

2018  
NO. 89

広報

# だより 病院

特集 ▼  
心不全について



# 心不全について

## 心不全とは…

心不全とは、心臓が悪いために、息切れやむくみが起こり、だんだん悪くなり、寿命を縮める病気です。

## ポンプの働き

人間が生きていくためには、体の各部分に十分な酸素と栄養が行きわたることが必要です。酸素と栄養を運ぶのが血液で、その血液を循環させるポンプの働きをするのが心臓です。

万一このポンプが故障すると、一つの電車の故障が他の駅に渋滞を広がっていくのと同様に、次々と体に影響が出てきます。

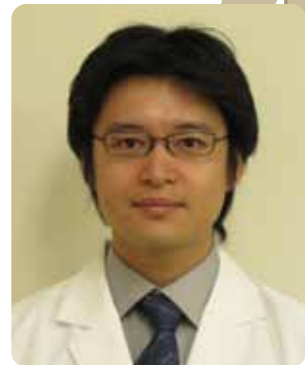


## なぜ心臓が悪くなるの？

心臓は、いろいろな原因で正常な機能（血液を全身に送り出すポンプ機能）を発揮できなくなることがあります。悪くなる原因としては、

- ① 血圧が高くなる病気（高血圧）
- ② 心臓の筋肉自体の病気（心筋症）
- ③ 心臓を養っている血管の病気（心筋梗塞）  
（十分に心臓を養えていないために起こる）
- ④ 心臓の中には血液の流れを正常に保つ弁があるが、その弁が狭くなったり、まっすぐに閉まらなくなったりする病気（弁膜症）
- ⑤ 脈が乱れる病気（不整脈）

以上のようなことが挙げられ、それぞれの病気には、それぞれ適した治療法があります。



【消化器内科】  
大塚 智

### 心不全の症状は？

心不全の初期によく見られる症状が、運動時の息切れや、両足、特に下腿の前面や足首、足の甲を指で抑えると、くぼみができるようなむくみです。むくみは両方の足に出現することが特徴です。その他には、「疲れやすい」という症状もあります。「歳のせいかな？」と思っていても実は心臓が悪かったということもあります。



### 「だんだん悪くなる」とは？

心不全を発症しても、適切な治療によって症状は改善します。しかし残念ながら、心不全そのものが完全に治ることはなく、症状がぶり返すことがあります。また、過労、塩分や水分の摂りすぎ、風邪、ストレスや、薬の飲み忘れなどにより心不全の症状が悪化、あるいは再発することもあります。そして、安静、治療の適切化によって、心不全の症状は再度改善します。しかし、このような悪化と改善を繰り返しながら心臓の機能は次第に悪化していきます。

### 心不全は治らない？

原因となっている心臓の異常が完全に治ることは少ないです。しかし、現在、心不全の治療法はずいぶん進歩しています。心不全の薬は症状を改善したり、入院の回数を減らしたり、寿命を延ばせることが明らかになっています。従って、これらの薬をきちんと内服していただくことは重要です。

その他には、外科手術、ペースメーカー、心臓の収縮を整える機械の装着、究極的には心臓移植が治療法となります。

### 心不全は予防できる？

予防することは可能です。心不全の予防には、心臓が悪くならないようにする予防と、一旦、心不全を発症した人の再発予防の2つがあります。

心臓が悪くならないようにする予防には、心臓の働きを悪くさせる要因を除くことが必要です。つまり、高血圧、糖尿病、脂質異常症（コレステロール等が高い病気）、肥満を未然に防ぐことです。そのためには、禁煙、減塩、お酒を控えること、適度な運動をすることが重要です。そして、心臓が

悪くなりかけていることに早く気づき、医療機関を受診し、上記の生活習慣の改善に加えて、適切な薬物治療をすることにより心不全の発症や悪化を防ぐことができます。

心不全の再発予防としては、上記の事項に加えて、過労、水分の過剰摂取を避けること、冬には風邪を契機とした心不全の悪化がよく見られますので、風邪予防も重要です。また、高齢者の心不全では、軽度の労作が大きな負担になって、再発することもよくありますので、患者さん自身のヘルスケア、ご家族、あるいは医療・介護関係者、地域でのケアが心不全の予防では特に重要です。



