



井上病院伝言板



《井上病院伝言板》

～第 325 号 2025 年 6 月～

病院駐車場工事のお知らせ

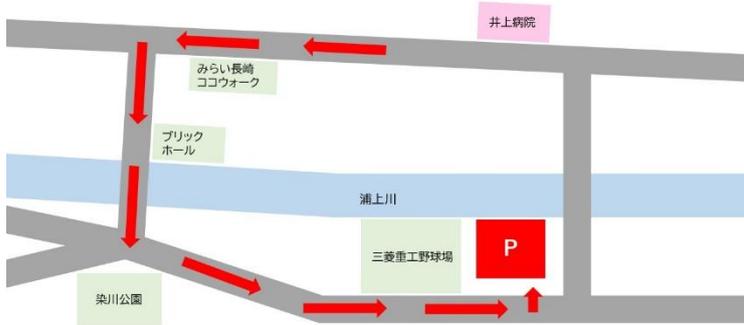
7月1日(火)～7月31日(木)の期間の予定で
駐車場の改修工事を行います。



改修工事に伴い病院駐車場はご使用できません。

期間中は臨時駐車場のご利用をお願い申し上げます。

8:00～17:00までは臨時駐車場から病院までシャトルバスを運行いたしますのでご利用下さい。ご迷惑をおかけいたしますが、ご協力をお願い申し上げます。



※駐車場へは**右折入場できません**ので、必ず梁川公園方向からお越しください。

携帯などで地図を検索する際は<第一稲佐索>でご検索ください。

臨時駐車場は17:00に施錠いたします。

夏至について

夏至とは、一年のうちで昼の時間が最も長く、夜が最も短い日です。太陽が北回归線の真上に来るため、北半球では太陽の高度が最も高くなります。

2025年の夏至

日付:2025年6月21日(土)

夏至の文化

・昔は「田植え」や「麦刈り」の時期の目安とされていました。

食べ物にまつわる風習

地域によっては、夏至にちなんだ特別な食文化があります。

関西地方:「タコ」を食べる風習

→ 稲がしっかり根を張るよう、「タコの足のよう」と願いを込めて食べられる。

福井県の一部:「鯖」を食べる風習

→ 田植えが終わり厳しい夏が来るまでに体力をつけておこうという意味で食べられる。



6月から始める熱中症予防



体が暑さに慣れる準備を

6月はまだ「夏」とは言いにくい季節。でも、実はこの時期から熱中症のリスクは少しずつ高まっています。特に高齢の方は、暑さを感じにくかったり、のどの渇きに気づきにくくなったりして、知らないうちに体が危険な状態になることも。本格的な夏を元気に迎えるために、今からできる熱中症対策を一緒に始めましょう！

そもそも、なぜ高齢者は熱中症になりやすいの？

加齢とともに、体の中の水分量が少なくなる

暑さを感じる力が弱まり、暑くても気づきにくい

脱水になっても、のどの渇きを感じにくい

こうした理由から、気づいたときにはすでに体調を崩していることもあります。



6月から始める！毎日の“ゆる予防”



こまめな水分補給を意識

→ のどが渇いていなくても、コップ1杯の水を朝・昼・晩・入浴前後に。お茶・コーヒーは利尿作用があるので、お水や麦茶がおすすめ。

室内の温度・湿度をチェック

→ 屋内でも熱中症になります。エアコンの活用をためらわずに！ 目安:室温28℃以下、湿度60%以下に。

外出は涼しい時間帯に

→ 朝の早い時間や夕方◎。帽子・日傘も忘れずに。

薄手の服で通気よく

→ 重ね着は控えめに。吸汗速乾素材のシャツなどが◎。

こんな症状、要注意！

めまい、立ちくらみ、筋肉のけいれん(足がつる)、ぼーっとする、だるさが続く、汗をかいていないのに体が熱い
これらの症状があるときは、すぐに涼しい場所で休み、可能なら受診しましょう

