

ワクチン接種



インフルエンザが流行する季節になりました。インフルエンザにかかった人が、咳やくしゃみをするによりウイルスが空気中に広がり、それを吸い込み感染してしまいます。感染すると、突然の高熱・頭痛・関節痛・筋肉痛・のどの痛み・咳・鼻水などの症状が出ます。普通の風邪に比べて全身症状が強いのが特徴です。気管支炎や肺炎などを合併すると重症化します。インフルエンザの予防接種を受けていれば、インフルエンザに絶対にかからないというわけではありません。接種することで感染を防いだり、インフルエンザにかかっても症状が軽くすんだり、重症化を軽減する効果があります。接種後、効果が現れるまで約2週間程度かかります。

かからない・うつさないためにも、インフルエンザの予防接種を、是非お勧めします。今年のインフルエンザワクチンは、A型2種類とB型2種類の4種類です。

ワクチンの変更(3種類→4種類)に伴い、自己負担がある方は金額が変更となりました。



ご質問がありましたら、外来看護師まで、お声をかけてください。



高齢者肺炎球菌ワクチン(定期接種)

対象者の方には、予め予診票・ご案内・協力医療機関一覧が送られています。お手元に届いていない場合はお早目にお問い合わせください。接種を希望される方は、ご案内をよくお読みいただき、下記のものをお持ちになり協力医療機関で接種を受けてください。

- 持ち物
- ①予診票
 - ②健康保険証及び後期高齢者医療被保険者証等の本人確認書類
 - ③自己負担金(区内在住の65歳以上の方4,000円)
- ※免除の方は不要です

インフルエンザ予防接種



インフルエンザが猛威を振るう1ヶ月ぐらい前の11月頃が、インフルエンザ予防接種のおすすめ時期です。

65歳以上の方は自己負担金として、2,500円かかります。72歳以上の方と生活保護を受けている方は、自己負担金が免除されます。

予診票、保険証、自己負担金を医療機関にお持ちください。



北診だより

二〇一五年十一月号

2015年11月1日

生協北診療所
「北診だより」
作成委員会発行

発行責任者
関根 覚



おいゼミナール～「キャリア」篇

王子生協病院で毎月開催されるおいゼミナールに参加しました。おいゼミは「おい」をテーマにそれに伴う身体・心の変化や社会・家族との繋がりについて考えていくものです。今月は「キャリア」をテーマに「もったいない」という言葉から何を連想するか、自分の人生を振り返り当時の自分の役割や自分が一番大事にしていたもの、今後の人生で大切にしていきたいものなどそれぞれの価値観を話しあいました。

前半の「もったいない」連想では「もの」「割り箸や裏紙」の意見が出ました。そのほか若者からは「時間」との意見が出ましたが、年配の方は「ない」という意見もあり言葉一つで様々な考えが出てきました。

後半の作業で仕事のみではなく自分の人生を通して考えたことで、趣味、家庭での自分や会社での自分、友達についてなど多様な面で話し合うことができました。来月のおいゼミでも幅広い年代の方々と対話していきたいです。



生協北診療所 七つの特色

- ★夜間外来をやっています。
- ★ロコモ体操教室をやっています
- ★往診をやっています
- ★送迎をやっています
- ★禁煙外来をやっています
- ★CT 検査をやっています
- ★HbA1Cの結果が即日わかります（昼間のみ）

東十条地域で仲間増やし行動

この秋、医療生協を大きくしたいと“生協強化月間”として集中して仲間増やし行動に取り組んでいます。北診療所地域では、10月8日（木）に職員（診療所・はなみずき・ハピネスから）18人と組合員11人が参加して、地元の東十条の方々を訪問しました。浮間地域から参加していただいた豊島理事からユーモアをまじえた訪問の極意を聞いて、心を強くして出かけました。この日は、事前に持ち寄った分も合わせて6人の加入でした。

「祖母がはなみずきでお世話になったが今は施設に入所した。自分は体も悪くて余裕がない」という方に王子生協病院の無料定額診療を紹介したり、「北診にお世話になっているが、生活が苦しくて1,000円の出資金が出せない」という方など、地域の厳しい事情もわかりました。

訪問と同時に、新しいマンション（1棟）に医療生協・北診療所の案内や加入のお願いチラシを配布し、宣伝しました。



診療所周辺の草取りを行いました

健康まつりを前に、今年2回目の診療所周りの草取りを組合員さんと職員で行いました。雑草に埋もれていた花壇の周りもきれいになりました。

