

受付時間

<午前> 月～金 8:30～11:30
土 8:30～11:30
診察開始 9:00～

<午後> 月～金 13:30～16:30
診察開始 14:00～

	午前		午後	
	外来	外来	外来	訪問
月	大平/仲澤/橋本	仲澤/橋本	大平	
火	櫻井/橋本/支援医師*1	櫻井/橋本/支援医師	葉田 1・4週 櫻井 2・3・5週	
水	整形(桑原or菊地)/橋本/櫻井(訪問)	櫻井/橋本	大平	
木	大平(内視鏡)/櫻井/橋本	大平/橋本	櫻井	
金	大平/櫻井/橋本	櫻井/橋本	大平	
土	櫻井医師(第1週)・青木医師(第2週) 赤松医師(第3週)・出川医師(第4週)	-	-	

※レントゲン撮影可能日: 月・水・金の終日、火・木の午前のみ。
※小児予防接種・带状疱疹予防接種・禁煙外来も行っておりますので診療所までお問い合わせください。

先月より外来診療予定が大幅に変更されておりますのでご注意ください。

- 葉田医師は11/7・11/28(11月のみ第1・4週)になります。
- 櫻井医師は11/2休診になります。櫻井医師の休診に伴い午後の訪問診療は大平医師、発熱外来は15時以降の対応となります。
- *1 支援医師…船渡医師(11/14) 葉田医師(11/7・11/28) 山田医師(11/21)となっております。葉田医師は午後より訪問診療となりますので診察をご希望される方は、午前中にご来院ください。

● 休日の急患診療予定 ※受付時間は 9:30～16:00 です。

11月の休日急患診療・・・ 11月5日(日)

※ 他の休日急患診療については、小田原市休日夜間急患診療所(0465-47-0823)へお問い合わせください 〒256-0816 小田原市酒匂2丁目32-16

※ <お願い>
休日急患診療は、急患のみの対応となるため、定期薬の処方希望などの定期通院目的の受診はご遠慮ください

Information2 情報配信中



ホームページ



Facebook



ナーシングホーム真鶴



「町の保健室」

ホームページ、フェイスブックにて毎月休診情報を掲載しています



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

連絡先

〒259-0201
神奈川県足柄下郡真鶴町真鶴475-1
TEL: 0465-68-2191
FAX: 0465-68-2192
ホームページ:

<https://manazuru.jadecom.or.jp/>
発行責任者 大平 祐己

お願い: 風邪(発熱・咳・息苦しさ・のどの痛み・頭痛・鼻水・だるさなど)の症状が1つでもある方は来院する前に必ず電話でご連絡の上診療所を受診してください。
(コロナ・インフルエンザ等の)感染症が疑われる場合は、診療所の中には入れませんのでご了承ください。

Topics 1 アンケートご協力ありがとうございました

集計が終わり次第、結果を診療所に掲示しますのでご覧いただければ幸いです。いただいたご意見は診療所のサービス向上や今後の在り方を考える為に役場とも共有し役立てて参ります。

Topics 2 特定健診について(受診された方もそうでない方も)

9月に集団健診を受診された方はお手元に健診結果が届いていると思います。健康診断の結果異常が見つかった場合、健康状態の改善や疾患の早期発見の為に受診することをお勧めします。受診後は必要に応じて外来栄養食事指導(保険診療)や、より専門性の高い医療機関に紹介させていただきます。

都合により特定健診を受けていない方は集団健診と同じ内容で2月26日まで個別健診を受け付けております。電話(0465-68-2191)にて予約ください

対象者

- 真鶴町国民健康保険 被保険者 40歳以上69歳以下の方 費用 ￥1,000
70歳以上74歳以下の方 費用 無料
- 後期高齢者医療保険 被保険者 75歳以上の方 費用 無料

持ち物

- 保険証 受診券 問診票(受診券・問診票は役場から郵送しております。)

出張講座 真鶴町成人学級 真鶴町教育委員会・真鶴町自治会連合会主催

【日 時】10月15日(水) 13:30~15:20
 【場 所】町民センター 3階講堂
 【テーマ】住み慣れた真鶴で自分らしく生きる、からだの整え方と心づもり
 【内 容】第1部「なが息ストレッチ」 講師：観音整体ラボ 山崎陽軒
 第2部「あえてもしもを話し合おう～人生会議のすすめ～」

講師：訪問看護ステーション真鶴 田中みのり

第1部では深く長い呼吸でからだを緩め楽にするストレッチング法の体験を、第2部ではどこでどんな風に過ごしていきたいか、大切な人と想いを共有しておく大切さや方法を事例を交えてご紹介します。

【定員40名】**こちらは申し込みが必要です。**

申込方法：真鶴町教育委員会にお電話ください。☎68-1131(内線440)

申込期間：11月1日～11月10日 9:00～17:00

★筆記用具、眼鏡を持参、動きやすい服装でお越しください。

骨密度測定会 & 人生会議のミニ体験

【日 時】10月18日(水) 10:00~12:00

【場 所】旧岩忠(いわちゅう)

【測定協力】セイジョー薬局

骨密度は裸足で、かかと部分を測定します。

申込不要です。気軽にお立ち寄りください。

旧岩忠の生簀が
地域の集いの場に
変わります！

背戸道ウォーキングを開催しました！ 10月13日(金)

アップダウンばかりの背戸道を真鶴の文化や歴史に触れながら、約4km 90分かけて歩きました！住民でも初めて歩く道が多く、新しいお店を発見したり、いつもと違う角度から見る町の景色をみんなで見ました。



セイジョー真鶴店で健康に役立つ栄養情報を発信しています！

食品売場にあるすべての減塩商品に黄色のマークをつけました。カップ麺・袋麺は食塩量を大きく表示しています。商品を選ぶ時に参考にしてください。



今どきの商品の食塩量はどのくらい？カロリーは？と数字を比べるのも楽しい！



ナーシングホーム 真鶴 つうしん

スポーツの秋 運動会

選手宣誓



綱引き



玉入れ



秋の1日 運動会を開催しました。

日頃のリハビリ、体操に励んでいる成果を発揮して、頑張りました。



靴飛ばし



お玉リレー



明日、天気になーれって飛ばしたよね

秋の音楽会 クレイズコーラス

10月4日水曜日、クレイズコーラスの皆様が来所され、美しい歌声を聴かせてくださいました。ご利用者の皆様も懐かしい歌と一緒に歌ったり、なみこ&けいこの演歌など楽しいひとときを過ごしました。



キッズルームの様様替え



利用者さんが紅葉の葉を製作し、貼りました。ハロウィンの可愛いおばけも飾られています。

腰痛予防教室を開催しました

介護者あるあるといわれる腰痛

理学療法士の鈴木先生にストレッチを教わりました。介護に携わる家族の皆様にもお伝えしていきたいです。



ナーシングホーム真鶴とは

病気や加齢などにより在宅での生活が家族の支えだけでは難しくなった方が、ナーシングホーム真鶴を使うことで引き続き安心・安全に在宅での生活を支えるお手伝いを行うサービスです。

詳細についてのご相談、また見学のお問い合わせは、お気軽にお電話でお問い合わせください。 ナーシングホーム真鶴 ☎68-2286 杉田

真鶴町国民健康保険診療所
建物内2・3階
0465(68)2286
発行責任者 杉田謙太郎