

令和2年  
10月号

桂台地域ケアプラザ

発行日/令和2年10月1日

編集・発行/横浜市桂台地域ケアプラザ

発行責任者/石塚 淳

# 地域交流プログラム

お問い合わせ先

045-897-1111

厚生労働省から、季節性インフルエンザワクチン接種時期ご協力をお願いが届きました。横浜市では、今年度に限り、新型コロナウイルス感染症との同時流行防止の観点から①65歳以上の方②60歳以上65歳未満の方で、心臓、じん臓、呼吸器の機能、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障害がある方（かつ、1級相当の障害がある方）の接種費用が無料となります。また、65歳以上の方および上記②に該当する方で予防接種を希望する方は、できるだけ10月1日から10月26日までにお済ませください。10月26日以降に上記①②以外の方が予防接種を受けるように協力を呼びかけられています。インフルエンザの予防のためには、普段から日常生活に気を配ることも大切です。人混みや繁華街への外出を避ける、マスクの着用と咳エチケットの実践、こまめな手洗い、十分な睡眠とバランスの良い食事、適度な湿度の保持（50%～60%）以上の5点を実践してインフルエンザにかかるリスクを下げる生活を実践しましょう。詳細は、横浜市予防接種コールセンター（330-8561）もしくは栄区役所（894-6964）まで、平日9：00～17：00の間にお問い合わせください。

また、もう一件、医療に関する情報があります。8月28日から、「横浜市もの忘れ検診」が始まっています。令和3年3月31日までの実施となります。こちら65歳以上の方は無料です。詳細のお問い合わせ先は栄区役所高齢・障害支援課（894-8415）になりますが、ケアプラザでもチラシを配布しておりますので気軽にお問い合わせください。

## 10月のおしらせ

下記の講座についてのお申し込みやお問い合わせは、  
桂台地域ケアプラザ（☎045-897-1111）にご連絡ください。

### 弁護士から学ぶ栄区版シニアライフノート

SAKAEシニアライフノートをご存知ですか。活用方法について、弁護士の視点からお話しいたします。無料でシニアライフノートを配付します。すでにお持ちの方はご持参ください。

日時：①令和2年11月17日（火）14時～15時半 （①②は同じ内容ですので、ご注意ください）  
②令和2年11月20日（金）14時～15時半

場所：本郷地区センター

定員：30名程度（定員次第×切）

講師：飯嶋 倫子氏（弁護士）

### 第2回介護者教室 下肢静脈瘤と足の大切さ ～いつまでも元気で歩けるように～

下肢静脈瘤について心配されている方もいらっしゃるかと思います。いつまでも元気で歩けるように、静脈瘤の症状や予防法について、この機会に学んでみませんか。

日時：令和2年11月27日（金）10時～12時

場所：桂台地域ケアプラザ 2階 多目的ホール

定員：20名（定員次第×切）

講師：諸田 里奈氏（大船静脈瘤クリニック 相談員）

### 桂台健康講座

#### 「しっかりとした足腰で転倒予防」

外出控えて運動不足になっていませんか。要介護状態になる要因の一つに「転倒」があります。しっかりとした足腰を作り、転倒を予防しましょう。

日時：令和2年11月28日（土）14時～15時

場所：桂台地域ケアプラザ 2階 多目的ホール

定員：20名程度（定員次第×切）

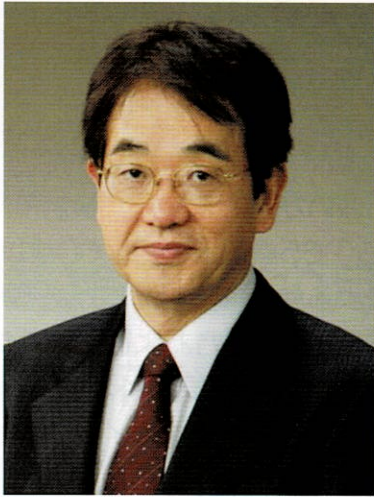
講師：大木 直人氏

（リハビリポート横浜 理学療法士）

※感染症予防のため、講座にお越しの際はマスク着用及びスリッパの持参をお願いしております。また、受付では検温を実施しておりますので、ご協力ください。



# コロナ渦と医療現場の現在 ～ 過度な受診抑制に注意しましょう ～



横浜栄共済病院

病院長 細川 治

1975年金沢大学医学部卒業。同大学付属病院や関連病院の消化器外科で診療に携わる。特に、胃がんの検査と診断を専門としている。  
2009年、横浜栄共済病院長へ就任。

## 100年ぶりのパンデミックの中で

100年前のスペイン風邪の国内感染の最初の発生は1918年9月に愛知県の紡績工場であったと伝えられています。第1波の感染者は2117万人、死亡者は26万人でした。第2波は翌年9月に始まり、感染者241万人、死亡者13万人、第3波の開始はさらに翌年の8月で、感染者22万人、死亡者3698人とのことです。収束までの2年10か月間に国内感染者は2380万人、死亡者は39万人に達しました。

