



御前崎市家庭医療センター

しろわクリニックス

2017年

11月6日 月

開院



診療について -ごあいさつ-



家庭医療では、赤ちゃんからお年寄りまで、よくある病気に対して幅広い治療を行います。
また、しろわクリニックでは、訪問診療・リハビリテーションも行います。
身体のこと、そして健康のことでお困りのことがありましたら、なんでもお気軽にご相談ください。

「はまかせ」の点訳がご入用の方は総合受付までお申し出ください。

しろわクリニックは、家族みんなの健康をサポートします

診療日と診療時間

所 長 吉野 弘
 医 師 吉野 弘(指導医) 井上真智子(非常勤・浜松医科大特任教授)

診療科目 内科 診療内科 小児科 外科 整形外科 産婦人科
 皮膚科 リハビリテーション科

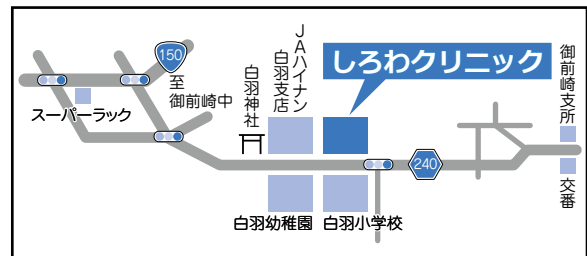
受付時間 8:15~11:30
 13:00~16:30

診療時間	月	火	水	木	金
8:30~12:00	○	○	○	○	○
13:30~17:00	○	○	○	×	○

休 診 日 土・日・祝日・年末年始
 ※木曜午後は休診

住所と場所

〒437-1622
 御前崎市白羽3521-10



予約・お問い合わせ

TEL 0548-23-3211 FAX 0548-63-5622
 ホームページ <http://omaezaki-hospital.jp/clinic/>

内覧会と市民公開講座のお知らせ

2017年

11月4日 土

内覧会 施設見学 10:00~16:00

参加自由 事前申込み不要
 ◎当日ご来場下さい◎

市民公開講座 無料 14:00~15:30

「かかりつけ医のすすめ」

しろわクリニック 所長/医師(指導医) 吉野 弘

「御前崎を健康なまちへ
 一家庭医療センターとともに」

浜松医科大学地域家庭医療学講座特任教授
 しろわクリニック非常勤医師 井上真智子

「しろわクリニックでのリハビリテーション」

しろわクリニック理学療法士 山本三郎

「こんにちは!『訪問看護』です」

訪問看護ステーションはまおか
 看護師長 堀井直美

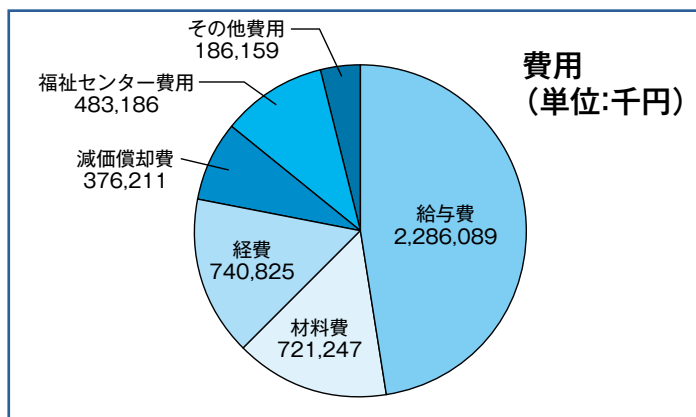
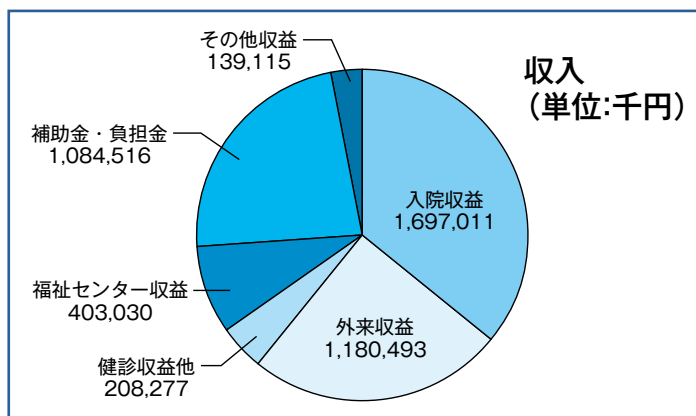
会場/御前崎市家庭医療センター しろわクリニック 2階大会議室

