



## 新型コロナワクチン秋開始接種のお知らせ

算定・病歴係長 芳賀啓太

令和5年9月下旬より「新型コロナワクチン秋開始接種」が開始される予定となっています。使用するワクチンは現在主流の流行株に対応したオミクロン XBB 株対応ワクチンです。接種対象者は5歳以上の追加接種が可能なすべての方で、そのうち65歳以上の方と基礎疾患を有するなどの方は特に接種が推奨(努力義務)されています。盛岡市では開始時期が決まりしだい、ワクチンの接種間隔に応じて順次接種券を発送する予定とのことです。



当院では9月下旬からは、12歳以上の方については毎週月曜日(祝日に当たる場合は実施日の変更あり)の14時から15時30分まで1日最大120人、6ヶ月~4歳の乳幼児は木曜日に10人、5~11歳の小児は金曜日に20人の接種を行う予定です。接種を希望される方は盛岡市から接種券が届いた後に、盛岡市が設置する「盛岡市新型コロナワクチンコールセンター(フリーダイヤル:0120-220-489)」または「盛岡市新型コロナワクチン接種オンライン予約サイト」からご予約ください。

正式な内容が決まりしだい、盛岡市のホームページやオンライン予約サイトなどでお知らせする予定とされていますので、最新の情報をご確認ください。



## 夏バテを予防する食事



管理栄養士 熊谷佳織

梅雨が明け、日差しが強く暑い日が続いていますが、この時期は食欲不振や寝苦しさからの睡眠不足などにより体調を崩しがちです。夏バテを防ぐためにしっかりと摂取したいのが、ビタミン B1 とビタミン C です。ビタミン B1 は疲労回復効果があり、豚肉や大豆製品、玄米などに多く含まれます。糖質の代謝に関わる栄養素なので、甘いものの食べ過ぎやお酒の飲みすぎには注意が必要です。また、免疫力を高めるビタミン C は野菜類に多く含まれます。ビタミン B1 とビタミン C は水溶性ビタミンと呼ばれ、水に溶け出しやすい性質を持ちます。そのため、蒸す・焼くなどの調理法を用いること以外に、片栗粉をまぶしてコーティングしたり、薄味に仕上げ煮汁まで食べるようにしたりすると、しっかりと栄養を取ることができます。

土用の丑の日にうなぎを食べる風習がありますが、うなぎの栄養素は夏バテ予防に有効で理にかなっています。

今年の土用の丑の日は7月30日、当院ではこの日にちなんで、入院患者さんの食事にうなぎを提供いたしました。旬の食材を食べて体調を整えましょう！



## 国立病院機構盛岡医療センター 診療担当医一覧表

令和5年 8月 1日現在

【外来診療受付時間】 月～金曜日 : 8:30～11:00 (急患については随時対応)  
 【電話による予約受付時間】 月～金曜日 : 13:00～17:00 専用電話 : 019-645-4564

※令和5年6月5日より小児科の予約受付時間が変更となり他の診療科と同じになりました。

診察ご希望の方は、下記の曜日、時間等をご確認の上、ご予約下さい。

診療科目		新・再別	月	火	水	木	金
呼吸器内科／ 一般内科	午前	新患・再来	高原 政利	木村 啓二	高原 政利	山田 博之	☆東北大学 呼吸器内科医師
			山田 博之	高橋 信	高橋 信		
	午後	新患・再来 (急患のみ)	高原 政利	山田 博之	只左 一也	肥田 親彦	
循環器内科	午前	新患・再来	肥田 親彦	—	—	肥田 親彦	☆東北大学 循環器内科医師
	午後	新患・再来	—	—	—	—	【パースメーカー外来】 肥田 親彦 (第2・4週) (14:00～15:00)
糖尿病内科	午前	新患・再来	—	—	☆岩手医科大学 糖尿病・ 代謝内科医師	—	—
	午後			☆岩手医科大学 糖尿病・ 代謝内科医師 (第2・4週)	—		
消化器内科	午前	新患・再来	☆工藤 典重	☆穴倉 かおり	—	—	☆仙台医療センター 消化器内科医師 (第2・4週)
神経内科	午後	新患・再来	—	小原 智子	—	村田 隆彦	—
リウマチ科	午前	新患・再来	千葉 実行	千葉 実行	千葉 実行	—	千葉 実行 (最終週は休診)
					☆岩手医科大学 リウマチ内科医師		

※呼吸器内科・一般内科の午後外来は、新患・再来・予約外の急患について午後1時30分～3時30分の時間で診療を行います。

診療科目		新・再別	月	火	水	木	金
整形外科	午前	新患・再来	大山 素彦	大山 素彦 (第2週は再来のみ)	【脊椎外来】 大山 素彦 (紹介予約制) 午前9時～11時	本田 剛久	本田 剛久 (第1・2・3・5週)
			本田 剛久	本田 剛久 (第1・3・4・5週)			☆大竹 高行

※整形外科の第2火曜日、第4金曜日は再来のみの受付になります。

診療科目		新・再別	月	火	水	木	金
小児科 (消化器・アレルギー) ・予約制	午前	新患・再来	佐々木 美香	佐々木 朋子	佐々木 美香	—	—
	午後	新患・再来	佐々木 美香	佐々木 朋子	佐々木 美香	—	—
			佐々木 朋子	増本 佳泰			

※小児科は消化器・アレルギー等の専門外来になります。

「☆」は、非常勤の先生です。

### 職員を募集しています

- 職員募集中 ・非常勤看護助手 1名
- ・作業療法士(期間職員) ～R5.11.12まで 1名

問い合わせ先 : 管理課 相澤 電話:019-647-2195 e-mail: 109-kanri@mail.hosp.go.jp

○盛岡医療センターホームページ <https://morioka.hosp.go.jp/>