

# 赤尾FCタイムズ



1月

発効日：12月1日 発行人：赤尾ファミリークリニック

## 「2017年もよろしくお祝い致します。」

新年あけましておめでとうございます。  
今年も皆様のご多幸を心よりお祈り申し上げます。

私たち赤尾ファミリークリニックは、基本方針として、3つの方針を掲げています。

- ①優しさ 堅苦しい病院ではありません。何でもご相談ください。
- ②信頼 ご家族の皆さんの健康を見まもります。
- ③安心 他の病院とも協力して、より良い医療をお届けします。

私たちはこのような病院になれるよう目指し、確実に進んできております。

これからも、皆さんに信頼してもらえよう、  
安心・安全な医療を提供できるようスタッフ一同がんばって行きます。

# 今年もよろしくお祝いします



### コラム

2017年が始まりましたね。

今年は夏目漱石さんの生誕150年なんだそうです。

いろいろなイベントがありそうですね。

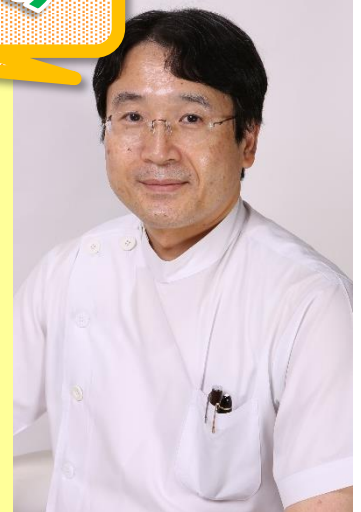
是非、素敵な1年を過ごしてくださいね。

### ご質問にお答えします

Q. 年始のインフルエンザの予防接種はいつから再開しますか？

一般の方の予防接種は、  
**12月で終了いたしました。**

1月以降の再開はございませんので、  
ご了承の程お願い申し上げます。



### お知らせ 「ホームページから予約できます」

お電話受付時間 月曜～土曜の9：00～11：45 / 14：45～17：45  
(水曜日：11：45終了 土曜日16：45終了)

ホームページの「診療予約」をクリックしインターネット予約番号をとってください。





## 「インフルエンザの予防について」

インフルエンザは**感染力が非常に強く、流行が始まると短期間に多くの人へ感染する**ため、普段から意識をして予防する必要があります。

インフルエンザを予防する有効な方法としては、

### ①マスクの着用

インフルエンザは飛沫感染です。マスクをする事は1つの防護策です。

### ②うがい、手洗い

帰宅したらまず、うがい・手洗い。また最近では顔のウイルスを落とすという意味でも、顔洗いまで行うと完璧です。

### ③適度な湿度の保持

空気が乾燥すると、インフルエンザにかかりやすくなります。加湿器などを使って湿度50%を保ってください。

### ④十分な休養とバランスのとれた栄養摂取

十分な休養とバランスのとれた栄養摂取を日頃から心がけましょう。また睡眠もとても重要です。

### ⑤人混みへの外出を避ける

インフルエンザが流行してきたら、人ごみや繁華街へ出かけるのは控えましょう。

上記を意識し、インフルエンザを予防していきましょう！

## 良い新年のスタートを切りましょう。

2017年スタートしましたね。

仕事が始まっている方も、現在もお休みの方もいらっしゃると思います。

正月の休み明けは、不規則な生活リズムが戻っていない方も多く、新年のイベント等で、人の多い場所に出かける機会も多く、体調を崩しやすい時期です。そのため、風邪だけでなく、ウイルスの感染症も増えてきます。

インフルエンザやノロウイルスなど、様々な感染症に注意し、新年から早選手洗い・うがいを徹底して、よい一年のスタートを切ってくださいね。

少しでも何か気になることがあれば何でもお気軽にご相談ください。一度だけでも検診させていただければと思います。

