



社会福祉法人
湘南福祉協会

湘南病院

Machiai-shitsu

待ちあい室

2024年(令和6年)

2

月号

no.317

【追浜地域包括支援センター便り】

寒さが一段と厳しくなってきましたが、皆様お元気でお過ごしでしょうか？

今年は元旦から地震や航空機事故と災害の幕開けとなってしまいました。新型コロナ・インフルエンザも流行しています。皆様お体には十分ご注意ください。

さて、年が明け2025年問題がいよいよ来年に迫って来ました。

現在、追浜包括エリア内の65歳以上の高齢者人口は9628人で高齢化率は平均で、31.7%（湘南鷹取の高齢化率は44.85%）になりました。

高齢化が進むと同時に認知症を発症する方々も年々増加しています。

また介護保険を申請する人もここ1～2年急激に増えて来ています。

エリア内の高齢者の皆様方が住み慣れた地域でいつまでも安心して生活

して行けるよう、医療・福祉・地域の連携を密にして2025年問題を乗り切って

行けるよう頑張りたいと思います。



成年後見制度

せいねんこうけんせいど



自分ひとりでは、よくわからない?!

認知症、知的障害、精神障害などの理由で、ひとりで決めることが心配な方々は、財産管理(不動産や預貯金などの管理、遺産分割協議などの相続手続など)や身上保護(介護・福祉サービスの利用契約や施設入所・入院の契約締結、履行状況の確認など)などの法律行為をひとりで行うのがむずかしい場合があります。

また、自分に不利益な契約であることがよくわからないままに契約を結んでしまい、悪質商法の被害にあうおそれもあります。

このような、ひとりで決めることに不安のある方々を法的に保護し、ご本人の意思を尊重した支援(意思決定支援)を行い、共に考え、地域全体で明るい未来を築いていく。それが成年後見制度です。

(厚生労働省ホームページ)

お問合せ先) 追浜地域包括支援センター 連絡先:865-5450



成年後見制度の種類って? いったいものがあるの?

成年後見人

家庭裁判所によって選ばれる。ご本人の不安に応じて3種類。

補助人・保佐人・成年後見人

任意後見人

あらかじめご本人自らが選ぶ。任意後見契約は、公証人の作成する公正証書によって結ぶ。

よこすか市民後見人

後見業務への取り組みに意欲を持つ市民を公募・選考し、研修により必要な知識と経験を身につけた「よこすか市民後見人」を養成しています。

気をつけて！ ヒートショック

ヒートショックとは

冬の寒い時期に起こりやすく、大きな気温の変化によって血圧が急激に上下し、心臓や血管の疾患が起こることをヒートショックといいます。この血圧の乱高下に伴い、心臓や血管に大きな負担がかかり、脳内出血や大動脈解離、心筋梗塞、脳梗塞などの病気が起こります。暖かい部屋から気温が低い浴室やトイレに入った際など要注意です。

特に入浴時に発生する事が多いようです。

ヒートショックの症状は、めまいや吐き気、頭痛、倦怠感、動悸などがあげられます。

また、重篤な場合には意識障害や心肺停止などの症状が現れることもあります。



セルフチェックをしてみましょう

自分は大丈夫と思っていませんか？ヒートショックになるのは高齢者だけではありません。チェックシートを使い確認してみましょう。

1	メタボ、肥満、糖尿病、高血圧、高脂血症、心臓・肺や気管が悪いなどと言われたことがある
2	不整脈が起こることがある
3	自宅の浴槽や脱衣室に暖房設備がない
4	1番風呂に入ることが多いほうだ
5	42度以上の熱い風呂が大好きだ
6	お酒を飲んでからお風呂に入ることがある
7	浴槽に入る前のかけ湯をしない又は簡単に済ませる方だ
8	シャワーやかけ湯は肩や体の中心からかける
9	入浴前に水やお茶などの水分をとらない
10	1人暮らしである、または家族に何も言わずにお風呂に入る

5個以上当てはまった場合は「ヒートショック予備軍」となるので要注意です。生活を改善する必要があります。

● 脱衣所や浴室を暖かくする。暖房設備がなくても入浴前に浴槽のふたを開けておく。
浴室全体にシャワーをかける。心臓に遠いところからかけ湯をする。入浴前後には水分補給をする。食事後すぐや飲酒後すぐの入浴は控えるなど**予防のポイント**はあります。●

