

インフルエンザワクチンのご案内

インフルエンザワクチン接種の季節になりました。

インフルエンザはインフルエンザウイルスに感染後 1～5 日の潜伏期間を経て、38 度以上の高熱や筋肉痛などの症状が急激に全身症状に現れる病気です。

当院でもインフルエンザワクチンの予防接種を行っています。

【川崎市高齢者インフルエンザ予防接種】

- ★川崎市民で接種日に満 65 歳以上の方
 - ★60 歳以上で心・腎・呼吸器の疾患を有する方
- 上記の方は 2300 円【税込】で接種できます。

(上記の 2300 円【税込】で接種できるのは
平成 28 年 12 月 31 日まで)
その他の方は、4000 円【税込】で接種となります。

当院での接種は、ワクチンが無くなり次第終了となっておりますので、ご希望の方は糖尿病代謝内科受付にお声をかけてください。診察当日の接種も可能です。

日本では 11 月下旬から 12 月上旬にインフルエンザのシーズンが始まり、1 月～3 月にピークを迎えます。

ワクチン接種後、2 週間目から 5 か月間ほど効果が持続すると言われていきます。ワクチン接種は流行る前に済ませることが重要です。まだ接種がお済みでない方は、早めに済ませることをお勧めします。



歩いて学ぶウォークラリー

10 月 23 日(日)、よこはま動物園ズーラシアにおいて、「第 21 回 歩いて学ぶ糖尿病ウォークラリー 神奈川大会」が開催されました。参加人数は 439 人(!) だったそうです。全国各地で同主催のウォークラリーが開催されているのですが、神奈川大会は全国でも盛況で、参加された方々は、皆さんとても楽しそうでした。



当会からは、吉原先生、大野先生、当会担当事務員の 3 名が参加しました。お天気にも恵まれ、とても和やかな雰囲気でした。

途中で 3ヶ所のチェックポイントが在り、ストレッチをしたりして、沢山のスタッフの方々が明るく盛り上げてくださいました。体力に自信の無い方でも、自分のペースで歩けるかと思えます。

