



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/>)

5月 

第140号
平成29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！



4月から新体制での診療が始まります。皆様の待ち時間を減らす努力をいっそう頑張りたいと思います。熱のある患者さんや、体調が悪く処置室で休みたい患者さんは遠慮なく受付や看護師にお伝え下さい。早急な対応を心がけますので遠慮なくお申し出ください。

内科・小児科に関わらず、整形疾患（膝・肩・腰の痛みなど）、皮膚疾患（かぶれ、水虫、イボ、魚の目など）、精神疾患（不眠、気持ちの落ち込み、不安、物忘れなど）と幅広い健康問題に対処できるようにしていますのでお気軽にご相談ください。

新年度も地域の皆様の困りごとについていつでも対応できる体制で挑みます。外来だけでなく24時間体制の往診・訪問診療も行なっていますので、病院から退院後など自宅での療養が必要な場面がありましたら、ぜひお声がけ下さい。

奈義ファミリークリニック 所長 松下明





『ちょいワルじいさん』について紹介します！

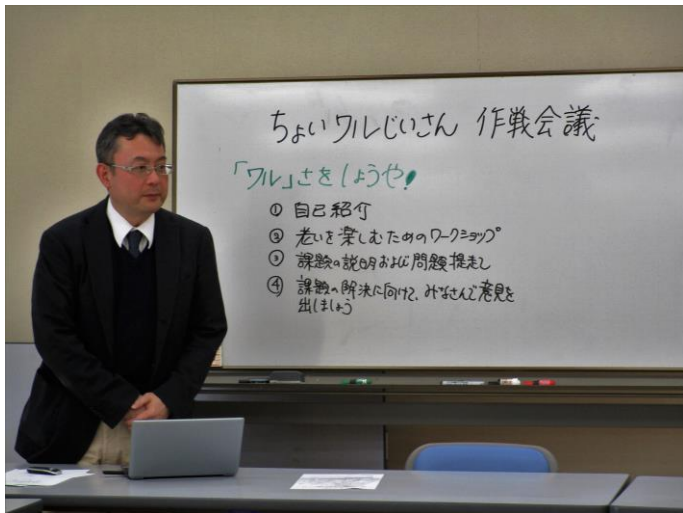
みなさんこんにちは、クリニックの医師の 辻川です。

これからみなさんに「ちょいワルじいさん」を紹介します。

実は、今年の1月から月に1回、奈義町の社会福祉協議会の会議室をお借りして、「ちょいワルじいさん会議」を行っています。主催は、一般社団法人「ナギカラ」、社会福祉協議会、奈義ファミリークリニックです。ナギカラは「奈義町が“いろいろ”やるための場であり、ひとや動きの集まり」であることを意識して、いろんな企画やアイデアをもとに、奈義町をより元気にするお手伝いをしてくださっている団体です。

「ちょいワルじいさん」というネーミングは、「男性はいくつになっても、ちょっとワルでいたい」という想いがあるのではないかとということから名づけられたのではないかと、私は思っています。そんな高齢男性の方はとてもイキキしている！毎回、熱い議論が交わされます。議論している内容は、一筋縄ではいかないことばかりですが、その議題に果敢にとりくみ、「なんとかしてやろう」、「何か方法があるはずだ」と考えている姿は、まさに「ちょいワル」です(笑)。人生経験を踏まえて紡ぎだされる言葉には重みがあり、いつも勉強になっています。今回は、そんな「ちょいワルじいさん」が集まって話している内容について、説明させていただきます。

全国的に、高齢男性は支援や介護を要する状態となっても、デイケアなどを含めた通所サービスなどの社会資源の利用を好まず、家に閉じこもり、アルコール多飲となったり、介護者に依存的になったりするケースが多く報告されています。奈義町も例外ではありません。



そんな研究結果を元に、「引きこもりがちな高齢男性のために何かできることはないか」ということを自分事として、取り組んで頂ける有志の方々を募集したところ、集まってくださったのが、右写真の「ちょいワルじいさん」達です。

当クリニックから、松下先生に加えて、和田先生、辻川も参加させてもらい、「ちょいワルじいさん」達と一緒に、引きこもりがちな高齢男性の方が「ちょっと出てみようか」、「ちょっと行ってみようか」と思ってもらえるために何かできることはないか、話し合っています。たまには、青空の下で那岐山を望みながら話し合いをすることも。

引き続き、「ちょいワルじいさん」たちの活動に御期待ください。(文責 辻川)



