



人類の歴史は、感染症との闘いでもあります。ペストやコレラを教訓として、天然痘を根絶しました。しかし、マラリアやエボラ出血熱、今回の新型コロナウイルスなど新たな感染症にも立ち向かってゆかねばなりません。

他方感染症ばかりに気をとられ、虚血性心疾患や脳梗塞などの危険因子でもある生活習慣病、癌の早期発見治療をおろそかにしていると、個人の健康にじわじわ影響を及ぼしかねません。

これからも皆様に安心して来院頂ける受診環境を模索しながら、かかりつけの患者様の健康を守りたいと考えております。



## 《当院の取り組み》

一院長 刈屋英隆

- ① 37℃以上の発熱、咳痰などの呼吸症状のある方など体調不良の方の来院は事前にお電話頂き、定期通院の方と一緒にしない取り組み。
- ② スタッフのマスク着用・勤務前の体温・健康チェックの施行。
- ③ 定期的な院内換気、ドアノブや手すり・椅子etcの消毒を頻回に施行。
- ④ 待合室の椅子を対面にならない様配置。

その他皆様に出来るだけ安心して受診して頂ける様、様々な取り組みを行っております。



☆ **高齢者用肺炎球菌ワクチン** (2020年度 助成対象者)  
 期限・・・令和 3年3月31日まで  
 予約制・・・希望の方は受付へ (当日に出来ることもあり)  
 持参・・・今年度対象者通知-ハガキ  
 ※助成対象者以外の一般の方も、ワクチン接種を行っています。



## お知らせ

☆ **八尾市特定健診** (2020年度 対象者)  
 期限・・・令和 3年3月31日まで  
 予約不要・・・毎日  
 持参・・・保険証・受診券  
 食事・・・絶食

☆ **超音波検査(エコー)**  
 腹部・甲状腺  
 心臓・頸動脈  
 予約制

☆ **栄養相談**  
 予約制



☆ **お車でご来院の方へ**  
 GSパークのサービス券があります。  
 GSパーク近鉄八尾駅北第2駐車場  
 第3駐車場



☆ **月初めの受診時**  
 『保険証』『医療証』を必ずご持参ください。



# 熱中症予防

今年も暑くなるそうです。  
熱中症にご注意ください。

## ☆ 準備しておく物 ☆

- ・帽子をかぶる
- ・日傘を差す
- ・お茶・スポーツドリンク
- ・うちわ、扇子、扇風機
- ・冷却剤
- ・携帯電話

## ☆ 注意すること ☆

- ・暑いときは無理をしない
- ・高温・多湿の日には注意
- ・部屋には、冷房を入れる
- ・窓は、すだれ等で日よけをする
- ・朝食をしっかりと摂る
- ・水分は、そばに置いてこまめに飲む  
寝る前、朝起きたらコップ一杯の水分を  
入浴前、後にコップ一杯の水分を
- ・服装は、ゆったりしたものを着る
- ・歩行時は、日陰を歩く
- ・風邪、寝不足、二日酔いのときは、無理をせず涼しい場所で休む

アスピリン・利尿剤・抗うつ薬を服用している方、  
お年寄りやお子様は熱中症になりやすいので、ご注意ください!!



## スタッフだより

看護師・中井

新型コロナウイルスやインフルエンザ等様々な感染症 嫌ですね!!  
 体力・免疫力が弱っていると菌やウイルスに勝てるものも勝てなくなります。  
 日ごろからご自身の体を鍛えていてください。  
 毎日の散歩、ラジオ体操、筋トレ、歌を歌うなどを続けてください。  
 足が痛い方は腕や上半身の体操を! 首や腕が痛い方は下半身の体操を!  
 いろいろな体操(筋トレ)がありますので、医師と相談して  
 体操や筋力アップをしましょう。  
 外に出ると「暑いから!」「寒いから!」「外出禁止令が出てるから!」  
 と言われる方もいますが、運動や体操などは家でも出来ます。



出来るところから始めましょう。  
この『きずな』でも、時々体操(筋トレ)を載せてますので、是非実践を!!

