



〒979-2121

南相馬市小高区東町三丁目8番地

電話 0244-44-2025

2014(平成26)年11月28日

再開第九号

南相馬市立
小高病院
便り



診療日・時間

月・水・木曜日

ただし、第3木曜日の午後は休診いたします。

午前8:45~12:00

受付時間(午前8:30~11:30)

午後2:00~5:00

受付時間(午後2:00~4:30)

平成26年12月 診療予定表

	日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5	6
午前		中尾誠利		高橋哲之助	根本 剛		
午後					今野 明		
	7	8	9	10	11	12	13
午前		中尾誠利		高橋哲之助	鈴木良平		
午後					今野 明		
	14	15	16	17	18	19	20
午前		中尾誠利		高橋哲之助	小鷹昌明		
午後					休 診		
	21	22	23	24	25	26	27
午前		中尾誠利	天皇誕生日	高橋哲之助	根本 剛		
午後					今野 明		
	28	29	30	31			
午前							
午後							

平成27年1月 診療予定表

	日	月	火	水	木	金	土
					1	2	3
午前					元 旦		
午後							
	4	5	6	7	8	9	10
午前		中尾誠利		高橋哲之助	神戸敏行		
午後					今野 明		
	11	12	13	14	15	16	17
午前		成人の日		高橋哲之助	鈴木良平		
午後					休 診		
	18	19	20	21	22	23	24
午前		中尾誠利		高橋哲之助	小鷹昌明		
午後					今野 明		
	25	26	27	28	29	30	31
午前		中尾誠利		高橋哲之助	根本 剛		
午後					今野 明		

当院では、**予防接種**を

予約制にて承っております。

インフルエンザ予防接種

次のかたには**助成制度**があります。

助成を受けることのできるのは、接種日に住民票が福島県内に
ある、次の①または②のかたです。

お申し込みの際は、健康保険被保険者証をご持参下さい。

- ① 65歳以上
- ② 60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器の機能または
ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に身体障害1級
相当の障がいがあるかた

該当するかたは、身体障害者手帳をご持参下さい。

接種期間・・・平成26年10月1日～12月25日

接種費用・・・自己負担額は1,000円

(南相馬市の場合。市町村により違います)

生活保護受給のかたは無料です。

「生活保護受給証明書」をご持参下さい。

一般(①と②に該当しない)のかた

実費3,060円をご負担下さい。

一般のかたにもご予約をお願いしております。

なお、当院では小児(中学三年生までのかた)の接種は
実施しておりません。何卒ご了承ください。



風邪(かぜ)とインフルエンザの知識

出典：厚労省、感染症情報
センター、各 hp. 他

風邪とインフルエンザの違いは？

風邪・・・さまざまなウイルスによって起こります。普通の風邪の多くは、
のどの痛み、鼻水や咳等の症状が中心で、全身症状はあまり見られません。
発熱もインフルエンザほど高くなく、重症化することはあまりありません。
インフルエンザ・・・インフルエンザウイルスに感染することによって起こる
病気。38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛等全身の症状が突然現れま
す。あわせて普通の風邪と同様、のど痛、鼻水、咳等の症状も現れます。

「季節性と新型」インフルエンザの違いは？

季節性インフルエンザ・・・毎年、冬期に流行しているインフルエンザ。原因
となるウイルスは、抗原としての性質(抗原性)が変化しています。

新型インフルエンザ・・・時として(20世紀には3回)発生する、抗原性が
大きく異なったインフルエンザウイルスによるもの。ヒトが免疫を獲得し
ていないことから全国的にまん延し、健康と生命、生活、場合によっては
社会機能や経済活動にまで影響を及ぼす可能性があります。

インフルエンザの予防法は？

①流行前のワクチン接種。感染後に発病する可能性を低減させる効果と、
インフルエンザにかかった場合の重症化防止に有効とされています。

②飛沫感染(主な感染経路は咳やくしゃみによる飛沫です)対策としての
咳エチケット

(1)咳やくしゃみを他の人に向けて発しないこと。

(2)咳やくしゃみが出るときはマスクをすること。感染者がマスクをする
方が、感染を抑える効果は高いと言われています。

(3)マスクがない時、咳やくしゃみは肘の内側や二の腕で口鼻を押さえま
しょう。手のひらで受けた時はすぐに手を洗いましょう。

③外出後の手洗い、手指のアルコール消毒 ④適度な湿度の保持

⑤十分な休養とバランスのとれた栄養摂取 ⑥人混みへの外出を控える

今年のワクチンは、どの種類のインフルエンザに効果がありますか？

インフルエンザ A(H1N1)亜型(インフルエンザ(H1N1)2009)と同じ亜型)と
A/H3N2 亜型(いわゆる A 香港型)、B 型の3種類が含まれたワクチンです。