

地域の健康を共に守る 連携医療機関のご紹介

日頃より連携し、地域の健康増進を共に支えるお医者さんをご紹介します

小布施町・福原

きたむらファミリークリニック



院長
北村 静信 先生

赤ちゃんからお年寄りまで人生の各ステージとともに併走するクリニックでありたいとの想いからファミリークリニックと名付けました。

まだ開院3年足らずの赤ちゃんクリニックですが、すべての方が大切にされる医療をスタッフみんなと目指していきたいと思っています。

診療日 診療時間	月	火	水	木	金	土
8:00~9:00	胃カメラ・エコー検査(要予約)					
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○
13:00~15:00	大腸内視鏡・訪問診療					
15:00~18:00	○	○	○	休	○	休

休診日／木曜・土曜午後、
日曜・祝日
診療科目／内科・小児科・
消化器内科・人間ドック・
訪問診療
〒381-0202 上高井郡小布施町福原216-10
電話：026-247-6622
FAX：026-247-6625



健康知得 けんこうしつく コラム

なぜ冬にも「脱水症状」が起きるの？

成人の体の約60%は水分からできています。体内の水分量が減ってしまう事を「脱水症」といいます。箱根駅伝の選手がふらふらになりながらも、中継地点を目指して歩いている映像を観たことはありませんか？このような症状は脱水症が関係していると考えられます。

冬の脱水症は、空気が乾燥する秋から冬にかけて流行するインフルエンザに感染し十分な水分が摂れなかったり、ノロウイルスなどの感染性腸炎にかかり嘔吐や下痢で体内の水分量が減ることにより発生します。乳幼児や小児・高齢者・心や身体にストレスを抱えている状態の方は普段より病気にかかりやすく、重症化しやすいので冬の脱水症は大きな問題となっています。また小児は体重1kg当たりに必要となる水分が成人より多いこと、高齢者は体の中の水分量がもともと少ない（体の50%が水分）ことからも注意が必要です。

こんな症状が出たら要注意！自分でも気付きにくい「隠れ脱水」のサインと応急処置

軽度	中度	重度
<p>症状</p> <p>のどが乾く、普段より目が腫む いつもむくんでいる人のむくみが減る …など</p> <p>応急処置</p> <p>口から水分補給ができる状態であれば、スポーツドリンクや経口補水液を、のどの乾きを感じなくなるまで少しずつ飲んでください。心臓や腎臓の病気などで水分・塩分が制限されている方は、主治医や病院に相談するのが良いでしょう。</p>	<p>症状</p> <p>吐き気、めまい、尿の減少、汗の減少 …など</p> <p>応急処置</p> <p>口から水分補給できる場合は軽度の場合と同様です。十分に水分補給できない場合は、病院などの点滴が必要となります。</p>	<p>症状</p> <p>意識がない、尿が出ない けいれんを起こす …など</p> <p>応急処置</p> <p>病院で点滴を受けたり、ひどい場合は集中治療室での治療が必要となります。命に危険が及ぶこともあるので、高度の脱水になる前に対応するのが望ましいです。</p>



普段から
できる
脱水予防

- 普段からこまめな水分補給を心がける
- 加湿器や濡れたタオルを室内に干し、空気の乾燥を防ぐ
- 冬でも脱水症が起こることを忘れない

「冬だから脱水症ではない」と思い込まずに対策をしましょう

— 特定医療法人 新生病院 —

— 基本理念 —

わたしたちはキリストの愛と精神にもとづき医療を通して全ての人々に仕えます。

- キリストの教えと行いに学び、「全人医療」を実践します。
- 全ての人々に、人や人種による差別なく、小布施という「地域」の中から「世界中」の人々に。
- キリストの精神である「仕える」ことによって「新たな生」が始まります。

— 基本方針 —

- 命の尊厳
 - 連携
 - 人財の育成
 - 健全経営体质
- 私たちちは命の尊厳を大切にした医療に取り組みます。
私たちちは、小布施町を中心とした「地域」の中で、医療・福祉・保健・介護・行政を担う各機関との連携を通して、命の尊厳と質を患者さんとともに追求できる医療体制の構築に取り組みます。
私たちちは、業務の遂行を通して、社会に貢献することを喜びとする人財の育成に努めます。
私たちちは、良質な医療を安定・継続して提供できるよう、健全な経営の構築に努めます。

— 特定非営利活動法人 パウル会 —

— 基本理念 —

「奉仕」「感謝」「信頼」

わたしたちは、ミスパウルを象徴とするカナダミッションの志に習い、奉仕の精神をもって地域福祉に貢献します。
わたしたちは、命の大切さを尊び、愛情と感謝の心を持ち続けます。
わたしたちは、自らの仕事に誇りを持ち、全ての人に誠実で丁寧に向かい、信頼関係を深めます。