# 赤羽根 診療所のご案内



平成27年度に2つあった診療所が相次いで閉院して以来、内科医の空白状態が続いていた赤羽根地区において、田原市が開設し渥美病院が運営支援を行う公設民営方式で「田原市赤羽根診療所」が開設されました。

場所は赤羽根福祉センター内に併設され、診療科は内科、レントゲン一般撮影装置や心電図、簡易的な血液一般検査分析装置等を備えています。地域住民のかかりつけ内科医として訪問診療にも対応し、地域医療の充実に努めてまいります。

田原市の特定健診等にも対応しておりますので是非ご利用ください。



**診療案内** 所在地 ● 田原市赤羽根町赤土1番地  
TEL ● 0531-45-3505 / 診療科目 ● 内科

## ○診療時間

(○外来診療 / △訪問診療)

曜日	月	火	水	木	金	土・日	診療(受付)時間
午前	○	○	○	○	○	休	○ 午前9時～正午 (午前9時～11時30分)
午後	○	△	○	△	○	休	○ 午後3時～7時 (午後3時～6時)
							△ 午後1時～5時 (午後1時～4時30分)

※△訪問診療が無い場合は外来診療診療を行います。外来診療が可能かどうかお電話にてお問い合わせください。

### 浅野医師より一言

地域に無くてはならない診療所作りに全力投球していきますので、今後ともよろしくお願いいたします。



### 診療所スタッフより一言

浅野先生は、とても人当たりが良く、やさしく丁寧に問診をしてくれます。その癒し系の人柄は、職場もホッと和ませてくれます。きっと安心できますよ。どうぞ気軽にお越しください。

渥美病院の

# がんばってるせん



No.2

薬剤部

## 長谷 康志さん



**Q** 薬剤師の業務ってどのようなものがありますか？

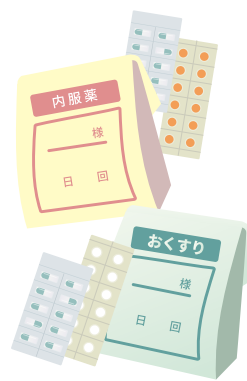
薬剤師の業務は多岐にわたるのですが、私は調剤業務、注射、製剤業務に主に携わっています。

実際には調剤業務では外来、入院処方での調剤を行い、薬を渡す際、窓口で薬が飲めているか確認したりしています。また、患者様から質問等があった場合は回答をしています。

注射業務では医師の処方箋に従い、相互作用等をチェックして患者さま毎に個別にセットしています。

また、製剤業務では院内製剤を調製しています。院内製剤とは製薬メーカーから販売され

ておらず、治療上必要なため院内で調製している薬剤のことで、目薬、坐薬、軟膏などがあります。



**Q** オフの時はどのように過ごされていますか？

運転が好きなので、オフの時はドライブをしたり、旅行にいたりしています。

**Q** 今まで行った場所で特に記憶に残っているのはどこですか？

和歌山県の紀伊半島です。車で高速を使って片道で4時間ほどかかりますが、那智の滝、千枚岩、千畳敷など自然で溢れておりとても印象に残っています。付近にはくじらの博物館という水族館もあり、イルカやくじらと触れ合うことができず。私は水族館や生き物と触れ

合うことが好きなため、少し遠いですが、何度も通っています。



**Q** 最後に読者のみなさんに一言お願いします。

薬に関することなど、なんでもお気軽にご相談ください。



# 防災・減災への取り組みについて

About disaster prevention efforts

今年の6月18日に発生した大阪北部での地震（最大震度6弱）は、死者4名・負傷者434名、またライフラインや交通機関が一時停止するという被害をもたらしました。

東海地方でも、これと同規模以上と予想される「南海トラフ地震」の発生確率が、30年以内で70～80%と発表されています。震災が差し迫ってきているなかで、当院が行っている防災・減災への取り組みについて、簡単にご紹介させていただきます。



## 免震構造について

当院は建物の基礎が「免震構造」になっており、震度6強までの地震であれば、建物被害をほぼゼロに抑えることができます。また、上下左右への激しい揺れをゆっくりとした横揺れに変えることで、建物内にいる人への被害も軽減できるようになっています。

