

# よりそい便り



秋も深まり、冬の訪れも間近にせまってきました。乾燥する季節は体調を崩しがちです。ぜひ、ご自身の毎日の体調を気遣っていただきたいと思います。

さて、夕張豊生会では10月16日に新しく「地域密着型デイサービス あずましい」の運営がスタートしました。鹿の谷地区に完成した新たな施設の名称は「和家(わや)」と言います。デイサービスあずましいの他、ヘルパーステーションよりそい、居宅介護支援事業所夕明かりの事業所も入っています。

みなさんに親しまれる場所になるよう、職員一同頑張っまいます。よろしく願いいたします。

夕張市立診療所 所長 諫山 治彦

## インフルエンザ予防接種 実施中!

診療所では、インフルエンザの予防接種が始まりました。十分な抗体が作られるまで、接種から2～4週間かかり5カ月ほど有効と言われています。早めの接種を心がけましょう。手洗い・うがいなどの基本的な感染予防対策も忘れずをお願いいたします。

### 接種日時

- 定期的に通院されている方 → 予約なしで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 → 予約制です  
月・火・水・金～14時・15時  
木～14時・15時・16時

### 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



※現在コロナワクチンの秋接種が始まっていますが、当診療所では副反応の影響を考慮し、コロナワクチンとインフルエンザワクチンの同時接種は行っておりません。  
両方のワクチンを希望される方は、必ず2週間以上の間隔をあけてご予約するようお願いいたします。

ご予約・お問い合わせ  
夕張市立診療所 ☎57-7781

# 地域密着型デイサービス あずましい OPEN!

10月16日、鹿の谷地区に「地域密着型デイサービス あずましい」がオープンしました。平屋建ての大きな緑の屋根が目印です。

この建物の名称は「和家(わや)」と名付けられており、和家は「地域密着型デイサービスあずましい」の拠点として、「ヘルプステーションよりそい」「居宅介護支援事業所夕明かり」の3事業所が同居しています。

あずましいでは、利用者の生活機能向上を目的にリハビリメニューを考え、配膳や食器洗い、洗濯たたみなどの活動にも参加していただきながら、生活の延長線上の居場所を目指しています。

和気あいあいとした雰囲気大切に、住み慣れた地で健康寿命を延ばし生活を続けていけるよう、微力ながらスタッフ一同心ひとつに邁進してまいります。どうぞよろしくお願いいたします。



住所 〒068-0413 夕張市鹿の谷3丁目118番地2

電話 ○地域密着型デイサービス あずましい ☎0123-57-7066

○ヘルプステーション よりそい ☎0123-57-7002

○居宅介護支援事業所 夕明かり ☎0123-57-7003

FAX 0123-57-7885(3事業所共通)



# 第3回 健康長寿プロジェクト

## ～最新トレーニングマシン 無料開放のご案内～

リハビリテーション課では、東京都老人総合研究所介護予防緊急対策室(現 東京都健康長寿医療センター研究所高齢者健康増進事業支援室)室長の大淵修一氏が考案した「包括的高齢者トレーニング(CGT)」に対応した各種トレーニングマシンを導入しました。高齢者の身体機能向上、筋力・柔軟性・バランス能力を包括的にトレーニングすることが可能で、データ管理を行うことで一人一人に合わせた負荷量を設定、更新しながら身体機能向上と介護予防につなげたいと考えています。

通常は患者様にご利用いただく機器ですが、今回はどなたでも無料で体験することができます。ご興味のある方は、ぜひ参加してみてください!

- 日 時 11月14日・28日(火) 15時～16時30分
- 場 所 夕張市立診療所 1階 リハビリテーション室
- 体験できる機器 ウォーターベッド、エアロバイク、  
ウエルトニックシリーズ 他
- お問合せ ☎57-7781(リハビリテーション課)



## こじが保育園だより

### ★運動会

9月30日ゆうばり小学校体育館にて、運動会を開催しました。たくさんの声援を受け一生懸命頑張りました。心も体もたくましく成長している子どもたちです。

#### メイン競技の障害走の様子



#### メダルをもらって満足げな園児たち



# 夕張市立診療所 外来診療体制

令和5年11月

診療科		月	火	水	木	金
				1日	2日	3日
午前	総合診療科			中岡・出張医	諫山・中岡	文化の日 休診
	歯科			八田	八田	
午後	総合診療科			出張医	松島	
	歯科			八田	八田	
		6日	7日	8日	9日	10日
午前	総合診療科	諫山・中岡	諫山・高野	中岡・出張医	諫山・中岡	松島・出張医
	歯科	八田	—	八田	八田	八田
午後	総合診療科	中岡	—	出張医	諫山	出張医
	歯科	八田	—	八田	八田	八田
		13日	14日	15日	16日	17日
午前	総合診療科	諫山・中岡	諫山・高野	中岡・出張医	諫山・中岡	松島・出張医
	歯科	出張医	—	八田	八田	八田
午後	総合診療科	中岡	—	出張医	松島	出張医
	歯科	出張医	—	八田	八田	八田
		20日	21日	22日	23日	24日
午前	総合診療科	諫山・中岡	諫山・高野	中岡・出張医	勤労感謝の日 休診	松島・出張医
	歯科	八田	—	八田		八田
午後	総合診療科	中岡	—	出張医		出張医
	歯科	八田	—	八田※		八田
		27日	28日	29日	30日	
午前	総合診療科	諫山	諫山・高野	諫山	諫山	
	歯科	出張医	—	八田	八田	
午後	総合診療科	諫山	—	諫山	松島	
	歯科	出張医	—	八田	八田	

専門外来	泌尿器科	火	午前		7日(江夏)・14日(熊谷)・21日(江夏)・28日(熊谷)
	整形外科	火・水	午後		7日(河村)・14日(河村)・21日(平野)・22日(河村)・28日(河村)
		木	午後		2日(松橋)・9日(大泉)・16日(松橋)・30日(松橋)
	循環器内科	水	午前		1日・15・29日(福山)
	婦人科	木	午後	予約制	2日・9日・30日(高野ゆうき)
耳鼻咽喉科	金	午前・午後		10日(瀧)・17日(洲崎)・24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もございますので、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。

※第3水曜午後・歯科は、訪問歯科で不在の場合もありますので事前にお問い合わせください。

夕張市立診療所

☎57-7781

## 編集後記

新友に開設された介護医療院には、談話室やレクリエーションスペースを兼ねた食堂があります。入所者様からは「明るくて広くてとてもいいね」と好評です。足元から天井までの大きな窓からは夕張の山々を望むこともでき、紅葉を楽しみました。季節の風景やここでの行事など、今後も楽しみです。



## 夕張豊生会 よりそい便り (No.39)

発行日/2023年11月1日

発行責任者/夕張市立診療所 所長 諫山 治彦

住所/〒068-0425 夕張市若菜8番地12

TEL/(0123)57-7781 FAX/(0123)57-7783

HP/https://www.houseikai.or.jp/yubari

FB/https://www.facebook.com/yubarihouseikai/