

お知らせ

■発行:医療法人青木会 ■発行人:青木悟
■編集者:中原大輔 ■編集:広報委員会
■内容に関するお問い合わせは地域連携室まで
TEL:048-423-0293

青木春祭り



見沼用水の桜並木

感染防止に十分に取り組む中、通所系事業所・入居施設にて
屋内外で季節を感じるプログラムを実施しております。

※ 撮影用に一部マスクを外しております。

新入職員(常勤)のご紹介

青木中央クリニック

川嶋 愛(看護師) 水川 貴久美(看護師)
内海 武(理学療法士) 豊田 遥(理学療法士)
羽賀 公平(理学療法士) 中村 彩咲(介護職)

訪問看護リハビリステーションあおぞら

山根 玲子(言語聴覚士)

あおきさん家浦和南

松本 由香子(介護福祉士)



よろしくお願いいたします！！

私たちは 地域のみなさまの 良質で安心・安全な 医療・介護への求めに「技」と「心」で応え
全ての人が満足し納得できる 医療・介護を提供いたします。

あおきだより

2021.5月発行

Vol.
27



新型コロナ ワクチン接種について



昨年春から流行している新型コロナウイルス感染症ですが、以来毎日新規感染者数をはじめ非常に多くの報道がされ、皆様の関心も非常に高いことと思います。感染対策の切り札として期待されている新型コロナワクチンの接種がようやく国内でも始まり、令和3年4月16日現在、国内での新型コロナワクチンの接種回数は190万回を超えました。その中で様々な情報が得られてきました。

今回のワクチンの副反応の中に、「アナフィラキシー」というものがあります。これは急性のアレルギー反応であり、重度の場合はアドレナリンを投与することで鎮静化することができます。そのため接種後15～30分程度経過観察として、その場に留まることが推奨されています。

また今までの予防接種と比較して、発熱しやすいといわれています。1回目よりも2回目の接種の方がより発熱しやすいようです。ある大学病院では発熱することを前提に対応をしていると聞きます。

これらの副反応に対し、**ビタミンCを摂取しておくことで緩和できる**との文献が発表されています。青木中央クリニックでは高濃度ビタミンCを含有している「にんにく注射」「スーパーにんにく注射」を打つことができます(別途自費)。接種の際には是非ご検討ください。

一方、ワクチン接種が先行している海外の状況も伝えられています。アメリカでは新規感染者数が急減し、入院患者も年始に比べて1/4以下に減少したと伝えられています。イギリスも同様に、新規感染者数が年始の1/10ほどに減少したと伝えられており、ワクチンが発症だけでなく感染の予防にもつながることがうかがえます。

以上のことを考慮すると、特別の問題が無い限りは接種した方がメリットが大きいように思います。青木中央クリニックにおいても、一般向けの予防接種がおこなえるよう準備を進めています。ぜひ前向きに検討してみてください。



青木中央クリニック
副院長 小林 義輝

青木中央クリニックにて、かかりつけの患者様
(月1回程度の定期受診)を対象に接種をおこないます。
院内専用窓口にて予約を受付けます。

※ 完全予約制 電話での対応はいたしません。 ※

今号の内容

- ・診療案内 ... 青木中央クリニック 発熱外来 ・ 泌尿器科外来
- ・健康教室 ... 身体を柔らかく使いましょう！
- ・お知らせ

青木中央クリニック 川口市柳崎3-7-24 新型コロナウイルスワクチン接種のお知らせ

- ・当院に届くワクチンの数に限りがあるため、かかりつけ（月1回程度の定期受診）の患者様を対象とします。※接種券がお手元に届いている必要があります。
- ・ファイザー社のワクチンを接種します。予約日、および3週間後の同じ曜日に2回目を接種します。
- ・5/10（月）より 月～金曜日の9：00～13：00 15：00～17：00 にご来院のうえ予約専用窓口にて受付けます。**電話対応はいたしません。**
- ・医師に接種の可否を確認したうえでの予約をお勧めいたします。

よろしくお願いいたします。

～～ 集団接種のご案内 ～～

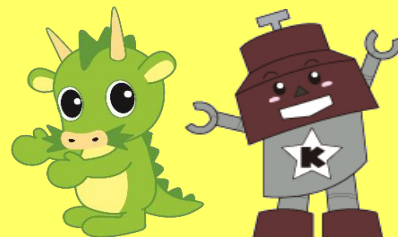
かかりつけ以外の方は、住所地市町村会場での集団接種をご検討ください。接種券がお手元に届いた方は、下記連絡先で予約、問い合わせができます。

