

公立森町病院

			受付時間	月	火	水	木	金	備考
内 科	初診			松 永 拓	鈴木勇三	糸田瞳子	廣岡正史	松家健一	
	再診	午前	8:00～11:30	松家健一	廣岡正史	廣岡正史	糸田瞳子	廣岡正史	
								中村昌樹	
	初診	午後	13:00～15:30						
	再診(予約のみ)			中村昌樹	松 永 拓	松家健一	松家健一		
内 科 (専門外来)	消化器	午前			金子淳一				毎月第1・3火曜日
	循環器 ペースメーカー	午後	13:00～15:30				大野嘉寿人		偶数月の第3木曜日は ペースメーカー外来(予約制)となります。
	リウマチ 膠原病	午後	13:00～15:30	小川法良					
	呼吸器		13:00～14:30		鈴木勇三				
	神経内科	午前	8:00～11:30				石川邦子		毎月第1・3水曜日
	心療内科	午後	13:00～15:30 (完全予約制)			二宮貴至			毎月第2・3水曜日: 11/15、11/29、12/13、12/20
	禁煙外来	午後	14:30～16:00 (完全予約制)			水野義仁			現在新規患者様の受入れは中止しております。
外 科	初再診	午前	8:00～11:30	大場浩次	児玉 乾		中村昌樹	大場浩次	
							児玉 乾		
外 科 (専門外来)	形成外科	午前	8:00～11:30		北條貴子				診察状況により受付終了が早まる場合があります。
	痛み治療	午後	13:00～15:30					鳥居英文	毎月第1金曜日
整形外科	初診	午前	8:00～11:00	四谷久美子	後迫宏紀	西田達也	野本一希	四谷久美子	診察状況により受付終了が早まる場合があります。
	再診		8:00～11:30	後迫宏紀	岡本庄造	岡本庄造		西田達也	
リハビリテーション科		午後	13:30～15:00 (完全予約制)	永房鉄之		有本直人			毎月第1・3・5月曜日 永房／毎週水曜日 有本
歯科口腔外科		午前	8:15～11:00	大高千明	大高千明	大高千明	大高千明	渡邊賀子	
		午後	13:00～16:00	大高千明	大高千明	大高千明	大高千明	渡邊賀子	
耳鼻咽喉科		午前	8:00～11:00	中西 啓	加納廉太郎				
			9:30～11:30	補聴器外来	補聴器外来				毎月第2・4火曜日
		午後	13:00～15:30			森本雅太			毎月第2・4水曜日
						補聴器外来			毎月第2水曜日
眼科		午後	13:00～15:30	古森美和			熊切理実		
泌尿器科		午前	8:00～11:00			石川 岳			受付時間:再診は、8:00～11:30
		午後	13:00～15:30				竹村綾奈		
皮膚科		午前	8:00～11:30			北内裕里恵 福地健祐	佐野友佑	伊藤泰介	水曜日:第1・3・5週 北内／第2・4週 福地
小児科		午前	8:00～11:30	戸田 克	戸田 克	戸田 克	犬塚祐介	戸田 克	
		午後	13:30～16:00	—	—	戸田 克	夏目 統	戸田 克	木曜日:第2・4週 アレルギー外来／第1・3・5週 一般小児
							戸田 克		木曜日:第2・4週
	乳児検診 予防接種	午後	13:30～15:00 13:30～16:00		戸田 克				木曜日:第1・3・5週
予防接種(成人)		午後	14:00～14:30			水野義仁			現在、成人の予防接種は中止しています。