## 防災訓練について

防災訓練は、大小合わせると10種類ほど実施しており、職員ひとりひとりが防災について意識できるように努力しています。毎年10月に行う「トリアージ訓練」では、職員約150名に加えて消防やボランティアの方にも参加していただくなど、地域との連携強化も意識しています。

## 備蓄について

災害用の備蓄は、患者さまと職員合わせて700人を想定し、食糧と飲料水を3日分確保しています。また、それ以外にも医薬品や自家発電機用の燃料などを常にストックしておくことで、災害時でも診療を続けることができるように備えています。



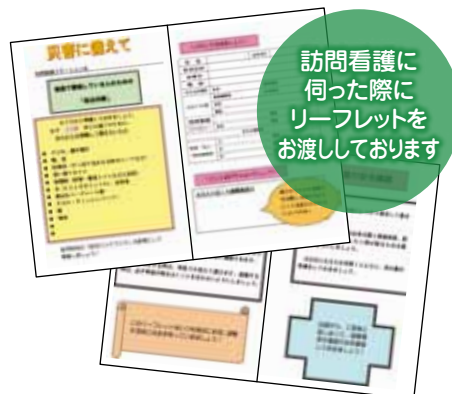
## ● 渥美病院から地域のみなさまへのお願い

災害時に渥美病院では、限られた人員・物資・スペースで最大限の救護活動を行うため、傷病者以外の方が避難目的等で来院されても受け入れることができません。避難をする際には、地域ごとに市が指定している避難所をご利用ください。ひとりでも多くの方の命を救うため、ご協力をお願いします。

## 訪問看護ステーションの取り組み

当訪問看護ステーションでは契約時に防災対策としてリーフレットを渡しています。特に医療機器（HOT:在宅酸素療法の酸素供給装置、吸引器など）を使用されている方にとって停電は生命に関わります。電力会社への情報提供、車から電気を引くためのバッテリーの購入依頼、酸素ボンベがどのくらいの時間持つかなどの確認をしていただいています。

みなさんもどのようなお薬を飲んでいるのか、避難場所はどこなのか、災害時の家族との連絡方法はどうなっているか、最低限の安全を確保できるよう、一度ご家族で話し合ってみてはいかがでしょうか。



Doctor

# あつみでがんばります



外科

た な か は る よ し

田中 晴祥

▶患者さまへの一言

何でもお気軽にご相談ください。

- 出身地 ▶ 豊川市
- 趣味 ▶ サッカー
- 前勤務地 ▶ 名古屋大学医学部附属病院



## 糖尿病教室

- 8:30~14:00
- 予約・お問合せ先／内科外来

- 11月26日(月)
- 1月28日(月)

## 糖尿病調理教室

- 9:00~14:00
- 予約・お問合せ先／内科外来

- 9月10日(月)

## 高血圧教室

- 8:30~13:00
- 予約・お問合せ先／内科外来

- 9月 1日(土)
- 12月15日(土)

**場所** 2階講義室 (玄関を入り右手階段を上がってスグ右) ※都合により、日程を変更することがございます。

**費用** 食事代 ● ¥300 (税込み) ● 集団教室は全て予約制です。予約・お問い合わせは内科外来までお願いいたします。



## 病院モニター会議より報告

開催日 ● 7月7日(土) モニター14名参加

よりよい病院づくりのため、市内20校区を代表する方にご出席いただき、意見交換や病院から情報発信する場としてモニター会議を開催しています。

今年度1回目のモニター会議を開催しました。今回は、「医療をとりまく環境と渥美病院の方向性」についての講演、院内施設の見学を行いました。モニターの皆さま、1年間よろしくお願いたします。