平成28年度 市立御前崎総合病院 決算報告

平成28年度は、急性期病棟を2病棟体制とし、西3階病棟内へ地域包括ケア病床6床を新たに設置しました。これにより急性期病棟68床、地域包括ケア病床6床、回復期リハビリテーション病棟60床、療養病棟54床の計188床（許可病床199床）、老人保健施設50床で運営しています。

また、国の新公立病院改革ガイドラインに基づき、地域医療構想を踏まえた「市立御前崎総合病院第3期中長期計画」を策定しました。

収支の状況



【事業別収支】

(単位：千円)

医業収益	3,169,381
医業費用	4,159,394
医業損益	△ 990,013
介護事業収益	58,477
介護事業費用	66,517
介護事業損益	△ 8,040
医業外収益	1,060,631
医業外費用	151,137
医業外損益	909,494
附带事業収益	423,953
附带事業費用	416,669
附带事業損益	7,284
経常損益	△ 81,275

特別利益	1
特別損失	19,014
当年度純損益	△ 100,288

器械整備・改良工事の状況

機器及び器具購入費は、総額189,399千円で、内訳の主なものはデジタルX線透視撮影システム（53,488千円）の導入、一般撮影X線システム（43,500千円）、モニタリングシステム（23,299千円）、皮膚色素性疾患治療システム（9,190千円）等の器械器具購入を行いました。

改良工事につきましては、総額294,766千円で、内訳の主なものは家庭医療センター建設工事（213,520千円）、保健福祉センター空調機更新工事（41,639千円）、職員宿舎改修工事（18,339千円）等を実施しました。



デジタルX線透視撮影システム



御前崎市家庭医療センター しろわクリニック

今年度2回目のリハビリコラムのテーマは 腰痛 です。

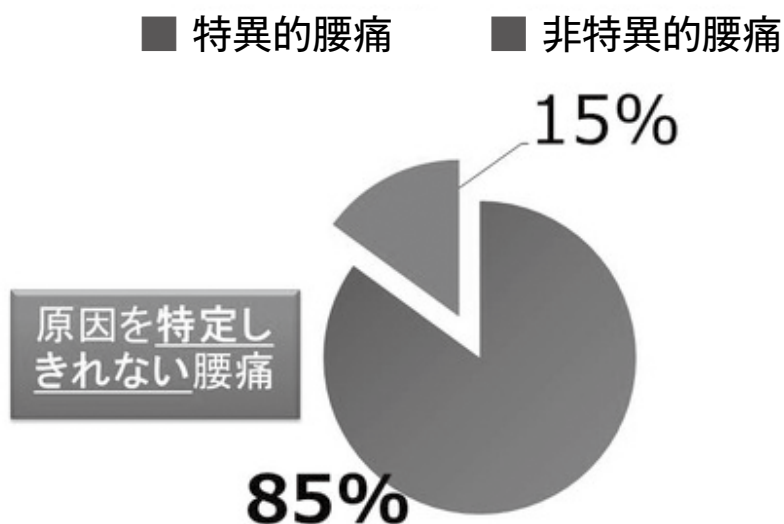
痛みは無い方が良いに決まっていますが、人間が生きていくためにはなくてはならないものなのです（前回コラム・痛みの役割より）。しかし、痛みがあるということは、生活をしていくにはストレスでしかありません。コラム2回目になる今回は、よくある腰痛の原因は？またその対処方法などについてお話しさせていただきます。



腰痛の考え方の変化

ここ20年の間に腰痛の研究は飛躍的に進み、新しい事実、これまでの常識が覆される研究結果が続々と出ています。今、腰痛に対する考え方や治療法は、大きな転換期を迎えているといえます。

