

令和2年11月1日発行

発行所 あゆみクリニック
〒344-0023
埼玉県春日部市大枝400-4
TEL 048-731-3283
http://www.ayumi-clinic.com



11月~1月の予定

11月							12月							1月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
1 休診	2	3 3x000 休診	4	5 休診	6	7			1	2	3 休診	4	5						1 元日 休診	2 休診
8 休診	9	10	11	12 休診	13	14	6 休診	7	8	9	10 休診	11	12	3 休診	4 休診	5 PM~ 診療開始	6	7 休診	8	9
15 休診	16	17	18	19 休診	20	21	13 休日 当番医	14	15	16	17 休診	18	19	10 休診	11 休診	12	13	14 休診	15	16
22 休診	23 休診	24	25	26 休診	27	28	20 休診	21	22	23	24 休診	25	26	17 休診	18	19	20	21 休診	22	23
29 休診	30						27 休診	28	29 休診	30 休診	31 休診			24 休診	25	26	27	28 休診	29	30
														31 休診						

★11/3(火)文化の日:休診
★11/23(月)勤労感謝の日:休診
★12/13(日)休日当番医:9:00~17:00
★年末12/28(月)まで診察
★年始1/5(火)午後から診察開始
★1/11(月)成人の日:休診

ワクチン欠品

10月に入ると、全国で一斉にインフルエンザワクチン接種が始まりました。例年は、当院では10月中旬より土日のワクチン接種専門外来を開始しますが、今年は第1土日より開始しました。コロナ対策の為、ソーシャルディスタンスを保つ様にと例年の60%枠で予約を開始しましたが、すぐに予約枠は埋まりつつありました。コロナ対策でソーシャルディスタンスを保つだけでなく、第3波に備えて「インフルエンザだけでも予防を」という冬支度の意味もあります。その為、国は65歳以上の高齢者に対する接種費用を無料化する方針を出しましたし、越谷市においては64歳以下の市民に対しても1回2000円(13歳未満は2回までOK)で接種できる補助制度を採用しました。

あゆみクリニックでは診療時間に接種希望者が例年よりも多いと感じていましたが「他の医院や病院では、1月にワクチンが不足するかもしれないのでまだ打てない」と言われたという話を耳にしました。10月中旬を過ぎると、越谷市民の方から「何故今まで接種してきたあゆみクリニックでは越谷市民としての補助を受けられないのか?」という苦情が殺到するようになり、そういう方々が越谷保健所に訴えたのか、越谷市民の方が「償還払いOKと言われた」と当院へ来られたので、越谷保健所に問い合わせたところ「越谷市の医療機関だけでは既にワクチン不足が生じており、あゆみクリニックさんでも越谷市民の接種をお願いします」という事で、償還払いだけでなく、越谷市民専用の接種票まで送って来ました。土日の予約枠は11月末まで100%埋まっています。

このままの状態では、12月の土日の接種枠の予約は受ける事が出来ません。それどころか、日々の診療時間の中でワクチン接種も11月末まで中止せねばならぬかなりそうです。

- ・火曜日の11時30分~15時30分の院長往診中は休診とさせていただきます。(午前受付10:30まで、午後受付15:00から)
- ・祝祭日は8:00~12:00診療受付致します。
- ・アトピー性皮膚炎初診の方は、受付終了1.5時間前までに受診してください。
- ・慢性疾患(高血圧・高脂血症・糖尿病・喘息など)の方は予約診療をお受けください。
- ・土曜日午後は休診です。(受付は12:00まで)
- ・点滴を希望される方は受付終了1時間前までにお申し出ください。(夕方は16時まで)

診察の順番について

ご予約の方2名に対して、急患や予約の無い方を1名、診察の順番に入れさせていただきます。



★予約無しでも診察の順番は回ってきますが、ご予約をお勧めします。

クリニックからのお知らせ

以下の診察を希望の方は受付時間にご注意下さい
●糖尿病初診の方 ●舌下療法初診の方 ●点滴希望の方
午前受付:11時まで(火曜日は10時まで) 午後受付:16時まで
糖尿病・舌下療法初診の方は指導等にお時間がかかりますので必ずこの時間までに受付をお済ませください。

《鍼灸担当》

諸岡 真由美 先生
診察時間:土曜日
受付時間:9:00~12:15
今月も宜しくお願いします!

