

三浦市立病院

「今日からできる 感染対策」

医療安全管理室
感染管理認定看護師

すぎざ えみ
杉崎 絵美

感染対策の基本は、手洗いやアルコールなどによる手の消毒(=手指衛生)です。外から帰ったときやトイレの後、食事の前には必ず行いましょう。また、手荒れをするとウイルスや細菌が手につきやすくなってしまいますので、手荒れ対策として手のケアも一緒に行いましょう。

最近では、生活にマスクは欠かせなくなりました。マスクによって口と鼻の粘膜を守っているため、鼻がはみ出していると十分な効果が得られません。そのため、マスクは隙間のないように鼻から顎までしっかり覆いましょう。

これらの感染対策に加えて大切なことは、規則正しい生活を送ることです。おいしいものを食べてよく眠ること、

ストレスを溜めないで適度に発散すること…コロナ禍で外出や遠出もできず、会いたい人にも会えないこともあるかもしれませんが、うまくストレスのはけ口を見つけて、心も健康でいられるようにしてもらいたいと思います。

最後になりますが、当院では現在、感染対策のため面会は禁止にしております。皆さまにはご不便な思いをさせてしまい申し訳ありませんが、この度「スマホでメール」というリモート面会ができるようになりました。ご予約はお電話でできますので、ぜひご活用ください。

小児科外来についてお知らせです！

2月15日(月)から、午後でも小児科外来に予約なく受診することができるようになりました。受付時間などは次のとおりです。

診療曜日 月曜日・水曜日・金曜日
受付時間 13時30分～15時30分
診察開始 14時

問合せ 市立病院小児科外来 (☎046-882-2111 内線6030)

三浦市国保人間ドックの予約についてのお知らせです！

令和3年度三浦市国保人間ドックが5月6日(木)から開始となりますので予約開始日をお知らせします。

予約開始日(電話受付のみ)

4月17日(土) 9時～16時30分

※特定健診対象の方には4月中旬に受診券が送られます。

(なおみ健診は受診券なし)

※4月19日(月)以降の窓口・電話での受付は、平日の月曜日～金曜日、8時30分～16時30分です。

※予約状況によりご希望に添えない場合もございますので、ご了承ください。

問合せ 市立病院医事課 (☎046-882-2111 内線5122)

| APRIL | | 4月の救急当番医院 | | (4月1日～5月10日分) | | |
|-------|------------------------------|-----------|--|---------------|---------------|--|
| 一般 | 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。 ■受診病院や診療科目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) | | | |
| | 月曜日 | 内科系 | 4月 5日 | こだまクリニック | ☎046-880-0358 | 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 |
| | | | 4月12日 | こだまクリニック | ☎046-880-0358 | |
| | | | 4月19日 | 矢島内科医院 | ☎046-881-2467 | |
| | | | 4月26日 | 矢島内科医院 | ☎046-881-2467 | |
| | | | 5月10日 | こだまクリニック | ☎046-880-0358 | |
| | | 外科系 | みなみ湘南医院 | | ☎046-889-1211 | |
| | 火曜日 | 内科系・外科系 | 三浦診療所 | | ☎046-889-3388 | |
| | 水曜日 | 内科系 | 田中内科医院 | | ☎046-881-4678 | |
| | | 外科系 | 飯島医院 | | ☎046-881-5265 | |
| 木曜日 | 内科系・外科系 | 塩崎産婦人科 | | ☎046-889-1103 | | |
| 金曜日 | 内科系・外科系 | 4月 2日 | 三浦市立病院 | ☎046-882-2111 | | |
| | | 4月 9日 | あさい内科クリニック | ☎046-888-2217 | | |
| | | 4月16日 | 徳山診療所 | ☎046-888-5115 | | |
| | | 4月23日 | あさい内科クリニック | ☎046-888-2217 | | |
| | | 4月30日 | 徳山診療所 | ☎046-888-5115 | | |
| | | 5月 7日 | 三浦市立病院 | ☎046-882-2111 | | |
| 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。 | | | |