腰痛の原因は、下のグラフからも分かるように8割は原因がはっきりしないものと言われています。

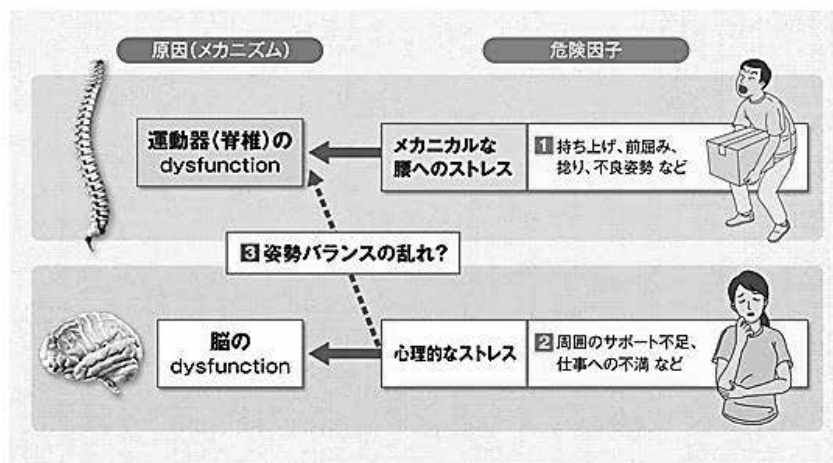


Deyo RA, Weinstein JN. Low back pain. N Engl J Med 2001; 344(5): 363-70.

*特異的腰痛 = 原因がはっきりしているもの【骨折・ヘルニア等】

*非特異的腰痛 = 原因があきらかでないもの

つまり、従来は重たいものを持ち上げたり悪い姿勢などが腰への直接的な負担になり、腰の筋肉や骨に異常をきたすことで痛みが発生していたと考えられていたものが、近年の研究では、仕事のストレスや周囲との人間関係のストレスなどが脳に負担をかけることで痛みが増悪することが解明されてきています。アメリカ、イギリス及び日本の腰痛ガイドラインでは心理的要因、社会的要因が腰痛に関与するといわれています。



非特異的腰痛の原因として、新たに解明されてきた脳の機能低下(身体の痛みを抑制する機能の低下)と筋肉の疲労や姿勢バランスの崩れが考えられます。

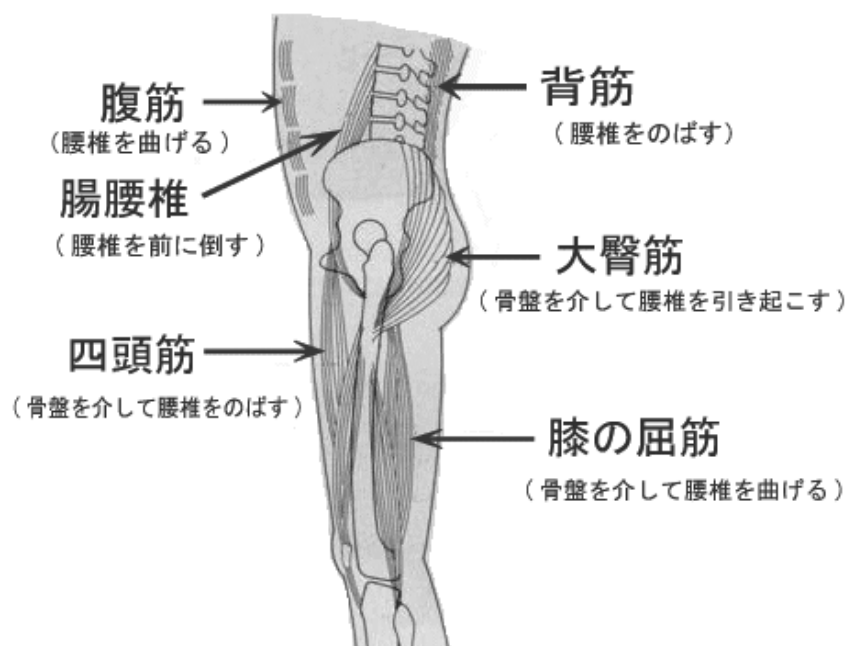
非特異的腰痛に対する心構え

様々な国の腰痛に対するガイドラインでは安静を続けるよりも無理のない範囲での運動が推奨されています。

つまり安静(寝たきり)を続けることで筋力が衰え(廃用)、さらに痛みが増強するという考えです。

実際、痛みにより体を動かすことが出来ない方もいらっしゃると思いますが、その場合には無理をせず受診をして頂き、医師による服薬(痛み止め)や注射等での痛みに対する治療により、痛みをコントロールしながら運動を行うことも大変重要になってきます。

