

診療案内

発熱外来を実施しています
発熱・風邪のような症状のある方は
まずはお電話ください。

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
			薄葉	近藤 (第4のみ)	近藤 (予約)	串田	健診 第1・3 水谷 第2・4・5 調整中	串田
		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		

齊田は休診となる日があります 2024年9月 (8月22日現在の予定)

★整形外科の休診日 9/26・10/31・11/21 はお休みとなります。

★齊田医師の休診日 9/27(金)・9/28(土)・11/15(金)・11/22(金) はお休みとなります。

医師体制の変更を行うこともありますのでご了承ください

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



生協いずみ診療所だより

2024.9.1 発行 NO.166

発行・責任 いずみ診療所 和泉中央南 4-19-13

☎802-2416

防災対策できていますか？

地震などの自然災害は、時として想像を超える力で襲ってきます。日頃から防災対策をしておくことで、被害を少なくすることはできます。防災対策で大切なこと、そのポイントを紹介します。

1 防災対策で重要な「自助」

基本となるのは「自助」、自らの命は自らが守る意識を持ち、一人ひとりが自分の身の安全を守ることです。

特に災害が発生したときは、自分が無事であることが最も重要です。「自助」に取り組むためには災害に備え、自分の家の安全対策をしておくとともに、家の外において地震や津波などに遭遇したときの、身の安全の守り方を知っておくことが必要です。また、身の安全を確保し、生き延びていくためには、水や食料などの備えをしておくことも必要です。



2 家の中の安全対策のポイント



大地震が発生したときには、「家具は必ず倒れるもの」と考えて防災対策が必要です。

寝室にはできるだけ家具を置かないようにし、家具を置く場合はなるべく背の低い家具にして転倒防止対策をとりましょう。家具が倒れてけがをしたり、出入り口をふさいだりしないように、家具の向きや配置を工夫しましょう。

3 地震が発生したときに身を守るには

【家の中では】

- ・座布団などで頭を保護し、大きな家具から離れ、丈夫な机の下などに隠れる
- ・あわてて外へ飛び出さない

【街にいるときは】

- ・ブロック塀や自動販売機など倒れてきそうなものから離れる
- ・看板、割れた窓ガラスの破片が落下することがあるので建物の周囲から急いで離れる

4 ライフラインの停止や避難への備えは？

電気やガス、水道などのライフラインが止まってしまう可能性があります。普段から飲料水や非常食などを備蓄しておくことが大事です。

非常持ち出し品の例

感染症対策に使用する衛生用品の例

防災バック

- | | | | |
|-------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 飲料水 | <input type="checkbox"/> 菓子類(グミなど) | <input type="checkbox"/> 衣類 | <input type="checkbox"/> くすり |
| <input type="checkbox"/> 食べ物 | <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ | <input type="checkbox"/> ヘルメット | <input type="checkbox"/> 救急箱 |
| <input type="checkbox"/> ナイフ | <input type="checkbox"/> スマホ用充電器 | <input type="checkbox"/> 軍手 | <input type="checkbox"/> 保温シート |
| <input type="checkbox"/> 缶切り | <input type="checkbox"/> スマホ用予備バッテリー | <input type="checkbox"/> スリッパ | <input type="checkbox"/> 携帯トイレ |
| <input type="checkbox"/> 乾電池 | <input type="checkbox"/> ティッシュペーパー | <input type="checkbox"/> ゴミ袋 | |
| <input type="checkbox"/> 懐中電灯 | <input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ | | |
| <input type="checkbox"/> 筆記用具 | <input type="checkbox"/> ロウソク | | |
| <input type="checkbox"/> 耳栓 | <input type="checkbox"/> ライター | | |
| <input type="checkbox"/> タオル | | | |
| <input type="checkbox"/> ロープ | | | |
- 必需品**
- | | |
|--------------------------------|-----------------------------|
| <input type="checkbox"/> 貯金通帳 | <input type="checkbox"/> 現金 |
| <input type="checkbox"/> 健康保険証 | <input type="checkbox"/> 印鑑 |
| <input type="checkbox"/> 身分証明書 | |

マスク・手指消毒用アルコール・ウェットティッシュ



5 安否情報の確認方法を家族で決めておく

災害が発生したときには、お互いの安否を確認できるように、日頃から安否確認の方法や集合場所などを家族で話し合っておきましょう。

家族みんなが携帯電話を持っている場合でも、災害時は回線がつながりにくくなるため、連絡がとれない場合があります。安否確認には、「災害用伝言ダイヤル(171)」、携帯電話のインターネットサービスを利用した「災害用伝言板」などのサービスを利用しましょう。



～診療所からのお知らせ～

通院が困難だと感じたら・・・



いずみ診療所では、通院困難な患者さんにひと月に1~2回程度の**定期訪問診療**を行っています。診療所まで通うのが困難な方、通院のことでお困りの方、いらっしゃいましたら、まずはご相談ください。

健康診断予約受付中

- ・横浜市健康診査
 - ・横浜市がん検診
(肺・大腸・前立腺・胃がん検診)
- ※その他事業所さんの健診なども実施しています。

ご予約はいずみ診療所へ
045-802-2416



9月の無料法律相談

のご案内

対象者：医療生協かながわ組合員さん
日程：9月19日(木)
14時~16時(1人30分)
場所：横浜みなみ法律事務所
(戸塚駅から徒歩7分)
お問合せ・ご予約はいずみ診療所へ
045-802-2416 (いずみ診療所)



ゴーヤ復活！

途中で枯れてきてしまい、もうダメかしら・・・とあきらめかけていたゴーヤの苗。
職員の応急処置や、事業所利用委員会の皆さんの水やりやお手入れのおかげで、元気に育ってくれました。
待合室が和むグリーンカーテンです。

