



あけましておめでと〜うございます。

本年もどうぞ宜しくお願い申し上げます。



新年にあたり

医師 一岡 慶紀

皆様、明けましておめでと〜うございます。
ご存知の方も多いとは思いますが、当院では、「家庭医」の養成を行なっております。家庭医というのは、かかりつけ医と言ってもよいかもしれませんが、言わば、「専門の訓練を受けたかかりつけ医」の事です。現在、当院には、週一回の医師も含めて、九名の、家庭医となるべく訓練を受けている医師がいます。私も、その養成課程にいる医師の一人です。



良い家庭医が増えることは、将来必ず皆さんにとって良い事をもたらすと考えられますが、私の立場で言うべき事ではないかもしれません、それには、患者さんや、地域の皆さんの協力が不可欠です。
また、当院では、医学部を卒業し、医師免許を取得して間もない初期研修医の教育も行っております。将来、様々な専門性をもって働く医師が、患者さんは地域でどんな姿でいるのか、診療所ではどんな事をしていくか知ることが、地域の医療機関が良い連携を保つ事に大変重要な役割を果たします。

皆様にはお手間を取らせることもあるかと思いますが、家庭医見習い、研修医ともども、今年もどうぞ宜しくお願いいたします。

新任のご挨拶

医師 永嶋 有希子

皆さま、初めまして。十二月一日から着任しました永嶋有希子と申します。京都府生まれですが、母校の兵庫医科大学を卒業してからは、勤務地を大阪、三重、沖縄、アメリカのニューヨーク州ロチェスターと転々してまいりました。弓削に赴任してからは、日々、職場や診察中に接する地域の皆さまの温かさに感銘をうけています。また弓削の山々に囲まれた美しい田園風景にも心洗われます。今京都から近江八幡駅までは電車で、駅からは車で通勤しています。一旦近江八幡駅を出てクリニックまでの運転中はフツと肩の力が抜けて心癒されます。この地の文化にも興味がありますので、お会いする際に色々教えて頂ければ幸いです。



さて皆さまの中には、アメリカで何をしていたの？と思われる方もいらっしゃるかもしれません。私が家庭医療を学びたいと思った頃は、まだ日本では弓削メデイカルクリニックのような家庭医療の研修できる場所は数カ所しかありませんでした。そこで、もう少し家庭医学の歴史の長いアメリカで家庭医療を学びたいと思ったのが始まりでした。アメリカ留学中に特に興味をもったことは、体と心の関係です。周りの環境、例えば、家族、学校、仕事、恋愛、介護、経済的なこと、昔の経験などは、体の健康に大きな影響を与えます。一つ例を挙げますと、家族の中で何らかの問題が生じ、悩みから夜眠れなくなったなどはよくあることです。普通に生活している限り、ある程度の心的ストレスはあることが多く、これが体を蝕んでいくということもよくあります。体と心は密接に連携していて、切り離せません。このような皆さまの体に影響を与えるような周りのことにも目を向けることも家庭医の仕事だと思っています。

これからは皆さまの健康増進に関わっていただけるよう精一杯頑張りますので、どうぞ宜しくお願い申し上げます。



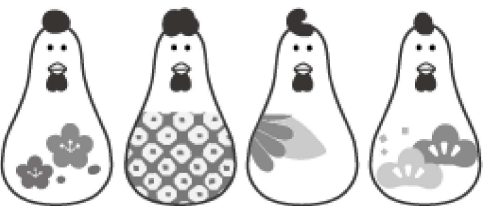
セミナーにいつてきました

看護師 宮井 由里子

とある薬剤師さんが子宮癌にかかられた体験談を聞きました。治療で大切なのは、生活改善だそうです。三角形を描いてみてください。上のとがったところ少しを癌として、あとを三等分します。癌の下がライフスタイル（不規則な生活、働きすぎなど）真ん中が食事（間食、欧米型の食事など）一番下の底辺がこころ（ストレス、生きがいの喪失など）だそうです。一番上のとがったところを切ったとしてもその下が変わらなければ、また癌ができてしまうので、下の部分を改善しないといけないと話されていました。

たとえば彼女がどんな改善をされたかというと、自然に則した（即した）命の在り方に基づいて、生まれ育った土地の旬の食べ物を食べる。調和のとれた食事をする。お腹が空いたら葉っぱを食べる。そして、とにかく減塩。一杯のみそ汁の味噌は小さじ〇・五〜一杯。どのくらいかな？と思ったら、インスタントのみそ汁の味噌を思い出してください。そう思うとかなり薄味ですね。あとは、規則正しい生活を送る。そして一日一回瞑想（めいそう）する事、そして絶え間ない感謝の気持ちを持つ事だそうです。癌にかかわらずどんな病気にも、また、健康そのものにも良いことだなと感動したお話でした。もうひとつ感動した事をお話します。ある患者さんがとある病院で掲示されているものを見つけてメモされた言葉です。

よろこべば
よろこびごとが
よろこんで
よろこびにつれ
よろこびにくる



*お知らせ

医師の不在について

左記の日程、都合により医師が不在となります。
一月十九日（木）十一時以降 横田医師不在

診療担当日変更のお知らせ

中村郁恵医師は

一月から二月十日（金）まで毎週金曜日午前のみの診察となります。
また、医師後期研修の終了に伴い

二月十三日（月）以降不在となります。

ご迷惑をお掛けしますが、あらかじめご理解をお願い致します。

職員募集のお知らせ

看護師・医療事務・介護職員を募集しております。
刃削メデイカルクリニックの仲間として一緒に働いてみませんか？
詳しくはお電話にてお気軽にお問い合わせください。

担当 雨森

電話 (0748)57・1141



感染防止にご協力お願い致します

当院では待合室、診察室などに強力な空気清浄器を設置して院内の空気の浄化に努めております。しかし、それだけでは十分とはいえません。感染症の防止の基本はマスクの励行と手指の洗浄です。御協力お願い致します。

1. 咳・鼻汁・発熱などの風邪症状のある方は、マスクを着用してご来院いただくようお願い致します。風邪症状のない方も感染予防のために、マスクの着用をお勧めしております。

2. 風邪症状のある方の診察を行う際、医師、看護師はマスクを着用させていただきます。予めご理解をお願い致します。

3. 当院入り口に速乾性手指消毒液を置いております。手指を消毒の上、院内にお入り下さい。