腰痛を起こしやすい人には、姿勢の異常や、以下に示すような体幹・下肢の筋肉のバランス不良が多く見られることが指摘されています。



腰痛予防のためには、日頃からこれらの筋のストレッチや強化を行うことが重要になってきます。なお、ご不明な点はお気軽にリハビリスタッフまでお問い合わせ下さい。

次回は『膝の痛み』を予定しております。

トピックス

活用しよう「お薬手帳」

「おくすり手帳お持ちですか？」

薬を受け取る時にいつも求められるお薬手帳、そしてペタッと薬が書かれたシールが貼られて戻ってくる…。この「お薬手帳」、単なる薬の記録だけと思いませんか？

今回は「お薬手帳」の大切さを説明します。

<お薬手帳とは（かかりつけ手帳ともいいます）>

自分が使っている薬を記録する手帳、自分の薬に関する履歴書です。

副作用歴、アレルギーの有無、過去にかかった病気、体調の変化などについても記入できます。「お薬手帳」があればどこへ行っても過去に使用した薬や現在使っている薬について伝えることができ、また自分で確認することもできます。

<お薬手帳の内容>

○処方内容

調剤日/調剤薬局名/処方せん発行医療機関名/薬剤名/薬剤の用量・用法/日数/ジェネリック医薬品か否かなど

○副作用歴 ○アレルギー歴 ○主な既往症

<お薬手帳を使うメリット>

○飲み合わせや薬の重複をチェックし、副作用や飲み合わせのリスクを減らします。

○副作用歴、アレルギー、過去にかかった病気などの情報を伝えることができます。

○旅行や災害、急に具合が悪くなったときなどに、自分の薬の情報を正確に伝えることができます。

<お薬手帳の使い方>

○医療機関を受診するときは医師に、薬を受け取る時は薬局の窓口に出しましょう。

○外出先での思わぬ怪我や体調不良、また非常時にいつもとは違う医療機関を受診することもあるため、保険証と一緒に常に携帯しましょう。また身近な人に知らせておくことも必要です。

○複数の医療機関、薬局を利用することもあります。お薬手帳は一つにまとめましょう。情報をまとめることがとても重要です。

《お薬手帳とは…自分の健康を守るために使用する大切なものです！》

当院ご利用の皆様へ

厨房改修工事に伴うお願い

厨房改修工事に伴い、食器洗浄機が使用できなくなります。そのため、工事期間中の食事は箸・スプーン・コップも含め全て、使い捨て食器を使用させていただくこととなります。また、期間中の選択メニュー・行事食は休止とさせていただきます。皆様にはご不便・ご迷惑をおかけ致しますが、ご協力をお願い致します。

実施期間：10月下旬～H30.2月末

※工事期間中、音が出ることが予測されます。ご迷惑をおかけしますがご了承ください。

※ご不明な点などがありましたら、院内スタッフまでご連絡ください。担当者が対応させていただきます。

センター夏まつり

総合福祉センターで夏祭りが行われました。職員による三番相撲では真剣勝負の中で笑う時間を過ごすことができ、横須賀高校郷土芸能部の皆さんのお囃子によって、夏祭りは盛大に盛り上がりました。最後は50発以上の打ち上げ花火によって彩られた夜空を利用者さん達と眺めました。



第22回御前崎市民公開講座「腎臓病のはなし」

残暑厳しい9月2日（土）市立御前崎総合病院2階講堂において、第22回御前崎市民公開講座を開催しました。予想を上回る211名の来場をいただき、大変盛況な講演会となりました。座席・資料が足りないなど、ご迷惑をおかけしたことをお詫び申し上げます。

