



医療法人メディカル甲賀

甲賀市立みなくち診療所

診療所だより

令和 7 年 11 月号



令和 7 年 5 月から平日、夕方の診療を開始しました
総合診療と訪問診療で地域医療をサポートします



インフルエンザワクチン接種のお知らせ



10/21(火)より、インフルエンザワクチン接種を開始します。
平日、休日診療の診察時間内に随時おこないます。ご予約は不要です。

対象年齢は、3歳以上です。

本年度は、経鼻ワクチンをおこないません。

【費用について】

- ① 一般：3,500 円
 - ② 3歳以上～13歳未満：1回目 3,000 円 2回目 2,500 円
 - ③ 65歳以上(甲賀市住民登録ある方)：2,000 円
 - ④ 60歳～64歳(甲賀市住民登録ある方)で下記該当ある方：2,000 円
- ※心臓、腎臓又は呼吸器や免疫機能の障がいがあり、身体障害者手帳1級相当の方、または③④の方で自己負担金免除の方は、事前にすこやか支援課又は地域市民センターで申請し予防接種料免除許可証をご持参ください。

〈 高血圧管理・治療ガイドラインが新しくなりました 〉

2025年8月、日本高血圧学会から「高血圧管理・治療ガイドライン 2025」が発刊されました。高血圧の定義は従来通り診察室血圧 140/90mmHg 以上
大きな変更点は降圧目標が年齢や合併症にかかわらず 130/80mmHg 未満に
統一されたことです。家庭血圧の基準は各数値からさらに 5mmHg 低くなります。
運動については従来の有酸素運動に加えて筋トレも有用と記載されました。
血圧が高めで詳しくお知りになりたい方はぜひ診療所へお越しください。



超簡単!!



柿のグラタン風



材料: 2人分
 柿 1個
 マカロニ 20g
 チーズ 適量
 マヨネーズ 適量
 バター 適量
 パン粉 少々

作り方:

1. 柿は食べやすい大きさに切る
2. マカロニを茹で、バターを塗った耐熱皿に柿、マカロニを入れる
3. マヨネーズ、チーズをかけて、パン粉をふる
4. オーブントースターで500Wで15分程度こんがりと焦げ目がつくまで加熱する

「柿が赤くなると、医者が青くなる」はご存じですか？

今年は、甲賀市のあちらこちらで柿の豊作(だいたい色がいっぱい笑)をよく見かけます。

柿は栄養豊富で、特にビタミンC・ミネラル・食物繊維が多く含まれています。

ビタミンCは、なんとミカンの2倍です!! 抗酸化作用、便秘にも効果があります。

柿が豊作過ぎて食べ飽きたなあって方におすすめのレシピがあります。ぜひ作ってみてください!!

栄養が多い分、カロリーも高めなので、食べ過ぎには十分注意してくださいね。1日1個までにしましょう。

院長ブログ その1 滋賀県初の女性医師は？

10月に日本で初の女性首相が誕生しました。新しい視点からよりよい国づくりを期待しましょう。さて、今でこそ女性医師はめずらしくなくなりましたが、明治の初め医療開業制度が始まった当初は女性の医師はいませんでした。女性合格第一号は渡辺淳一さんの小説「花埋み」で有名な荻野吟子さんです。滋賀県からは明治39年水口出身の油川太嘉さんが合格されて滋賀県初の女性医師とされています。様々な職域で女性の活躍を期待します。



診療のご案内

	月	火	水	木	金	土	日・祝
午前 9:00~12:30	休診	中島	中島	中島	中島	中島 藤井*	輪番*
午後 13:30~16:00		訪問	訪問	訪問	訪問	訪問	輪番*
夕診 16:00~19:00		訪問	中島	中島	中島	/	/

中島：総合診療、肛門外科、訪問診療 *は内科のみ

土曜：①③週は藤井 ②④⑤週は中島

医療法人メディカル甲賀 甲賀市立みなくち診療所

内科・外科・肛門外科／訪問診療

〒528-0049 滋賀県甲賀市水口町貴生川 293-1

TEL 0748-62-3346



ホームページはこちら