

診療所からのお知らせ

2025年3月号
せいきょうあつぎ診療所
電話：046-223-3325

災害への備え、していますか？

こんにちは♪防災士の眞船です♪2024年の始まりは石川県の震度7の大地震から始まったことは記憶に新しいことと思います。石川県をはじめ特に日本海側の地域では、今は雪害に悩まされ、被災地では仮説住宅でも雪おろしをしたりと大変な復興の最中です。地震活動期の今、大きな災害はいつ、どこでやってくるかわかりません。

神奈川県も、南部直下地震・三浦半島断層群の地震・神奈川県西部地震・東海地震・南海トラフ巨大地震・大正型関東地震の6つの地震が予測されています。いつ？どこで？どんな時間に？家族が離ればなれになっているときに起こったらどうしましょう！仕事に行っていたら？学校に行っていたら？私が気になることは、家族の携帯番号をほとんどの人が覚えていない。または、紙などに書いていないということです。「携帯に入っているから覚えられないのよ」という人も多いのではないのでしょうか。大災害が起こると電気が使えなくなり、やがて携帯の充電もなくなってしまいます。携帯やスマホ中心の生活だと、いざというときに連絡できない状態になってしまいます。防災用品や普段使いに、携帯の充電器やモバイルバッテリーを持っておくことも大切ですが、救急安心カード（厚木市だと、消防本部で作成してたものが、「駅ちよこ」などでもらえます）をつくり、財布やカバンに入れて持ち歩きましょう♪

緊急安心カード（例）

日本 花子 救急 119
住所
電話(自宅) 046-××○-▲▲○○
父 090-○○○○-××××
娘 080-△△△△-□□□□
消防本部 046-◇◇◇-◆◆◆◆
備考欄

◆特定外来のお知らせ

※循環器外来、整形外科外来は予約制です

・循環器外来 牛山医師(午後2:00~5:00)

3月12日(水) 4月2日(水)
5月7日(水)

・整形外科外来 堀内医師(午後3:00~5:00)

3月7日(金)、3月21日(金)
4月4日(金)、4月18日(金)

◆旭医師の休診および代診について

3月12日(水) 午前 宮崎医師
午前 牛山医師

3月14日(金) 午前・午後 頼住医師
3月31日(月) 午前・午後 医師未定
4月1日(火) 午前 医師未定
4月2日(水) 午前・午後 医師未定

★3月12日、31日、4月2日の夜診はお休みです

◆診療案内 午前9:00~12:00 午後2:00~5:00 夜間5:30~7:00

※祝祭日は休診です

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----------------------|---|--------------|------------------------|----|----------------------------|--------------------------|
| 午前 9:00~ 12:00 | 旭 | 旭 | 旭 | 遠藤 | 旭 | 旭 3/1 3/15 3/29 |
| 午後 2:00~ 5:00 | 旭 | 休診 (旭:往診) | 牛山医師 3/12 (旭:往診) | 休診 | 旭 堀内(整形) 3/7 3/21 | |
| 夜間 5:30~ 7:00 | 旭 | | 旭 | | (金曜午後は 3:00~ 5:00) | |

お知らせ

◆海老名市と伊勢原市の自治体健診は3月末まで受診できます。(厚木市、愛川町の今年度の健診は終了しました)受診希望の方はお電話で予約をお取りください。

◆令和7年度から、带状疱疹ワクチンの定期接種がはじまります。詳しくは次号以降でお知らせいたします。