

清風会

奈義ファミリークリニック

# ファミリー便り

(ホームページも情報満載！見て下さい！  
<http://www.nagifamily.com/>)

第114号

平成27年3月1日発行

社会医療法人清風会

奈義ファミリークリニック 松下明

奈義町豊沢 292-1

電話 0868-36-3012

Fax 0868-36-6435

編集担当 松下 藤谷 中山

岡 三浦



## 藤谷 直明 先生、お疲れ様でした！！

奈義ファミリークリニックの副所長の藤谷直明医師が3月末で退職をされ、4月からはご出身の大分に帰り診療をされます。藤谷先生からのご挨拶です。



いつもお世話になっております。

副所長の藤谷直明です。

この度、5年間勤めさせて頂きました奈義ファミリークリニックを退職することになりました。

今後は、こちらで学んだことを地元である大分県で広げるべく、大分の同じような診療所で働くとともに、大分大学で教育もおこなっていく予定です。

私は診療所で働く医師のプロを目指して、5年前にこちらにきました。

この5年間、皆様の診療をさせて頂く中で、私自身も多くのことを学び、成長させて頂きました。その中で、最も大きなことは、医療を生活や人生の中の一部として見られるようになったことです。元気に生活し、仕事や家事、趣味をするために、また人生をより豊かに生きられるように医療でお手伝いをすることが自分たちの仕事だと感じております。さらに、医療は医師だけで行うものでないことも学ばせて頂きました。それぞれの仕事の大切さ、連携の大切さを学ばせて頂き、副所長になってからは、各職種がいきいきと働き連携の行き届いたクリニックになるようにがんばってきました。ここで皆様の診療をさせて頂き、松下先生にご指導頂いたことで、今の自分があるのだと思います。

奈義ファミリークリニックにきてよかったです。

また、こちらで学ばせて頂いた家庭医療についての知識や技術はもちろんのこと、奈義町の医療や福祉は各事業所や行政と診療所がスムーズに連携しており、理想的なモデルであると感じています。今後は大分で奈義のような理想的な医療体制を作っていけるように頑張りたいと思います。

皆様にはご迷惑をお掛けしますが、奈義ファミリークリニックの特徴の一つは家庭医を育てているところです。私が松下先生にご指導頂いたように、各スタッフも指導を受けております。また、この5年間、診療させて頂いた大事なところをカルテの中にも書きとどめておりますし、クリニックには素晴らしい看護師や事務員もいます。

診療の中には涙あり笑いありで、本当に多くの出会いを頂きました。正直、奈義を離れるのが非常に寂しいです。医師の交代に際して通院を中断してしまう方を見受けますが、何卒、ご自身のために通院され、健康で幸せな日々を送られることを祈っております。今までいた医師もおり、新たに入る医師もいます。私が抜けた後を補ってあまりあるメンバーだと思いますし、なによりクリニック全体で皆様のことを診させて頂いております。異動に伴い、ご迷惑をお掛けしますが、今後とも信頼して、クリニックにかかって頂ければ幸いです。

これまで本当にありがとうございました。

奈義で働けたことを誇りに、大分で社会の役に立てるようにがんばります。

皆様もどうか、お体にお気をつけて、豊かな人生をお送りください。皆様の健康とご多幸をお祈り申し上げます。

奈義ファミリークリニック 副所長 藤谷 直明



## 内覧会を開きました！！

平成27年2月19日（木）に、新しくリフォームした奈義ファミリークリニックの内覧会を開きました。雪がちらつき足元の悪く、40名近くの方がお越し下さいました。

スタッフから院内の案内があり、その後、森理事長の挨拶、来賓挨拶、松下医師による『上手な医者のかかり方』のミニ講演会がありました。

建物も新しくなり、スタッフ一同気持ちを新たに頑張っていきたいと思っておりますので、今後とも奈義ファミリークリニックをよろしくお願い致します。



## 看護師より

当法人の家庭医療看護師養成コースで研修を行っています、看護師の石井絵里と申します。

このコースは2年間で療養病棟・クリニック・訪問看護・老人保健施設をローテーションして、地域ではたらく看護師を育てるコースとなっています。

最後の3ヶ月の選択研修でクリニックを選択し、1月からお世話になっていました。久々のクリニックで緊張していましたが、皆さんの温かさに支えられながらなんとか研修を終えることができました！

4月からは訪問看護での業務が始まります！！どこかでお会いする機会があると思いますので、ぜひ声をかけてくださいね\*\*





## 花粉症について

寒さも和らぎ、花粉が飛び出す時期になりましたね。今回は、花粉症を少しでも楽に乗りきるために、自分で出来る花粉症対策をお話します。

花粉症の症状を軽くする為には、治療とともに花粉が体に入らないようにする注意や工夫が大切です。

### ＝ 外出時の対策 ＝

- ・ 花粉情報をテレビやインターネットの気象情報で入手しましょう。
- ・ 花粉の飛散の多い日は、特に注意が必要なので外出もなるべく控えましょう。
- ・ 外出時は、帽子・メガネ・マスクを身につけましょう。
- ・ 帰宅時は、体についた花粉はきちんと外ではらってなるべく室内に持ち込まない工夫と努力をしましょう。
- ・ 帰宅後は、洗顔やうがいをし、花粉はきちんと洗い流しましょう。



