

2026年度 インフルエンザ予防接種

成人
高校1年生から



接種日

10月2日(金)～接種開始

● 詳しい接種日はホームページをご確認ください

予約

お電話または窓口からのご予約

TEL(予約専用ダイヤル):080-7464-8126

平日 9:00～12:00 / 14:00～17:30

土曜 9:00～12:00 ● 表記以外の時間も問い合わせ可能です

費用

公費(横浜市在住65歳以上) 2,300円(税込)

自費 4,400円(税込)



小児
生後6ヶ月～
中学3年生

接種日

10月8日(木)～毎週 月・火・木・金曜日

予約

お電話またはWEBからのご予約

TEL(代表):045-921-6111

平日 9:00～12:00 / 14:00～17:30

土曜 9:00～12:00 ● 表記以外の時間も問い合わせ可能です

WEB予約はこちら ▶▶



費用

1回目 4,400円(税込) 2回目 2,200円(税込)

あさひだより

Autumn 2026



①切干大根は水で戻したあと水気をしっかり絞る。

②豆苗を食べやすい大きさに切る。

③耐熱容器に豆苗ととうもろこしを入れたらラップをして、600Wで1分加熱。加熱後は粗熱をとり、水気を切る。

④③に切干大根、粉チーズ、マヨネーズを和える。

(材料) 2人前
・とうもろこし 20g
・豆苗 15g
・切干大根 7g
・粉チーズ 4g
・マヨネーズ 9g

(栄養量) 1人前
エネルギー: 121kcal
たんぱく質: 3.9g
脂質: 8.3g
食塩相当量: 0.4g

残暑に負けるな!

とうもろこしと切干大根のサラダ

Autumn Issue 2026 Vol.49

IMSグループ広報誌 プラザイムス
横浜旭中央総合病院 あさひだより

編集・発行 横浜旭中央総合病院 広報室
〒241-0801 神奈川県横浜市旭区若葉台4-20-1
TEL:045-921-6111 (代表) FAX:045-922-9499

横浜旭中央総合病院

脳ドックで、未来の健康を

脳の病気は、症状がないうちに見つけることが大切です。

脳卒中や脳腫瘍、未破裂脳動脈瘤などの脳の病気は、発症すると突然、生活に大きな影響を及ぼすことがあります。一方で、病気によっては症状がないまま進行している場合もあります。

脳ドックは、MRI・MRAなどの検査を通じて、脳や脳血管の状態を確認する健康診断です。自覚症状がない方も、ご自身の脳の状態を知り、生活習慣の見直しや必要な精密検査・治療につなげるきっかけになります。

40歳以上の方

このような方に
おすすめ

ご家族に脳卒中や脳動脈瘤の
既往がある

血圧・血糖・
コレステロールが高め

これまで脳の検査を
受けたことがない方

頭痛、めまい、
もの忘れなどが気になる

喫煙習慣や
飲酒習慣がある

仕事や子育てなどで、健康
管理が後回しになっている

突然の片側の麻痺、ろれつが回らない、激しい頭痛、意識障害などがある場合は、救急要請を検討してください。

脳ドック受診のメリット

脳と血管の状態を確認



画像検査で、現在の脳や
血管の状態を把握できます

生活習慣を見直す
きっかけに



検査結果をもとに、
食事・運動・禁煙・血圧
管理などを考える機会に

早期対応へつなげられる



異常が疑われる場合、
精密検査や専門診療を受ける
きっかけになります

MRI検査

磁気を利用して、脳の組織を詳しく調べます。脳梗塞や脳腫瘍などの発見に役立ちます。

〈受診前にご確認ください〉

MRI検査は、強力な磁力を用いるため、下記の項目に該当する方はMRI検査を受診することができない場合がございますので、ご予約の際に必ずご相談をお願い致します。

- ・心臓ペースメーカー、除細動器、刺激電極などを身につけている方
- ・体内に脳動脈瘤クリップや人工関節などの金属が埋め込まれている方
- ・妊娠している方、あるいは妊娠が疑わしい方
- ・服用中の薬のある方は、かかりつけ医にご相談ください
- ・アイシャドウや入れ墨の中には金属成分を含んでいるものがあり、MRI検査でやけどを恐れがあります。アイシャドウなどの化粧品は検査前に落してください
- ・閉所恐怖症の方
- ・カラーコンタクトをご利用の方は当日外してください

