

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	8:30 ~ 12:00	内科	齊田	齊田	齊田	伴	齊田	齊田
		物療	○	○	○	○	×	○
午後	13:30 ~ 16:30	内科	齊田	齊田	山内 (一般内科 皮膚科)	伴	休診	休診
		物療	○	○	○	○		
		整形外科				本橋		

2023年10月 9月22日現在の予定

★齊田所長の診療日について 11/8(水)、11/24(金)、11/27(月)、11/28(火)、11/29(水)はお休みとなります。

★整形外科 休診のお知らせ 10月19日(木)

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

_____ 円



令和5年秋コロナワクチン予約受付中!

いずみ診療所ではコロナワクチン接種の予約を受付中です。現在のところ使用するワクチンはファイザー社製です。

令和5年秋の接種対象者は、初回接種を終了したすべての方となります。予約は必ず接種券がお手元に届いてからお願いします。

インフルエンザ予防接種について

今年のインフルエンザ予防接種は10月2日(月)から実施します。新型コロナワクチンとの接種間隔は1週間あけるようお願いいたします。インフルエンザ予防接種につきましては、予約制ではありませんので、受診時に接種をご希望の旨をお申し出ください。問診票をご希望の方にはあらかじめお渡ししますので、診療時間内にお受け取り下さい。

また、接種費用免除対象者の方は(非課税世帯の方、生活保護を受けている方等)、提出書類が必要となりますので、ご準備をお願いします。

		1回目	2回目
インフルエンザ 予防接種料金表	市内に住民票のある65歳以上の方	2,300円	
	医療生協かながわの組合員(64歳以下)	2,500円	2,500円
	市内65歳以上の非課税世帯の方等 ※	自己負担なし	
	医療生協かながわ未加入の方	5,300円	2,900円
※ 必要書類あり			

※必要書類(いずれか1点)

- ・「介護保険料額決定通知書」のコピー
※保険料段階が第1段階~第4段階までの方が対象(65歳以上の方に毎年6月中旬~下旬に送付されます。)
- ・「後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証」のコピー
- ・「休日・夜間等診療依頼証」のコピー、「生活保護費支給証」のコピー
などです。詳しくは横浜市のホームページをご覧ください。

夏の疲れが残る「秋バテ」にご注意！

暑い夏もひと段落して、だいぶ秋らしい気候になってきました。今頃の気候は急激な温度変化があり、身体が対応できず体調を崩しやすい季節です。

今年は8月頃からインフルエンザが流行し始めているとニュースを耳にします。感染症の重症化を防ぐため、予防接種をお勧めします。

暑さの影響もあって、運動不足やエアコンによる冷えを感じる方も多いのではないのでしょうか。初秋の体調不良は、暑さによる気力・体力の消耗や、エアコンや冷たい飲食物による体の冷え・胃腸の弱り、室内外の急な温度変化による自律神経の失調など、夏の疲れを秋に持ち越したために起こる、いわゆる「秋バテ」によるものです。長期化しないように、初秋のうちに改善しておきたいものです。



季節や体調に合わせた食生活を考える「食養生」では、旬のものを食べるのが最も理にかなっています。旬のものは味もよく、手に入りやすく、価格もお手ごろなので、いいことづくし。難しく考えず、まずは旬のものを知り、旬

の時期に積極的に食べるようにしてみましょう。

私はカボチャが好きです。秋から冬にかけてかぼちゃの甘みがギュッとしまっていて美味しくなるので、この秋の時期から食べ始めるのがおすすめになります。天ぷらにして食べるといくつでも食べてしまいます。食べすぎ注意ですね。しっかり食べて、たくさん活動して元気よくいきましょう！

看護師長 小野幸子



訪問診療のご案内

いずみ診療所では、毎月定期的に医師と看護師がお宅へお伺いして診療する「訪問診療」を行っています。

外来に通院することが困難になってきたとお感じの方、またそのご家族の方は、一度、看護師にご相談ください。

秋は生協強化月間と健康チャレンジ

10月、11月は全国の医療生協で加入、増資をお願いする特別月間に取り組みます。これは1948年10月1日に消費生活協同組合法が施行されたことを記念しています。ご来所の方に「増資のお願い封筒」をお渡ししていますので、ぜひご協力をお願いします。待合室も強化月間用に装飾をアレンジしますのでお楽しみに。

10月から健康チャレンジもスタートしますので、健康づくりにお役立てください。こちらチャレンジ達成すると素敵なグッズがもらえます。

ぜひチャレンジしてみたいですか？

健康診断のご予約受付中です。

医療生協の組合員の方は、血液検査項目が**24項目**に追加されます。加入されていない方の血液検査項目は11項目ですので、加入されて健康診断をお受けいただくことをお勧めしています。

また、オプション検査も組合員価格でできます。まだ加入されていない方はぜひご加入を！お知り合いの方にもおすすめください。

項目	医療生協組合員	未加入
横浜市特定健診 横浜市健康診査	国民健康保険証（40歳～74歳）…無料 後期高齢者医療証（75歳以上）…無料 協会けんぽ等社会保険の方（家族）…保険証ごとに異なります。 （※社会保険本人の方は当診療所では受けることができませんのでご了承ください。）	
問診・身長・体重・ BMI・腹囲・診察・ 尿検査・血液検査	血液検査 24項目	血液検査 11項目
胸部レントゲン	1200円	—
心電図	1000円	—
腹部エコー	2500円	—
血管年齢	1500円	—
骨密度	1500円	—
胃がん検診	横浜市 40歳～69歳 3140円 ・ 70歳以上無料（2年に1回）	
大腸がん検診	横浜市 40歳以上の方 無料	
前立腺がん検診	横浜市 50歳～69歳 1000円 ・ 70歳以上無料	