

# 妙 高 病 院 だ よ り

## 感染症に一層の注意をお願いします

朝晩はめっきり寒くなってきましたね。

これからの季節はインフルエンザウイルス、新型コロナウイルス、ノロウイルス（感染性胃腸炎）などの感染症が特に流行しやすくなります。

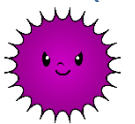
普段からの手洗い励行など、基本的な感染対策を行っていきましょう。

発熱や咳などがある方は、来院される前にまずは電話でご相談ください。

### ○基本的な感染対策

- ・帰宅したらまず手洗い、うがい
- ・食事の前にも手洗い
- ・汚れた手で口や眼、鼻などをさわらない  
(身体の中にウイルスや菌を入れない)
- ・換気をする、室内では適度な湿度（50～60%）を保つ

低温・低湿度はウイルスにとって最適な環境です  
鼻や喉の粘膜が乾燥すると  
病原体が身体に入り込みやすくなってしまいます



アルコール消毒もよいですが、  
ノロウイルスには効きません！  
食事前などは特に手洗いも行いましょう。



現在、入院患者さんを感染から守るために面会方法や面会者、面会時間などを限定して面会を許可しています。今後、予告なく変更（面会全面禁止など）することもあります。面会を希望される方は、病院ホームページなどでご確認ください。

## インフルエンザワクチン・コロナワクチンの接種予約を受け付けています

インフルエンザワクチン、コロナワクチンについて、それぞれ今年度の接種を開始しております。ご希望の方は予約申し込みをお願いします。（インフルエンザワクチンに関しては、内科に定期的に通院されている方は診療後の接種も可能です。）

費用等については病院ホームページにてご確認ください。

### インフルエンザワクチン

流行期に入る12月中旬までの接種をお勧めします。

#### ・小学生以上 内科外来で実施

受付・接種時間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
午前10:00～11:00	なし	なし	○	なし	なし
午後 2:00～3:00	なし	なし	なし	○	なし

#### ・小学生～高校生（学生対象） 内科外来で実施

受付・接種時間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
受付 午後3:30～4:30 ※4:00までにお越しください	なし	なし	なし	○	なし

#### ・0歳児～中学生 小児科外来で実施

受付・接種時間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
午前10:30～11:30	○	なし	なし	○	なし

### コロナワクチン

#### 対象者（定期接種）

①65歳以上の方

②60歳から64歳で重症化リスクの高い方（※）

（※）心臓、腎臓または呼吸器の機能に障がいがあり、身の回りの生活が極度に制限される方及びヒト免疫不全ウイルスにより、免疫機能に障がいがあり、日常生活がほとんど不可能な方

（注）②で接種される方は身体障害者手帳などの証明できるものがが必要です。

#### 予約接種の実施日と受付時間

実施日	2024年10月18日（金）～2025年3月21日（金）毎週金曜日 （1月3日は除く）
実施当日の受付時間	午後2:00～2:30

※12歳未満の方の接種は行いません。

### お申込み方法

電話または病院窓口で受け付けております。

電話：0255-86-2003 平日9:00～16:30まで

## 花壇の整備をしていただいております

毎年、「老人クラブ妙高温泉区寿会」の皆様から花壇の整備を行っていただいております。

今年度も色とりどりの鮮やかな花が咲いて、来院される方々にも、我々職員にとっても一服の清涼剤となっております。ありがとうございました。

(写真は9月下旬のもので)