当日の様子▶



平成29年度 第21回カリヨン祭開催について

◇今年で第21回を迎える東海アクシス看護専門学校（5市1町公立）の学校祭です。看護師をめざす学生たちが、地域の皆さんとの交流を楽しみにしています。校内見学も出来ますので、どうぞお友達やご家族と一緒にお願いします。

日 時 平成29年11月11日（土） 午前10時～午後3時 雨天決行
場 所 東海アクシス看護専門学校（袋井市上田町267-30）
お問い合わせ 東海アクシス看護専門学校 TEL 0538-43-8111

東海アクシス看護専門学校 平成30年度入学生募集（一般入学試験）

募集人数：看護学科（修業年限3年）男女30人程度
受験資格：1 高等学校を卒業した方、又は平成29年3月に高等学校を卒業見込みの方
2 文部科学大臣が前項1と同等以上の学力を有すると認定した方
出願期間：平成29年11月27日（月）～12月12日（火） 午後5時00分必着
出願方法：直接又は郵送（簡易書留）
試験日：平成30年1月11日（木）学科試験
問い合わせ先：東海アクシス看護専門学校 総務課入試担当
TEL0538-43-8111 FAX0538-43-8122
〒437-0033 袋井市上田町267-30 <http://www.axis-ns.jp/>

平成30年度 職員募集（追加）日程のお知らせ

募集職種及び人数：看護師2名、薬剤師2名、介護福祉士1名、介護員若干名
応募期間：平成29年10月2日(月)～11月27日(月)
試験日：平成29年12月7日(木)
詳しくは、病院ホームページをご覧ください。<http://omaezaki-hospital.jp/>

編集後記

日増しに秋が深まり、夜長を夜更かしに気をつけて楽しめたらと思います。(t)