### ＝ 家の中の対策 ＝

- ・ 花粉の飛散が多い時は、きちんとドアや窓を閉めて花粉の侵入を防ぐ事が大切です。
- ・ 室内にはかなり花粉が侵入しているので、掃除をこまめに行いましょう。

自分で対策をしても花粉症の症状が出てしまう事があります。そして、その症状の出方や重症度は、人によって異なります。ご自分の判断ではなく、きちんと病院で診断を受けて、あなたに合った治療を行うことも大切です。

症状がよくなるには、医療機関を受診して相談して下さい。

(花粉症ナビより一部引用)

## 研修を終えての感想

先月研修をした谷本先生より研修を終えての感想です。

### 谷本 健一先生 (倉敷中央病院)

日本の比較的人口の少ない地域で医療を行っている診療所は全国にあります。中でも家庭医療を実践しているところとなるとぐっと数は少なくなり、その中でも有効に機能してこれから家庭医療を学ぼうとするものを受けている施設として奈義ファミリークリニックはよく知られていましたので、地域研修をこの奈義ファミリークリニックで受けることができたのは大変幸運でした。私の今後の課題として患者さんの背景にある家族関係をしっかり考えた上での治療をしたいと考えていましたが、クリニックではそのような診療が実際に行われていることに大変驚きました。

奈義ファミリークリニックの大きな特長としてもう一点、グループ診療をしていることが挙げられます。以前、別の地域で家庭医療を実践している診療所を見学したことがありましたが、そこは個人診療でした。同じように患者さんはたくさんいましたが、個人診療だとどうしても、患者さんに応じて診療時間を調節することが難しいと感じました。患者さんの訴えの内容によって、診療に必要な時間は大きく異なってきますが、クリニックのようなグループ診療だと患者さんの訴えに応じて必要な診療時間を捻出できることがよく分かりました。

往診では、1人だと生活が困難な患者さんが医師や看護師、ヘルパーさんの訪問によって在宅での生活を続けているのを見て強い印象を受けました。奈義ファミリークリニックのスタッフの方々は、松下所長の人柄もあって、皆さん陽気で、親切でしたので、その雰囲気のようなものを患者さんは感じとってプラスに働いているのではと感じました。

また、事務や薬局、津山ファミリークリニック、日本原病院での業務も経験させて頂き、医療はチームで行っているということと、普段行われている医療の中で自分がどういう部分を占めているのかを実感することができました。

3週間という短い間でしたが、奈義ファミリークリニックや関連施設のスタッフの皆さん、同席を快く許可していただいた患者さん、家族の方々に上記の内容以外にもたくさんのことを学ばせていただき、心からお礼申し上げます。奈義で学んだことを糧に今後も精進致します。本当にありがとうございました。



# お知らせ

- 3月末での医師の退職・異動にともない担当医の診察曜日の変更などがあり、皆様には大変御迷惑をおかけ致しますが、今後ともどうぞよろしくお願い致します。なお、藤谷医師の最終診察日は、3/24(火)です。
- 1月下旬より病児保育を開始しました。ご利用をご希望の方はスタッフまで声をかけて下さい。

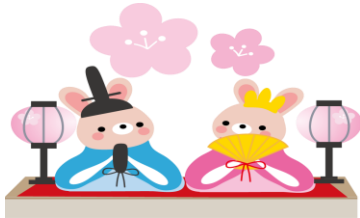
## 予防接種について

※MRワクチンの第二期(就学前接種)、65歳以上で対象年齢に該当する方で肺炎球菌ワクチンの接種がまだの方は、3月末までが助成で接種が出来ますので、この期間内の接種をお薦めします。  
 予約される方は、スタッフに声をかけて下さい。



### 今月の担当医

- ・ 松下医師の月曜午前と金曜午後の診察は完全予約制です。
- ・ 予約外の診療を担当するため、**オレンジ色の医師は予約を受けておりません。**
- ・ 出張や研修などで変更する場合があります。



	月	火	水	木	金	土
午前	松下 中山 中村 松坂	中山 賀来	松下 賀来 中村 太田	藤谷 中村 中山	藤谷 江口	交代制
午後	藤谷 松坂 賀来	藤谷 江口	賀来 中山	休診	松下 賀来 中村 藤谷	休診

### 今月の診療所情報

#### 通常の診療受付時間

午前8時30分～午後12時(月曜～土曜)

午後3時30分～午後5時30分

(木曜・土曜午後は休診)

夜間、木曜・土曜午後、日曜祝日は日本原病院

へご相談下さい。

土曜日の外来予定\*変更する場合があります

3月7日(土)	藤谷・中村
3月14日(土)	賀来・江口
3月21日(土)	休診
3月28日(土)	松下・賀来



### ●日本原病院耳鼻科(東川医師)●

平成27年3月14日と28日(土)午前中のみ  
 順番を取りに行く場合は  
 午前8時から11時まで  
 電話で順番を取る場合は(電話0868-36-3311)  
 午前8時30分から11時まで

### ●予防接種・乳幼児健診外来●

月・金の14時～16時です。

\*ご予約をお願いします。

\*母子手帳を必ずお持ちください。



忘れた場合、接種できないことがあります

### ●栄養指導●

毎月第2土曜日と第2火曜日の午前中に栄養士による栄養指導も行っています。興味のある方は診察時医師にお尋ねください