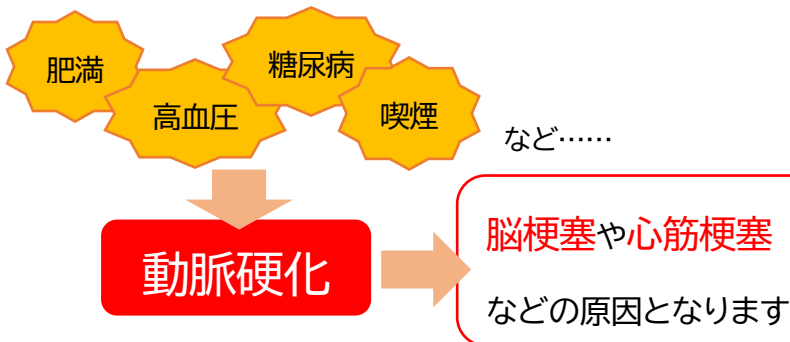
## 気になりませんか？ あなたの動脈硬化度

みなさまは動脈硬化の程度を数字で知ることができる検査があるのをご存じでしょうか？

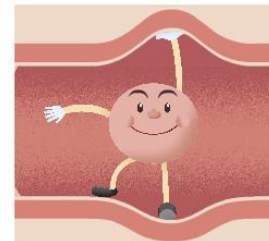
血圧測定と同じ感覚でできる、CAVI（キャビィ）検査というものです。

動脈硬化度と同時に、およその血管年齢も約5分程度でわかります。

妙高病院でもこのCAVI検査を行うことができ、最近装置が新しくなりました。検査を希望される方がいらっしゃいましたら、医師にご相談ください。



動脈硬化とは、血管の弾性力（しなやかさ）が失われて硬くなったり、コレステロールなどがたまって血管が狭くなり血液の流れが悪くなった状態をいいます。



健康でしなやかな血管

8未満

9以上



## 当院でもマイナンバーカードを健康保険証としてご利用いただけます

国は健康保険証の廃止を決定しており、今後は、マイナンバーカードの健康保険証利用が推奨されています。

ご利用方法がお分かりにならない場合は、受診時に受付窓口にてお問い合わせください。

## 外来診療のご案内

令和6年11月現在の外来診療のご案内です。

受診科によって曜日・時間が異なりますので、ご確認ください。



### 新潟県立妙高病院 外来診療のご案内

2024.11～

水曜日の整形茂泉医師の第1水曜日の診療開始時間と、木曜日の内科担当医師が変更になりました。

電話：0255-86-2003

診療科		曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	受付時間	診療時間	摘要
内科	1 診	午前	田中	岸本	岡田	田中	山本	11:30まで	9:00~12:00	主に予約診療担当
		午後			岸本		岡田	15:30まで	13:30~17:00	主に予約診療担当
	2 診	午前	山本 9:00~10:30まで 岸本 10:30から	田中	山本	岸本	岸本	11:30まで	9:00~12:00	新患・予約・健診担当
		午後	岸本					15:30まで	13:30~17:00	主に予約診療担当
脳神経内科				中央病院 柏木				14:30まで	14:00~15:00	
小児科		中央病院 須田				中央病院 丸山		11:30まで	9:00~12:00	
整形外科	1 診	慈恵医大病院 皆川		東條 (予約のみ)	茂泉	上越地域医療 センター病院 大塚	池田	11:30まで	9:30~12:00 月のみ 10:30~12:00 金のみ 9:00~12:00	※火曜日東條医師は第1、第3のみ診療 ※第1水曜日のみ9:00から診療開始
	2 診	池田		池田		池田		11:30まで	9:00~12:00	
眼科				石川				14:30まで	14:00~15:00	
泌尿器科					中央病院 医師			14:30まで	14:00~15:00	
耳鼻咽喉科				中央病院 医師				14:30まで	14:00~15:00	
皮膚科				石田/大嶋				10:30まで	9:00~11:00	

注意：都合により診療時間・担当医師など変更になる場合があります。

診療のご案内及び休診情報は、妙高病院ホームページ〔アドレス<http://www.myoukou-hsp.gr.jp>〕でもご覧いただけますので、ご利用ください。

電話での予約変更や予防接種などの問い合わせは、平日の14:00から16:00までの間をお願いします。

都合により、急な変更・休診の場合がございます・・・あらかじめご容赦ください。

## 受診は出来るだけ診療時間内をお願いします

より適確な診断や治療を受けていただくために、受診はスタッフの体制が整っている平日日中の診療時間内をお願いします。緊急（ただちに命にかかわるような）ではない症状の際は、あわてて夜間・早朝や休診日などの時間外に受診するのではなく、症状・様子を見ながら上記の『新潟県立妙高病院 外来診療のご案内』を確認のうえ診療時間内にご来院くださるよう、地域のみなさまのご理解・ご協力をお願いします。