



☆熱中症に注意しましょう☆

□ 熱中症とは？

熱中症は、高温多湿な環境で体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温調節がうまくできなくなることで起こります。屋外だけでなく、室内でも発症することがあります。

□ このような症状はありませんか？

- ✓ めまい・立ちくらみ
- ✓ 頭痛 ✓ 吐き気
- ✓ 強いだるさ
- ✓ 大量の汗
- ✓ 筋肉のけいれん



□ 熱中症を防ぐ 5 つのポイント

💧 こまめな水分補給

のどが渇く前から少しずつ飲みましょう。

💧 適度な塩分補給

大量に汗をかいた時は経口補水液やスポーツドリンクも有効です。

❄️ エアコンを上手に使う

室温を我慢せず、適切に冷房を使用しましょう。

☀️ 暑い時間帯の外出を控える

特に午前 10 時～午後 3 時頃は注意が必要です。

😴 十分な睡眠と栄養

体調を整えることも熱中症予防につながります。

※体調に異変を感じたら、無理をせず医療機関へご相談ください。



新河端病院 理念

信頼と安心の医療

- ・患者様に感動をしていただける医療を実践します
- ・患者様に選んでいただける病院づくりを実践します

☆乙訓地区特定健診のお知らせ☆

□ 乙訓健診期間

令和 8 年 7 月 1 日(水)～12 月 29 日(火)

※第 2・4 土曜、日曜、祝日を除く

(土曜日は第 1・3・5 のみ健診を実施)

<例年、期間の後半は混雑しますので早めの受診をお勧めいたします。>



□ 健診時間

午前 9 時 00 分より検査開始

(受付時間:8 時 30 分～11 時 30 分受付終了)

今年も引き続き事前予約をする事が可能です。

事前にご連絡をいただくことで比較的空いている日をご案内することができます。

※予約なしで受診していただくことも可能です。

2026年8月 特定健診カレンダー

月	火	水	木	金	土
					1
3	4	5	6	7	8
10	11	12	13	14	15
17	18	19	20	21	22
24/31	25	26	27	28	29

×の日は受けていただけません。

ご不明点は「健診センター」までお問合せください。

電話番号:080-7308-0527(直通)

(受付時間:12 時 00 分～17 時 00 分)

「患者さまの権利」

患者さまには次のような権利があります。

私たちはその権利を尊重するような医療を行います。

- ・医療を受ける権利
- ・知る権利
- ・自分で決定する権利
- ・プライバシーを守られる権利

医療法人 医修会 新河端病院



病院に対するご意見ご希望、また「ふれあい」へのご意見をお聞かせ下さい。(備え付けの意見箱をご利用下さい。)