



診療案内

齊田は休診となる日がありますのでご了承ください

受付時間		診療科目	月	火	水	木	金	土
午前	9:00 ~ 12:00	内科	齊田	齊田	齊田	伴	齊田	齊田
				近藤 (第4火曜のみ予約)	近藤 (予約)	串田	富田 (健診)	串田
		物療	○	○	○	○	×	○
午後	13:30 ~ 16:30	内科	齊田	齊田	菅沼 (呼吸器)	伴	休診	休診
			河野					
		物療	○	○	○	○		
		整形外科				本橋		

齊田所長の診療についてお知らせ

治療その他の事由により休診となる場合がありますのでご了承ください。

2021年12月 11月17日現在の予定

◆年末年始休診のお知らせ

12月29日(水)~1月3日(月)

増資・新規加入申込書

お名前 _____

ご住所 _____

お電話番号 _____

(加入の方のみ) 生年月日 T・S・H 年 月 日

口 円



コロナ禍における高齢者の うつ病や認知症にご注意を！

長期に渡り私たちが直面することになったコロナ感染症の世界的パンデミック。その中でうつ病や認知症など、高齢者のメンタルヘルスにも影響が及んでいます。

「自分がコロナ感染症にかかるかも…」という心配する方や「家族がコロナ感染症になるかも」「そのことで自分の環境が変わるかも」という家族や周囲への不安が大きいように見受けられました。特にストレスが強い方はテレビの情報から強い影響を受けていることもあります。時にはそれらの情報源と少し距離を取ることも必要です。感染人数やワクチン接種の進捗状況などに一喜一憂せず、身体も気持ちも外に向けることを心掛けましょう。今後も適切な感染対策をしつつコミュニケーションの再開をしていきましょう。

ほとんどの介護施設では、コロナ感染症に対する対策をきちんと行っています。定期的な外出や人との会話が、運動機能・認知機能の低下を防ぎますので、デイサービスなどの利用を再開してみてもいいでしょう。

誰かに自分の気持ちを話したり不安を共有したりすることで安心感が生まれて良い睡眠が取れるようになり、心の安定に繋がります。



(裏面へ続く)

(前面からの続き)

一方、在宅で過ごす人は、家の中でできる趣味を見つけましょう。身体を動かすストレッチや体操のほか、頭を使う簡単なパズル、切絵、今ならお孫さんに習ってコンピューターを使ったゲーム「e-スポーツ」などにチャレンジするのもいいかもしれません。そして高齢者をサポートする家族の方は、高齢者の活動量が減っていることを踏まえた上で介護サービスの見直しや、イベントやリハビリなどで楽しみを増やす工夫を続けることが重要です。

コロナ禍はもうしばらく続くでしょう。高齢者には適切な感染対策を続けながら、活動的な毎日を過ごして欲しいと願っています。(師長:小野)

強化月間へのご協力 ありがとうございます

10月、11月は医療生協では組合員を増やし、出資金を増やす医療生協強化月間に取り組みました。

10月は新しく11名の方が加入、179人の方が増資に参加されました。出資金は584,000円の増額となりました。

11月17日の段階で加入10人、増資562,000円となっています。月間は終わりますが、引き続き加入・増資へのご協力をお願いいたします。現在、家族組合員の方は組合員本人へなっていただくようにしています。



本人登録か家族登録か不明の方は受付までお尋ねください。ご協力をお願いいたします。

＝健康チャレンジ＝

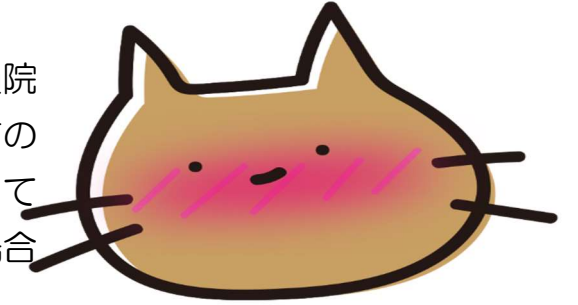
この月間に合わせて健康チャレンジにも取り組みました。既に30日間終了された方は診療所に用紙をお持ちください。参加賞と交換させていただきます。

【今回の記事は全て11月17日現在のものです】

発熱・かぜ症状のある方の受診について

現在、いずみ診療所では発熱・かぜ症状のある方の診療を行っておりませんのでご了承ください。

受診されたことの無い方やしばらく通院の無かった方で発熱・かぜ症状のある方の診療を行っていません。発熱外来を行っている戸塚病院等への連絡をお願いする場合もありますのでご了承ください。



インフルエンザ予防接種

～ご希望の方はワクチンの有無をご確認ください～

11月1日から65歳以上の組合員の方を優先しインフルエンザの予防接種を開始いたしましたが、残りのワクチンが残り少なくなっています。11月末には65歳以上の方の公費分はなくなり、自費分(医療生協組合員の方のみ。2500円)を含めインフルエンザワクチンが無いことも予想されます。いずみ診療所への今年のワクチン入荷量は前年の約65%しかありませんでした。現段階では今後の入荷予定の目途はたっていません。インフルエンザ予防接種をご希望の方はワクチンの有無を診療所にお問い合わせをお願いします。

安全・安心に受診いただくために

- ①来院前には体温測定をお願いします。少しでも熱がある場合は、来院前に電話連絡をお願いします。
- ②来院されたら手指消毒をお願いいたします。手指消毒がお済みか確認させていただきます。
- ③診療所の中ではマスクをつけたままにして会話は最小限にしてください。
- ④診察室に入る時はお名前を名乗ってください。