

三浦市立病院

「私のストレス解消法」

薬剤科長 いまむら 今村 りえ 里絵



早いもので平成28年に薬剤科長に就任してから4年の歳月が経ちました。とても忙しい毎日でしたが、やりがいもあり大変充実しています。病院の薬剤師として、医薬品を適正に使用するために、また患者さまが安心して服薬していただけるようにこれからも努めていきます。

末のスポーツ観戦です。私の場合は一つのチームを20年以上追いかけて応援しています。勝てば幸せな気分になり負ければ落ち込むこともあります。またその中でチャンスを掴み取った選手やケガから復帰した選手など、選手一人一人のストーリーを知るとさらに熱が入ります。仕事を少し離れて夢中になれるのを見つけられることができれば上手に気分転換ができると思います。

ていきます。

さて話は変わりますが先日ストレスチェックの結果が返ってきました。幸いA判定で上手にストレス解消できているようです。そこで今回は私のストレス解消および気分転換法を紹介したいと思います。それは週

もうすぐ、楽しみにしていた東京オリンピック・パラリンピックが開催されます。私は運よくチケットが当選しましたので観にいくことができます。昨年のラグビーワールドカップのように盛り上がってにわかファンになりさまざまな競技を応援したいと思います。

健診と一緒に骨ドックを受けませんか？

平日に健診を受けられる方は、健診と同時に実施できます。加齢による骨折が不安な方、骨粗しょう症予防に、ぜひご利用ください。健診予約時または来院時にご相談ください。

※市外在住の方でも受診できます。

検査内容 エックス線検査 DXA法

検査結果 解析結果を郵送

検査日時 平日8時30分～15時30分

検査料 3,960円(税込)

申込方法 平日8時30分から16時30分の間に下記連絡先までご連絡ください。当日でも申込み可能です。

問合せ・申込み 市立病院医事課(☎046-882-2111 内線5118)

MARCH		3月の救急当番医院		(3月1日～4月10日分)		
診療時間 18時～21時 (月曜日～金曜日)		■変更になる場合がありますので、受診の前に必ず当番医院にお問い合わせください。 ■診療内容によって受診できない場合がありますので、必ず当番医院にお問い合わせください。 ■受診病院や診療科がわからない場合は横須賀市三浦消防署(☎046-884-0119)にお問い合わせください。(ただし、救急出場により連絡が通じないことがあります)				
一般	月曜日	内科系	3月2日～30日	矢島内科医院	☎046-881-2467	内科系又は外科系
		外科系	4月6日	こだまクリニック	☎046-880-0358	
	火曜日	内科系・外科系		中江整形外科	☎046-888-3555	三浦市立病院 ☎046-882-2111 月～金曜日 17時～ 翌朝8時30分 土、日曜日・祝日 8時30分～ 翌朝8時30分
	水曜日	内科系		三浦診療所	☎046-889-3388	
	木曜日	内科系		田中内科医院	☎046-881-4678	
		外科系		飯島医院	☎046-881-5265	
	金曜日	内科系・外科系	3月6日	三浦市立病院	☎046-882-2111	
			3月13日	三浦市立病院	☎046-882-2111	
			3月27日	あさい内科クリニック	☎046-888-2217	
			4月3日	三浦市立病院	☎046-882-2111	
4月10日			あさい内科クリニック	☎046-888-2217		
小児科	平日	20時～24時	横須賀市救急医療センター ☎046-824-3001			
	土曜日	17時～24時	※三浦市立病院では、小児救急は対応しておりません。			
	日・祝日	8時～24時	横須賀市救急医療センターをご利用ください。			
歯科	日・祝日	10時～16時	横須賀市口腔衛生センター (ウェルシティ市民プラザ2階) ☎046-823-0062 ※横須賀市歯科医師会が行う休日急患歯科診療です。			