MRA検査

造影剤を使用せずに、脳や首の血管を確認します。血管の狭窄や未破裂脳動脈瘤などの評価に用いられます。

血圧・血液検査など

脳卒中のリスクに関係する高血圧、糖尿病、脂質異常症などを確認します。

医師による結果説明

検査結果をもとに、今後の健康管理や必要な対応についてご説明します。

※検査内容はコースにより異なります。詳細はお問い合わせください。

ご予約・お問い合わせ

ご予約は、ご来院または電話、インターネットにてお申し込みください。



横浜旭中央総合病院 健康管理部・人間ドック係

TEL：045-923-1159（平日8:30～12:30、14:00～17:00/土曜10:00～12:00）

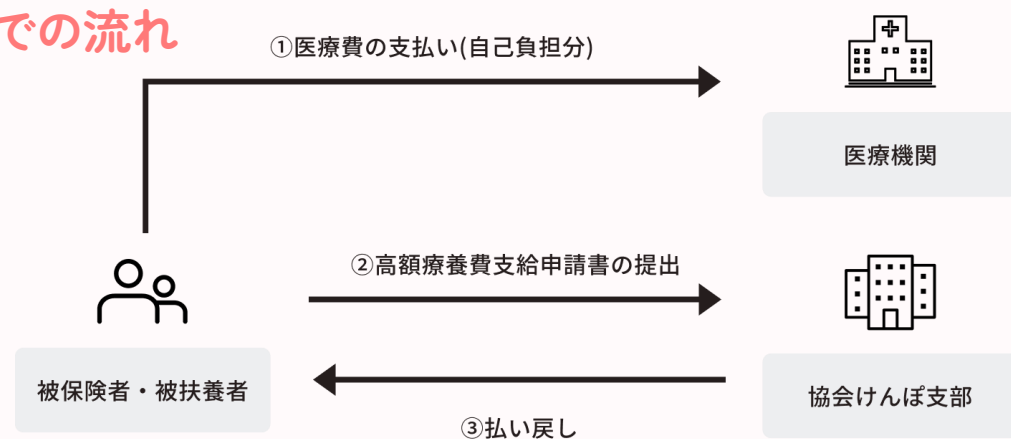
◀ 横浜旭中央総合病院ホームページ 脳ドック

高額療養費制度ってなに？

引用：協会けんぽ

重い病気などで病院等に長期入院したり、治療が長引く場合には、医療費の自己負担額が高額となります。そのため家計の負担を軽減できるように、一定の金額（自己負担限度額）を超えた部分が払い戻される高額療養費制度があります。ただし、保険外併用療養費の差額部分や入院時食事療養費、入院時生活療養費の自己負担額は対象になりません。

払い戻しまでの流れ



自己負担限度額

被保険者、被扶養者ともに同一月内の医療費の自己負担限度額は、年齢及び所得に応じて次の計算式により算出されます。

70歳未満の方の区分

所得区分別の自己負担限度額

〈〉内は多数回該当の場合 ※1

区分ア：標準報酬月額83万円以上

自己負担限度額 $270,300円 + (総医療費 \times 2 - 901,000円) \times 1\%$ 〈140,100円〉

年間上限額

168万円

区分イ：標準報酬月額53万～79万円

自己負担限度額 $179,100円 + (総医療費 - 597,000円) \times 1\%$ 〈93,000円〉

年間上限額

111万円

区分ウ：標準報酬月額28万～50万円

自己負担限度額 $85,800円 + (総医療費 - 286,000円) \times 1\%$ 〈44,400円〉

年間上限額

53万円

区分エ：標準報酬月額26万円以下

自己負担限度額 61,500円 〈44,400円〉

年間上限額

53万円※4

区分オ：低所得者※3

自己負担限度額 36,900円 〈24,600円〉

年間上限額

29万円

※1 療養を受けた月以前の1年間に、3か月以上の高額療養費の支給を受けた場合(限度額適用認定証を使用し、自己負担限度額を負担した場合も含む)には、4か月目から「多数回該当」となり、自己負担限度額がさらに軽減されます。

※2 総医療費とは保険適用される診察費用の総額(10割)です。

※3 被保険者が住民税の非課税者で、かつ、区分ア、イに該当しない方

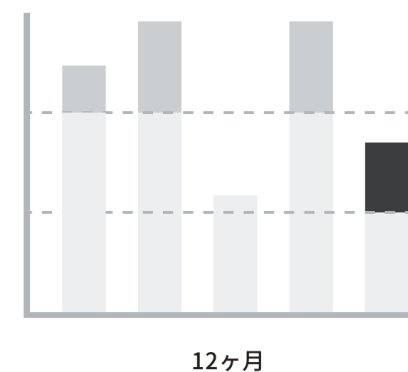
※4 標準報酬月額が15万円以下であることが確認できた方は、年間上限41万円を適用し、令和9年8月以降に償還払いします。

多数該当

高額療養費として払い戻しを受けた月数が1年間(直近12ヵ月間)で3月以上あったときは、4月目から自己負担限度額がさらに引き下げられます。なお、70歳以上75歳未満の高齢受給者が、通院の限度額の適用によって高額療養費を受けた回数は考慮しません。

