



# 岩出山分院だより

## ～ミニ健康フェスティバル～

11月9日に岩出山分院の第一回ミニ健康フェスティバルが行われました。

インフルエンザに効果がある手洗いに、一生懸命に取り組むちびっ子の姿に胸が一杯になりました。皆さんも手洗いに十分気をつけてください。



## ～インフルエンザ 予防接種のおしらせ～

岩出山分院ではインフルエンザの予防接種を行っています。電話での予約が必要になりますので、注意してください。

◆接種日時 (毎週火曜日)

・令和6年12月 3, 10, 17, 24日

令和7年 1月 14日

・午後1時～, 午後2時～

◆予約先 0229-72-1355

◆接種料金

・65歳以上の方 2,000円(税込)

(60～65歳の方で身体障害者手帳1級相当の内部機能障害を有する方)

・一般の方 5,500円(税込)

## ～栄養管理室より～

### ●免疫力を高める食事のポイント

①魚、肉、卵、大豆等たんぱく質食品

\*免疫力を担う物質のもとになります。

②緑黄色野菜

\*抗酸化作用のあるビタミンA・ビタミンC・ビタミンEを豊富に含み、粘膜を丈夫にしてウイルスの侵入を防ぐ働きがあります。

③食物繊維(海藻、きのこ等)、発酵食品(納豆、ヨーグルト、味噌等)

\*腸の免疫細胞を活性化させます。

★寒い冬でも早寝早起きを心がけ規則正しい生活リズムを身につけましょう!

主食、主菜、副菜のバランスよいお食事を心がけましょう。



当院では外来栄養指導を行っております。お食事に関してご不明点等ございましたら、診察時お気軽にお申し出ください。



当院で提供しているお食事の一部紹介



## ～栄養指導件数～

令和3年度に比べ4年度で徐々に持ち直しの兆しが見られましたが、5年度では減少がみられました。内科医師が1名減となったこと、また、新規栄養指導が減少傾向にあることから、栄養指導必要な外来患者数の減少が考えられます。継続指導の方の受診終了(体調悪化で入院・死亡等)なども減少の要因と考えられます。引き続き、外来での食生活改善必要な方への栄養指導への介入及び入院に関しても退院へ向けての栄養指導介入を行ってまいります。

栄養指導件数 (単位: 件)





# ～生活習慣病について～



岩出山分院では、皆様の健康維持、悪化防止のために令和6年8月から、該当する患者さまに療養計画書を用いて生活習慣〈食事・運動・喫煙〉などの確認を行っています。

また、糖尿病療養指導士を中心として、生活習慣病〈糖尿病・高血圧・脂質異常症〉について、予防、悪化防止の観点で保健指導をさせていただきます。

不安なこと、聞いてみたいことなどございましたら、まずはご相談ください。



## 大崎市民病院岩出山分院

### レスパイト入院のご案内

レスパイト入院とは・・・

介護者の「休息」「息抜き」を目的とした2週間以内の入院です。

在宅で介護をしているご家族の方、休息しませんか？



## ～当院でのレスパイト入院件数～



## ～お申し込み方法～

ご家族またはケアマネジャーを通して、訪問診療時や当院外来にお気軽にご相談ください。申し込みについて説明いたします。

\*当院かかりつけ以外の方でもご利用できます。

## ～外来受付時間～

受付時間 午前 8：00～11：00 午後 1：00～3：00

午前の総合診療科は予約診療です。予約されずに来院された場合、待ち時間が長くなる可能性があります。午後の診察は予約不要です。

## ～発熱外来について～

午後 1：30～3：00

予約患者のみ対応になります。必ず事前にお問い合わせください。

## ～予約変更の問い合わせ～

午前 8：30～午後 3：00

の間にお問い合わせください。



編集・発行



大崎市民病院岩出山分院 広報部

〒989-6434

大崎市岩出山字下川原町84番地29

TEL：0229-72-1355 FAX：0229-72-1441