熱中症は「気をつけるだけ」で防げる病気です。6月から少しずつ、体を暑さに慣らして、元気な夏を迎えましょう！

〒850-0045

長崎県長崎市宝町 6 番 12 号

TEL 0570-09-1014

<http://www.shunkaikai.jp/inoue/>



井上病院

社会医療法人 春回会

外来担当医師予定表

2025年6月

診療科		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
内科 総合内科	午前	井上健一郎			大塚理佳子		
	午後		賀來 俊 禁煙・総合内科	橋本法修 総合内科	賀來 俊 禁煙・総合内科	山口 修平 総合内科	
神経内科	午前			一瀬克浩 神経内科	富田逸郎 神経内科	佐藤 悠 神経内科	
消化器内科	午前	東 俊太郎 炎症性腸疾患	大仁田 賢	桑原 愛	植原亮平	福田大毅	交代制
	午後		東 俊太郎 炎症性腸疾患	東 俊太郎 炎症性腸疾患		石田智士 肝臓内科	
呼吸器内科	午前	高木理博	吉嶺裕之 呼吸器内科・睡眠	吉嶺裕之 呼吸器内科・睡眠		田中健之 呼吸器内科・SAS	交代制 SAS
			高木理博 (第2・4週目)		高木理博		吉嶺裕之 睡眠 (第2・4週目)
	午後	山下嘉郎 (第1・3週目)		山下嘉郎 呼吸器内科・禁煙・SAS	吉嶺裕之 呼吸器内科・睡眠	田山達之 睡眠・SAS	
				道津洋介		井上知晃	
循環器内科	午前		山近史郎	山近史郎	富地洋一	河野佑介	赤司良平
	午後	瀬戸信二		山近史郎			瀬戸信二 (第1・3週目)
腎臓内科	午前			坂井正裕		坂井正裕	
	午後	平 鴻	平 鴻	坂井正裕 CKD/PD	坂井正裕 CKD/PD	坂井正裕	
糖尿病内科	午前	泉野清宏	泉野清宏	泉野清宏	泉野清宏		泉野清宏
	午後	泉野清宏		泉野清宏	磯本恵理子		
膠原病内科	午前		古藤世梨奈				
外科	午前	鹿島清隆 消化器外科	渋谷亜矢子 消化器外科 ヘルニア外来	本山和樹 消化器外科	渋谷亜矢子 消化器外科 ヘルニア外来	濱崎景子 消化器外科	本山和樹 鹿島清隆 (交代制)
	午後	谷口大輔 胸部外科		松本桂太郎 胸部外科			
整形外科	午前	川口耕平	川口耕平	川口耕平	川口耕平	川口耕平	川口耕平 (第1・3週目)
脳神経外科	午前	上之郷眞木雄	上之郷眞木雄	上之郷眞木雄 物忘れ外来	上之郷眞木雄	上之郷眞木雄	上之郷眞木雄 (第2・4週目)
皮膚科	午前			東 美智子			
	午後	東 美智子	東 美智子		東 美智子		
眼科	午前	北岡 隆 林田裕彦 築城英子 草野真央	北岡 隆 林田裕彦 築城英子 草野真央	北岡 隆 林田裕彦 築城英子	北岡 隆 林田裕彦 築城英子 (第2・4)	北岡 隆 林田裕彦 草野真央	北岡 隆 林田裕彦 (交代制)
		午後	北岡 隆 林田裕彦	林田裕彦 築城英子	草野真央	北岡 隆 林田裕彦	北岡 隆 林田裕彦
新患外来 (本館)	午前	池田恵理子 増田 真吾 (交代制)	原田直樹	大塚理佳子	井上知晃	橋本法修	大学医師 (交代制)

* 外来は原則予約制となっております。

社会医療法人春回会 井上病院
〒850-0045 長崎市宝町6-12
☎0570-09-1014

AM 9:00 ~ 12:00
PM 14:00 ~ 17:00