

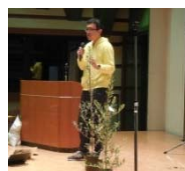


あけましておめでとうございます
今年もよろしくお願ひいたします



診療所写真館

12月21日に特別講演会でオリーブオイル鑑定士の長友姫世様をお呼びしました。オイルのテイasting体験をしたり、オリーブを通して自然と共生し、人生を楽しく過ごすことを学びました。



診療所トピックス

- インフルエンザ予防接種を行っております。65歳以上の方は1,700円。65歳未満の方は3,600円となっております。事前予約制となっております。未接種の方はお早目にお申込みください。
- 肺炎球菌ワクチン接種を事前予約制で行っております。町からの接種券をお持ちの方は3,000円。お持ちでない方は7,560円となっております。

新年度にあたって

皆様、あけましておめでとうございます。謹んで新春のお慶びを申し上げます。

当診療所が行っております「真鶴町の地域と医療を考える会」はおかげ様で、32回目を数えました。12月に行いました、オリーブオイル鑑定士の長友姫世様をお呼びした会では、75名の方に参加いただきました。参加者の9割は町民参加者となっており、当初、この会の目的としていた町民を中心とした会として定着しつつあると実感しております。さらに昨年は、より具体的に地域の課題を町民や行政、警察や消防の方を交えて情報共有を行う『地域ケア会議』を定期的に行うことができました。開設当初から取り組んでまいりました、地域包括ケアネットワークの構築に向けて少しずつではありますが、成果を上げつつあると感じております。今年度の大きな事業として、真鶴町役場・社会福祉協議会、住民代表者の皆様と連携し、町の地域福祉・地域医療のこれからを考えていく『真鶴町地域福祉計画』の策定に協力し、いよいよ形になろうとしております。策定にあたり、多くの町民の方や関係機関にご協力いただき、この場を借りて心よりお礼申し上げます。今年も町民の皆様にご信頼される診療所を目指して、職員一同努めてまいりますので、よろしくお願ひいたします。

管理者兼診療所長 若杉 尋

< 真鶴町の地域と医療を考える会 今後の日程 >

日程	テーマ	場所
2月22日(水) 17:00～	認知症カフェ@真鶴(仮)	真鶴町町民センター 3階 講堂

※当日のご参加者の人数によって会場を変更する場合がございますのでご了承ください。

感染性胃腸炎 注意報！！ご注意ください！！



今シーズンは感染性胃腸炎で診療所を受診される方が多くなっています。

その中でもノロウイルスは**感染後1～2日後に発症**し、嘔吐・下痢・腹痛・発熱などが主となります。**お子さんや高齢者の方は重症化するおそれがあります。**感染経路は口や鼻から取り込むことで感染します。もしも発症したら、脱水症状を起こしたり体力を消耗したりしないように、水分と栄養を十分にとりましょう。

※下痢止めはウイルスを体内にためることになってしまうので自己判断で飲まないようにしてください。

正しい手洗いで感染症予防 ノロウイルス・インフルエンザの予防に効果的！

- ① **準備**
爪を短くし、指輪や時計ははずす。
- ② **水洗い**
流水で軽く手を洗う
- ③ **せっけん洗い（30秒）**
よく泡立て、指先、指の間、手首までしっかり洗う。
※指先や手の甲は洗い忘れが多いので注意！
- ④ **すすぎ（20秒）**
流水でよくすすぐ
- ⑤ **乾燥**
できる限り使い捨てペーパータオル等の使い回ししないものを使用



その他の感染症予防

- トイレをいつも清潔に（トイレタンクのレバー、ドアノブ、蛇口） ● 食品の加熱は中心まで十分に。

今月の外来診療のお知らせ

問い合わせ：0465-68-2191

● <1月 火曜日担当医について>

1月	10日・24日・31日 = 若杉医師	17日 = 山田 医師
----	--------------------	-------------

1月	月	火	水	木	金	土
午前	若杉	若杉又は山田	若杉	小池 <small>(東海大)</small> 三瓶	若杉	若杉 鈴木 心臓外来 ※1/14
午後	若杉	若杉又は山田	若杉	若杉 <small>(訪問診療)</small> 三瓶	若杉	—

- 午前 月～土 9:00～11:30
- 午後 月～金 13:30～16:30

日祝祭日については真鶴町の『休日急患診療事業』に協力し、休日急患診療を行っています。

※休日急患受付時間 9:30～16:00 1月22日（日）の当番は朝倉医院です。

※木曜日午後の若杉医師は訪問診療を担当しております。外来希望の方は事前にご連絡ください。

※レントゲン撮影日は 終日：月・水・木 午前のみ：金・土（7・14のみ）となります。



真鶴町国保診療所のロゴマーク

<発行元> 〒259-0201
神奈川県足柄下郡真鶴町真鶴475の1
公益社団法人地域医療振興協会 真鶴町国民健康保険診療所
TEL：0465-68-2191 / Fax：0465-68-2192
ホームページ：http://manazuru.jadecom.or.jp/