11月末までの予約枠の接種が終わってワクチンが余ったから、12月初めに土日枠で予約を受付しますので、11月30日以降にワクチンがあるかどうかご確認ください。これらのワクチン情報は全て、まずは当院のLINE情報を通して流します。電話の通話での対応はしきれませんので、どうぞLINEで流れてくる情報を確認してください。

今年、インフルエンザワクチンだけでなく、65歳(あるいは70歳、75歳の節目年齢)の肺炎球菌ワクチン(ニューモバックス)も既に欠品状況にある病院が見られるとの事ですので、市から肺炎球菌ワクチンの通知封筒が来ている方は、なるべく早期(年内)の接種をお勧め致します。当院ではまだ欠品は見られていません。

万が一、ニューモバックス(23価の肺炎球菌ワクチン)が欠品した際にはプレナー(13価の肺炎球菌ワクチン)で補填されるかもしれませんが、また、ニューモバックス接種が済んで、一年以上経っているものの肺炎が心配という方は、プレナーも接種しておくという方法も選択肢の一つにあると思います。

年末年始、特に初詣の混雑による密を避ける為に政府は12月26日から1月11日までの17日間の冬休みを提案しているようですが、当院では年末12月28日(月)まで診察、1月5日(火)の午後の往診より年始の診療を開始致しますので、「承知おき下さい」。

インフルエンザウイルスやコロナウイルスは乾燥した冬の時期に活発になるウイルスですので、冬に第3波が来るのではと心配も募る一方で、早いワクチン接種の備えをしたいところです。お隣の国、韓国では、インフルエンザウイルスとコロナウイルスの両方が流行する「ツインデミック」に備えてインフルエンザワクチンを20%増量して接種計画を進めていたところ、2週間で60名を超える死者を出し、検死の結果、ワクチンとの直接的な因果関係はなく、大部分が心、血管疾患だったとの事ですが、韓国国民全体に不安の声が広がっており、一時的に接種を保留にしている医療機関もあるとの事です。温度管理の不備や抗原蛋白が固まった白い粉が見られたなどの情報があります。

日本国内のインフルエンザワクチン接種ではまだそのような問題はありませんが、日本のインフルエンザワクチンは全て国内産です。韓国のインフルエンザワクチンは韓国産の物、輸入の物と何種類かある様ですが、全世界的にコロナウイルスワクチンの接種が開始されれば、色々な問題が生じてくる可能性があります。日本で接種されるコロナワクチンは、国内産が間に合わないで、まず輸入製のワクチンを使用するはずですが、管首相は来年前半までに

人との接触を8割減らす10のポイント

緊急事態宣言の中、誰もが感染するリスク、誰でも感染させるリスクがあります。新型コロナウイルス感染から、あなたと身近な人の命を守るよう、日常生活を見直してみましょう。

1 ビデオ通話でオンライン帰省	2 スーパーは1人又は少人数で空いている時間に	3 ジョギングは少人数で、公園は空いた時間、場所を選ぶ
4 待てる買い物は通販で	5 飲み会はオンラインで	6 診療は遠隔診療。定期受診は間隔を調整
7 筋トレやヨガは自宅で動画を活用	8 飲食は持ち帰り、宅配も	9 仕事は在宅勤務。通勤は医療・インフラ・物流など社会機能維持のために
10 会話はマスクをつけて	<p>3つの密を避けましょう</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 換気の悪い密閉空間 2. 多数が集まる密集場所 3. 間近で会話や発声をする密接場面 <p>手洗い 咳エチケット 換気 健康管理 も、同様に重要です</p>	

新型コロナを調べる検査の主な特徴

	意義	精度	費用	長所	短所
PCR検査	今感染しているかどうかを判定	70%	保険適用 (自費の場合20,000円)	感度が高い	結果までに時間がかかる(2日)
抗原検査キット	過去の感染の有無を判定	60%	保険適用 (自費の場合8,000円)	短時間(約30分)で判定可能	感度が低い
抗体検査	過去の感染の有無を判定	80%	自費診察 11,000円	感染症流行の全体像を約30分で把握できる	偽陽性が起こり得る



手洗いうがい

健康管理に気を付けましょう!