例：70歳未満、
「区分イ」の場合

$167,400円 + (総医療費 - 558,000円) \times 1\%$
93,000円



70歳以上の方の区分

所得区分別の自己負担限度額

〈〉内は多数回該当の場合 ※1

現役並み：標準報酬月額83万円以上

自己負担限度額 $270,300円 + (総医療費 \times 2 - 901,000円) \times 1\%$ 〈140,100円〉

現役並み：標準報酬月額53万～79万円

自己負担限度額 $179,100円 + (総医療費 - 597,000円) \times 1\%$ 〈93,000円〉

現役並み：標準報酬月額28万～50万円

自己負担限度額 $85,800円 + (総医療費 - 286,000円) \times 1\%$ 〈44,400円〉

一般：標準報酬月額26万円以下

外来(個人ごと)自己負担限度額 22,000円 年間上限額216,000円

外来・入院(世帯)自己負担限度額 61,500円 〈44,400円〉

低所得Ⅱ：被保険者が住民税の非課税者で、かつ、現役並み所得者に該当しない方

外来(個人ごと)の自己負担額 8,000円 外来・入院(世帯)の自己負担額 24,600円

低所得Ⅰ：被保険者とその扶養家族すべての方の収入から必要経費・控除額を除いた後の所得がなく、かつ、現役並み所得者に該当しない方

外来(個人ごと)の自己負担額 8,000円 外来・入院(世帯)の自己負担額 15,000円

利用方法

マイナンバーカードで保険確認や病院側で保険情報をオンラインで確認することでご利用できます

災害から患者さまと職員を守るために



地震や大雨、台風などの災害は、いつ起こるか分かりません。病院は、災害発生時にも地域の皆さまの生命を守る役割を担っています。当院では、平時から防災・減災への備えを進め、災害発生時にも可能な限り医療を継続できる体制づくりに取り組んでいます。

災害に備えた主な取り組み

1. 防災訓練の実施

地震や火災などを想定し、定期的に防災訓練を実施しています。

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ 患者さま・職員の安全確認 | ☐ 救急患者の受け入れ |
| ☐ 院内の被害状況の確認 | ☐ 災害対策本部の設置・運営 |
| ☐ 火災発生時の初期対応 | ☐ 関係機関との情報共有 |
| ☐ 避難誘導 | |

訓練を通じて課題を洗い出し、より実効性のある防災体制の構築に努めています

2. 災害対策本部の設置

大規模災害が発生した場合は、院内に災害対策本部を設置します。災害対策本部では、院内の被害状況や患者さまの状態を把握し、限られた人員・医療資源を適切に活用できるよう、各部門を調整します。また、必要に応じて、行政機関、消防、近隣の医療機関などと連携し、情報共有や支援要請を行います。

3. 医療を継続するための備え

災害時にも医療を継続できるよう、次のような備えを進めています。

- | | |
|-----------------|----------------------|
| 非常用電源の確保 | 通信手段の確保 |
| 医療用酸素などの医療資源の管理 | 電子カルテなどが使用できない場合への備え |
| 医薬品・医療材料の備蓄 | 建物・設備の安全確認 |
| 飲料水・食料などの備蓄 | |

ただし、災害の規模や被害状況によっては、通常どおりの診療を行えない場合があります。患者さまの安全を最優先に、診療体制を変更することがあります。

ご家庭でもできる防災対策 災害時に備え、普段から次のものを準備しておきましょう。

お薬手帳・現在服用中の薬

お薬手帳や薬の説明書、数日分の常用薬を準備しておきましょう。災害時にかかりつけの医療機関を受診できない場合でも、服用している薬の種類や量を医療従事者に伝え、適切な治療につなげることができます。

連絡先と緊急連絡先

家族や親族、かかりつけ医療機関などの電話番号を紙に書いておきましょう。携帯電話の充電切れや故障で連絡先を確認できなくなった場合でも、必要な連絡を取ることができます。

健康保険証 マイナンバーカード

健康保険の資格情報が確認できるものを準備しておきましょう。災害時に医療機関を受診する際、本人確認や保険資格の確認に役立ちます。

飲料水・非常食

飲料水は1人1日3リットルを目安に、最低3日分、できれば1週間分を備蓄しましょう。非常食には、缶詰、レトルト食品、栄養補助食品など、調理せずに食べられるものを用意しておく、断水や停電時にも食事を確保できます。

モバイルバッテリー

スマートフォンを充電できるモバイルバッテリーを準備し、日頃から充電しておきましょう。停電時でも、家族との安否確認や災害情報の収集、避難情報の確認に役立ちます。

懐中電灯

乾電池式や充電式の懐中電灯を、すぐに取り出せる場所に置いておきましょう。停電時に室内を移動したり、足元の障害物を確認したりする際の転倒やけがの防止につながります。

マスク・衛生用品

マスク、ウェットティッシュ、手指消毒用品、ティッシュペーパー、携帯トイレ、生理用品などを準備しておきましょう。断水や避難所での集団生活により衛生環境が悪化した場合でも、清潔を保ち、感染症の予防や日常生活の維持に役立ちます。

眼鏡・補聴器など

予備の眼鏡、補聴器と予備電池、入れ歯用品、必要な介護用品などを準備しておきましょう。災害時でも周囲の状況や避難指示を把握し、普段に近い生活を維持するために必要です。

特に、定期的に薬を服用している方は、災害時に薬が不足しないよう、主治医や薬剤師に相談しながら備えておきましょう。また、持病やアレルギー、服用中の薬などの情報を家族と共有しておくことも、緊急時の適切な対応につながります。