## 一般撮影装置(レントゲン)が新しくなりました!!

新しい装置は、従来の装置よりも更に少ないX線量で、ノイズの少ない高精細な画像を撮影することが可能です。





## 発信あつみの郷

### 地域との交流会

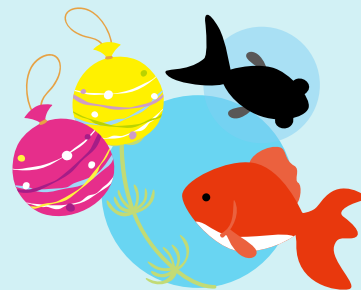
6月11日(金)、「地域との交流会」を開催しました。長年地域で活動を続けておられる赤羽根<sup>しぶ</sup>詩舞同好会の皆様に歌と踊りの披露をしていただきました。当日は台風の予報で、利用者さまからも「台風が来たら中止かね」と心配の声が聞かれましたが、祈りが届いたのか台風の影響はなく予定通り開催されました。赤羽根詩舞同好会の皆さまには、1月の行事「新年を祝う会」でも新春の舞い等を披露していただいております。始めの挨拶で「覚えている人はいますか」との問いかけに、「1月にも来てくれたよね」「〇〇さん、覚えているよ」と笑顔で拍手を送る利用者さまの様子に、詩舞同好会の皆さまも「じゃあ頑張ってるからね」と笑顔で答えてくださいました。演目は、詩吟に合わせて踊る「三河武士」「荒城の月」の他に、利用者さまも一緒に参加して楽しめる歌と体操のコーナーもあり、「また来てね」「綺麗だったよ」と拍手喝采、笑顔いっぱい、地域で活躍される皆さまとの交流を深める事ができ、楽しい時間を過ごせました。



### あつみの郷 夏祭りのご案内

今年も8月24日(金) 18:00より「あつみの郷 夏祭り」を開催します。日頃、あつみの郷をご利用いただいている皆さまや協力いただいているボランティアの皆さま、地域の方々への感謝と共に楽しいひと時を過ごせるよう屋台や総踊り、抽選会などを企画しています。また、お楽しみとして成章高校吹奏楽部の皆さまによる演奏会も予定しております。

暑い夏の夜を大いに盛り上げたいと思いますので皆さまのご来場をお待ちしています。



### 介護食 料理教室のご案内

参加費  
無料

**日時** 平成30年11月17日(土) / 午前9:30~12:20頃

**場所** 田原福祉センター 2階 栄養指導室

**定員** 10名程度 **持ち物** 筆記用具・エプロン・タオル

**対象** 介護食に興味のある方、介護食を作っている方 など



**申し込み先** JA愛知厚生連あつみの郷 介護管理課 ☎0531-22-0283

※田原健康マイレージ対象



## 白菜ときのこの磯和え エネルギー 14kcal たんぱく質 1.3g 塩分 0.3g

白菜	65g	減塩しょうゆ	小さじ1/2
しめじ	10g	きざみのり	ひとつまみ
えのき	5g		

- ① 白菜2~3cm幅に、しめじは石突きを取ってほぐし、えのきは石突きを取って半分の長さに切る。
- ② ①をそれぞれざっと茹でてざるにあげ、冷めたら水気を絞る。
- ③ ボールに②を入れ、減塩しょうゆときざみのりをかける。
- ④ 全体に味がなじむように和える。

## もやしとオクラの梅カツオ和え エネルギー 24kcal たんぱく質 2.6g 塩分 0.7g

もやし	65g	③	減塩しょうゆ	2g
オクラ	15g		穀物酢	2g
練り梅	5g		味噌	1g
かつお節	1g			

- ① もやしは水で洗い、ひげ根を除いて茹で、ざるにあげて水気を切り冷ます。
- ② オクラは水で洗い、塩(分量外)を振って手で軽くこすってうぶ毛を取る。鍋に沸かした熱湯で茹でて水に取り、水気を切って小口切りにする。
- ③ ③をよく混ぜ合わせる。
- ④ ボールに①②を入れ、③とかつお節を加え和える。

## スイカ エネルギー 37kcal たんぱく質 0.6g 塩分 0.0g

スイカ	100g
-----	------

- ① 食べやすい大きさに切る。



高血圧教室へのご参加お待ちしております。



健康のために  
 ①食物繊維を多く含む食品を十分にとりましょう。  
 ②脂質のとりすぎには十分注意しましょう。  
 ③1日350g以上の野菜をとりましょう。  
 これらを意識して、適正エネルギーでバランスのよい食事をとりましょう。

1日の食塩摂取量の目標は、男性8g、女性7gです。  
 血圧が気になる方は、6g未満を目標にしましょう。  
 高血圧の予防には、減塩だけでなく、野菜をたっぷり食べ、適度な果物の摂取、バランスの良い食事が必要です。

