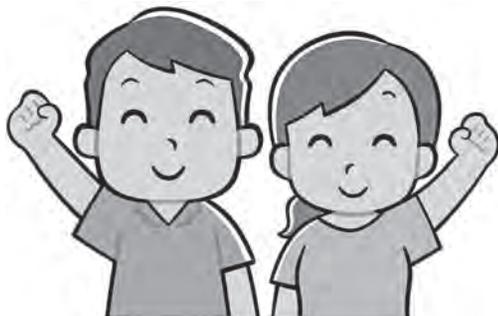


# 診療所からのお知らせ

## 10月~11月

### 友の会 拡大強化月間が スタートします!!



稲毛診療所  
健康友の会  
ニュース

稲毛診療所  
健康友の会  
千葉県美浜区  
稲毛海岸 4-11-3  
連絡先  
043-241-6961

今年も、友の会拡大強化月間がスタートいたします。

軍事費の拡大、健康保険証廃止の法案可決、物価高騰など私たちの暮らし・生活への「不安」が一層高まっています。健康で安心して住みつづけられる街づくり いのちとくらし、平和と憲法を守る運動を助け、無差別平等の医療、介護、福祉の実現に向け、“一緒にいのちを守る仲間”を増やしましょう。

会員の皆様のご協力をお願いいたします。

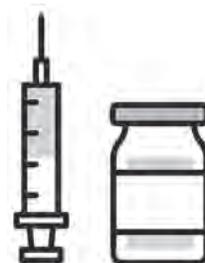
○インフルエンザワクチン接種の割引もございます。

○お知り合いや友人等、入会をお勧めしたい方を是非ご紹介ください。

## インフルエンザワクチン接種 はじめました

インフルエンザワクチン接種は予約制です。

稲毛診療所に1~2ヶ月の間隔で定期的に受診されている方は、診療時に接種いたします。  
すでに診察予約がお済みの方は、あらかじめ予防接種を希望する旨をご連絡ください。  
定期的に受診されていない方は、集団接種の日時での予約をお願いします。  
お電話でのお申し込みも受け付けております。



※接種日時等は稲毛診療所ホームページにも掲載しています。

### ● 料金 (税込)

<一般料金>	1回目 3,900円	2回目 3,400円
<友の会員>	1回目 3,300円	2回目 2,800円

友の会員は  
各600円割引です

- 13才未満の方は2回接種になります。1回目と2回目の間隔は2週間から4週間です。
- 母子手帳は必ずご持参ください。(中学生まで)(ご持参されない場合、接種できない場合があります)
- 18歳未満は保護者同伴が必要です。

## 千葉市にお住まいの 接種日に 65 歳以上の方

千葉市高齢者インフルエンザ助成制度

自己負担額は1,800円(接種期間は12月末まで)

### 【自己負担免除となる方】

- ・生活保護を受給されている方
- ・中国残留邦人等支援給付を受けている方
- ・市民税非課税世帯の方

### 【免除に必要な書類】

- 生活保護受給証明書
- 支援給付受給証明書
- 令和3年発行の介護保険料決定通知書の中にある「介護保険料算定の基礎」のコピー 保険料段階1~3の方対象

該当する方は当日必要書類を  
必ずご持参ください。

# 活動報告

## 稲毛海岸4町目 網の目平和行進 (8/2)

4年ぶりに稲毛海岸地域を行進しました。久しぶりに声を出して核兵器廃絶を訴えて歩くのが良かったです。



## 原爆と千葉空襲 美浜区写真展 (8/4-8/6)

8月4日から6日に高洲コミュニティセンターにて開催された写真展。被爆者の証言をもとに高校生たちが描いた原爆の絵が展示されました。高校生が想像力を働かせて表現を工夫して描いたその絵には戦争の悲惨さが詰まっています、二度と戦争をしてはならないと強く思いました。



## 原水爆禁止世界大会 in 長崎

今年は78回目原水爆禁止世界大会現地開催となりました。

北海道から沖縄まで全国から代表の方と、外国の方16か国43名のたくさんの方が参加されました。

現在、核兵器禁止条約署名92か国・批准は68か国と報告があり、日々世界に広がっていることを実感しました。

総会では長崎市長、被爆者、政府代表、海外代表の発言をオンラインで視聴しました。

印象に残ったのは、「被爆者体験の話は核軍縮に大きく影響する」「ロシアによる侵攻だが、ウクライナもまた同じように残虐な事態を引き起こしている正義の戦争はあり得ない」「すべての人々とともに活動すれば、繰り返さない世界をつくることができる」「お互い支えあい、励まし合い世界の子供たち次世代の

ためにも活動を続けよう」「一人一人が運動の先駆者となり、核兵器廃絶に向けて頑張っていこう」

短時間でありましたが、自分自身ができることを行動に移し、しっかりと声を上げていくことが大切と思えました。



# 東日本大震災時の活動を振り返る

今年に関東大震災から100年。この間も私たちが体験した2011年東日本大震災を振り返ってみることとしました。

突然の大地震、午後の院内では友の会ボランティア活動中でした。怪我もなかったのが皆さんには帰宅してもらいました。建物も大きな損傷もなく大丈夫でした。看護師は在宅で独居の方や医療機器を使用している方の状況や安否の確認のため、訪問看護ステーションと手分けをして訪問を行いました。道路は液状化で水が沸き、あちこちが地割れしていました。無事を確認できて安心しました。また院内は無事でしたので、外に掲示を行い「中は安全ですから入って休んで下さい」と呼びかけました。数組の

