

区民公開講座の開催

6月29日(土)に区民公開講座を行いました。
座談会では、「介護」について地域の皆様と
有意義な意見交換ができました。
今回も多数のご参加ありがとうございました。



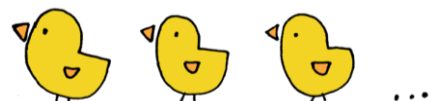
赴任医師のご挨拶

さかた よしひと

坂田 義人 医師

副院長 脳神経外科

- 出身大学: 東邦大学
- 卒業年: 昭和62年
- 趣味: 家庭菜園
- メッセージ
高齢化社会に即した脳神経疾患への
対応を行っていきます。





熱中症の約4割は**夜間**に発症しています。

夜は日が沈み気温は下がりますが、昼間に壁や天井が暖められ、

蓄えられた熱が**放射熱**となり、室温を高くしてしまいます。

夜間は熱中症にならないと思われているのは、誤った思い込みです。

特に**睡眠中**は症状を自覚できないため、**重症化**するのです。



— こんな時には、迷わず受診してください。 —

ペットボトル飲料のフタをあえて開けずに渡して、自分で

飲むことができない場合は、**救急車**を呼ぶ目安です。

他にも「意識がもうろうとしている」

「体がけいれんしている」

「呼びかけに反応しない」などは**危険な症状**です。



— 熱中症予防レシピ —

【甘酒スムージー】

材料（2人分）

米麹甘酒

250ml

キウイフルーツ

1個

レモン汁

大さじ2

ミントの葉 適宜



こまめな水分補給を



<作り方>

1. 甘酒は半量ほど冷凍庫で凍らせる。
キウイフルーツは、一口大に切る。
2. ミキサーに1と残りの甘酒、キウイフルーツ、
レモン汁を入れ、なめらかになるまで混ぜる。
3. グラスに注ぎ、お好みでミントを飾る。

JCHO東京蒲田医療センター

〒144-0035 東京都大田区南蒲田2-19-2

TEL：03-3738-8221（代表）

FAX：03-5744-3280（地域連携室）