

外来より



～水痘ワクチン・おたふくかぜワクチン の2回接種について～

今まで、水痘・おたふくかぜのワクチン接種は1回で行なわれてきましたが、より確実な感染予防の為に2回接種が推奨されています。

当院でも2014年3月1日から保護者様のご希望があれば、2回接種を行うことにしました。料金は以下の通りです。



ワクチン	1回目	2回目
おたふくかぜ	5,000円	4,000円
水痘	7,000円	6,000円



2回接種の理由

麻疹(はしか)・風疹ワクチンも以前は1回接種でした。現在はMRワクチンとして2回接種するようになりました。1回接種だけでは徐々に抗体価(免疫力)が低下してきて、病気を防ぐことが困難になってきたからです。

接種時期

お勧めは、おたふくかぜは1歳に1回目、3～5年後に2回目。水痘は1歳に1回目、1回目から3ヶ月以上あけて2回目。すでに1回目を接種されている場合は、おたふくかぜは3～5年後を目安に接種。水痘は3ヶ月以上あいていれば、なるべく早く接種して下さい。(接種したのに、その病気にかかった場合は必要ありません)

院長より

～予防接種料金が安い理由～

当院は予防接種料金を安く設定しています。

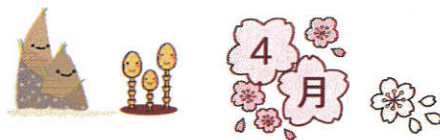
それは、何故か？

それは、一人でも多くの方が予防接種を受けることができ、

水痘・おたふくかぜにかかる人を一人でも少なくしたいという考えからです。

クリニックの利益より、患者さんの健康が第一です。

デイケアよい



梅が枝餅風おやつを作って美味しくいただきました。

※レシピは下記をご覧ください



坂本可奈絵先生の 栄養豆知識

4月は栄養豊富なあずきを使った簡単おやつレシピの紹介です。



あずき 小豆
マメ科ササゲ属

整腸作用、生活習慣病予防、老化予防

あずきには、良質のたんぱく質はもちろん、豊富なビタミン類(B1・B2)やカリウム、リン、鉄、食物繊維まで幅広く含まれています。

<作り方>

- ①あんこは25gずつ丸めて用意しておく。
- ②白玉粉をボウルに入れ、水を少しずつ入れながらこねていく。
※水は一気に入れずに少しずつ様子を見て加える。
耳たぶくらいの柔らかさになったらOK！
- ③②を四等分にし、手のひらに広げてあんこを包む。
※中心を厚めにした方が破れにくく、包みやすい。
- ④高温(250度前後)に温めたホットプレート(フライパン)にゆっくり平らになるように、押さえつけて焼く。

楽しく作る
梅が枝もち風おやつ

《材料》

白玉粉 100g
水 90~100cc
こしあん 100g



趣味

映画鑑賞

好きな言葉

一日一善

皆様へ一言

皆さんのお話をたくさん
聞かせてください。

～職員紹介～

ケアマネジャー小西佑子