健康診断 予防接種



全国民に無料でコロナワクチンを接種すると所信表明演説で明言されました。安全な治験第3相を経て信頼度の高いワクチンを日本政府は検討するはずですが、海外での接種状況にも注目するべきでしょう。

現在、日本ではGOTOキャンペーンも活発になり、一見コロナウイルスが鎮静されているように感じますが、1〜2か月後には、再び変異したコロナウイルスが流行する可能性が高く、第2波よりも更に高い波が来るはずですから、私達医療機関も心して対応せねばなりません。皆さん一人一人の予防対策(マスク、うがい、手洗い、ソーシャルディスタンスなど)がとても大切ですので、宜しくお願い致します。

来年の夏には、どの様な規模、様相になるかはまだ予想がつきませんが、必ず「東京オリンピック」の開催までこぎつけたいものです。

こんな日々がいつまで続くのだろうと皆さん不安になったり、落ち込んだりする方もおられると思います。今年の若者の結婚率や妊娠率がかなり下がっているとのニュースも聞こえてきます。でも若い人々にはこの暗闇を通り抜ければ必ず光が見えて来るという事。また、全世代の方々にも同じことを言いたいのですし、世の中が大きく変化し進化していく為のきっかけになっていくという事も知っていただきたいと思います。都会に人々が密に集まっていたという事で、地方の活性化につながっていくかもしれないし、今後は満員電車はあり得ない方向に向かっているのかもしれないし、生活の中で飲食や飲食の仕方も大きく変わっていく事でしょう。

糖尿病、高血圧、高脂血症という生活習慣病の人たちのコントロールも乱れ気味で、コントロールの仕方を模索している方も多いと思いますが、新しい生活様式に則ったコントロール方法、例えばスポーツはパーソナルトレーニングジムや野外ウォーキング、自室筋トレなどを使って、いつまでも「コロナのせいでコントロールできない」と言われてはなりません。

皆さん、自分に合った方法で共に頑張っていきましょう!

風邪症状のある方とない方で診察受付時間が違います!!

診察受付時間のご案内

症状に合った診察のお時間をご確認の上、ご来院ください
(風邪症状のない方はある方との同席を同意した方のみ受け付けます。風邪症状が重い方や緊急を要する方は、入口インターホンを押して受付係員にお申し出ください)

8/24~診察受付時間	月	火	水	金	土
8:00~11:30 風邪症状がない方のみ	○	8:00~10:30	○	○	○
11:30~12:00 風邪症状がある方 (PCR・他の検査・投薬希望など)	○	▲往診の合 意対応可能 な2~3人	○	○	○
13:30~16:30 風邪症状がない方のみ	○	15:00~16:30	○	○	○
16:30~17:30 風邪症状がある方 (PCR・他の検査・投薬希望など)	○	16:30~17:30	○	○	○

風邪症状とは?

①喉が痛い ②発熱 ③咳 ④下痢 ⑤呼吸困難等

※鼻水や喘息による咳やアレルギー性の疾患の方は風邪症状がない方のみ時間帯をご利用ください。

コロナ第2波の間、院内感染防止の為、風邪症状(発熱・下痢・咳・のどの痛み等)の方は、30分程度で結果が出る抗原検査の結果が陰性(否定)されるまで院外の駐車場などで診察を実施いたしますので、徒歩10分以上の方は、極力マイカーで来院頂きます様よろしくお願い致します。

☆ LINE 登録手順 ☆

1 下のQRコードを読み取ってログイン画面にアクセスします。

2 診察券に書かれた患者番号、パスワード(生年月日4桁)を入力します。

3 LINEでログインして、画面を見ながらお友達登録してね。

4 完了画面が出ればお友達登録完了!!

※当院の診察券がないと登録できません

予約を取ったり、診察時間が近づくとLINEでお知らせが届きます。

2020年度インフルエンザ予防接種料金表

各種割引制度あり(詳細はホームページを御参照ください)

割引の種類	インフルエンザ予防接種専用時間帯 ・土曜日: 14:30~18:30 / 日曜日: 8:30~17:30	
	一般のワクチン税込接種料金	チメロサル抜税込接種料金(3歳未満接種不可)
定 価	5,000円 (回数・年齢共通)	5,500円 (回数・年齢共通)
65歳以上で埼玉県内の高齢者 予防接種助成をご利用の方	無料	利用不可
慢性疾患通院割引/公費予防接種との同時接種割引/1歳未満割引	3,500円 (回数・年齢共通)	3,900円 (回数・年齢共通)
予約システム割+全部書割+LINE又はCOCOA割	3,500円 (回数・年齢共通)	3,900円 (回数・年齢共通)
幼児10月接種割(1歳以上3歳未満)	2,000円 (1~3歳未満)	3歳未満は接種不可
東振協・埼玉土建・あまの創建接種補助券ご利用の方	3,900円 一補助金額 (回数・年齢共通)	利用不可
東振協・埼玉土建・あまの創建接種補助券ご利用の方+予約システム割+全部書割+COCOA割	3,500円 (回数・年齢共通)	3,900円 (回数・年齢共通)