



# 医療生協かながわ生活協同組合

# 中田診療所だより 2021年 3月号

2021年2月25日発行

発行 医療生協かながわ生活協同組合 中田診療所  
横浜市泉区中田東3丁目3番27号  
電話 045-802-2840 FAX045-803-0716

## 風しん抗体検査 受けましたか？

昭和37年4月2日から昭和54年4月1日生まれの男性の方は、「風しん追加対策事業」として風しん抗体検査が無料で実施されております。お手元にクーポン券が届いている方はぜひ、有効期限内に検査をお受け下さい（クーポン券を紛失された方は再発行も可能です。横浜市予防接種コールセンター045-330-8561までお問い合わせください）。

十分な風しん抗体がない方は予防接種（麻しん風しん混合(MR)ワクチン）も無料で実施できます。

全国どこの市区町村にお住まいでも受けられます。

## ☆看護師長が 交代します☆

2011年4月より務めておりました栗山師長ですが、この3月をもちまして交代となります。

なお、後任にはいずみ診療所の宮本師長が赴任予定です。どうぞよろしくお願ひいたします



## あ、年度末っ！ 健診受けなきゃ！！



特定健診や各健康保険組合の制度健診は、毎年4月～翌年3月末が受診期間です。

横浜市特定健診・健康診査は基本健診（採血、検尿等）は無料で受けられます。また、がん検診に関しては75歳以上の方は無料です。基本健診を受けて頂くと心電図、腹部エコーは組合員の方はそれぞれ、1,000円、2,500円で実施できますのでお勧めします。

ご自身の健康管理のためにも年度内にぜひ、受診しましょう。



2011年4月から、中田診療所の看護師長に任命されました。東日本大

震災の支援に行き、どうにもならない無力感、やり場のない悲しみを心に抱きながらの赴任でした。

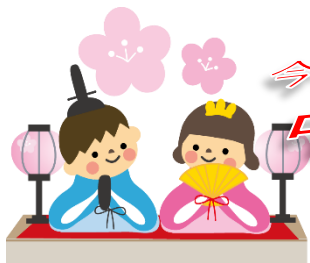
中田地域の静かな景観、穏やかな雰囲気、癒され、元気な患者さん・利用者さん、地道に活動を続けている組合員さんに励まされ、はや10年も経過しました。

振り返ると多くの思いが溢れますが、まだたくさん問題もあります。これからできることから、平和な豊かな世の中になるように、共に歩いていけたらと思っています。

コロナ禍であり、中田診療所のこれからも気になります。まだまだもう少し働きながら、少しでも協力していきたいと思っています。

4月から、新しい体制になります。地域の頼れる砦として、中田診療所を育てていきましょう。これまで以上にご指導、ご支援よろしくお願ひいたします。

人に寄り添い、命を大切に、40年以上この仕事をさせて頂けたことに、心から感謝の気持ちでいっぱいです。いつも多くの方々を支えて頂き、助けてもらいながら、年を重ねてきました。穴に入りたい思いも数々です。皆様本当にありがとうございました。



# 今日もいきいき・あったか♪ 中田デイサービス通信



## ～自宅で喉を鍛えてみては？～

朝晩の冷え込みが大分緩み日中はポカポカ陽気という日が増えてきました。

2月初旬には例年より早く春一番が吹き、だんだん季節感が失われていく気がします。

新型コロナウイルスが蔓延し始めてから1年が過ぎました。2度目の緊急事態宣言が延長され、まだ終息の見通しが立たない状況の中でようやくコロナウイルスワクチンの接種が医療従事者から始まりました。副反応が色々取り沙汰され不安な気持ちもありますが、私自身は順番が来たら受けようと思っています。インフルエンザワクチン同様、かかりつけの医療機関で接種できるようになればいいのですが…。

換気のために窓やドアを開けるたびに「寒い～」とおっしゃっていた利用者様ですが、いつの間にかそういう声も聞かれなくなりました。寒い時期に風邪をひかれて休まれることも殆どなく食欲も旺盛です。ただ食事中にむせたり詰まったりするのが気になります。

1月の毎日新聞に掲載されていたのですが「アイウエオ音読」という記事を目にされた方もいらっしゃるのではないでしょうか？「アイウエオ音読」とは椅子に深く座り、新聞紙を顔の前に広げ大きな声で記事を読むこと。高齢者が命を縮める原因を4つ挙げていましたが、その1つ「肺炎」の7割を占めるのが誤嚥性肺炎でした。かく言う私の母もそれが原因で亡くなりました。

私もお正月にローストビーフが喉に詰まり慌てた経験があります。他人事ではありません。

今は大きな声で会話したり笑ったり出来ないご時世なのでせめて大きな声で新聞を読んで見ようと思いました。

一面全部読むと喉がかなり疲れますよ。胸回りの筋力も鍛えられた気がします。

実践した次の日、デイサービスで歌う歌声が美声に聞こえるのは気のせいでしょうか？

デイサービス看護師 佐藤

デイサービスでは  
介護スタッフを募集しています。  
詳しくはお電話・来院にて、  
担当：小野塚 又は 福田 まで

デイサービス利用者さん募集中！  
見学のご相談受付しています。

実施曜日：月～金（祝日も営業）

送迎エリア：泉区・戸塚区一部

主な内容：入浴・食事・音楽療法・囲碁や園芸  
などさまざまな活動。医療生協の健康づくりを理念に、一日を通して生活リハビリを行っています。

## 診療案内

訪問診療  
承ります！  
ご相談ください



中田診療所 所長／加藤 敏平			横浜市泉区中田東3-3-27 045-802-2840					
			月	火	水	木	金	土
午前	9:00 ～ 12:00	内科	(予約) 加藤 【循環器】	(予約) 加藤 【循環器】	★(予約) 石橋 【呼吸器】	(予約) 加藤 【循環器】	★石橋	第1/3/5 河合
			富田	濱田	かば さわ 蒲 澤	富田	(予約) ★近藤 【糖尿外来】	第2/4 橋元
		リハビリ	○	○	○	○	○	○
午後	1:30 ～ 4:30	内科	鈴木 【内分泌】	濱田	休診	森	加藤	休診
			富田				河合	
		整形外科	山崎14:00～					
リハビリ	○	○	○	○				
夜間	5:30 ～ 7:00	内科	★印は女性医師です			【休診中】		