現在の新型コロナウイルス感染者数の7万余名、死亡者数の約1400名と比較すると、桁が3つほど多いことに気付かれるでしょう。しかし、ワクチンも特効薬もない状況では、「感染しない、重症化しない」ために人との接触を控え、距離を保ち、外出する場合にはマスクを装着、帰宅したら即行で手洗いすると言う100年前と同じ方策を取らざるを得ません。

その結果、病院を受診する市民の皆さんの数も大きく減少しています。日本病院会をはじめとする3団体が本年4月から6月までの受診動向の全国調査をしました。昨年同期と比較して、外来受診者は17%減、入院患者数は11%減、手術件数は19%減との割合でした。病院でクラスターが発生したとの報道もあり、怖くて病院を受診することを控えた市民の皆さんが数多くおられます。このことが何をもたらしたのでしょうか。

\*\*\*\*\*

横浜栄共済病院では、地域に根差した予防医学の推進を目的に、2015年から出張健康セミナーを地域ケアプラザ・自治体等と協力し展開しています。

現在は新型コロナウイルス感染症に伴い、セミナー開催は中止していますが、「出張健康コラム」として、皆さまに医療のお話をお届けいたします。

\*\*\*\*\*

## 過度な受診抑制がもたらしたもの

70歳代のある女性は定期的に通院して生活習慣病の診察を受けていましたが、2月に受診したのちは怖くて外出を控え、7月に受診した際には数値が悪化し、足元もふらつき、よろよろの状態だったと担当の医師から聞きました。

岩手県は新型コロナウイルス感染患者が7月28日まで一人もいない空白県でしたが、4月の死亡数は例年より約8%多く、受診控えが理由でないかと言われています。受診を控えたことにより、持病が悪化して、進行がんが増えた事例も盛んに伝えられています。

病院では県の感染防止対策基準に則り、二重、三重の対策を行っています。患者さん入り口を一カ所に絞り、来院される方全員の発熱をチェックし、少しでも疑いのある方は発熱者専用外来での診察に回っていただきます。

緊急入院、手術を受ける方にはあらかじめPCR検査を受けていただき、入院後の面会制限も継続しています。職員は1患者1処置毎の手洗い、必要な時の个人防护具の装着という標準予防策を実施し、さらに感染経路別予防策を追加しています。



医療は不要不急のものではありません。過度に自粛することにより、体調不良、持病の悪化、悪性腫瘍の進行につながる場合があります。必要な医療や健診の未受診を招くことがない様にさせていただければと存じます。皆さんの健康の砦となるべく病院は厳重な感染防止対策の中で運営されていますので、安心して受診してください。

DATE

### 国家公務員共済組合連合会 横浜栄共済病院

〒247-8581 横浜市栄区桂町132

電話：045-891-2171

標榜診療科：内科、小児科、外科、脳神経外科、心臓血管外科、呼吸器外科、消化器外科、乳腺外科、整形外科、泌尿器科、皮膚科、耳鼻咽喉科、形成外科、産婦人科、眼科、歯科口腔外科、麻酔科、循環器内科、代謝内科、内分泌内科、消化器内科、腎臓内科、呼吸器内科、脳神経内科、精神科、救急科、放射線科、放射線治療科、リハビリテーション科、病理診断科



▲ 詳細はこちら



花かご

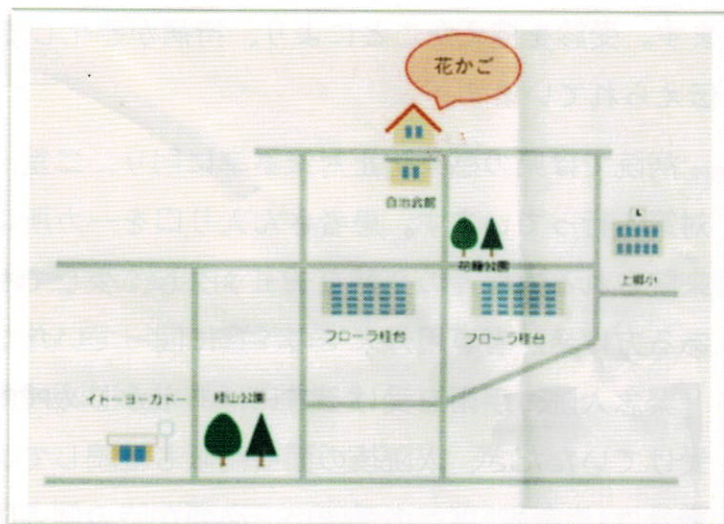
# 「手作りフェスタ」

【日時】令和2年10月24日(土)25日(日)11:00~14:00

【場所】 花かご

【住所】 桂台東1-1

【TEL】 080-7170-6699



## 参加者募集！！



小箱ショップオープンに先駆けて手作りフェスタを開催します。手作り品の展示・販売お教室宣伝などしていただけます。

※詳しくはお問合せ下さい。

## 「小箱ショップ 花かご」 OPEN

【場所】 花かご

- ・入会費300円(会員制)
- ・ハンドメイドの物を展示、販売できます。
- ・売上げの10%の寄付をお願いします。

※詳しくはお問合せ下さい。



※お問い合わせは火・木・金・第2土にお電話下さい。【担当】渡辺・塩見・山本