○さいたま市コロナワクチンコールセンター

：TEL 0570-028-027

○川口市新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター

：TEL 050-3160-9567



泌尿器科

頻尿・尿漏れ治療のご案内

	月	火	水	木	金	土	日・祝
午前	-	-	木田	-	船橋	-	-
午後	-	-	(手術)	-	(手術)	-	-



青木中央クリニック
泌尿器科医 木田 智

暖かくなり膀胱にとって優しい季節となってきましたが、皆様の膀胱は冬場いかがお過ごしでしたでしょうか。また、現在はいかがお過ごしでしょうか。

冬期に頻尿や尿漏れを起こした膀胱をお持ちの方、水に触れた際やふとした拍子に尿意を強く訴えてくる膀胱をお持ちの方もいらっしゃると思います。そのような緊張した膀胱を我々泌尿器科医は過活動性膀胱と呼びますが、その膀胱をリラックスさせる**ボトックス治療**が青木中央クリニックでは既に始まっております。

尿の出口から膀胱の中に内視鏡を挿入し、リラックスさせる注射を直接打ち込む治療です。治療内容を聞くと怖くなりますが、痛みもほとんどなく、日帰りで実施可能です。

過活動膀胱に対しては内服治療が一般的であり、当クリニックでも積極的に内服治療をおこなっております。しかし、内服治療では改善しきらない場合がございます。頻尿や尿漏れに一度でも悩まれた方は様々な治療選択のある当クリニックに是非ご相談ください。

頻尿・尿漏れを歳のせいと片付けず、**排尿の調子を改善させてみませんか。**漏れの無い晴れやかな日々を皆様と皆様の膀胱が過ごせることを願っております。

ボトックス治療は、水曜日の木田医師の診療でおこなっています。

健康教室 身体を柔らかく使いましょう！

※ いずれの体操も、無理をせずにおこなってください。痛みが生じる場合は医師にご相談ください。

同じ姿勢が長く続くと、関節は硬くなります。
気をつけましょう！



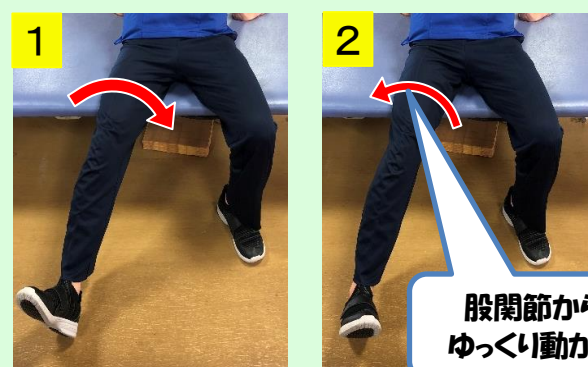
青木中央クリニック
通所リハビリセンター
理学療法士 大塚 夏樹

足回し①

1セット

左右10往復

目的：硬くなった股関節を緩める



股関節から
ゆっくり動かす

- 1・座った状態で片足の膝を伸ばしかかとを床に付ける
- 2・足の付け根から外側に捻るように動かす
- 1・内側に捻るように動かす

足回し②

左右ゆっくり10往復

目的：硬くなった股関節を緩める



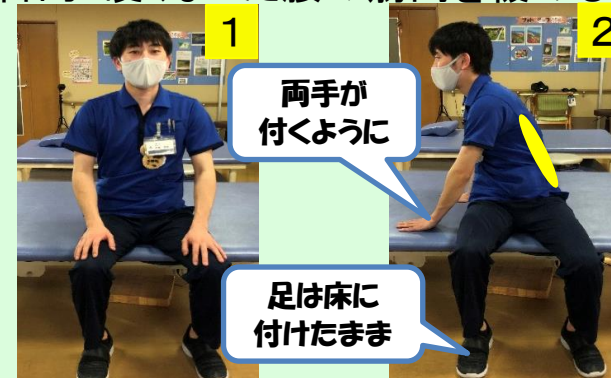
- 1・座った状態で両足を肩幅程度に開く
- 2・片方の膝を上げる
- 3・上げた膝を外に開く
- ・回転するように元の位置に戻す

腰のストレッチ

10秒

5セット

目的：硬くなった腰の筋肉を緩める



両手が
付くように

足は床に
付けたまま

- 1・ベッドや椅子に腰を掛けます
- 2・下半身は動かさずに腰をゆっくり捻じります
- ・両手を付き、筋肉を伸ばします
- ※お腹や腰の力は抜きましょう！

骨盤の前後傾

1セット

10回

目的：硬くなった腰の筋肉を緩める



背中が
丸まらない

お腹や胸元が
伸びるように

- 1・ベッドや椅子に腰掛けます
- ・お腹を前に突き出すように背筋を伸ばします
- 2・お腹だけを丸め、骨盤を後ろに傾けます
- ・お腹を前に突き出すように、元に戻します
- ※背中がなるべく丸くならないようにしましょう