がんと心臓ー心堂・かかりつけ病院ー心堂

ISSHINDOW NEWS

OFFICIAL HOMEPAGE

11月号

2026.11.9 Mon

［発行］社会医療法人社団十全会 岡村一心堂病院 広報部 岡山市東区西大寺南2-1-7　086-942-9900

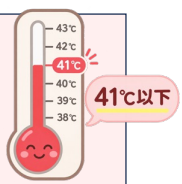
冬のお風呂 心臓は大丈夫？

寒い日のお風呂は気持ちのよいものですが、脱衣所と浴室の温度差や熱いお湯への入浴は、血圧を大きく変動させ、心臓や血管に負担をかけることがあります。
冬のお風呂と体の関係を知って、安心して入浴するためのポイントを確認しましょう。

お風呂の中では、カラダに何が起こっている？



安心して入浴するポイント



- ☑ 脱衣所を温めておく
- ☑ お湯を高温にしすぎない
  温度は **41℃以下**を目安に
- ☑ 湯船につかる時間は**10分以内**
- ☑ 入浴前後に水分をとる
- ☑ 体調が悪いときは無理に入浴しない

※消費者庁「高齢者の入浴中の事故防止」に関する注意喚起を参考

息切れや動悸、脈の乱れ、足のむくみなど、気になる症状はありませんか？当院では心臓リハビリテーションにも対応しています。気になる症状がある方は、循環器内科へお気軽にご相談ください。

＜循環器内科 診療担当表＞

2026年11月現在

	月	火	水	木	金
午前	榊原病院	-	-	岡村	伊藤
午後	榊原病院 13:30開始	岡村	-	-	伊藤 14時-17時

400mL献血

献血バスがやってきます！

あなたの献血が、誰かの命を支えます。

お一人おひとりのご協力が、大切な命をつなぐ力になります。
皆さまの温かいご協力をお願いいたします。



けんけつちゃん

2026年11月25日(水)13:00～14:15

場所：岡村一心堂病院 駐車場

（受付は病院内で行います）

事前予約のうえ献血にご協力いただいた方には
記念品をプレゼント！

献血の予約は
こちら>



※当院掲示ポスター

カスタマーハラスメント基本方針の策定

法改正に伴い、当院では職員が安心して働ける環境を守るため、カスタマーハラスメントに関する基本方針を策定しました。

患者様やご家族様からのご意見・ご要望は、これまでどおり真摯に受け止め、医療サービスの改善につなげてまいります。一方で、暴言や威圧的な言動、不当な要求などに対しては、職員個人に任せず、病院として組織的に対応します。患者様と職員が互いに尊重し合い、安心できる医療環境づくりに取り組んでまいります。

基本方針全文は
QRコードから

ホームページよりご覧いただけます。