



清風会

奈義ファミリークリニック

ファミクリ便り

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

第116号

平成27年5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 中山 岡 三浦

新年度がスタートしました!



平成27年度は上記のメンバーで診療所を頑張っていきたいと思っております。

0歳から101歳までのこの地域の皆様が安心して、家族ぐるみのかかりつけとして利用できる医療機関になれるよう、今後も精進を重ねてまいりたいと思っております。

<現在の皆様からのご要望から>

- 1) 発熱や怪我など急性疾患で来られた場合の待ち時間短縮を図る工夫を最大限がんばります!
- 2) 待ってられる時間帯をより気持ちよく過ごしていただけるように、診療所の環境整備もしたいと思っております。
- 3) 患者さん御本人だけでなく、ご家族の健康状態も含めて家族全体を理解したケアを心がけます。
- 4) 病院から退院後など訪問診療が必要な方には、迅速に対応して、24時間体制の在宅医療を提供します。
- 5) 学校や会社でのストレス、環境の変化などで体調を崩された方も気軽に相談できる診療所を目指します。

上記について、医師・看護師・事務スタッフ一丸となって日本一の診療所を目指して頑張りたいと思っておりますので、今年度もどうかよろしくお願い致します!

奈義ファミリークリニック 所長 松下 明



スタッフより

4月から奈義ファミリークリニックで診察をしている新任医師3人のご紹介です。どうぞよろしくお願い致します。

奈義町の皆さま、初めまして。辻川衆宏(つじかわくにひろ)と申します。生まれは、広島県呉市です。その後、福岡、香川、東京、神奈川、三重で育ちました。奈義は小中学校時代を過ごした香川県に近く、とても心が落ちつくなと思っております。三重大を卒業後、千葉、鹿児島にて診療の後、4月から当院で診療をさせて頂いております。皆さまが、「今日はクリニックに来てよかったな」と思って頂ける様な診療を心掛けております。どうぞ、よろしくお願い致します。



辻川 衆宏 医師



丸山 淳也 医師

奈義のみなさん、お久しぶりです。この4月から半年振りに奈義ファミリークリニックで診療させて頂くこととなりました。外来の他に訪問診療にも携わり、ますます深く奈義の地域に関わり、みなさんが健康に日々を過ごす手伝いできればと思っています。まだ未熟なため、ご迷惑をおかけすることもあるかと思いますが、どうぞ宜しくお願い致します。



はじめまして。今年度から岡山家庭医療センター働くことになりました山内優輔と申します。出身は愛媛県で、今まで愛媛県以外で過ごしたことはなかったのですが、今回初の県外で岡山に引っ越してきました。今年度は津山中央病院での勤務が主になりますが、奈義ファミリークリニックでも週1回診療をさせていただきます。困ったことがあれば気軽に声をかけていただき、一緒に解決していければと思います。そして家庭医として日々成長していきたいと思っていますのでよろしくお願い致します。



山内 優輔 医師

研修を終えての感想

4月の1ヶ月間、奈義ファミリークリニックにお世話になりました。岡山の川崎病院研修医の谷口美季です。医師としてデビューして1年がたち、自分の言葉の重みに押しつぶされそうになりながら日々すごしていました。検査やカルテ作業ばかりではなくもっと患者さんと向き合い、話し合いたいと思い研修場所を選びました。奈義の皆さんはとても親切に研修に協力していただいて心より感謝しています。専門病院と違って幅広く勉強する事が出来て良かったです。また、私たちが普段大学病院で診ている患者さんたちがいかに不安に過ごされていて聞きたい事をなかなか聞けずクリニックに帰ってきている事を知り申し訳なく感じました。クリニックでは先生たちがしっかり身体診察をとり患者さんたちの訴えをしっかり聞いており、満足して帰られる患者さんが多くてよい経験となりました。そして1人1人を診ることも大切ですがその家族の様子も理解しているからこそ悩みや心配事、大変さも一緒に診てもらえるいいクリニックだと思いました。

