



相川みんなの広報誌

2025年冬号

新型コロナウイルス感染症に関するアンケート調査へのご協力をお願いします



当院は新型コロナに罹患した患者様の健康状態をアプリでのアンケートによって調べる研究を行っています。

みなさまにお答えいただいた情報を用いて研究を行うことで、最適な治療方針を見出すことに繋がります。

12歳以上で新型コロナ陽性の方で、スマートフォンなどでアプリを取得し、操作が可能な方にご協力をお願いしています。

お困りごとはコールセンターが対応いたします。

ご協力いただきました方には、謝礼としてギフトカードのご用意があります。

冬季の流行に備えて、みなさま感染対策を怠らないようにしましょう。



最近のできごと

健康講座

「まやかし、甘やかし？甘味料の秘密」

甘味料には、糖質系と非糖質系のものがあります。砂糖以外の甘味料は、低カロリーや虫歯になりにくい、腸内環境の改善に役立つなどの生理作用をもっています。

甘味料のサンプルのご用意があります。

先着順になりますが、ご希望の方はお気軽に職員までお声掛けください。

高血圧教室

高血圧教室は、当院では初めての実施でした。高血圧の病態や治療のポイントについてお話ししました。

YouTubeで高血圧教室の内容をご覧いただけます。

QRコードを読み込むと再生できます。

ぜひご覧ください！



今後のイベント

糖尿病教室

2025年4月から9月に実施の予定です！

今年は佐々木医師も講師を務めます。

詳細は決まり次第、LINEや院内掲示などお知らせします。

健康講座

健康講座は第5火曜日に実施しています。

次回は2025年7月29日（火）の開催を予定しています。お楽しみに！



PCR 検査の機械を導入しました



当院の PCR 検査では、1 回の検査で 15 項目のウイルス・細菌感染を同時に検出することができます。

検査項目

ウイルス：新型コロナウイルス（SARS-Cov-2）、コロナウイルス（季節性）、インフルエンザ A、インフルエンザ A/H1-2009、インフルエンザ A/H3、インフルエンザ B、RS ウイルス、アデノウイルス、ヒトメタニューモウイルス、ヒトライノウイルス/エンテロウイルス、パラインフルエンザウイルス

細菌：パラ百日咳菌、百日咳菌、クラミジア・ニューモニエ、マイコプラズマ・ニューモニエ

PCR 検査の特徴



感染から短期間でもウイルスや細菌を検出することができる



一度に複数項目の検査ができる



測定開始から結果が出るまで約 15 分



自己負担割合	3 割負担	2 割負担	1 割負担
PCR 検査（15 項目）	¥4,550	¥3,030	¥1,520
インフルエンザ・COVID-19 抗原同時検査	¥1,190	¥790	¥400

※別途診察料や処方箋料などが発生します。
※7 歳以上の方を対象としています。



レシピ紹介

節分の後にあまりがちな煎り大豆。
電子レンジでできる簡単アレンジで
おいしく上手にたんぱく質をとりましょう！



大豆クッキー

★：煎り大豆 15g、きな粉 12g、黒ごま 5g、砂糖 5g、塩少々
油 10g、はちみつ 9g

1. ポリ袋に★を入れ、よく混ぜる
2. 1に油とはちみつを混ぜ、まとまるまでなじませる。
3. クッキングシートの上に暑さ5mm程に伸ばす
4. 電子レンジで1分（600W）加熱する
5. 熱を冷ますとカリカリ食感に！

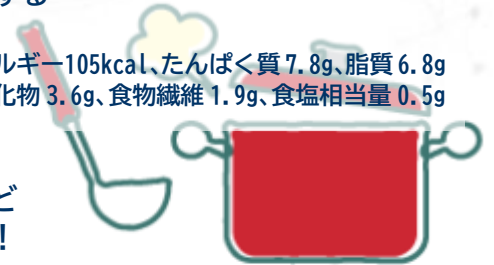
エネルギー270kcal、たんぱく質 11.2g、脂質 17.1g、炭水化物 21.6g、
食物繊維 5.4g、食塩相当量 0.2g

大豆チーズ焼き

煎り大豆 10g、スライスチーズ 1枚

1. クッキングシートにスライスチーズを置き、チーズの上に煎り大豆のをせる
2. 電子レンジで1分30秒（600W）加熱する

エネルギー105kcal、たんぱく質 7.8g、脂質 6.8g
炭水化物 3.6g、食物繊維 1.9g、食塩相当量 0.5g



今後、管理栄養士が考案したレシピを毎号紹介していきます！
こんなレシピが欲しかった、この食材はどうやって使うの？など
気になることがあれば、ぜひ管理栄養士にお声掛けください！！

管理栄養士のCGM体験



管理栄養士が24時間血糖値を測定できる機械を装着し、
食事や運動によってどんな血糖変動になるか実験しました。
1人の管理栄養士の結果・コメントをご紹介します。

甘いフラッパタイプのドリンクや、野菜が少なく炭水化物の多い
お弁当では、血糖が200近くまで上がりました。甘いものは危険、
食事バランスは大切と、改めて身をもって知ることができました。

ハンバーガーとポテトのセットでは血糖はそこまで上がらなくて
も、時間がたってもなかなか下がりませんでした。脂質のとりすぎ
もカロリーが増えるだけでなく血糖が下がらないという点でも
よくないですね。

また、食事の後に運動をすると血糖の上昇が抑えられていました。
食事はもちろんですが、運動も血糖コントロールには大きな効果
があると感じました。どうしても食べてしまうことがあると
思いますが、運動をうまく取り入れてコントロールしていけると
いいですね♪

夏には2人が同じ実験を
行い、様子をブログで公開
しています。
ぜひご覧ください↓



受診時にはマイナ保険証をご活用ください



とっても簡単! マイナンバーカード

医療DXを通じた質の高い医療の提供にご協力ください。



1 受付
マイナンバーカードを
カードリーダーに
置いてください。

2 本人確認
顔認証または
4桁の暗証番号を入力してください。

顔認証

or

暗証番号

3 同意の確認
診察室等での診療・服薬・健診情報の
利用について確認してください。

4 受付完了
お呼びするまでお待ちください。

カードを忘れずに!

院内感染対策のため、病態別に診療時間を分けています



【通常診察】

午前→9時～11時
(土曜日は9時～11時20分)
午後→16時20分～17時40分

【急性疾患診察】

1週間以内の急な発熱、咳、嘔吐下痢など体調不良のある方
午前→11時40分～12時
(土曜日は12時～13時)
午後→18時～19時

内科・糖尿病内科・消化器内科・小児科
各種検診・特定健康診査 各種予防接種 キッズコーナー併設

住所 名古屋市緑区相川3丁目246-2
TEL 052-875-3792



ホームページ

LINE
おともだち登録

相川みんなの
YouTube Channel

ご予約はこちら

WEB問診の入力は
こちら

広報誌に関する
ご意見はこちら