ウォーキングの後は、青空教室開かれました。今年のテーマは、「足」についてでした。



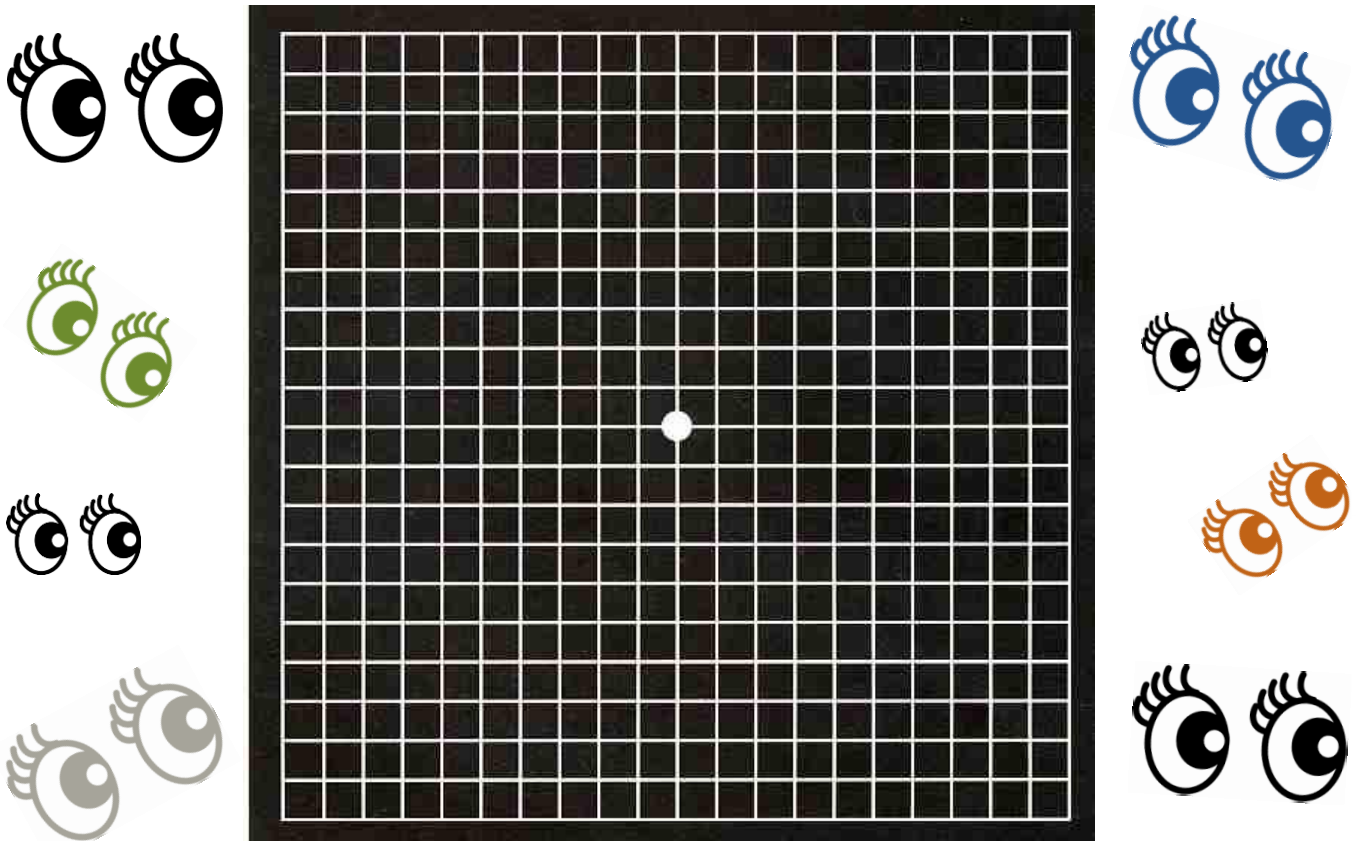
サポートして下さる方々が沢山いらっしゃるので、参加を迷っていらっしゃる方も、主治医にご相談の上、ご家族・ご友人をお誘いになって、是非来年はご参加ください！みんなで一緒に楽しみましょう！患者様同士の情報交換や、医師や理学療法士・栄養士などの専門家の方々と気楽な雰囲気でお話できますよ！

皆様のご参加を、心よりお待ちしております!!!

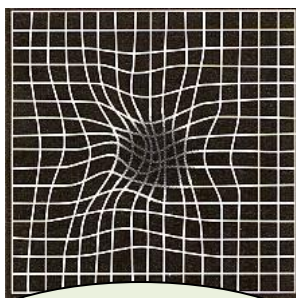


あなたの目は大丈夫？

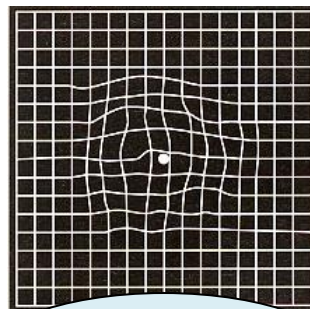
30cm離して、片目で真ん中の点を見てください



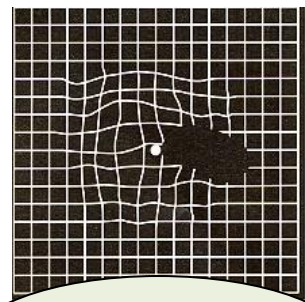
こんな風に見えていませんか？



中心部にあるものが歪んで見える



中心部分が見えにくい



部分的がかけて見える

ゆがんで見えている、中心部分が暗く見えたらすぐに眼科受診を!!!



もしかしたら、**加齢黄斑変性**の病気かもしれません。

Q. どんな病気？…A. 見たいものが見えなくなる病気です。

50歳以上の約80人に1人が**加齢黄斑変性**になっているといわれています。

予防するためには 禁煙・太陽光を避ける・バランスの良い食事が大切です。



6階病棟 斎藤加奈子