

急に寒くなってきましたね。お体に気を付けてお過ごしください。

日々の体調で気になることがあれば、乙立里家診療所へお気軽にご相談ください。

なお、他の病院の血液検査結果やレントゲン写真などがある場合は、受診される際にお持ちください。

医師が交代になりました

令和7年10月から、矢野悠介医師に代わり、

井上裕衣医師、林真理恵医師が診療にあたっています。

水曜日は、四方田医師、井上医師、林医師による診療となります。

よろしく
お願い
します

島根大学医学部（内分泌代謝内科）



井上医師



林医師

特定健康診査は3月まで受け付けています

周りの方にも声をかけていただき、できるだけたくさんの方に受診いただきたいと思います。

生活習慣病（糖尿病・高血圧・脂質異常症）の療養について

生活習慣病の方には4か月に1回、受診の時に先生と話し合っ生活習慣病計画書を作成し、お渡ししています。

これはご本人が改善に向けた意識を高めることで重症化を予防するためです。計画書を参考にいただき悪化を予防しましょう。

インフルエンザ・コロナを予防しましょう

○咳エチケット

咳やくしゃみができる場合は、マスクをつけましょう。

マスクがない場合は、ティッシュや腕の内側で鼻と口をおさえ、他の人から顔を背けて1 m以上離れましょう。

○石けんで手洗い

外から帰ったら、石けんを使って丁寧に手を洗いましょう。

○流行前のワクチン接種

ワクチンは感染防御および重症化を防ぐ効果があります。

接種から効果が出るまで2週間程度かかりますので、流行する前に接種を済ませましょう。



予防接種について

【事前予約制】ご希望の方は、お電話にてお申し込みください。

ワクチン種別	定期接種（高齢者等）	任意接種（自費）
インフルエンザ	2, 0 0 0 円	3, 5 0 0 円
インフルエンザ（2回目）	—	2, 5 0 0 円
新型コロナ	6, 0 0 0 円	1 5, 0 0 0 円
肺炎球菌（ニューモバックス）	3, 0 0 0 円	8, 0 0 0 円
带状疱疹（生ワクチン）	4, 0 0 0 円	9, 0 0 0 円
带状疱疹（シングリックス） ※1回あたり	9, 0 0 0 円	2 2, 0 0 0 円

看護師へご相談ください

診療日（月曜、水～金曜）には、午前中も看護師が来ています。

「健康診断の結果通知の見方が分からない」

「病院を受診したいけど、何科に行けばいいか分からない」

「病院でもらった薬が余っているので調整してほしい」

…など、気になることがあれば、お気軽にご相談ください。

○事前に電話してお越しください。

○医師や市（医療介護連携課）に相談してからお答えする場合や、他の相談先をご紹介します場合もあります。

