



## －こだわりの一品－



メガネを掛けている人にお聞きします。レンズは何で拭いているでしょうか。メガネを買った時に付いてきたクリーニングクロス、ハンカチ、衣服、ティッシュ、クリーナなどがあります。レンズを拭く理由は汚れや付着したものの取ることでありますが、元のものに汚れがついていてものはダメですし、ティッシュは水を拭きとるには構いませんが、ティッシュの繊維はレンズには粗く細かく傷つけてしまうそうです。クリーナは手間かかり実用的ではありません。

私には昔から使用しているメガネ拭きがあります(左端上図)です。私がこれに出会ったのは10年以上前でしょうか。宴会のお土産に1枚入っていました。これとフィーリングが合い会社に電話し大量購入しました。まだかなり残っています。これを机の引き出し、薬入れケース、バックの中などいろんな所に置いています。1社だけの宣伝では不公平ですので現在ネットでおおすすめのベスト5品を挙げておきます。これが私のこだわりの一品ですが、皆さんさんにもあるでしょう。教えて頂ければまとめて診療所だよりに掲載しましょうか。

森 啓



### 診療体制表 2025年9月

|                             | 月            | 火                       | 水            | 木                                         | 金              | 土                       |
|-----------------------------|--------------|-------------------------|--------------|-------------------------------------------|----------------|-------------------------|
| 午前の部<br>9:00<br>↓<br>12:00  | 森<br>一般内科/血液 | 森<br>一般内科/血液            | 森<br>一般内科/血液 | 森<br>一般内科/血液                              | 石橋<br>一般内科/呼吸器 | 第1・3週<br>河合<br>一般内科/呼吸器 |
|                             |              |                         | 石橋<br>予約/呼吸器 | 富田<br>一般内科/循環器                            | 近藤<br>予約/糖尿外来  | 第2・4・5週<br>森<br>一般内科/血液 |
| 午後の部<br>13:30<br>↓<br>16:30 | 森<br>一般内科/血液 | 第1・2・3週<br>森<br>一般内科/血液 | 第1・3週<br>往診  | 森<br>一般内科/血液<br>第1・3週14:00～<br>古屋<br>整形外科 | 河合<br>一般内科/呼吸器 | 診療を行っていません              |
|                             |              | 第4・5週<br>休診             | 休診           | 第4週<br>往診                                 |                |                         |



医療生協かながわ生活協同組合

## 中田診療所だより

2025年9月1日発行

発行 医療生協かながわ生活協同組合中田診療所

2025年

〒245-0013 横浜市泉区中田東3丁目3番27号

電話 045-802-2840 FAX 045-803-0716

9月号

### 中田診療所での在宅医療のとりくみ

医療には外来医療、入院医療、在宅医療があります。在宅医療は患者さんが通院せず、自宅で定期的に医師、看護師が訪問して医療を受けることができます。

#### ○対象者

- 🚗 今まで通院していたが、体力低下で通院困難になった方
- 🚗 足が不自由で通院困難な方
- 🚗 病気の進行具合で家から出ることが大変となり、家族の協力が難しい方
- 🚗 寝たきりで動けなくなった方、などです

#### ○診療内容

訪問診療では本人と家族に症状の変化などをお聞きし、血圧、脈拍数のバイタル測定、一般的診察、時々血液検査を行います。くすりに関しても相談し処方します。また薬剤師による訪問指導も受けられます(要相談となります)。処方せんは家族の方が薬局に行き薬をもらってきてもらいます。ケアマネジャーとも連携を行います。

#### ○訪問日

第1週目と3週目の水曜日の午後と4週目木曜日の午後となります。途中で何かあればご連絡下さい。対応は随時行います。入院が必要な時は連携している医療生協かながわの戸塚病院に迅速に入院を指示します。

外来通院に関してお困りの方、通院が大変で心配している方、直接お電話でも構いませんので、お気軽にご相談下さい。

## 中田診療所在宅医療の訪問エリア



訪問診療開始までの流れ



### ケアマネジャー(介護支援専門員)とは？

在宅での介護生活における「頼れる案内役」であり、「あなただけの支援プランと一緒に作ってくれる専門家」です。

介護が必要になったとき、ご本人やご家族だけでは「どんなサービスがあるのか」「どうやって利用すればいいのか」など、分からないことがたくさん出てきます。そんな時に、一番の味方になってくれるのがケアマネジャーさんです。

### 地域包括支援センターとは？

「そろそろ介護サービスが必要かもしれないけれど、申請の手続きが難しそうだ…」「役所に行くのが大変…」

そう感じていらっしゃる方も多いのではないのでしょうか。そんな時は、地域包括支援センターが、ご本人やご家族に代わって、介護保険の要介護・要支援認定の申請手続きを行うことができます。

宮本 洋子



### ご相談・お問い合わせ先

医療生協かながわ生活協同組合中田診療所

担当:宮本・石丸

電話番号:045-802-2840



## 2025 年度健康まつり開催のお知らせ

あなたの健康、見つめ直す一日。健康まつりへお気軽においで下さい。

日時:10月19日(日)10:00~12:00(予定)

場所:中田診療所

企画(予定)

- フレイル予防体操
- 「匂いでわかる認知機能チェック」
- 健康チェック(体組成計他)
- 診療所検査室見学ツアー
- 物品販売等 出店予定

## ■■ 中田診療所からのお知らせ ■■

### ○横浜市带状疱疹ワクチン接種を継続しています

横浜市は、2025年7月1日から市在住の65歳など特定の年齢の方を対象に、带状疱疹ワクチン接種の費用助成を開始しました。自己負担額は生ワクチン4,000円、または組換えワクチン1回10,000円(計2回)で、非課税世帯など条件を満たす方は費用が免除されます。ご不明な点はお気軽にスタッフまでお問い合わせください。

### ○横浜市健診・特定健診受診のおすすめ

ご自身の健康は、ご家族や仲間、そして地域全体の安心につながる第一歩です。ぜひ、班や支部のお仲間と「健診受けた？」と声をかけ合ってみてください。皆で健康であり続けることが、このまちの大きな力になります。ご予約・ご相談はお気軽に診療所までお問い合わせください。