子 22	-7
	女の子 14	-7
計	36	-14
人間ドック受診	1泊2日コース 7	0
	延べ 686	-8
	1日平均 33	1
	脳ドック 6	-1
計	699	-9

おねがいします

採用職員

◆常勤医師(9/1付)



神経内科
医長
入谷克巳

◆非常勤看護師(8/3付)

梅田清美 外来第一

◆常勤医師(8/31付)

退職職員

◆非常勤看護士(8/30付)

内山博英 循環器内科

◆非常勤幼児教育士(8/31付)

宮司洋子 外来第一

◆非常勤看護士(8/31付)

秋山瀬吏 経営企画課