平成29年11月 外来診療担当表

平成29年10月16日現在

		月	火	水	木	金	お知らせ	
内科	午前	初診・総合外来	井口恵介	佐藤隆弘	近藤玉樹	榎葉孝弘	荒浪和則	★11/2(木) 小野澤医師休診
		循環器外来	松倉 学(予約制)			向井正明(予約制)	成瀬代士久(予約制)	
		呼吸器外来	美甘真史(予約制)			穂積宏尚(予約制)		
		腎臓内科外来		高橋 聡(予約制)		高橋 聡(予約制)		
		糖尿病外来		榎葉孝弘(予約制)				
		神経内科		小野澤里衣子(予約制)	池谷秀樹(予約制)	小野澤里衣子(予約制)		
		物忘れ外来		リハビリ外来で診察	リハビリ外来で診察	リハビリ外来で診察		
消化器外来			鮫島庸一(予約制)					
	午後	消化器外来		二見 肇(予約制)			★11/7(火) 二見医師休診	
リウマチ科	午前	リウマチ・内分泌	大橋弘幸(予約制)	近藤玉樹(予約制)	大橋弘幸(予約制) 荒浪和則(予約制)	佐藤隆弘(予約制)	大橋弘幸(予約制) 近藤玉樹(予約制)	★11/1(水) PM 大橋医師休診
	午後	リウマチ・内分泌			大橋弘幸(予約制)		大橋弘幸(予約制)	★11/14(火) 近藤医師休診
小児科	午前	外 来	深澤宙丸 中村雅博 内分泌外来(予約) 緒方 勤(月1回)	深澤宙丸	深澤宙丸	植田太輔	深澤宙丸 三枝弘和(隔週) 坂倉雄二(隔週)	★11/14(火) 石川医師休診
	午後	特殊外来 (予約制)	再診・予防接種(予約制) 14:00~ 深澤宙丸 神経外来(予約) 福田冬季子(第1・3)	予防接種(予約制) 14:00~ 瀬川祐貴 心臓外来(予約) 石川貴充(第2)	再診・予防接種(予約制) 14:00~ 深澤宙丸	予防接種(予約制) 14:00~ 藤田智香	再診・予防接種(予約制) 14:00~ 深澤宙丸	★検査希望者は10:30まで に来院を ★予防接種・特殊外来は予 約制
外科	午前	外 来	小泉貴弘	中村 達(予約制) 鈴木雄飛(予約制)	小泉貴弘 中村 達(予約制)	武田 真(予約制) 10:30~ 中村 達(予約制) 9:30~10:30	鈴木克徳(予約制) 9:00~	
		血管外科外来					矢田達朗 9:00~(予約制)	
		内視鏡検査	AM榎葉孝弘 PM小泉貴弘	AM小泉貴弘 PM鈴木雄飛	AM榎葉孝弘 PM小泉貴弘	AM斉田(1・3・5) 辻(2・4) PM武田 真	AM小泉・佐藤 PM鈴木克徳	
整形外科	午前	外 来	錦野匠一(予約制) 9:00~	小早川雅洋	花田 充(予約制) 9:30~	小早川雅洋	三原唯暉(予約制) 9:00~	★11/7(火)~ 9(木),21(火),22(水) 小早川医師休診
	午後	外 来		小早川雅洋	小早川雅洋	小早川雅洋		★午後受付13:00~15:30
		スポーツ外来					鈴木義司(第1・3)	★10月診察日:20日
脊椎センター	午前	外 来	北浜義博(予約制)	北浜義博(予約制)	北浜義博(予約制)	北浜義博(予約制)	北浜義博(予約制)	★第3金曜日休診
	午後	スポーツ腰痛		北浜義博(予約制) 15:00~17:00				
脳神経外科	午前	外 来		山崎友裕(予約制) 8:30~			杉山憲嗣(第1・3・5) 横田尚樹(第2) 横山徹夫(第4) (予約制) 9:00~	★11/28(火) 山崎医師休診
		パーキンソン外来					横山徹夫:第4(予約制)	
	午後	外 来					横田尚樹:第2(予約制) 横山徹夫:第4(予約制)	
産婦人科	午前	外 来		佐倉東武		佐倉東武		
眼科	午前	外 来			堀田喜裕(月2回:予約制) 鈴木寛子(月1回:予約制) 飯田秀輝(月1回:予約制)	松岡貴大		★木曜日 受付:10:30まで
耳鼻咽喉科	午前	外 来	大和谷崇	峯田周幸 (予約・紹介状)		三澤 清		★11/9(木) 三澤医師休診
透 析			高橋 聡		高橋 聡	高橋 聡		
皮膚科	午前	外 来	飯田晴康	飯田晴康	飯田晴康(予約制)	飯田晴康	飯田晴康	★第3月曜日休診
	午後			予約外来(学生)			平川聡史 第3(予約制)	
形成外科	午前		小野澤久輔	水上高秀	小野澤久輔	小野澤久輔		
麻 酔 科	午前	外 来		乙咩公通(予約制) ★透析センターで診察				
リハビリテーション科	午前	外 来		小野澤里衣子(予約制)		小野澤里衣子(予約制)	田中 博(第2・4・5) (予約制)	★11/2(木) 小野澤医師休診
健 診 セ ン タ ー			大川 力	大川 力	佐倉東武	大川 力	佐倉東武	
内科系時間内救急当番			井口~15:00 15:00~大橋	佐藤隆弘	近藤~15:00 15:00~佐藤	榎葉孝弘	荒浪和則	
外科系時間内救急当番			小野澤久輔	小泉貴弘	飯田晴康	武田~11:00 11:00~北浜	鈴木克徳	

- * 外来の受付時間は 8:15~11:00です。ただし、毎週木曜日の眼科は8:15~10:30、整形外科の午後は13:00~15:30、スポーツ外来は13:30~16:30の受付となります。
- * 内科の専門外来、リウマチ科は予約制です。予約には紹介状が必要となります。
- * 予約変更およびお問い合わせ等につきましては、13:00~16:00にご連絡ください。
- * 都合により、担当医師・診療時間等が変更される場合があります。詳しくは各科へご確認ください。

市立御前崎総合病院へのお問い合わせ

〒437-1696 御前崎市池新田2060番地 電話：0537-86-8511 F A X：0537-86-8518

市立御前崎総合病院 ホームページ：http://omaezaki-hospital.jp/ 発行：市立御前崎総合病院 広報委員会