

よりそい便り

2022年
10月
No.26



インフルエンザ予防接種 予約受付開始

10月からインフルエンザ予防接種が始まります。

十分な抗体が作られるまで、接種から2～4週間かかり5カ月ほど有効です。早めの接種を心がけましょう。新型コロナウイルスの予防と合わせ、マスク・手洗い・消毒・うがいなどの基本的な感染予防もお願いいたします。

接種日時

定期的に通院されている方 → 10月3日(月)から
外来受診時に接種できます。
受付時にお申し出ください。

予防接種のみの方 → 10月17日(月)から
予約制です。
月・金のみ、午後1時30分～5時
(最終受付4時30分)

接種料金

65歳以上の方	… 1,500円
一般の方	… 3,000円
小学生以下の方(2回接種)	… 2回で3,000円



詳細についてはご予約時にお問い合わせください。

ご予約・お問い合わせ 夕張市立診療所 ☎52-4339

お知らせ

■ 整形外科外来 休診のお知らせ ■

10/4(火)の整形外科外来は休診です。

ご迷惑をおかけしますが、ご理解のほどよろしくお願いいたします。
します。



——「ゆうゆう寄り添い倶楽部」のご案内——



会場の様子

9月は、認知症の人との接し方で大切な「ユマニチュード」という考え方について勉強しました。見つめるという行為にも、同じ目の高さで、正面から、できるだけ近くで、などを意識することで、認知症の方とより良いコミュニケーションを築けるそうです。他に「話す・触れる・立つ」という行為にも意識すべき点が多くありました。

リハビリでは、血圧を下げる運動（一酸化窒素を放出する運動）を行いました。簡単な動きでしたが、ゆっくり時間をかけて行うことで見た目以上の負荷を感じることができました。運動を継続して、血圧が上昇しにくいしなやかな血管を作りましょう、と締めくくりました。



ハンドグリップ体操

今月は…「いのちの基調について⑤」 (ライフサイクルとは?)

日時 10月20日(木) 午後 3時～

場所 拠点複合施設 りすた 多目的ホール
(夕張市南清水沢4丁目48番地12)

講師 前沢 政次 所長

お問い合わせ 夕張市立診療所 (筒井・笹岡) ☎52-4339



※参加される方は、マスク着用、検温、手指消毒など感染防止対策へのご協力をお願いいたします。

帰りの送迎をご利用できます

倶楽部終了後の午後4時30分を目安に、本町方面・紅葉山方面へ送迎を行っています。ご利用の方は受付時にお申し出ください。

介護老人保健施設 夕張 秋祭り

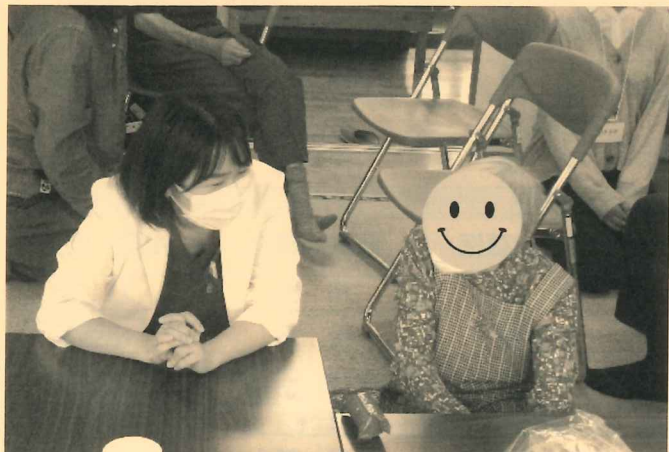
老健夕張で秋祭りを開催しました。今年は屋外でバーベキューを楽しみました。ジンギスカンはもちろん、焼き鳥、焼きそば、ソーセージ、他にマシュマロも焼きました。入所者様は順番に外に出て、職員とおしゃべりしながら焼き立てのお肉をお皿にとってもらいました。ヨーヨー釣りのコーナーもあり、みなさん懐かしさを感じつつ楽しまれたようです。前沢所長や諫山施設長も診療後に参加してくださいました。

当日は天候にも恵まれ、秋の日差しと爽やかな風の中、良い時間を過ごすことができました！



研修医・学生の研修を受け入れています！

9/4～16の2週間、住友病院(大阪)の研修医 松田英恵先生が地域医療を行い、外来・病棟・訪問などで診療に携わっていただきました。また、9/13～16の日程で茨城県立医療大学の1年生11名が地域多職種協働実習を夕張で行いました。今回の夕張での経験が、これからの勉強や診療に役立てていただけたらありがたいと思います。遠く夕張から応援しています！



