



しまたに 健康倶楽部(季節号)



令和 1年 10月
第 38 巻 秋号

医療法人信英会 島谷病院, 721-0955, 福山市新涯町 2-5-8, 電話 084-953-5511
ホームページ <https://shimatani.fmed.jp/>
メール shimatani@fmed.jp



秋号 トピックス

- 1 消費税に伴う料金改定について
- 2 秋の食中毒
- 3 インフルエンザ予防接種のお知らせ
- 4 すこやか倶楽部のご案内

消費税率の引き上げに伴う料金改定

消費税法改正により、令和元年10月1日(火曜日)から消費税率が8%から10%になったことに伴い、初診料、再診料など一部の診療報酬が引き上げられ、病院の窓口でお支払いいただく料金も変わります。

当院における各種料金についても、10月から消費税率10%に改定いたしますので、何卒、ご理解のほどよろしくお願いいたします。



以外と多い秋の食中毒！

気温も湿度も高い真夏に食中毒が多いと思われがちですが、実は年間で一番発生件数の多い時期は9～10月です。

その理由には、近年酷暑が続いている影響などで、9月に入っても夏バテを引きずり、体力が落ち、さらに秋に入ると気温は低下し、その温度差に体がうまく適応できず、体調を崩しやすくなります。

また、秋は行楽シーズンですから、バーベキューや運動会、お祭りなど野外での食事が増えることも影響しています。特に野外での調理の際、加熱が足りない場合は食中毒の原因菌を十分に殺菌できず、発症のリスクが高まります。

食中毒の原因として最も多いのは細菌やウイルスによる感染性のものですが、秋にはキノコやフグなどの自然毒によるものが増えてきますので注意が必要です。代表的な原因菌としてはカンピロバクターや腸管出血性大腸菌が多く、食肉を生食あるいは不完全加熱調理品として食べることで発生しやすくなります。



秋に多く見られる食中毒の原因菌には次のようなものがあります。症状としては、いずれも下痢や嘔吐、吐き気、腹痛、発熱などを伴います。また子供の食中毒は重症化しやすく、特に脱水に気をつける必要があります。下痢や嘔吐など、食中毒の症状が見られたら、湯冷ましなどを30分～1時間おきに与えるなどして脱水を防ぎ、早めに医療機関で診てもらってください。

－ 基本理念 －

『患者様と共に悩み、そして
共に歩み続ける病院』



－ 基本方針 －

1. 説明と同意の原則に基づき、納得のできる医療を提供します。
2. チーム医療を行い、安全な医療、快適な医療環境を提供します
3. 研鑽を怠らない、変われる自分を目指します。
4. 健全な経営、開かれた経営を行い、地域・社会に貢献します。

ホームページ



医療・療養・介護に関するご質問・ご相談等は、総合案内(受付)または地域連携室・在宅ケア室までお気軽にお問い合わせください。

食中毒を防ぐ3原則！

1. つけない（洗う、密閉する）

手にはさまざまな雑菌が付着しています。調理や食事の前、残った食品を扱う前には十分に手を洗います。まな板などの調理道具も、しっかり洗浄してください。残った生肉の保管は密閉容器かラップを使用し、菌が他の食品につかないようにしましょう。一度、菌が残ってしまうと生食で食べるサラダの野菜にも菌がつくので注意が必要です。



2. 増やさない（低温で保存する）

細菌の多くは高温多湿になると増殖が活発化します。しかし、10℃以下になると増殖のスピードは鈍り、マイナス15℃以下では増殖が停止します。食べ物に付着した菌を増やさないためには、冷蔵庫を活用して、低温で保存することが重要です。

3. やっつける（加熱処理する）

ほとんどの食中毒菌は加熱によって死滅します。肉や魚、野菜なども加熱すれば安全です。特に肉料理は中心部までよく加熱してください。中心部を75℃以上で1分間、加熱するのが目安です。また、包丁やまな板などの調理道具も洗浄後に熱湯で殺菌しましょう。

インフルエンザ予防接種のお知らせ

今年度もしばらくすると、インフルエンザが流行する季節がやってきます。

インフルエンザの流行が始まる時期の予測が困難です。例えば一昨年前のシーズンは12月上旬からA型が流行し始め、1月上旬がピーク。全体にB型は少なかったものの、4月まで見られました。

さて、今シーズンは？ それは始まってみなければわかりません。ただ、毎年「12月～4月中頃までは注意が必要」と考えるといいと思います。

当院でも例年どおりインフルエンザの予防接種を10月から行います。詳細につきましては、当院受付までお問い合わせください。

＜開催内容＞

- ①. 体力チェック
- ②. 質問・相談会
- ③. ミニ講義
- ④. 体験コーナー
(ホットパック・
ウォーターベッド)

くわいの街「すこやか倶楽部」



『腰痛の改善』

場所：島谷病院 4階

日時：11月28日（木） 14:00～15:00

参加費は無料です。皆さまのご参加をお待ちしております。



－ 患者様の権利 －

1. 良質で適切な医療を平等に受ける権利があります。
2. 医療について十分な説明を受け、ご自身で選択する権利があります。
3. 個人情報にかかるプライバシーは守られる権利があります。
4. 他の医師の意見(セカンドオピニオン)を求める権利を尊重します。

医療法人信英会 島谷病院

721-0955 福山市新漕町2-5-8

電話番号：084-953-5511

FAX 番号：084-953-7304

電子メール：shimatani@fmed.jp