今回のメニューは、平成30年5月19日の高血圧教室での提供メニューです。

レシピは1人前の分量です

## 麦入りご飯 エネルギー 248kcal たんぱく質 4.3g 塩分 0.0g

精白米	65g	大麦	5g
-----	-----	----	----

- ① 米を洗い大麦を入れて炊く。

## 蒸し鶏の中華ソースかけ エネルギー 216kcal たんぱく質 14.5g 塩分 1.0g

鶏もも肉	80g	③	おろし生姜	2g
料理酒	小さじ1		おろしニンニク	1g
【付け合わせ】			穀物酢	大さじ1/2
キャベツ	25g		減塩しょうゆ	大さじ1/2
トマト	30g	上白糖	小さじ1	
【ソース】		ごま油	小さじ1/4	
長ねぎ	20g			
葉ねぎ	3g			

- ① キャベツは千切り、トマトはくし切りにする。
- ② 長ねぎはみじん切り、葉ねぎは小口切りにする。
- ③ ③と②をよく混ぜ合わせる。
- ④ 鶏肉に酒をふり、耐熱皿にのせてラップをかけ、電子レンジ(600W)で3分加熱する。(火が通ったか確認し、必要に応じて追加熱をする。)
- ⑤ 粗熱が取れたら、食べやすい大きさに切る。
- ⑥ ①と⑤を皿に盛り、③のソースをかける。

肥満対策の基本

「標準体重」から「1日に必要なエネルギー量」を求めます。

- 標準体重(kg).....身長(m)×身長(m)×22
- 1日に必要なエネルギー(kcal).....標準体重×25~30

今回のメニュー

エネルギー **539kcal**  
たんぱく質 **23.3g** 食塩 **2.0g**

40歳になったら  
1年に1回

# 大腸がん検診を受けましょう!

生涯のうちでがんにかかる可能性は、男性では62%、女性では46%というデータがあります。<sup>※1</sup>がん  
で亡くなる人のうち、大腸がんで亡くなる人の数は、男性では3位、女性では1位となっています。<sup>※2</sup>

大腸がんは、初期は自覚症状がほとんどないため、発見が遅れると病状が進行して治療が難しくな  
ります。しかし、早期に発見し、早期に治療すればほぼ治る病気です。大腸がん検診を受ければ、大腸が  
んによる死亡率は60%~80%下がると言われています。40歳以上の方は、1年に1回、大腸がん検診  
を受けましょう。 [出典] ※1 国立がん研究センター「知っておきたいがんの基礎知識」 ※2 日本対がん協会「大腸がんの基礎知識」

## 大腸がん検診って?

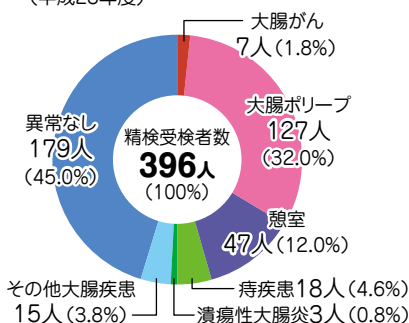
### Q.大腸がん検診は何をするの?

**A.** 検便を行い、便の中に血が混じっているかどうか検査して、精密検査の必要性を判断します。検査  
容器を渥美病院 健康管理センターでお配りしていますので自宅などで便を採取し、提出してい  
たきます。食事制限もありません。田原市では、2016年に大腸がん検診を受けた方のうち、約9%が  
陽性でした。

### Q.検診結果が陽性でした、その後はどうしたらよいでしょうか?

**A.** 検査で陽性がでたら、医療機関を受診しましょう。大腸内視鏡検査など、追加検査を行います。田原  
市では、陽性となった人のうち、大腸がんと診断された人が2%、放っておくとがんになる可能性  
がある大腸ポリープ(腺腫)が見つかった人が27%でした。大腸ポリープは大きくならないうちに発  
見し切除できれば「大腸がんの予防」に繋がります。  
「痔からの出血だと思い放っておいたら実は大腸がんだった」ということもあり得ます。  
検査が陽性なら、ぜひ精密検査を受けましょう。大腸がんがあっても陰性になってしまう場合や、急  
速に進行する場合もあるので、結果が陰性の人も検診は毎年受けることをお勧めします。

