



病院だより

第 11 号

新城市市民病院広報委員会

新城市字北畑 3 2 - 1

Tel 0536-23-7852 (総務課)

Fax 0536-22-2850

インフルエンザのお話

はやくも東三河南部でインフルエンザが発症しています

インフルエンザ流行のシーズンが近づいてきました。はやくも東三河南部ではインフルエンザが発症しているようです。皆さん十分注意しましょう。

インフルエンザとカゼの違い

インフルエンザは普通のカゼと同様にのどの痛みや鼻水、せきなどの症状に加え、38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛などの全身症状が強くみられます。さらに、気管支炎や肺炎、小児では中耳炎や熱性けいれんなどを併発し、重症化することもあるのも特徴です。

例年11月から4月にかけて流行しています。



インフルエンザにかからないためには

流行する前に予防接種を受けることが基本です。ワクチン接種はインフルエンザにかかった場合に重症化防止の方法として有効であるとの報告があります。

インフルエンザは飛沫感染(せきやくしゃみなどの飛沫によりウイルスが飛ばされて感染する)であるため、人ごみや繁華街などへの外出は控えるようにし、外出するときは必ずマスクをかけることをお勧めします。

また、室内は適度な湿度(55%前後)を保つよう加湿器などの利用も有効です。

ワクチン接種の時期は

インフルエンザワクチンの効果は個人差があるもの、およそ2週間程度で現れます。また、約5ヶ月間その効果が持続するといわれています。このため、12月上旬までには接種を済ませられることをお勧めします。



糖尿病教室にご参加ください

毎週火曜日は糖尿病教室の日!

糖尿病の方も、とっでない方も

当院では毎週火曜日午前10時30分から、2階外来研修室で糖尿病教室を開催しています。合併症について、食生活指導、運動療法の大切さ、薬についてなど、医師をはじめとする各専門のスタッフが受講者の方にできるだけわかりやすい内容でお話しています。

糖尿病は自覚症状がなくて気づき寄ってきます。健康なうちから食生活の管理や適度な運動を取り入れた生活を送るため、糖尿病でない方の受講もお勧めします。

11月の開催予定

開催日	内容	講師
11/6	怖い合併症について	大山医師
11/13	食生活を見直してみよう	栄養士：川出
	どうして運動療法が必要なの？	理学療法士：加藤
11/20	あなたの薬について	薬剤師：本多
	お口の中は健康？	看護師：中野
11/27	あなたの足、気になることありませんか？	看護師：中野
	糖尿病神経障害について	検査技師：神谷

大盛況！出前・健康講座

in 杉山公民館

10月24日（水）、夜7時から杉山区民の方を対象に出前・健康講座を開催しました。

「血管の病気について」をテーマに綿引院長が講師を務め、会場では看護師による血圧測定も行なわれました。

平日の夜、家族回らんの貴重な時間にもかかわらず、70人を超す杉山区民の方が熱心に聴講されていました。



大変ですね！

医療福祉

相談コーナー

「紙おむつ」の経済的負担

6ヶ月以上寝たきり状態で、オムツの使用が必要であると医師が認めた場合は、医療費控除として所得から差し引くことができることを、ご存知ですか？

看護



領収書は大切に保管しておいてください！

確定申告の際、医師が発行した「おむつ使用証明書」と、おむつ代の領収書が必要です。

2年目以降で介護保険法の要介護認定を受けている人は、市町村長が交付するおむつ使用の確認書等を「おむつ使用証明書」に代えることができます。

詳しいことは、医療看護相談室までお問い合わせください。

市民病院 医療看護相談室 0536-22-2171（代表） 内線296

こちらも盛況！ 子育て応援広場

10月20日（土）、秋晴れの心地よい青空の下、新城総合公園で第3回子育て応援広場が開催されました。

今回は20組を超す親子の参加がありました。参加された方からは「いろいろな人に相談できて良かった」「今後の子供への接し方に役立つ姿を見て自分も嬉しく思った」などの嬉しいコメントが聞かれました。
次回は春を予定しています。お楽しみに。

