乙立里家診療所だより

令和8年11月

編集・発行
乙立里家診療所
（乙立町3136番地）
☎ ４５－０１０６

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。

医師のご紹介

令和８年８月から、**佐藤宏医師が**、
１１月からは、**小島加奈子医師**が新たに診療にあたっています。

よろしくお願いします



佐藤宏医師



小島加奈子医師

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て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。計画書を参考にしていただき悪化を予防しましょう。

★血圧手帳について

高血圧の治療をされている方は血圧手帳を持参してください。
病院で測る血圧は緊張などで高くなる傾向があります。
普段自宅での血圧の記録があれば本当の血圧の状態がわかり、先生の適切な治療や薬の調整に役立ちます。

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１ｍ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	２，０００円	３，５００円
インフルエンザ（２回目）	―	２，５００円
新型コロナ	６，０００円	１５，０００円
肺炎球菌（プレベナー２０）	４，５００円	１１，０００円
帯状疱疹（生ワクチン）	４，０００円	９，０００円
帯状疱疹（シングリックス）※１回あたり	９，０００円	２２，０００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する場合もあります。



乙立里家診療所　☎４５－０１０６