### ▼田原市大腸がん検診精密検査結果 (平成28年度)



### ▼このような症状がある時はすぐに検査を!

- 便秘と下痢が交互に起きる  
腸内が狭く細くなるため、便秘しやすくなります。
- 残便感がある  
何となく便が出きっていない感じがしたり、吐き気  
や頭痛があることも。
- 便が硬くなった  
これも腸内が狭くなることから起こります。
- 便に赤黒い血がまじる  
見分けにくい場合もあるのでよく観察しましょう。



### ●体からのサインを見落とさないで!

検診は症状がない方が対象となります。血便が出る、便秘や下痢、腹痛など症状がある場合には健  
康保険で検査を受けられますので、検診ではなく医療機関(消化器内科)を受診しましょう。

### 人間ドック・各種健康診断・特定保健指導のお申込み・お問合せ

渥美病院健康管理センター ☎0531-22-9698(直通)

受付時間 ● 10:00~12:00 / 13:30~16:00 / ※休診日:第2,4,5土曜日、日曜日、祝日、年末年始 ※午後は平日のみ  
電話が混雑しかかりにくい場合がございます。ご迷惑をおかけ致しますがご了承下さい。

▶ 職種紹介

# 病院を支える こんな職種

## No.7 言語聴覚士(ST)

### 「言語聴覚士って知っていますか?」

**Q** 言語聴覚士とは

**A** 言語聴覚士(ST)は「ことばによるコミュニケーション」や「摂食・嚥下(のどしゃくや飲み込み)」の問題に対して専門的に対応する専門職であり、渥美病院あつみの郷には計7名の言語聴覚士を配置しています。

**Q** どんな仕事をするの?

**A** 入院、入所の方が安全に経口摂取を継続できるように摂食・嚥下訓練を行っています。また、退院後も安心して口から食べられる方法を管理栄養士やご家族と一緒に考えていきます。

**A** 脳卒中や認知症などで「ことばが言えない、理解できない」、「ろれつが回らない」等の症状のある患者様に対し、言語認知機能訓練を行っています。

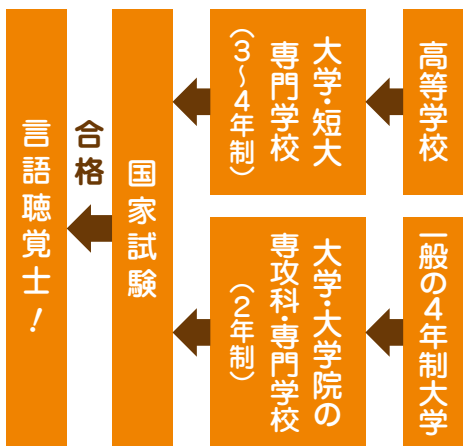
**A** 「ことばの発達が遅い」「発音が拙い」「ごもる」などのお子さんに対して、小児言語訓練を行っています。また行政や保育園、他院の児童精神科医とも連携を取りお子さんの発達をサポートしています。

以上のようなことばの問題や、飲み込みの問題で悩まれている方がいらっしゃいましたら当院へ受診していただき、まずは医師にご相談下さい。

※小児言語訓練は現在、初回の受診から訓練開始まで3〜6ヶ月お待ちいただいております。また、訓練頻度も1ヶ月に1回程度となっています。

**Q** 言語聴覚士になるには?

**A** 言語聴覚士資格取得のための一般的なコースは次の通りです。



**Q** どんな人が向いているの?

**A** 「人と接すること」がすき、「人の役に立ちたい」という気持ちのある方にはとてもやり甲斐のある仕事です。学生時代に遊びも勉強も幅広く経験することがとても役に立つと思います。



日本語聴覚士協会めぐせ!ST  
<http://mezase-st.com/>  
も参考にしてください。

今回は...

