



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103号

平成26年4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 賀来 光石 岡 三浦 片山

家庭医療後期研修5期生修了式典が行われました

平成26年3月16日に清風会にて、中村 奈保子医師、中山 元医師の家庭医療後期研修の修了式を行いました。



(写真左側より、中村、松下、中山)

医学部卒業後の2年間の初期研修を経て、私たちのところで診療のパートナーとして働きながら家庭医療専門医への道を歩んできたお二人が無事に3年間のコースを修了することができました。これからは次の世代を教えることができる指導医になるべく精進していただき、この地域での医療に貢献し、心やさしく頼りになる家庭医として頑張ってもらえればと思います。

クリニックでのコースに入る前に津山中央病院で内科・小児科・救急を行ったり、日本原病院でリハビリや在宅復帰支援に取り組むことで、この地域全体の医療資源を知り、患者さんやご家族のサポートが十分できる医師になれます。

4月からは新しい3名(1名は9月スタートですが)が津山中央病院での研修を開始します。全国から家庭医を目指してこの地域に人が集まることで、とても良い流れができてきたと感謝しています。

住民の皆様、地域の保健福祉職の皆様、そして地域の開業医や病院の皆様のお力添えでこのシステムが動いておりますので今後ともご支援のほどよろしくお願いいたします。

松下 明



この度修了式を迎えました、中村医師と中山医師より皆さまへご挨拶と今後の抱負です。



中村 奈保子 医師

皆さまにいつも支えていただきありがとうございます。2011年よりこちらでお世話になっております中村 奈保子です。昨年結婚をして旧姓岡田から中村に名字が変わりました。これからも変わらず温かくて居心地のよい診療を目指し、少しでも皆さまのお役に立てればと思います。

昨年度は津山ファミリークリニックが主でしたが、今年度より奈義ファミリークリニックでの診療枠が増えました。

今年度もどうぞよろしくお願いたします。



中山 元 医師

のどかな春のよい季節となりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。今年度から主な勤務先が湯郷ファミリークリニックからこちらへ異動となるため、改めてご挨拶をさせていただきます。名前は中山元（ゲン）と言い、岡山県総社市の出身で、鳥取大学を卒業し、岡山赤十字病院、津山中央病院、日本原病院、奈義ファミリークリニック、湯郷ファミリークリニックなどで勤務してきました。こちらでは、昨年度は木曜午前の外来のみを行っていましたが、今年度からは診療日が大幅に増えて、外来以外に訪問診療なども行いますので、どうぞよろしくお願致します。

もともと、見立てのいいかかりつけ医に憧れて3年前に家庭医の道を選び、この地に移ってきましたが、もうはや3年が経ったことに驚いています。この地で出会った患者さんやご家族、地域の皆さんに沢山のことを教えて頂き、成長することができたことに感謝の気持ちで一杯です。家庭医の世界はとても奥が深く、まだまだ学ぶべきことが山のようにありますが、今後も皆さんからいろいろなことを教わりながら「心やさしく、頼りになる家庭医」を目指して成長し続けていきたいと思ひます。

具体的には、次の3点を目標として、日々の診療に励んでいきたいと考えています。

まず、適切な見立てを行った上で必要があれば適切な専門医に繋げられるような、幅広い領域に精通した医師。次に、患者さんやご家族の状況や、それを取り巻く環境・地域など、全てを踏まえた上で最良と思われる医療を提供できるような医師。そして、人生の最期の時を大切に、よりよいお看取りとなるようお手伝いができるような医師。これらを目指して、精進していきたいと思ひます。

皆さんとの新たな出会いを大切に、また、これまでかかわりのある方は引き続き、どうぞよろしくお願致します。



保健体育の授業を1時間いただき、小学校5年生を対象に「傷・うちみ・鼻血の手当て」について授業をしてきました！元気一杯の子ども達に、かなり圧倒されましたが・・・実践やグループディスカッションをしながら、楽しく学ぶ事が出来ました☆*



今回はその授業の内容を少し共有したいと思います！！

すり傷

①土や砂などの汚れを、

水道水できれいに洗い流しましょう！！

②水をふきとったら、

消毒はしなくても大丈夫☆*

③小さな傷であれば、そのまま大丈夫！

大きい傷や血が止まらない時は、早めにクリニックにいこう！

応急手当として、軟膏ガーゼのあて方を2人1組になってもらい実践していききました。



「まず、一番にやる事は?!」

「傷をきれいに洗うー!!」



元気いっぱい答えてくれ、しっかりと傷口を洗う所から実践してくれました**

これで、ちゃんと洗ってから保健室に行く子が増えますかね?!

なんでしっかり洗わないといけないのか?なんで消毒が必要なのか?一緒に考えながらやりました!

うちみ

この4つを忘れないで☆*

じっとする・冷やす・おさえる・高く上げる

どうやらみんな、冷やすのを忘れてしまうみたいです。。



鼻血

①ティッシュペーパーを用意*

②鼻の入り口にあてて

鼻の上のところに強めにつまむ

③鼻血を飲み込まないように座る



※上を向いたら、血を飲み込んで気持ち悪くなってしまったり、上を向かないようにね!!

鼻血が出た時に、ティッシュをしっかりと詰めてしまう子が多い様です。血を吸収して乾いたティッシュをとることで、それが刺激となって再出血することもあるので、あまりつめすぎない事、鼻をつまむ部分を、みんなで実践しながら確認していききました*

最後に確認の〇×問題をみんなでしました!

2クラスとも満点☆*さすが!!

「しっかり傷を水で洗わないといけないことがわかりました!」「鼻血が出たときは、上を向かないようにします!」

素敵な感想もいっぱいいただきました!!

ちゃんと実践してくださいね(°-°)!

みんなのおかげで

楽しい1時間でした☆*



お知らせ

★平成26年4月より診療報酬点数の改定が行われました。

3月までと同じ診療内容でも、窓口でお支払いいただく金額が異なる場合がありますので、ご了承ください。

なお、ご不明な点がございましたら、事務スタッフまでお問い合わせください。

★月に一度は保険証の窓口提示をよろしくお願い致します。

★新年度にともない、外来担当医の診察曜日に変更がございます。



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 太田 賀来	松下 賀来 中村 中山	藤谷 中村 中山	太田 藤谷	交代制
午後	藤谷 松坂 賀来	藤谷	賀来 太田 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

4月5日（土）	賀来・大門
4月12日（土）	藤谷・中山
4月19日（土）	松下・玉井
4月26日（土）	松下・賀来



●日本原病院耳鼻科（東川医師）●

平成26年4月12日と26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