研修施設とされているため、松下先生に診てもらいたいと思ってきても違う先生になってしまうことも多く奈義の皆さんには迷惑をかけてしまっていると思いますが、カルテチェックや申し送りを行い患者さんの状況を把握しクリニック内で情報を共有しているので安心して下さい。

短い間でしたがお世話になりました。本当にありがとうございました。



健康診断について

新年度も始まり、学校や職場で健康診断を受ける時期となりました。受けた後の結果でお悩みの方もいらっしゃるのではないのでしょうか？今回は健康診断を受けた後、異常があった方もなかった方も、健康診断の活用のポイントをお話します。



■ 結果に異常がなかった

結果に異常がなかった時には、一安心です。生活習慣に気を配っている方は、そのまま、引き続き規則正しい生活を続けましょう。

また、結果に異常がなくても、この数年の検査数値の推移はなるべく見るようにしましょう。現在は正常範囲内でも、少しずつ上昇傾向にあるのであれば要注意。とはいえ、治療が必要な状態ではありませんので、バランスのとれた食事や適度な運動など生活習慣に気をつけましょう。

■ 経過観察という結果だった

検査数値に、やや気になることがあったけれども、大きな異常ではない、という場合には、「経過観察」という結果が帰ってきます。この場合にも、基本的には心配ありませんが、喫煙、飲酒、過食など改善できる生活習慣があれば、積極的にトライしてください。

忙しい毎日の中で、自分自身の健康状態や生活習慣に向き合う時間は、意外に少ないものですので、そのきっかけ作りに活用していただくことをおすすめします。もし気になることがあれば、検査結果を持って近くの医療機関を受診しましょう。

■ 再検査が必要だった

検診や健康診断で再検査が必要だという結果であれば、できるだけ迅速にその指示に従って医療機関を受診してください。「何も自覚症状はないし、大丈夫だろう」とか「何を言われるか怖いので、つい受診を先延ばしにしてしまう」という方の気持ちはよくわかるのですが、症状が無いときに受け、疑わしきは罰するのが健康診断です。このことをしっかり思い出して、医療機関を早めに受診することをおすすめします。

健診結果のご相談で、医療機関を受診する時には必ず健診結果を持参して下さい。診察前に事務もしくは看護師に見せて下さい。



研修医・研修生の紹介

今月は、マスカット薬局の薬剤師と川崎医科大学附属川崎病院の初期研修医の2名が研修に来られています。



兼村 恵美子先生
(鳥取大学附属病院)
5/1～5/30まで研修されます。



中西 由恵さん
(マスカット薬局)
4/1～H28年3月末まで研修されます。

医師の診察前後に、研修医が患者様のお話を伺う事があります。皆さんの予診や診察をお願いする事がありますが、ご協力宜しくお願い申し上げます。

お気づきの点がございましたら、遠慮なくお申し出下さい。

* 休診のご案内 *

- ◇5月3日(日) 憲法記念日
 - ◆5月4日(月) みどりの日
 - ◇5月5日(火) こどもの日
 - ◆5月6日(水) 振替休日
- は、ゴールデンウィークの為休診にさせていただきます。

ご了承下さい。



～病児・病後児保育室「コアラのお医者さん」～

奈義町内在住のお子さん(生後6か月から小学校3年生までの児童)が病気の時に、保護者がお仕事・冠婚葬祭などの理由で家庭保育できない場合、一時的にお預かりをします。

詳しくは、当院のホームページにも案内を載せていますのでそちらもご覧下さい。

また、何かありましたらスタッフ、奈義町保健相談センター(36-3700)にお尋ね下さい。



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 江口 辻川 松坂	中山 江口 辻川	松下 賀来 中村 江口	中山 中村 山内	中山 賀来	交代制
午後	中山 松坂 江口	中山 辻川	賀来 江口 丸山	休診	松下 賀来 辻川 丸山	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

5月2日(土)	賀来・江口
5月9日(土)	松下・辻川
5月16日(土)	中山・江口
5月23日(土)	松下・江口
5月30日(土)	中山・丸山



●日本原病院耳鼻科(東川医師)●

平成27年5月9日と23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・水・金の15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