## 電気技師

楽しみにしていて  
くださいね♪

# 気になる塩のはなし

日本人は食塩を摂り過ぎていると聞いたことはありませんか？

塩は人の体の中で栄養の吸収を助ける、水分を保持するなど大切な働きをしています。日本人の食事摂取基準では1日に1.5gの食塩が必要であるとされています。

しかし現在の日本人の食生活では食塩の摂り過ぎが問題になっています。食塩の摂り過ぎは高血圧を引き起こし、脳梗塞や心筋梗塞、腎臓病などの原因となります。

国の基準では食塩は1日に男性8g未満、女性7g未満、高血圧の方は6g未満にするのが良いとされていますが、実際は平均10g以上食塩を摂っているとされています。

## 特にこんな人は食塩を摂り過ぎているかも？

- 味噌汁やスープを毎日2杯以上飲む
- 漬け物や梅干しを毎日食べる
- 食事にはしょうゆやソースをよくかける
- 食事の量が人より多い
- 外食や弁当、惣菜を週3回以上利用する
- ちくわ、かまぼこなどの練り製品をよく食べる
- ハムやソーセージをよく食べる
- せんべい、ポテトチップスなどをよく食べる
- うどん、ラーメンなどの麺類を週2～3回以上食べる



## 今日からでもできる減塩の工夫!

### 食べ方

味噌汁は1日1杯で貝たくさんに

→味噌汁1杯の塩分量は約1.5gです

しょうゆはかけるより少しつける

→つけ過ぎると逆に塩分が高くなります

麺類のスープや汁は残しましょう

→塩分を50%以上カットできます

### 作り方

だしはかつお節や昆布など天然のもので

→市販のだしの素は塩分が高いです

酢や柑橘類、香味野菜で味に変化を

### 選び方

加工品よりも生鮮食品を利用しましょう

→練り製品やハム・ソーセージなどの加工品は塩分量が多いです



田原市では健診受診者の約半数が血圧高めに該当しています。減塩を心がけて高血圧を予防しましょう!

高血圧予防についてもっと詳しく知りたい方はぜひ高血圧教室へお越し下さい(詳しくは7ページへ)

## 渥美病院・診療日カレンダー / 2018.8月 ▶ 2019.1月

□は休診日です。[第2・4・5土、日、祝祭日] / 第1・第3土曜日の午前中は診療しております。  
8月15日は、厚生連設立記念日のため休診とさせていただきます。  
12月30日～1月3日は年末年始のため休診とさせていただきます。

8月							9月							10月							11月							12月							1月																																																																																																																																				
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土																																																																																																																														
・	・	・	1	2	3	4	・	・	・	・	・	・	1	・	1	2	3	4	5	6	・	・	・	・	1	2	3	・	・	・	・	・	・	1	・	・	1	2	3	4	5	・	・	・	・	・	・	1																																																																																																																							
5	6	7	8	9	10	11	2	3	4	5	6	7	8	7	8	9	10	11	12	13	4	5	6	7	8	9	10	2	3	4	5	6	7	8	6	7	8	9	10	11	12	12	13	14	15	16	17	18	9	10	11	12	13	14	15	14	15	16	17	18	19	20	11	12	13	14	15	16	17	9	10	11	12	13	14	15	13	14	15	16	17	18	19	19	20	21	22	23	24	25	16	17	18	19	20	21	22	21	22	23	24	25	26	27	18	19	20	21	22	23	24	16	17	18	19	20	21	22	20	21	22	23	24	25	26	26	27	28	29	30	31	・	23	24	25	26	27	28	29	28	29	30	31	・	・	・	25	26	27	28	29	30	・	23	24	25	26	27	28	29	27	28	29	30	31	・	・

## 編集後記

暑い日が続いていますが、皆さまいかがお過ごしでしょうか。熱中症にならないために、暑い日は迷わずエアコンを使いましょう!  
今年気温だけでなく、FIFAワールドカップが大いに盛り上がり、「熱い夏」となりましたね。日本がランキング上位のチームに善戦を繰り広げる姿は、最高にかっこよかったです。私は、スポーツ選手のように大勢の注目を集めていなくても、働いている人はみんなかっこいいと思います。みんながそれぞれの役割をもって、社会や人々の暮らしを支えています。

渥美病院も、地域の皆さまを支えていけるよう今後も努力を続けていきます。

至らないところもありましたが無事に編集を終えることができました。次号も温かく見守っていただけると嬉しく思います。