家族が休んでいき、備蓄していた食べ物と水を提供しました。周辺地域は停電したのですが、幸運にも診療は停電を免れたため、車椅子の在宅患者さんや独居の外来患者さんなども来て休んでもらいました。診療所は断水もしなかったため、そのまま宿泊し朝食を一緒に過ごしました。3月とはいえ夜はとても冷えます。近隣の消防署で毛布を配布されたのはとても有り難かったです。夜間には在宅患者さんから緊急コールがあったり気の張る一夜を過ごしました。

突然の時に①何を持って行くのか、②連絡先や避難先はどこなのか、常日頃点検が必要だと思います。



(汽車のある稲毛公園は液状化で水が湧きました)



(道路のあちこちで地割れがおこりました)



## 新職員あいさつ

7月より、あすなろ薬局からいなげ共同薬局に異動になりました高橋由紀子です。かなり久しぶりの電車通勤に内心ビクビクしています。前薬局での経験を礎としつつ、現職場での新しい自分を見つけるため日々学ばせていただいています。どうぞよろしくお願い致します。



## 薬局からのお知らせ

### この症状は薬の副作用?!

いなげ共同薬局 草村美和

お薬は、どのようなものでも主作用（症状改善のため期待される作用）と、副作用（主作用以外の好ましくない作用）をあわせ持っており、程度の差はありますが「副作用がまったく起こらない」という薬はありません。

『してふらふらする』など薬によって症状の出る原因は異なります。

お薬と一緒に渡すお薬情報に記載されている副作用は、「よく起こる副作用」と「あまり起こらないが起きたときに早めに受診してほしい副作用」が主に書かれています。

お薬情報に書かれている症状がでていてもお薬の影響ではない場合も考えられますので、服用中に気になる症状がある時はお気軽に薬局までお問い合わせください。

限られたスペースに載せるため、詳しくは説明されておらず、例えば「ふらつく」と同じように記載されても『起立性低血圧(立ち上がる時にふらつく)』『筋肉が緩んで足元がふらつく』『頭がボーッと



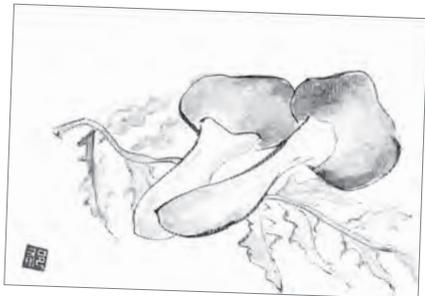
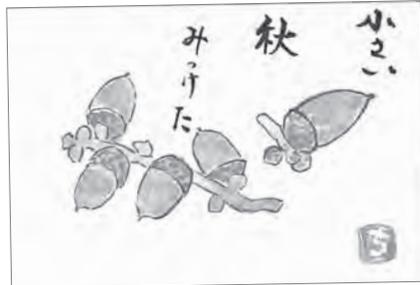
# サークル便り

新型コロナウイルス感染症にて活動をお休みしているサークルもありますので、ご注意下さい。

## 絵筆紙サークル

活動中

毎月、第2・4の土曜日、午後2時より稲浜公民館で活動しています。



## 折り紙サークル

お休み中

隔月、第三金曜午後に稲毛診療所待合にて活動。折り紙サークルは現在、定例の活動は休止していますが、診療所が訪問診療している在宅の患者さんに誕生日プレゼントとしてお渡しする作品を作成しています。

## ポランティア部

お休み中

清拭布作成作業は第2金曜日午後2時から3時ごろまで診療所内で行っています。おしゃべりしながらの作業で楽しめます。ぜひ、ご参加下さい。(現在は、2ヶ月に1回作業)

## 大正琴サークル

活動中

毎月第2、第4月曜日午後1時から4時まで、稲浜公民館で大正琴の稽古をしたり、うたを歌ったりして楽しんでいます。

## おしゃべり会

活動中

隔月、第二木曜午後に稲毛診療所待合にて活動。おしゃべり会はどなたでも参加できます。お茶など飲みながら気軽におしゃべりをしましょう。

## 診療体制表

	月	火	水	木	金	土
午前(予約制) (受付) 8:30~ 11:30	細山 (第3は休) 井上	井上	細山	細山	細山 (第1・3・4) 尾崎(第2) 井上 (第2・5)	細山 (第1・2・4) 井上 (第3・5)
午後				乳児健診 (予約/月2回)		

夜間外来は2023年3月31日をもって終了しました



稲毛診療所ホームページにて  
休診情報・医師変更をご覧いただけます。

あなたと民医連をつなぐ月刊紙

### いつでも元気

MIN IREN

2023 10月号 380円 好評発売中

特集 民医連70年 難民支援  
ナース★アクション  
まゆのチカラ 海と霧とルパンのまち  
医者と言いつつ 患者の本音  
いま、語らねば  
食と健康 新米でおかずご飯

発行(株)民医連研究所 〒113-0034 東京都文京区湯島2-4-4 平和と労働センター8階 電話 03(5842)5656 FAX 03(5842)5657

購読のお願い

## 会費納入のお願い

健康友の会は皆様の会費で運営・活動をしております。会費の納入をよろしくお願ひします。