

インフルエンザ予防接種のお知らせ

インフルエンザの予防接種は予約した方を優先させていただく場合がありますので、事前にご予約をお願いします。

◎予防接種自己負担金について

65歳未満の方…3,600円 65歳以上の方…1,100円(令和6年12月28日まで)

※免除証明書を提示いただくと自己負担金が免除になります。該当されるかどうか、各市町村にお問い合わせ下さい。

該当されると自己負担金免除証明書が発行されます。

予防接種前に提示していただかなければ無効になりますのでご注意ください。

感染対策 検査科

手洗いがい 誰でもできる、やっぱり大切手指衛生!

インフルエンザ等の感染症が流行する季節になってきました。感染症は、ウイルスが体内で増えて、熱やのどの痛みなどの症状を引き起こします。では、感染症に感染しないためにはどのようにすればよいのでしょうか。

Q₁ 感染症が起こりやすい状態とは?

- A**
- ①体内に入ってきた微生物の量が多い
 - ②免疫機能が低下している(睡眠不足、栄養不足 など)

Q₂ 体内に入る微生物を減らすには?

- A**
- ①手洗いや手指消毒をする
 - ②うがいやマスク着用(咳エチケット)をする
 - ③人混みに行かない 3密を回避する

手指の正しい 洗浄手順

手洗いは感染対策そのものといわれるぐらい、重要で基本になります。



手洗いは30秒が目安。石鹸・流水洗いが困難なときはアルコールによる手指消毒も有効的です。

最後に予防接種について、ワクチンを接種したからといって100%かからないということではありませんが、発症や重症化を防ぐためにも流行前にワクチン接種することは大切です。ただし、接種してからワクチンの効果が出るまで2週間ほどかかります。当院ではワクチン接種を行っていますのでお問い合わせください。

健康レシピ 栄養科

豆腐の卵とじ

今回は胃腸の調子が悪い日に食べたい、消化に良い体の温まる料理をご紹介します。

材 料	●溶き卵	2個分	☆調味料	
	●絹豆腐	150g	●めんつゆ [3倍濃縮]	大さじ2
	●玉ねぎ	1/2個	●水	120cc

- 作り方**
1. 玉ねぎは薄切りにする。
 2. フライパンに☆、玉ねぎを入れて煮立たせ、豆腐をスプーンで一口大にすくって加え、中火で2分煮る。
 3. 半量の溶き卵をまわし入れて、ふたをして固まるまで40秒程煮る。
ポイント: 煮立たせた状態で溶き卵を回し入れましょう。
 4. 残りの溶き卵をまわし入れて、ふたをせずに様子を見ながら、白身が白っぽくなるまで1分程煮る。



～ レシピ献立 ～

- ご飯
- 豆腐の卵とじ
- かぼちゃのミルク煮
- ほうれん草と人参の味噌汁
- フルーツ缶(白桃)

ポイント

消化に良い食品選びのポイントは「脂肪」と「食物繊維」です。胃腸の調子が悪い時は、脂肪の少ない卵・豆腐・白身魚・皮なし鶏肉・赤身肉を選びましょう。野菜や果物では、食物繊維の少ない白菜・大根・かぼちゃ・じゃがいも・バナナ・りんご・等が適しています。これらを軟らかく調理すれば、胃腸に負担がかかりにくい食事になります。

せいわ

2024
医療法人近藤会
清和病院
秋号

●2024年11月発行 ●年4回(11月、5月、8月、11月)
●高岡郡佐川町乙1777
●TEL.0889-22-0300 ●FAX.0889-22-1777
●清和病院広報委員会発行



2024年 清和フェスタ 5年ぶりに開催

おかげさまで無事開催することができました。
ありがとうございました。
中面フェスタ特集をご覧ください!

基本理念

私たちは、患者さま方に良質で安全な満足感のある高度な専門医療技術の提供と、地域における救急医療、保健・福祉サービス、介護などの生活の質(QOL)の向上に寄与することを目指します。

今年は5年ぶりに清和フェスタを通常開催致しました。皆様ご多用にも関わらずたくさんご足労頂き誠にありがとうございました。清和フェスタは入院されている患者様とご家族様が食事をしながら、楽しいひとときを一緒に過ごして頂きたいと企画しております。今回、たくさんの笑顔が見られたことを大変嬉しく思います。この笑顔は今後の私たちの励みになります。

フェスタを開催するにあたり、関わってくださったすべての方々に感謝申し上げます。本当に有難う御座いました。また来年も記憶に残る催しを準備いたしますので楽しみにお待ちください。

医療管理部長 藤田みよこ

清和フェスタ2024の実行委員長をつとめさせていただきました作業療法士の松本康汰です。

本年度は5年ぶりにご家族の皆様を招待しコロナ前の規模での開催となりました。直前までコロナの感染状況も心配でしたが無事に開催に至りましたことを大変うれしく思います。これも、患者様をはじめ、ご家族の皆様、出演者、地域の方などたくさんの方々のご支援のおかげです。心より感謝申し上げます。

私は、入職後、初めてコロナ以前の本来の規模の清和フェスタを体験しました。ご家族の皆様と患者様がお話されている様子やステージでの演舞・演奏を楽しまれている様子はとても印象に残っています。このような普段の入院生活では体験できない機会を設けることに携われたことを大変うれしく思います。

これからも患者様が明るく楽しく過ごせますように職員一同努力してまいります。これからもよろしくお願いたします。



清和フェスタ2024実行委員長 松本 康汰



迫力満点の炎に
目がきづけ!



理事長先生、院長先生より
激励のお言葉をいただきました



夜空に響き渡る
和太鼓の音♪



吾北清流太鼓 一番風 様
太鼓

5年振りに皆さんにお目にかかる事ができ、
一番風一同大変うれしく思っています。
私達の演奏を満面の笑みで見て・聴いて・拍手をして下さり感謝しております。



会場の熱気は
最高潮に♪

清和フェスタ 2024



いの町合併20周年記念特別よさこいチーム
いの夏 -INOKA- 様
よさこい演舞

いの夏代表の小野義矩です。
踊り子含め、私自身も非常に貴重な体験をさせていただきました。
私は旗を振らせていただきましたが皆様の頭の上を旗がなびくたびに
拍手して下さる方もいらっやあって、ふっってとても気持ちよかったです。

Tシャツデザイン
佐川高校 漫画美術部 様



このデザインにした理由は、佐川町を象徴するものを入れたかったので、カワセミとバイカオウレンを入れました。
そして、この絵柄にした理由は、Tシャツのデザインを見ていただいた人たちが、笑顔になったり、ほっこりとした気持ちを抱いてほしかったからです。
作画:林さん

元気いっぱい

very good!

佐川町若草保育園 青組 様
体操演技



しっかりきまっ
ハイ!ポーズ!



佐川高校様よりボランティアの方々が
応援に来てくれました★三