風のサロンに参加。地域みなさんと体操をしたり健康相談やお話をして交流しました。

現在、診療所では10/21まで上田医師が研修中です。その後10/24から井出医師が研修に来ます。よろしくお願いいたします。

じゃがいも掘り 園芸部

9月、診療所の畑でじゃがいも掘りをしました。小学生と一緒に収穫作業をしたのですが、土の中からじゃがいもが出てくる度に、あった！あった！と大騒ぎ。たくさんのじゃがいもがとれました。その後洗って皮をむき、フライドポテト・ガレット、そして収穫日が十五夜だったこともあり、いももちを調理しました。大人でもお腹いっぱいになるほどのボリュームで、みんな大満足でした。

今年は利用者様だけでなく、地域のこども達と畑づくりや収穫の楽しさ、新鮮な野菜の調理と美味しさを共有することができました。今後も様々な形で地域みなさんに関わりながら活動していきたいと思います！



こじか保育園だより

いつの間にか終わってしまった夏。足早にやってきた秋。

早速どんぐり、クルミ、山ブドウを見つけ喜ぶ子ども達です。小さい子達も枯れ葉や枯草の音を楽しみながらお散歩に出かけます。もうすぐ紅葉狩りも楽しめそうです。



間近で見たかった新しい病院の建設現場へ！はたらく車に釘付けです。



こどものうえんや畑で収穫した野菜で、黄組さんがカレーライスを作ってくれました☆

夕張市立診療所 外来診療体制 令和4年10月

診療科		月 3日	火 4日	水 5日	木 6日	金 7日
午前	総合診療科	諫山・前沢	諫山・高野	前沢・出張医	前沢・諫山	松島・出張医
	歯科	八田	—	八田	八田	八田
午後	総合診療科	前沢	—	出張医	松島	出張医
	歯科	八田	—	八田	八田	八田
		10日	11日	12日	13日	14日
午前	総合診療科	スポーツの日 休診	諫山・高野	前沢・出張医	前沢・諫山	松島・出張医
	歯科		—	八田	八田	八田
午後	総合診療科		—	出張医	松島	出張医
	歯科		—	八田	八田	八田
		17日	18日	19日	20日	21日
午前	総合診療科	諫山・前沢	諫山・高野	前沢・出張医	前沢・諫山	松島・出張医
	歯科	村井	—	八田	八田	八田
午後	総合診療科	前沢	—	出張医	松島	出張医
	歯科	村井	—	八田	八田	八田
		24日	25日	26日	27日	28日
午前	総合診療科	諫山・前沢	諫山・高野	前沢・出張医	前沢・諫山	松島・出張医
	歯科	八田	—	八田	八田	八田
午後	総合診療科	前沢	—	出張医	松島	出張医
	歯科	八田	—	八田	八田	八田
		31日				
午前	総合診療科	諫山・前沢				
	歯科	村井				
午後	総合診療科	前沢				
	歯科	村井				

専門外来	泌尿器科	火	午前		4日(江夏)・11日(清水)・18日(江夏)・25日(清水)
	整形外科	火・水	午後		11日(河村)・18日(平野)・19日(河村)・25日(河村)
		木	午後		6日(松橋)・13日(大泉)・20日(松橋)・27日(石田)
	循環器内科	水	午前		5日・19日(福山)
	婦人科	木	午後	予約制	6日・13日・20日・27日(高野ゆうき)
	耳鼻咽喉科	金	午前・午後		7日(原田)・14日(長屋)・21日(大橋)・28日(原田)

受付時間	午前	8:15～11:00	総合診療科・泌尿器科・循環器内科・歯科
		9:30～11:30	耳鼻咽喉科
	午後	1:15～4:00	総合診療科・整形外科・婦人科・歯科
		0:30～3:00	耳鼻咽喉科

※診療予定は変更となる場合がございますので、ご理解の程よろしくお願い致します。

※火曜・総合診療科の午後外来の受診を希望される方は、事前にお電話でお問い合わせください。

※火曜の歯科は、訪問歯科のため休診です。

夕張市立診療所
☎52-4339

編集後記

最近はずっと日が短くなりましたね。診療所周辺の木々も少しずつ色づき、秋らしくなってきました。

診療所ではインフルエンザワクチンと新型コロナウイルスワクチンを並行して行っています。不明な点はお電話や窓口でお問い合わせください。ウイルスや気候の変化に体が負けないよう、できる限りの対策をとって自己管理をしていきましょう。

夕張豊生会 よりそい便り (No.26)

発行日/2022年10月1日
発行責任者/夕張市立診療所 所長 前沢 政次
住 所/〒068-0402 夕張市社光20番地
TEL/(0123)52-4339 FAX/(0123)52-2617
HP/<https://www.houseikai.or.jp/yubari>
FB/<https://www.facebook.com/yubarihouseikai/>