

福田内科通信 5月号

新型コロナワクチン接種について

当院でも接種していただけるよう準備をしております。

現在、ご予約を順次受け付けておりますが、

ワクチンの入荷日及び入荷量は未定のままです。

入荷次第、ご予約順にお電話にて日時のご連絡をさせていただきますので、今しばらくお待ちください。



コロナ禍でのストレス対処法

このコロナ禍で、仕事や日常生活でもストレスがたまるが多くなっています。

今回はこころの健康を保つためのセルフケアをご紹介します。

【不安やストレスを減らすためにできること】

① 健康的な生活習慣を心がけましょう

毎日決まった生活リズムで過ごしましょう。体内時間が正確に働くと気分が安定します。

② こころの健康をチェックしましょう

不眠が続く、イライラする、食欲が出ない、気分が落ち込むなどの症状がでたらSOSのサインです。医療機関、専門機関へ相談しましょう。

③ 信頼できる人と話をしましょう

友達や家族とのメールや電話など、コミュニケーションの機会を大切にしましょう。信頼している人と話すと気持ちが楽になります。

④ 正確な情報を集めましょう

不安をあおるマスコミより、国や県、保健機関など信頼できる情報資源を探しましょう。

発行所 福田内科医院

〒501-0236 瑞穂市本田1017-1

TEL 058-327-0721

<http://www.fukuta.or.jp/>

◆内視鏡検査について◆

胃・大腸内視鏡検査を行っております。鎮静剤を使用して楽に検査を受けることができます。日帰り大腸ポリープ切除治療、土曜日の検査もしております。

担当医は、院長（福田信宏）です。

☆日本消化器学会認定 消化器病専門医

☆日本消化器内視鏡学会認定 消化器内視鏡専門医

☆日本超音波医学会認定 超音波専門医

疾患の早期発見のために内視鏡検査を定期的に受けられることをお勧めします。

詳しくは、診療時間等にご質問、ご相談下さい。

◆診療時間のご案内◆

診察

	月	火	水	木	金	土	日	祝
8:30~12:00	○	○	○	○	○	○	×	×
16:00~19:00	○	○	×	○	○	×	×	×

内視鏡検査・治療

	月	火	水	木	金	土	日	祝
胃内視鏡 8:00~8:30	○	○	○	○	×	○	×	×
胃・大腸内視鏡 13:00~16:00	○	○	×	○	○	○	×	×

○変更になる場合もありますのであらかじめご了承ください。