

新年のごあいさつ

新年明けましておめでとうございます。今年も、創立70周年を迎えます。大宮中央総合病院がさいたまの地で成長し、地域の皆さまや関係各機関の支えにより発展する機会に恵まれたことに心より感謝申し上げます。

当院は24時間・365日急性期・地域医療を支える病院としての役割を担っており、職員の皆様が日々奮闘されていることにより成り立っております。

埼玉県と埼玉県医師会が共催で行う「救急の日」記念行事において、「救急医療功労医療機関」を受賞する程までに成長が



うおずみ しょうじろう
病院長 魚住 祥二郎

な の は な

第02号

令和7年1月発行

住所：さいたま市北区東大成町1-227
電話：048-663-2501（代表）

できましたのは、確固たるチーム医療が実践されているからだと考えております。個人がどれほど高いスキルを所持していたとしても、それだけでは病院において医療を適切に行うことはできません。各部署が互いにリスペクトし、円滑な情報共有・コミュニケーションをとることが必要であり、当院ではその土台が出来上がってきていると感じております。

一方で、解決すべき様々な問題や課題が立ちはだかっていることも事実です。それでも、職員の皆様が強い意志を持ち、立ち向かうことで必ず克服できるはずだと思います。

2025年を大宮中央総合病院がさらに地域医療に根ざした病院へと発展・創造する年となるように、皆様とともに頑張りたいと思います。

大宮中央の 読むと身 になるお話

冬場に増加 ヒートショックに要注意！

■ヒートショックとは？

ヒートショックとは、家の中の温度差により血圧が大きく変動し、失神や心筋梗塞、脳梗塞などを引き起こし、身体に悪影響を及ぼす事です。主にヒートショックが起きやすい場所は脱衣所や浴室です。



暖房の効いた部屋から寒い脱衣所に移動した際に、身体は血管を細くして血液の流れる量を減らし、体の熱を外に逃がさないように調整します。血管が縮むと血液が流れにくくなり、血圧は上昇します。衣服を脱ぎ浴室に入ると更に血圧は上昇し、そのまま浴槽で温かいお湯に浸かると今度は急激に体が温まり血圧が急下降します。その後、また寒い脱衣所に行くことで血圧が再上昇し、この一連の血圧の急変動によりヒートショックが起こりやすくなります。年間、入浴中に亡くなる方は約1万9千人で、その原因の多くがヒートショックだと言われております。

■こんな人は要注意

65歳以上の方、高血圧や糖尿病などの動脈硬化の既往がある方、肥満や睡眠時無呼吸症候群、不整脈の方が影響を受けやすいです。

- ・65歳以上・高血圧、糖尿病、動脈硬化がある
- ・浴室に暖房設備がない
- ・肥満、睡眠時無呼吸症候群、不整脈がある
- ・熱い風呂（42℃以上）が好き
- ・飲酒後にお風呂に入る習慣がある
- ・30分以上お湯に浸かっている

※チェックリストに該当するご家族がいる場合は入浴中、時々様子を見に行ってください。

■予防法

【部屋間の温度差をなくす】脱衣所や浴室に暖房器具を設置して暖かくしておくことが重要です。また、暖房器具がなくてもお湯を張った浴槽の蓋を開けておく事で、浴室内は暖まります。

【浴槽の温度は低めに設定】湯温が高すぎると心臓に負担がかかります。38℃～40℃程がおすすめです。また、入浴する際は手や足などの心臓から遠い場所にかけて湯をして体をお湯に慣れさせてから入りましょう。

【飲酒後の入浴は避ける】飲酒後は、血圧が下がりやすくなるため入浴を控えた方がよいでしょう。それでもお酒を飲みたい方は、入浴後の晩酌にしてみたいかがてしょうか。

循環器内科部長 明石直之 医師

マイナ保険証の利用について

マイナ保険証とはマイナンバーカードを健康保険証として利用登録することで、健康保険証の代わりに利用することができるマイナンバーカードのことを呼びます。令和6年12月2日で保険証の新規発行がなくなり、今後はマイナ保険証の利用が基本となります。既存の保険証は令和7年12月1日まで経過措置として医療機関等での利用が可能ですが、今後保険証を紛失した際や転職・住所変更の際に保険証は発行されません。

【現行の受付対応方法】

	マイナンバーカード	資格情報	旧保険証	備考
マイナ保険証登録済	○	不要	不要	-
マイナ保険証未登録	※	○	令和7年12月1日 まで使用可	保険情報登録後に 資格確認します。 確認が取れない場合 は自費となります。
マイナンバーカード 未所持	×	○		

※マイナポータルスマホアプリから申し込み可能。また、当院設置の専用機械からでも登録可能です。

○マイナ保険証のメリット

- 1.過去に処方された薬や特定健診等の情報が見れるので、治療に役立てられます。(情報利用に同意した場合)
- 2.限度額適用認定証がなくても高額療養費制度が適用されます。(高額療養費制度に同意した場合)
- 3.確定申告時に医療費控除が簡単にできます。(マイナポータルの登録が必要) 等々

マイナンバーカードと診察券の紐付けの取り組みも始まっております。ぜひマイナ保険証の利用をご検討ください。

常勤医師のご案内 今年も一年宜しくお願い致します

○消化器内科

院長
魚住 祥二郎
専攻医
小澤 朋弘

○腎臓内科

理事長
四宮 敏彦
腎臓内科部長/透析センター長
橘 翔平

○外科

特任副院長/診療部長
和田 友祐

○整形外科

副院長/手術室部長
塩谷 英司

○循環器内科

循環器内科部長
明石 直之

○形成外科

形成外科部長
得能 香菜

○耳鼻咽喉科

耳鼻咽喉科部長
宮下 恵祐
耳鼻咽喉科顧問
富山 俊一

○リハビリテーション科

リハビリテーション科顧問
瀧澤 英夫

○健診

健診部長
成田 忠友



アクセスマップ



◆電車

- ・ニューシャトル「鉄道博物館(旧大成)駅」
より徒歩約5分
- ・東武アーバンパークライン「北大宮駅」
より徒歩約7分

◆バス

- ・東武バス 大42 大51
赤柴・大宮中央総合病院入口 徒歩2分
- ・さいたま市コミュニティバス
大宮中央総合病院 徒歩0分

◆車

- ・駐車場 58台



〒331-0814 埼玉県さいたま市北区東大成町1-227
医療法人へブロン会 大宮中央総合病院 TEL:048-663-2501(代表)

病院ホームページは
こちらから→

