

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157号
平成30年10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 山内 岡 三浦

奈義ファミリークリニックの医師は家庭医です

家庭医ってどんな医師？

「先生の専門は何ですか」そう尋ねられる方がいらっしゃいます。私たち家庭医の専門を一言で表すのはとても難しいです。しかしそれをよく表している言葉があります。



“家庭医はあなたを専門にしている医師です”

具体的にどういうことを意味しているのでしょうか。ある架空の患者さんをもとに考えてみます。



39歳の女性が健康診断の結果を持ってきました。健康診断の結果は高血圧です。しかし女性の最近の一番の心配事は、74歳の母親のもの忘れです。また4歳と2歳のお子さんも熱があり一緒に連れてきています。

この場合、家庭医のように全体を診る医師がいれば、子どもの熱や女性の高血圧に対応し、母親のもの忘れについても受診の必要性を判断し、対応が必要であれば、利用できる介護サービスの導入などを行います。また女性が高血圧になった背景としての食事や運動、さらにその背景として家族や家の問題を考えるかもしれません。さらに病気や健康に対してどのように考えているか女性なりの解釈を聞きながら、全体としてバランスをとり、総合的なケアを提供します。

私たち家庭医は、このように、「患者さん=あなた」をひとりの人間として、病気だけでなく背景も考慮し、診療にあたります。また、家族の中のひとりとしても捉え、患者と家族の関係性にも注目します。これらを継続した関係の中で理解し、身体と心をバランスよくケアすることを心がけています。日頃よくある健康問題に対しては、臓器・年齢・性別を問わず診療します。



家庭医の診療範囲

家庭医は、日常みなさんが経験されるたいの健康問題に対応できるように研鑽を重ねています。ある統計からは、家庭医の研修を受けた医師による診療で、地域の健康問題の約90%は対応できると言われております。そのため多くの健康問題に対しては最適な対応を行い、比較的珍しい病気やより専門的な検査や治療が必要とされる場合には、どんな検査や治療が必要か説明し、適切な専門科を紹介します。

外来の中では、みなさん一人一人の健康管理のパートナーとして、予防なども含めて関わります。

外来診療だけでなく、患者さんのお家に伺う訪問診療・往診（在宅医療）を行うことで、病気や障害を抱えながら家で暮らす方たちのお手伝いもしています。

体調が悪い時には、どこに行ったらいいのだろうと迷わず、気軽に相談してください。



家庭医などの医療者の教育

ファミリークリニックでは、家庭医の育成や学生や研修医の教育にも取り組んでいます。これまでも多くの卒業生を輩出し、全国で活躍しています。

今年度からは専門医制度も変わり、これまで以上に家庭医療（総合診療）の重要性が高まっています。その背景として、高齢化により多くの病気を抱えた患者さんに対応したり、多様な状況やニーズに応えたりする必要性が増えたからです。



このように地域で役立つ医療者は医師に限ったものではなく、看護師や薬剤師でも同様に求められています。そのため看護師や薬剤師の受け入れも行っています。

診療に同席させていただいたり、お話を伺わせていただくことをお願いすることもあるかと思いますが、どうぞご理解いただき、ご協力いただければと思います。

何かお気づきの点がございましたら、ご遠慮なくスタッフにお申し付けください。

（文責：山内 優輔）

風疹について

風疹の報告が美作市でありました。基本的には、予後良好ですが、妊娠初期に風疹に感染すると胎児に耳が聞こえにくくなるなどの影響が出る可能性があります。妊娠希望の方は、風疹抗体を測って必要があればワクチン接種を推奨します。岡山県では、風疹感染予防のため抗体検査の助成を行っており、また奈義町では予防接種の助成を行っており、そのお知らせです。