奈義町を元気にする ちょいワルじいさん、集まれ！

第1回作戦会議
平成29年1月18日(水)
14:00~15:30
奈義町社会福祉協議会 会議室



すべての男性が最期の最期まで「ワル」さできるように、「ワル」知恵を出し合ってくれる、ちょい「ワル」じいさんを募集します！

高齢の男性は女性に比べて、介護や支援を要する状態になったとき、デイサービスなどの介護・予防サービスの利用を好まず、閉じこもりがちになる方が多いと言われています。こういった高齢男性特有の課題解決に向けて、自分事として取り組んでいただける有志を募集します。みなさんの手で奈義町を年老いても輝ける町にしましょう！

対象：概ね65～80歳くらいの男性（10名程度）
内容：月に1回開催を聞き、課題の解決に向けた取り組みを行います。

以前、所長の松下先生が、奈義町在住の高齢男性を対象に聞き取り調査を元にした研究をさせて頂いたことがあります。そのときに、以下の様なことがわかりました。

- ・男性は頑固で出不精で、会話が苦手な人が多い。寂しがりやだけれど、病人扱いはいいやだ。(男性の性質)
- ・農業が忙しく、遊んでいる暇がない(仕事・役割へのこだわり)
- ・体がいうことをきかなくなり、できなくなる自分を受け入れられない(老いの受容)
- ・農業以外に興味がない(趣味の存在)

という気持ちがある。また、デイや会合の内容や、そこまでの交通手段も重要だということがわかりました。また、男性はやはり「女性に負けたくない、恥をかきたくない」という意識が強いので、女性参加者と競争を強いる場面は極力少なくした方がいいということもわかりました。

4月の奈義町!



名義川のサクラ



クリニックの芝桜



今年の4月は寒い4月でしたが、そんな寒さも感じさせないくらい、今年も色々な花が咲き、春を楽しませてくれましたね! 元気にこいのぼりも泳いでいました。



チューリップ



那岐山と菜の花



名義川のサクラ

研修を終えての感想

(三重大学医学部6年生 山口 大輔さんから)

津山駅からバスに揺られ、奈義の地に向かう途中、私は相当な不安を抱えてやってきました。どんな人がいるのだろう、周りの環境が全然違う、街中からこんな離れて自分は生活できるのだろうか…など。

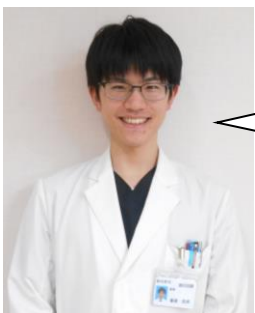
しかし、外来や往診などで奈義の方々とお話するにつれ、その不安は消え去りました。人柄のあたたかさに何度救われたことかわかりません。

私がいなくなっても、別の学生や研修医の先生がクリニックにおそくいます。応援、協力していただけるのは非常にありがたいです。人のあたたかさに改めて気づいた1ヶ月でした。患者さんの心に寄り添える医師になれるように、これからも勉強していきます。本当にありがとうございました。



研修医・研修生の紹介

今月は、津山中央病院の研修医が研修に来られています。



華房 宏成 さん
(津山中央病院 研修医)
5/1~5/15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。

ラジオ出演のお知らせ

松下 明医師がFMつやま(78.0MHz)
『おはようファミリードクター』に毎週金曜日
朝8時10分から生放送で10分間出演して
います。

みなさん是非聞いて下さい。



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。

***** お知らせ *****

- ・5月3日(水)、4日(木)、5日(金)はゴールデンウィークの為休診致します。
- ・5月13日(土)は学会参加の為休診致します。ご了承下さい。



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 6日(土)	賀来・辻川
5月13日(土)	休診
5月20日(土)	賀来・上春
5月27日(土)	松下・江口



～病児・病後児保育室「コアアのお医者さん」～

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。



	月	火	水	木	金	土
午前	松下 辻川 上春 松坂	中山 辻川 上春	松下 中山 江口 上春	賀来 中山 丸山	賀来 上春 中山	交代制
午後	中山 賀来 松坂	中山 辻川	中山 辻川 上春 和田	休診	松下 上春 和田 山内	休診

●日本原病院耳鼻科(東川医師)●

平成29年5月13日と27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・火・水・金の15時～16時です。
- ・ご予約をお願いします。
- ・母子手帳を忘れた場合、接種ができないことがありますので、必ずご持参下さいませようお願い致します。



●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

