



2015 (平成27) 年1月5日

〒979-2121

南相馬市小高区東町三丁目8番地

電話 0244-44-2025

再開第十号

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	小滝昌明		
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		

## 平成27年2月 診療予定表

	日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6	7
午前		中尾誠利		高橋哲之助	神戸敏行		
午後					今野 明		
	8	9	10	11	12	13	14
午前		中尾誠利		建国記念日	鈴木良平		
午後					今野 明		
	15	16	17	18	19	20	21
午前		中尾誠利		高橋哲之助	小滝昌明		
午後					休診		
	22	23	24	25	26	27	28
午前		中尾誠利		高橋哲之助	根本 剛		
午後					今野 明		



インフルエンザが、  
流行期に入りました!

インフルエンザ・・・基礎疾患のある方や高齢者、乳幼児では合併症を併発する恐れがあります。

インフルエンザワクチン・・・はしかワクチンのように発病をほぼ確実に阻止するほどの効果は期待できませんが、高熱などの症状を軽くし、合併症による入院を減らすことができます。できるだけ早期のワクチン接種をお勧めします。

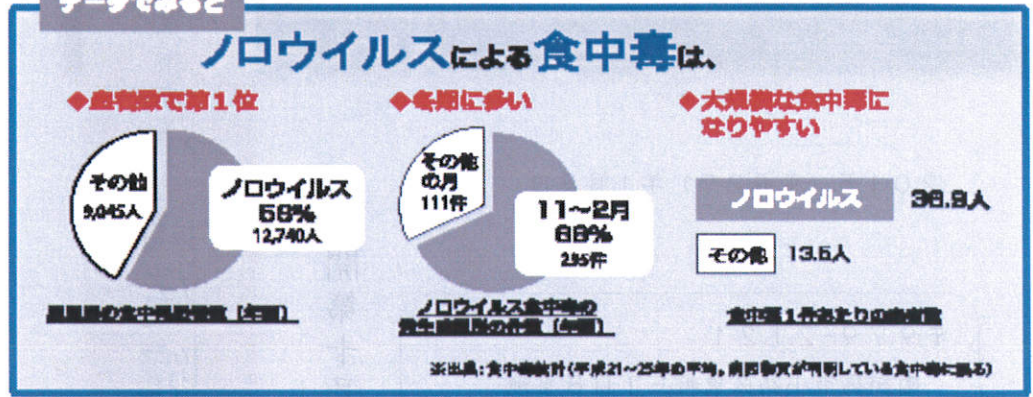
咳エチケット・・・帰宅した際には手洗いを励行し、咳が出る場合にはマスクを着用しましょう。マスクがない時、咳やくしゃみは肘の内側や二の腕で口鼻を押さえましょう。手のひらで受けた時はすぐに手を洗いましょう。(出典：福島県感染症情報センター、他)

当院ではインフルエンザワクチン予防接種を予約制にて承っております。  
実費(3,060円)をご負担ください。  
(市町村の補助制度は12月末で終了しています)

# 冬は特にご注意ください!

## ノロウイルスによる食中毒

食中毒は夏だけではありません。ウイルスによる食中毒が冬に多発しています!!!



## ノロウイルスによる食中毒予防のポイント

- | 調理する人の健康管理  | 作業前などの手洗い   | 調理器具の消毒   |
|---|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>○腹痛から感症しないように食べものや家庭の健康状態に注意する。</li> <li>○症状があるときは、食事を自炊及調理作業をしない。</li> <li>○症状があるときに、すぐに責任者に報告する仕組みをつくる。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>○塗りタイミングは、</li> <li>○トイレに行ったあと</li> <li>○調理施設に入る前</li> <li>○料理の盛付けの前</li> <li>○次の調理作業に入る前</li> <li>○汚れの溜りやすいところを洗いぬいで</li> <li>○指先、指の間、爪の間</li> <li>○親指の周り</li> <li>○手首</li> </ul> | <p>塩素消毒</p> <p>洗剤などで十分に洗浄し、<u>塩素濃度200ppmの塩素消毒剤(ナトリウム)で拭きながら拭く。</u></p> <p>塩素濃度200ppmの塩素消毒剤(ナトリウム)は必ず効果があります。</p> <p>塩素濃度などで十分に洗浄し、熱湯で殺菌する方法も有効です。</p> |

詳しい情報は、厚生労働省ホームページ「ノロウイルスに関するQ&A」をご覧ください。  
<http://www.mhlw.go.jp/topics/typhoid/typhoid/q&a/yebetu040204-1.html>

