

榎川診療所 だより 令和7年12月号

インフルエンザ患者急増中！予防接種は1月まで

長野県は11月19日にインフルエンザ警報を
発表しました。昨年は12月下旬の発表でした
ので、今年は前倒しで流行のピークを迎えて
います。しばらくの間は流行の継続も予想され
ていますので、高齢者や基礎疾患がある方など
重症化リスクが高い方は、特に注意しましょう。
予防接種を希望する方は早めの申し込みをお願いします。

(TEL 0264-34-3500 / 祝日を除く月・水曜の午前)

予防接種実施期間のご案内

インフルエンザ	1/28 まで
新型コロナ	3/30 まで
肺炎球菌/带状疱疹	通年実施

保健師ワンポイントアドバイス



- ✓ 予防接種は**感染発病や重症化を予防**する効果があります。
- ✓ 手指消毒や手洗いで感染リスクをさらに減らせます。
インフルエンザやコロナには**アルコール消毒**が効果的です。
- ✓ 室内は適度な湿度を保ち、こまめに換気をしましょう。

手指消毒 (速乾性アルコール製剤)



- ✓ 30秒で菌が **1/3000** に減少
- ✓ 特に **インフル/コロナ** に有効
- ✓ 手洗いに比べ手荒れが少ない

手洗い (流水+石けん)



- ✓ 30秒で菌が **1/60~600** に減少
- ✓ 特に **感染性胃腸炎** に有効
- ✓ 目に見える汚れは必ず手洗いを

診療日のご案内 (12月~3月) 受付時間 8:30-11:30

月	日 (すべて月または水曜日)								
12月	1	3	8	10	15	17	22	24	
1月	5	7	14	19	21	26	28		
2月	2	4	9	16	18	25			
3月	2	4	9	11	16	18	23	25	30

 ものわすれ外来 ものわすれ外来(再診のみ、オンライン診療)

健康診断 (特定健診) は、12月はお休み
します。1月に再開しますので、希望の方
はご予約ください。

発行・問合せ 塩尻市役所 健康づくり課
電話番号 0263-52-0854 (平日)
榎川診療所 0264-34-3500

令和7年度 診療概要・診療カレンダー

【診療科目】内科・外科

【診療時間】午前9時～12時（受付時間：午前8時30分～11時30分）

【電話番号】0264-34-3500

【診療体制】医師1人、看護師1人、事務員2人

【診療日】カレンダーのとおり

月	日（全て月曜日または水曜日）						… ものわすれ外来実施日		
4月	2	7	9	14	16	21	23	28	30
5月	7	12	14	19	21	26	28		
6月	2	4	9	11	16	18	23	25	30
7月	2	7	9	14	16	23	28	30	
8月	4	6	18	20	25	27			
9月	1	3	8	10	17	22	24	29	
10月	1	6	8	15	20	22	27	29	
11月	5	10	12	17	19	26			
12月	1	3	8	10	15	17	22	24	
1月	5	7	14	19	21	26	28		
2月	2	4	9	16	18	25			
3月	2	4	9	11	16	18	23	25	30

○予防接種 令和7年度は通年実施します。（令和6年度は10月から半年間）

○健康診断 塩尻市国保、後期高齢者医療制度加入者を対象とした健康診断（特定健診）は、5月～9月と1～2月の計7ヶ月実施します。
令和6年度は8～9月の2ヶ月間でしたので、より長い期間受診できるようになります。

令和7年度も檜川診療所をどうかよろしくお願いします。