《抗体検査対象》（検査日において岡山県に住所を有する方）

- (1) 妊娠を希望する女性
- (2) (1)の配偶者などの同居者
- (3) 風疹の抗体価が低い妊婦の配偶者などの同居者

また、奈義町では19歳～49歳までの方を対象に

風疹・麻疹混合ワクチン、風疹ワクチンの助成を1回に限り全額助成で行っています。

詳しくは奈義町保険相談センターにお問い合わせください。

※ 奈義町外にお住まいの方は、各市町村にお尋ねください。



詳しいお問い合わせ先
奈義町保険相談センター 36-6700

手洗い・うがいをしましょう！

段々と朝・晩の気温が下がってきましたね。

季節は過ごしやすくなっていますが、体調は整えていきましょう。

いろいろな細菌・ウイルスを予防するためには、手洗い・うがいをしましょう。

手は見た目に汚れていなくても、細菌・ウイルスが付着している可能性があるため、石鹸と流水を用いてきれいに洗い流す習慣をつけましょう。感染対策の基本です。

うがいは、のど本来が持つ防御機能を高めるとともに、物理的な洗浄効果や口腔や喉を清潔にします。その結果、のどの粘膜の機能が回復して活性化され、感染の予防が期待されます。

冬に向けて、体調を整えましょう。

(サラヤ株式会社 ホームページ一部引用)



クリニックより

● 国民健康保険被保険者証をお持ちの皆さんへ ●

平成30年10月より、国民健康保険被保険者証が新しく更新されます。受診される際に、有効期限の新しい受給者証を窓口にご提示下さい。



研修を終えての感想

《鳥取大学医学部附属病院 赤松 是伸 先生より》

鳥取大学医学部附属病院の初期研修医2年目の赤松是伸と申します。9月は1ヶ月間の短い期間でしたが、奈義ファミリークリニックで研修させていただきました。

奈義ファミリークリニックでの外来診療の見学を通し、クリニックの先生方のように病気だけでなく、患者さんの想いや普段の生活などにも配慮して診療を行い、患者さんだけでなく、ご家族のみならずからも信頼していただけるような医師を目指したいと思うようになりました。

また、私のこれまでの大学病院での研修は、比較的珍しい疾患や重症な方々の診療を経験してきました。患者さんの退院後の生活までは具体的に想像していませんでしたが、訪問診療では、患者さんの自宅でご家族の方が介護をされている場面を拝見し、患者さんのご家族の視点をより深く想像できるようになりました。今後は、退院後の患者さんとそのご家族の日常生活を思い描きながら診療にあたっていきたいと思えます。

このたびの地域医療研修では、奈義町のみならずファミリークリニックのスタッフの方々には大変お世話になりました。ご協力いただいた皆様にはこの場をお借りして御礼を申し上げます。

たいへん実りの多い1か月となりました。ありがとうございました。



研修医の紹介

今月は、川崎医科大学附属病院の研修医が研修に来られています。



志水 健太 先生
(川崎医科大学附属病院)
10/1~12/29まで研修
されます。

医師の診察前後に、研修医・医学生が患者様のお話を伺うことがあります。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。

***** 休診のお知らせ *****

- ・山内医師は、10月24日(水)～26(金)までの外来は医師が不在の為休診となります。
- ・10月8日(月)は、休日の為休診します。ご了承下さい。

***** お知らせ *****

今月より、外来担当医が変更しております。受診をされる際には右記の外来担当医表を参考にして下さい。

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

10月 6日 (土)	山内・田中
10月13日 (土)	賀来・上春
10月20日 (土)	賀来・涌波
10月27日 (土)	松下・大門

～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こちらもご覧下さい。

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 涌波 村田 田中	田中 上春	松下 山内 江口 田中	丸山 山内 齊藤 田中	賀来 上春 山内	交代制
午後	山内 村田 上春	山内 涌波 賀来	山内 涌波 田中	休診	松下 涌波 田中	休診

●日本原病院耳鼻科(東川康彦医師)●

平成30年10月6日と20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。

●日本原病院眼科(皆川香織医師)● 要予約

受付時間	診療時間	診療曜日	
		火	金
10:00	10:30		第2・4
?	?	○	金曜日
11:30	12:00		のみ
14:30	15:00		第2・4
?	?	○	金曜日
17:30	18:00		のみ

※診療前日(診療時間内)までに、受付窓口もしくは電話(電話0868-36-3311)にて予約可能です。

●予防接種・乳幼児健診外来●

月・火・水・金は15～16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。

