

2019 年 11 月発行
小羊会医療部

小羊新聞 秋号



お問合せは通院中のクリニックまでお気軽にどうぞ！

夜間などの緊急時はこちら

* 診療時間外で
緊急に連絡を要する場合にご活用ください
* すぐに出られない時はかけなおしますので、
非通知設定にしないでください

長沼クリニック 八千代市八千代台北 6-11-9 tel. 047-487-6665	船橋本町クリニック 船橋市本町 6-4-24 tel. 047-460-7101	千葉横戸クリニック 千葉市 花見川区横戸町 1123-4 tel. 047-481-1301
習志野腎クリニック 習志野市実籾 5-3-20 tel. 047-470-0111	八千代腎クリニック 八千代緑が丘 1-1-1 tel. 047-458-7301	鎌ヶ谷第一クリニック 鎌ヶ谷市東初富 6-9-47 tel. 047-441-7730
高洲訪問クリニック 千葉市 美浜区高洲 1-1-13 1F tel. 043-241-0865	松戸第一クリニック 松戸市五香 4-34-3 tel. 047-712-0266	南柏駅前クリニック 柏市南柏 1-8-16 tel. 04-7141-7171

インフルエンザ 流行する前に予防をしましょう

インフルエンザは「インフルエンザウイルス」に感染して起きます。
38℃以上の発熱、頭痛や関節・筋肉痛など全身の症状が急に現れ、高齢の方や種々の慢性疾患を持つ方は肺炎を伴うなど重症化することがあります。

☞インフルエンザを予防する有効な方法

- ①流行前のワクチン接種が有効です
ワクチン接種を受けた高齢者は、死亡の危険が 1/5 に、入院の危険が 1/3 から 1/2 にまで減少することが期待できるとされています。現行ワクチンの安全性はきわめて高いと評価されています。
- ②手洗いやアルコール製剤による手指衛生も有効です
手洗いで付着したウイルスを洗い落とすことや、アルコール製剤による手指の消毒もインフルエンザウイルスに対して有効です。
- ③感染を広げないために“咳エチケット”を心がけてください
インフルエンザは、主に、咳やくしゃみの際に口から発生する小さな水滴（飛沫）によって感染します。（飛沫感染）普段から“咳エチケット”を心がけてください。

☞“咳エチケット”

- ・他の人に向けて咳やくしゃみをしない
- ・咳やくしゃみが出る時はマスクをする
- ・手のひらで咳やくしゃみを受け止めたら手を洗うこと

参照：厚生労働省ホームページ

こひつじ会グループ インフルエンザワクチン接種負担額

	1 回目	2 回目
透析患者本人	2, 0 0 0 円	1, 5 0 0 円
一般外来	2, 5 0 0 円	2, 5 0 0 円

* 13 歳以上の方は原則 1 回注射
* 接種時期等については各クリニックへご確認ください

ヘルプカード 知っていますか？

ヘルプカードとは、援助を必要としている障害のある方などが携帯し、いざというときに必要な支援や配慮を周囲の人をお願いするためのカードです。各市町村障害保健福祉窓口または各健康福祉センター窓口等で配布しています。

カードだけでなく、鞆などにつけることができるストラップ型もあります。

《対象者》

- ・義足や人工関節を使用している方、内部障害や難病の方、妊娠初期の方、認知症の方など、外見からは援助等を必要としていることがわかりにくい方
- ・突発的な出来事に対して臨機応変に対応することが困難な方
- ・視覚障害者や聴覚障害者等の状況把握が難しい方など

参照：千葉県庁ホームページ



火の元注意

これから乾燥した季節となり、秋～冬は住宅火災が多くなります。ガスコンロのつけ忘れ、たばこの不始末など、ついうっかり・・・が思わぬ火災につながります。消防庁によると住宅の出火原因第1位ガスコンロ、第2位たばこ、第3位ストーブとなっています。ガスコンロはH20年10月より立ち消え安全装置、調理油過熱防止装置が義務化されています。石油ストーブもH21年4月より不完全燃焼防止装置等が義務化されています。こたつなどの電化製品からの出火も第4位となっています。お使いの製品の見直しをしてみたらどうでしょうか？マンションなどの集合住宅や施設にお住まいの方は避難経路の確認をしておくこともおすすめします。

住宅防火対策

- ・住宅用火災警報器の定期的な点検
- ・連動型住宅用火災警報器などの付加価値のある警報機へ替える
- ・安全装置付きのストーブやコンロ等への買い替え
- ・防災製品の寝具類や衣類を使用する
- ・住宅用スプリンクラー
- ・住宅用消火器

参照：総務省消防庁ホームページ



送迎のお知らせ

11・12・1月は通常通り運行します。

変更・キャンセルの場合はお早目にお知らせください。

◆発熱、嘔吐、下痢等の症状がある場合は、乗車前にお申し出ください。

◆送迎バス内は飲食禁止です。

1月1日(水)～1月3日(金)の期間お弁当はお休みとなります。



MSW なんでも相談窓口



対応：医療ソーシャルワーカー 月～土 9:00～17:00

直接言いにくいことや、誰に相談したらいいのかわからないことなどをお受けします。*すぐに出られない場合はかけ直しますので、非通知設定にしないでください。