

～在宅医療・介護の連携拠点～

宇陀市医療介護あんしんセンターから

電話番号の
間違い注意!

問 医療介護あんしんセンター (☎ 85・2500/IP ☎ 88・9480/FAX 85・2501)

9月は認知症を知る月間です

～認知症になっても安心して暮らせる社会を～

9月は「世界アルツハイマー月間」です。世界各国で認知症への理解を呼びかける活動を行っています。認知症を「ひとごと」ではなく、「自分のこと」として考え、認知症の方やその家族が安心して暮らすことができる地域を目指して、認知症の理解を深めましょう。

①正しく理解しよう

認知症は誰にでも起こりうる身近な病気です。様々な原因で記憶力、思考力、判断力などが低下し生活に支障が出ます。

②相談しましょう

早期発見・早期対応が肝心です。自分や家族が「認知症かも」と思ったら、かかりつけ医やあんしんセンターにご相談ください。

③認知症の方を支えよう

周りの方が認知症の方やその家族を理解し、適切に接することができればお互い安心して暮らすことができます。

④発症・進行を防ぎましょう

認知症の最大の要因は高齢になることですが、運動不足の改善や生活習慣病の予防、社会参加などで発症・進行を先送りできることがわかってきました。

「がんばりすぎない 介護、も必要です」

介護する方が何でも背負い込んでしまうと、気持ちに余裕がなくなり、良い介護ができなくなることがあります。福祉サービスを利用したり、話を聞いてくれる仲間を見つけるなど、息抜きも必要です。

～認知症支援への取り組み～

オレンジカフェ 開催します!

認知症の方やそのご家族が、ホッとひと息ついて日頃の溜まった想いを語れる場です。認知症の方や介護されている方同士の交流の機会や認知症についての個別の相談の場となっています。ぜひご参加ください。

- 【日時】 9月17日(金) 午後2時30分～4時
- 【場所】 榛原総合センター3階
- 【参加費】 100円(飲み物、お菓子付)
- 【その他】 問へ申し込みが必要です。

●認知症の方への接し方

- 穏やかな優しい表情で。
- 目線を合わせてから話しかけましょう。
- ゆっくりはっきりと話しましょう。
- 急かさず、ゆっくりと待つ姿勢で。
- 本人の希望やペース、習慣などを大切にしましょう。



お酒でお悩みの方 一緒に学びませんか?

●酒害教室(すずらん昼例会)

- 【日時】 9月13日(月) 午後1時30分～3時
- 【内容】 酒害に関するミニ講義 体験談・個別相談
- 【場所】 医療介護あんしんセンター

宇陀市立病院から

病院の休診日：
土・日・祝日・年末年始

インフルエンザ予防接種 予約受付開始



インフルエンザの予防接種は**予約制**です
インフルエンザが猛威を振るう前に、対策を!

①小児(中学生以下)

接種期間：10月4日(月)～12月28日(火)
までの月～水・金曜日

接種場所：小児科外来
接種時間：【受付】午後0時30分～0時50分
※時間厳守

【接種】午後1時～2時
接種費用：13歳以上 4,100円(税込み)
12歳以下 1回目3,080円(税込み)
2回目2,530円(税込み)

※ご希望があれば、保護者も小児科外来で接種できる場合もありますので、ご相談ください。

②小児以外(高校生以上)

接種期間：10月4日(月)～12月28日(火)
までの月～水・金曜日

接種場所：内科外来
接種時間：【受付】午後2時30分～3時 ※時間厳守
【接種】午後3時～3時30分

接種費用：4,100円(税込み)

①②とも

予約受付期間：9月1日(水)～
11月30日(火)

※受付、接種とも休診日を除く

予約受付時間：

【病院受付窓口】 月～金曜日の午前9時～午後5時

【電話受付】 月～金曜日の午後1時～4時

☎ 82・0381(総合受付)

- ◆1日の接種人数、ワクチンの数量に限りがあります。希望される方は早めに申し込んでください。
- ◆電話予約の方は、可能な限り、事前に予診票を病院受付窓口でお受け取りください。
- ◆接種される方は、時間厳守をお願いします。なお、急患等により接種時間が遅くなる場合があります。
- ◆新型コロナワクチンとその他のワクチンは、互いに、片方のワクチンを受けてから2週間後に接種できます。

面会の方へのお願い

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、以下の場合を除き、面会は全面禁止とさせていただきます。

- 重症・急変等で医師・看護師から来院要請があった場合
- 入退院・転院で付き添いが必要な場合
- その他、医師が必要と判断した場合

- 糖尿病教室 9月は中止します。
- 骨粗鬆症教室 9月は中止します。
- 腎臓病教室 9月は中止します。

■診療日の変更について

今年の祝日の変更に伴い、休診日に変更がありますのでご注意ください。

10月11日(月)	通常診察
-----------	------

■職員募集

- 看護師(正職員) 若干名
- 看護師(パート) 若干名
- 看護助手(パート) 若干名
- 医師事務作業補助者(パート) 若干名
- 採血室受付(パート) 1人
- 病棟クラーク(パート) 1人

※詳しくはホームページをご覧ください



問 経営企画課(土・日・祝日を除く午前9時～午後5時)

宇陀市立病院 ☎ 82・0381 <http://www.city.uda.nara.jp/udacity-hp>