～・対処法・～

もしもヒートショックになったときは・・・

めまいやふらつきを感じたら

体勢を低くして
気分が落ち着くまで
じっと待つ



ご家族が起こした場合



溺れていた場合は
浴槽から出す

人手や力が
足りない場合は
お湯を抜く



顔は横向き
にしておく



ヒートショックは、いくら気を付けていても起きてしまう可能性があります。ヒートショックの発生が一番多いのは浴室です。浴槽の中で気を失っていたり、ぐったりしているのを発見した場合は、まず救急車を呼びつつ浴槽の湯を抜きましょう。可能であれば浴槽から引きあげて、気道を確保し安静にさせることが大切です。

クレジットカードでの医療費の支払いができるようになりました。



患者様より意見箱等でご要望のありましたクレジットカード払いが可能となります。

開始日) 令和6年1月4日(木)～

対象カード) VISA、master、UC、JCB

アメリカン・エクスプレス、ダイナースクラブ
以上6種類



湘南病院

赤字の医師は女性です。

外来担当表

2024年(令和6年)2月1日現在

	内科		漢方	精神科	
	9:00～11:30	2:00～4:00		9:00～11:30	2:00～3:30
月	岡田 (呼吸器) 佐伯 (消化器)	三澤 (消化器)	熊手 9:00～11:30	中野 (予約のみ) 大森 三井	中村 三井
火	戸川 (糖尿病・内分泌) 中田(佳) 石井	坂井 (神経内科) 佐野(予約のみ)		中野 (予約のみ) 中村 一條	中村 (物忘れ外来)予約制
水	吉武 (循環器) 岡田 (呼吸器) 熊手	勝尾 (消化器)		大滝 (予約のみ) 大森 栗山 (1・3週) 伊藤	古賀 (予約のみ) 福田
木	戸川 (糖尿病・内分泌) 大谷 (消化器) 日比野 (血液)	加藤(真) (胆・脾) 横溝	中田(佳) 2:00～4:00	古賀 (予約のみ) 高橋 加藤	中村 加藤
金	吉武 (循環器) 戸川 (糖尿病・内分泌) 吉見 (膠原病)	佐野(予約のみ) 土谷 (消化器)		大滝 (予約のみ) 中村 古賀 (予約のみ)	中村 (物忘れ外来)予約制 加藤
土	斉藤 (肝臓)(受付～11:00) 岩城(消化器) ※戸川 (1・3・5週) ※和田(消化器) (2・4週)		中田(佳) 予約のみ(1・3週) 9:00～11:00	大森 栗山	

精神科：初診申込は予約制 予約受付時間 火～金曜日 15:30～16:30

	整形外科		外科	皮膚科	泌尿器科	耳鼻咽喉科		脳神経外科
	9:00～11:30	2:00～4:00	9:00～11:30			9:00～11:30	2:00～4:00	9:00～11:00
月	新井・友近 9:00～11:00	(手術の無い場合は診療)	平野	峰咲 9:00～10:30	鈴木(博) 1:00～3:00	大平	交代制	
火	内藤・藤谷	藤谷 2/13休診	神谷			松永	高津	
水	新井 9:00～11:00	新井 2/7,21休診				金海	大平	
木	新井・葛西 9:00～11:00	藤谷・葛西 2/15診察あり ※他は休診	小野寺 (1・2・3・5週) 橋本 (4週)	山岸 (予約制) 9:00～11:30	鈴木(博) 1:00～3:00	高柳 9:00～11:00	光吉(2・4週) ※交代制 (1・3・5週)	
金	新井・寺内 9:00～11:00	2/2 寺内 ※他は手術のため 休診	小野寺		鈴木(博) 1:00～3:00	福生	大原	
土	新井 (予約のみ) 1・3・5週		小野寺 (2・4週) 平野 (1・3・5週)			高柳		浅田 (予約のみ) 1・3・5週

整形外科:2/8(木),15 (木)は新井医師休診。午後の診察を希望される場合は、お電話でご確認ください。

	眼科		歯科		放射線科
	9:00～11:30	2:00～4:00	9:00～11:30	2:00～4:00	(読影)
月			鍵和田 予約制	鍵和田 予約制	藤岡
火	交代制	交代制			
水			鍵和田 予約制	鍵和田 予約制	関谷
木	山下 再診予約		今井 予約制	今井 予約制	
金			鍵和田 予約制	鍵和田 予約制	中田
土	交代制 1・2・4・5週 (3週は休診)		今井 予約制		



編集 湘南福祉協会
経営企画室 経営企画課
追浜地域包括支援センター
横須賀市鷹取1-1-1
TEL 046-865-4105
FAX 046-866-4584
E-mail : shonan@cc.mbn.or.jp



湘南病院ホームページ QRコード
URL: <http://www.shonanhp.or.jp>