



《井上病院伝言板》



井上病院伝言板



～第322号 2025年2月～



冬場の入浴事故



お風呂の最中、頭が「くらくら」と感じたことはありませんか？入浴中に意識を失い、そのまま浴槽内で溺れて亡くなるという不慮の事故が増えています。

特に65歳以上の高齢者の死亡事故が多く、毎年11月から4月にかけて多く発生しています。入浴時の事故が多くなる原因の一つは、急な温度差による血圧の急激な変化です。暖房のきいた暖かい部屋から、冷え込んだ脱衣所に移動して衣服を脱ぎ、浴室も寒いと、血管が縮まり血圧が一気に上昇します。その後、浴槽に入り体が温まってくると血管が広がり、急上昇した血圧が下がります。

この急激な血圧の変化により、一時的に脳内に血液が回らない貧血の状態になり一過性の意識障害を起こすことがあります。浴槽内での意識障害が溺れて死亡する事故の原因の一つとして考えられています。

特に65歳以上の高齢者は、血圧を正常に保つ機能も衰えてきている場合がありますので注意してください。また、血圧が不安定な方、風呂場でめまいや立ちくらみを起こしたことのある方も注意が必要です。



事故を防ぐためには？



入浴中の事故は、持病や前兆がない場合でも起こるおそれがあります。「自分は元気だから大丈夫」と過信せず、「自分にも起きるかもしれない」という予防意識をもちましょう。

高齢者だけでなく、家族みんなで、次の5つの対策を心がけましょう。

- ①入浴前に脱衣所や浴室を暖めておく②湯温は41度以下、お湯につかる時間は10分までを目安にする
- ③浴槽から急に立ち上がらない
- ④食後すぐの入浴や、飲酒後、医薬品服用後の入浴は避ける
- ⑤お風呂に入る前に、同居する家族にひと声かける

【政府広報オンラインホームページ】

【駐車場のご案内について(30台)】

駐車場の場所・台数は以前と変わりませんので大変混み合います。

公共交通機関のご利用のご協力をお願いします。

バスは宝町が最寄りとなっております。

路面電車ではスタジアムシティサウスが最寄りになります。

お体が不自由な方は外来棟横(4台)・井上病院本館横に

障害者用駐車場がございますのでご利用ください



今年の節分は2月2日です

2025年の方角は
西南西

2021年は124年ぶり、2025年は4年ぶりの2月2日が節分になります。

どうして年によって節分の日が変わるのでしょうか？これは太陽の動きを基にした暦(こよみ)が関係しています。

【太陽の動きと立春の関係】暦の中には「二十四節気(にじゅうしせつき)」という考え方があります。これは、1年を24の時期に分けたものです。立春はその中の1つで、毎年同じ日ではなく、少しずつずれることがあります。

【地球の動きとズレの調整】地球が太陽を一周するには約365.2422日かかります。でも、カレンダーの1年は365日なので、0.2422日のズレが生じます。このズレを調整するために、4年に1度うるう年があるのですが、それでも完全にはズレを消せません。そのため、立春の日付が毎年少しずつ変わります。

【2025年の立春】2025年の立春は2月3日の午前11時頃になります。立春の前日が節分なので、2025年の節分は2月2日になるのです。このように、立春のタイミングが少しずつ変わることによって節分の日付も動くことがあります。

なぜ節分で豆まきをするの？



節分は、厄払いや邪気払い、無病息災を願う行事です。豆をまくようになったのは、室町時代とされています。豆=魔目(鬼の目)を滅ぼすということに由来されているそうです。季節の変わり目に鬼がやってきて災いや疫病をもたらすと考えられていました。家からこの鬼を追い出して福を招き入れるための風習が豆まきです。

豆をまく人は、元来は年男(その年と同じ干支に生まれた人)、または家長が大豆を巻いていましたが、現代では、だれかが鬼役をして、家族みんなで楽しく豆をまく、楽しい行事として続いています。豆は自分の歳の数、もしくは年齢プラス1粒だけ食べると、病気にならず長生きするといわれています。

【農林水産省ホームページ】

〒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2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 高橋優二 総合内科			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		
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	山口兼生	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		松尾 諭 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	
			行徳 宏		旭 亮祐		
循環器内科	午前		山近史郎	山近史郎	富地洋一	瀬戸 裕	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	大坪一浩 消化器外科	渋谷亜矢子 消化器外科	濱崎景子 消化器外科	大坪一浩 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 草野真央 (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)	高橋優二	大塚理佳子	旭 亮祐	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。

AM 9:00 ~ 12:00

PM 14:00 ~ 17:00

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