

10月4日から診療日が変わります。

整形外科 水曜日 ⇒ 金曜日  
 内視鏡検査(中田) 金曜日 ⇒ 水曜日  
 内科三診(中田) 水曜日 ⇒ 金曜日  
 内科三診(大塚) 金曜日 ⇒ 水曜日

詳しくは下表をご覧ください、  
お間違のないよう、ご注意ください。

お詫び

9月に発行しました日南病院だよりにつきまして、  
【第11号 2021年9月】のところに  
【第10号 2021年8月】と発行して  
しまいました。

ご覧になった皆様方には混乱を  
させてしまい、申し訳ございません  
でした。



町は大きなホスピタル

日南病院だより

第12号

2021年10月

禁煙しましょう



日南病院は敷地内全面禁煙とすることで医療  
保険を使用し、禁煙指導を受けることができ  
ます。

禁煙外来は予約制で毎週木曜日の午後に実施  
しています。

喫煙習慣はニコチンに対する依存症です。た  
ばこを吸うことで気分が落ち着くと言われ  
る方が多いですが、これは依存症によりニコ  
チン不足になるとイライラしてくるため、  
たばこでニコチンを取り入れることで気分  
がよくなっている状態です。

禁煙が難しいのは、このニコチン依存状態  
があるためです。これに対してイライラを  
軽くしながら禁煙していく支援があり、  
以前より楽に禁煙できるようになっていま  
す。

喫煙は自分だけでなく周囲の人の肺癌リ  
スクも高めることがよく知られています。  
また、たばこの値段も年々高くなったこと  
もあり、最近では禁煙外来を受診される  
方が多くなりました。禁煙の成功率も高  
なっています。

思い切って禁煙してみられてはいかがでしょうか。



日南病院 名誉院長  
高見 徹

< 禁煙5箇条の利得！ >

- (1) 禁煙して健康を取り戻そう
- (2) 禁煙して肺癌を予防しよう
- (3) 禁煙して周りの人に好かれよう
- (4) 禁煙して火災を防ごう
- (5) 禁煙してイライラをなくそう

ただし、禁煙すると食事がおいしくなり、  
太りやすくなります。私は禁煙の前に少し  
ダイエットしてから禁煙しました。禁煙  
して20年近くなりますが、今更ながら  
禁煙して本当によかったと思っています。

実は私も医者になったとき一度禁煙に  
成功していたのですが、仕事が立て込  
んだとき先輩の医師から1本たばこを  
もらった事から喫煙するようになりま  
した。

先輩医師が「あのときたばこをやらな  
きゃよかったな」とよく言っておられ  
たことを懐かしく思い出します。

禁煙に成功したら、以後たばこを口に  
しないことが大事です。

今ではこのような自分の経験を生か  
して禁煙の指導に当たっています。

一緒に頑張って禁煙に取り組みま  
しょう！



禁煙外来：木曜日 14時～16時  
予約制となっております。

☎：0859-82-1235 (代表)  
禁煙外来までお問合せください。



2021年10月4日～		月	火	水	木	金
内科	一診 (予約制)	中田	大塚	井川	大塚	井川
	二診 (予約制)	佐藤	高見	加藤	佐藤	高見
	三診 (予約なし)	加藤	渡邊 (井川)	大塚	鳥大 (井川)	中田
	発熱外来 (14-16時)	佐藤	中田	加藤	大塚	井川
	専門外来	井川 (ペースメーカー チェック)				石井 (糖尿病)
検査 (予約制)	内視鏡 エコー		加藤 渡邊	中田 佐藤		
禁煙外来 (予約制)					高見	
物忘れ外来 (予約制)					高見	
外科		鳥大 平岡	平岡	鳥大 平岡	平岡	平岡
整形外科 (予約制)						鳥大
小児科		鳥大 祝日等休診の場合 火曜日			鳥大	
小児科 特別診療		第3火曜(PM)は鳥大小児循環器外来				
耳鼻咽喉科		鳥大			鳥大	
眼科 (予約制)				鳥大		鳥大
皮膚科			池原			

- ・診療 9:00～12:00(開扉7:30、受付8:00～11:30)
- ・整形外科、眼科は予約制になっていますので、当日受診希望の方は、ご来院前に電話をお願いいたします。
- ・発熱のある方は必ず事前に電話でご相談ください。
- ・新型コロナウイルス感染症対策のため病棟への面会は原則禁止ですが、オンライン面会などの方法がありますので、希望の方は病院看護師に電話でご相談ください。

日南町国民健康保険  
日南病院

〒689-5211  
鳥取県日野郡日南町生山511-7  
TEL：0859-82-1235  
FAX：0859-82-1341  
HP：https://nichinan-hospital.jp/



病院に対するご意見ご  
要望、または広報誌に対  
するご意見など、お待ち  
しています。



⇒入力フォーム



日南病院LINE  
公式アカウント



休診の連  
絡や予防  
接種など  
いち早く  
情報発信  
します。

# 病院を支える病院売店 ファミリーショップ 坪倉



いつも素敵な笑顔で出迎えてくださる病院売店の坪倉さん。  
2015年4月から売店を始められて7年目になるとのこと。  
本号ではそんな坪倉さんにインタビューさせていただきました！

Q. お店づくりで心掛けていることはありますか？

A. 一人暮らしの年配の方が多く、お客さんの話を聞くことを心掛けています。そんな方が売店に来られて「あー、今日は話ができてよかった」と言ってもらえたら一番嬉しいですね。

お客さんから「売店で話をするのが楽しみだ」と声をもらいますが、それ以上に自分自身がお客さんと話すことを楽しみにしていて、元気をもらっています。

お客さんとの触れ合いが売店のやりがいです。



Q. お休みの日は何をされていますか？

A. 犬を飼っているので犬の散歩をしたり、たまに草刈りや畑に出たりしてぶらりぶらりと過ごしています。

Q. 好きな言葉はなんですか？

A. 「健康」と「笑顔」ですね。

体がしんどければどうしても気分も沈んでしまうので。まず自分が健康でないと笑顔が出てこないし、自分が笑顔であれば周りの人も明るくできますから。健康と笑顔は裏表の関係じゃないかと思っています。

Q. 今後取り組んでみたいと思っていることはありますか？

A. 普段買い物へ出かけることが難しい方も病院受診の機会に売店へ来て、「今日は色々買い物できて良かった」と思ってもらえるように品物を充実させたいと思っています。

Q. 売れ行きの良い商品は何ですか？

A. 今の季節は暑いので、ジュースやアイスの売れ行きが良いですね。



売店のコーナーを  
一部ご紹介♪

ファミリーショップ 坪倉  
営業時間 9時00分～16時00分  
(月曜～金曜日)

お菓子、ジュース、ちょっとした日用品など取り揃えています。

また、売店前に休憩スペースを設けましたので、受診後やお買い物後にほっと一息……。

ご自由にご利用ください。



<お菓子・日用品など>



<佃煮>



だんだん。  
またきてつかあーさい。

