



うめはなしんぶん

理事長梅岡から 患者さんへ

皆様、数あるクリニックの中から我々梅華会グループを選んでご来院していただきありがとうございます。

皆様ご承知の通り新型コロナウイルス感染症について、毎日ニュースで記事が出ないことはありませんが、阪神間における新型コロナウイルス感染症はこれから第二波、第三波に對して十分注意していく必要があります。

梅華会グループでは、感染の連鎖を防ぐべく様々な防護策を講じております。

～梅華会グループでの感染予防対策について～

- 全患者さんへアルコールによる手指消毒のお願い
- 症状や経過に応じて隔離室へのご案内
- 院内の30分に1回5分以上の換気
- 予防接種専用時間の設置（小児科）
- 職員の健康管理
- 全ての職員に、マスクの着用、手指消毒の徹底
- 発熱や体調不良がある場合には、出勤を停止、自宅待機の指示
- また、個別の院の状況において適宜追加の感染対策を講じております。



その上で梅華会グループのスタッフは、今まで以上に患者さんに対してどのような医療サービスを提供できるか「安全に、安心して納得して帰っていただく」為に企業内研修をスタートしております。

患者さんのご希望に寄り添えるサービスの向上を目指して、万全を期して引き続き取り組みで参ります。

新型コロナウイルス感染症対策は、「三密（密集・密閉・密接）」を避ける行動と、手洗いがい等が大事ですが、ウイルス自体は完全に死滅するわけではありませぬ。

まずは自身の基礎的な体力を養い、疾患の予防をすることが、感染予防対策にはとても大切なことです。

「禁煙プログラム」を オンラインで

中でも、タバコの喫煙が呼吸器に影響するものであり、新型コロナウイルス感染症が肺炎などの呼吸機能に影響することを考えると、禁煙は疾患の予防にも重要なことです。

梅華会では、ご家庭にいなからでも実行できる、禁煙のプログラムをオンラインで出来る体制を新たに準備致しました。

喫煙されている患者さんの中で、ご興味があり、詳細を詳しく知りたい方は下記サイトをご覧ください。



https://umeoka-cl.com/lp/no_smoking

通院回数を減らして、禁煙プログラムを受けられるので今後の「ウィズコロナ時代」に対応した対策の一つとして提供させていきたいと思っております。

前号でお伝えしましたが、こうした現状の中、ご自身の免疫を強化することは、新型コロナウイルス感染症を防ぐ目的だけでなく、運動する習慣などをあらためて考える機会を与えられていることであると、私は考えています。

私の個人的なことをお話し致しますと、「ファステイング」（体のデトックス）を最近、継続的に実行しています。

真の健康に寄与することができると、私自身と梅華会のあり方を目指し続けて参りたいと思っております。

笑顔忘れず 免疫力の向上を

世間でいう新型コロナウイルス感染症対策に関して、各メディアを通じて「感染者の数」や「死亡者の数」が発信されていますが、そればかりを皆がフォーカスしてしまっていますと、我々の心自体がどうしても、ネガティブになってしまっています。

ネガティブになってしまふと何が起るのか？と考えますと、免疫系に対してマイナスの力が働いてしまうのではないのでしょうか。

過度な心配をしてしまうと、心配してしまうように免疫力を弱めてしまふ、あるいはストレスが溜まったり、不眠症になってしまふ、ウイルスが関与する可能性が高まってしまう、という認識も忘れずにいて欲しいと思います。

日本という国は、私個人的にはしっかりと防衛策を講じた国の一つであると思えますし、世界の中でもそのように言われています。そんな中で、皆さんも是非メンタルをしっかり保って頂き、日々の生活を新型コロナウイルスへの不安に臆するだけではなく、生活の質の最大限に回復していきましょう。

医療法人梅華会 理事長梅岡比俊



免疫力
UP

高濃度ビタミンC点滴

高濃度ビタミンC点滴とは、
静脈内に高濃度のビタミンCを点滴して投与する治療方法です。
免疫力向上、美容やアンチエイジング治療として受ける方が増えています。

実施院：耳鼻咽喉科院（苦楽園院、阪神西宮駅前院、JR芦屋駅前院）



価格や予約など詳しくはスタッフまたはHPをご覧ください。

※自費診療のため、保険は適用されません。

梅華会総合サイトより、各クリニックのホームページをご確認ください。

オンライン診療



「クリニックで診てもらいたいけど、感染症が心配・・・」

そこで、梅華会グループではアプリを使って、「オンライン健康相談・診療」を開始いたします。
ご自宅や職場などで、スマートフォンやパソコンなどを使用し、
インターネット上で一貫して予約～診療～会計まで行うことができます。

対象者

初診の患者さん・受診歴のある患者さん

オンライン診療で出来ること

これまでクリニックで
医師と対面診察していた診療や診断

※症状によってはオンライン診療ではお薬の処方が出来ず、クリニックへご来院のお願いや他医療機関へご紹介させていただくことがあります。

オンライン診療で出来ないこと

処置や検査、投薬

※処方せんは発行できません。

お家でできる、かんたんストレッチ

>>10秒数えて戻しましょう②～⑤、⑦、⑧は反対側も行いましょう

①腕上げ

10秒数えて戻す



両手を組み、背筋を伸ばし手のひらを返します。

②体ねじり

10秒数えて戻す



両手を前で組み、体をねじります。

③ふともも伸ばし

10秒数えて戻す



浅く腰掛け、片方の足は曲げてもう片方の足は伸ばします。背中を伸ばしたまま、体を前に倒します。

④お尻伸ばし

10秒数えて戻す



片方の膝を曲げて、胸に近づけるように抱えます。

⑤ふくらはぎ伸ばし

10秒数えて戻す



片足を後ろに引き、前方の膝を曲げます。

⑥背中のはし

10秒数えて戻す



体の前で手を組みます。腕を前方に押し出します。

⑦脇腹伸ばし

10秒数えて戻す



片手を上げ、もう片方の手は、腰に添え、体を横に倒します。

⑧ふともも前のばし

10秒数えて戻す



片方の膝を曲げ、足首を持ちます。

梅華会総合サイト



梅華会

検索

