

# 大田クリニックだより

令和 7年 12月 1日発行 第281号

医療法人社団 大田内科クリニック

<http://oota-cl.com>

今年もあと 1 カ月になりました。皆さん如何お過ごしですか。

インフルエンザが例年より早く流行しています。なかには、高熱が出る典型的な症状ではなく、微熱程度の方や軽い症状の方もいます。感染しているかどうかご心配な方には、抗原検査をしています。

受診時にご相談ください。

次に基本的な感染対策をまとめましたので参考にしてください。

年末年始は 1 週間休診になります。薬がなくなりそうな方は余裕をもって早めに受診してください。

良いお年をお迎えください。

## 基本的な感染対策

インフルエンザも流行っていますが、コロナの方も多くはありませんが、受診されました。

以前にも、「メリハリのある感染対策」ということで、お話ししたことがありましたが、今回その要点を再度お示しします。

以前のように、不要不急の外出を控えたり、常にマスクをつけたりする必要はありません。しかし、最近のように感染者が増えている状況ではいつもよりしっかりと感染対策をとりましょう。

それが、社会活動と予防を両立し、自分や周囲の人を守ることにつながります。

- 高齢者に会うときはマスクをつける
- 多くの人が密閉された空間ではマスクをつける
- きちんと手を洗う
- 体調が悪いときは外出しない
- こまめに換気をする

どれも当たり前で、すでに実践しています、という方も多いと思いますが、今一度見直しましょう。公共交通機関を利用したり、多くの人が集まるところではできるだけマスクをつけましょう。手洗いや換気もついおろそかにしがちですが、待合室や診察室でも定期的に換気をしています。寒く感じる方はおっしゃってください。

体調が悪くてもついつい無理をすることがありますが、そういう時こそしっかり栄養をとって、睡眠時間を十分にとりましょう。免疫力・抵抗力を落とさないことが予防には大事です。

## 副院長コラム「総合診療（家庭医療）ってなに？」

先月からコラムを担当しております、副院長の大田貴弘です。これまで携わってきた総合診療（家庭医療）や脳神経内科領域のこと、季節の話題や趣味についてなど、幅広く扱っていければと思いますので、どうぞよろしくお願ひします。今月は総合診療についてです。みなさんは今夏に放送された松本潤さん主演のドラマ『19番目のカルテ』はご覧になられましたか？同ドラマでは、「病気だけでなく心や生活背景も含めて患者さんをみる」総合診療医のはたらきにスポットがあてられていました。私は総合診療を学ぶ前は、「患者中心の医療」ってつまり接遇（おもてなし）がしっかりしているということ？」と誤解していました。もちろんおもてなしも大事なのですが、病気だけではなく「病い（やまい）経験」、つまり「その人にとってその症状・病気があることはどんな意味をもっているのか」について思いをめぐらし、置かれている背景（家族、ペット、職場、地域など）を考慮しながら、納得できる答えをともに考えていくありがたが「患者中心の医療」であり、総合診療がもっとも大事にしている考え方のひとつです。その他、さまざまな理論をもとにして、「その人全体」をみることをめざしています。「こんなこと聞いて大丈夫かな？」と思われることでも、どうぞご遠慮なくお尋ねください。

## インフルエンザワクチン接種：今年は余裕があります

今年度のインフルエンザワクチン接種は10月22日から開始しています。  
11月中にすでに 500人以上の方が接種を受けました。

予約をしていない方でも、当日余裕がありましたら接種できます。

おとな（13歳以上） 3000円

65歳以上（公費負担あり） 1510円（お釣りのないようにお願いします）

### 12月の予定

12月12日（金）保育園の健診のため11時30分～14時まで休診します  
14時以降は通常通り診療します

12月23日（火）18時～21時 夜間急病当番病院

### 年末年始の予定

12月27日（土）まで診療します

12月28日（日）～1月4日（日）まで休診します

1月5日（月）から通常通り診療します

年末年始の休診が長いので、薬がなくなりそうな方は、  
少し早くても良いので受診してください。

### 1月の予定

1月17日（土）18時～21時 夜間急病当番病