森町家庭医療クリニック

	受付時間	月	火	水	木	金	備考
午前	8:15～11:30	福地芳浩 小串真澄 吉持盾信	福地芳浩 鳴本敬一郎 山田智子 明石芽未	福地芳浩 吉持盾信 二宮貴至	棚橋信子 森田隆太郎	岩田智子 明石芽未 吉持盾信	二宮:毎月第2・3・5水曜日: 11/15、11/29、12/13、12/20 巡回診療は休止中です。 再開はホームページ等でお知らせします。 予防接種は毎日行っています。お問い合わせください。
午後	13:00～16:00	水野義仁 福地芳浩 小串真澄 (公認心理師)	山田智子 小串真澄 吉持盾信	棚橋信子 福地芳浩 明石芽未 吉持盾信	休診	岩田智子 吉田晋一郎 (公認心理師)	木曜の午後は休診となります。

※都合により、担当医師・診療時間に変更される場合があります。詳しくは、病院・クリニックまでお問い合わせください。

お問い合わせ先 ◇公立森町病院／TEL:0538-85-0270 ◇森町家庭医療クリニック／TEL:0538-85-1340



春 夏 秋 冬

基本理念

病院だより

Vol.98

2023年11月
発行
公立森町病院

患者さまの人権を尊重し、心の通った医療を実践することで、地域と共にある病院を目指します。



看護師と一緒に病室を回る
準備をする高校生たち（中央）

病棟で看護師から
薬の場所を聞くようす

特集

マスクの着用どうしていますか？

あなたの腎臓は元気ですか

～栄養食事相談は担当医までお申し出下さい～

※病院だより「春夏秋冬」を森町内全戸配付しています。有意義な情報をお伝えできるよう努めてまいりますので、ぜひご覧ください。

公立森町病院

〒437-0214 静岡県周智郡森町草ヶ谷391-1
TEL:0538-85-2181／予約専用:0538-85-0270
http://hospital.town.morimachi.shizuoka.jp/



森町家庭医療クリニック

〒437-0214 静岡県周智郡森町草ヶ谷387-1
TEL:0538-85-1340
http://www.morimachi-fc.com/



マスクの着用どうしていますか？

～森町病院感染対策室より～



新型コロナウイルス感染症の流行が続いています。季節性インフルエンザも季節外れに夏から流行が始まり、プール熱もかつてないほどの流行となっています。現在流行している病気の多くは飛沫感染によって病気が広がっていきます。飛沫感染対策にはマスクの着用が有効です。

その一方、マスクは厚労省から今年の3月13日以降『マスク着用は個人の判断が基本』という見解が出されました。マスクの常時着用は不快に感じる人もいますが、必要な場面で着ければ感染対策としては有効です。ウイルスがいそうもない状況ではマスクを外してかまいませんが、ウイルスは極めて小さく、肉眼では見ることができません。「他の人との距離」×「他の人と接触する時間」×「換気が十分か」×「大きな声を出しているか」を手がかりとして、マスクをはずす時間を増やすことをお勧めします。

「他の人との距離」



インフルエンザは両手を広げたくらいの距離があれば感染しないと言われていますが、コロナはもう少し距離が必要かもしれません。満員電車やバスではマスクの着用が勧められるのは、この理由からです。最近では、“3密を避ける”“ソーシャル・ディスタンス”という言葉は使われなくなりましたが、コロナだけでなく飛沫感染の予防には大切なことです。

「他の人と接する時間」



道ですれ違う程度でしたら感染しません。ウォーキング・ジョギングではマスクを外しても大丈夫です。短時間の買い物も大丈夫です。家庭内では接触時間が長くなり、どうしても感染が拡大します。香港で行われた研究では家庭内でもマスクの着用を厳格にするとコロナの感染も減るというデータがありますが、現実問題としては『家でもマスク』を実践することは難しいです。

「換気が十分か」



戸外では風があるから大丈夫と考えがちですが、長時間一緒にいると戸外でも感染します。昨年9月の徳島市の阿波おどりで、マスクなしの挙行だったのですが、参加した踊り手の4人に1人(800人余)がコロナに感染しました。隊列を組み一定の距離を置いて踊っているだけなのに感染してしまうというほどコロナは感染力があります。

「大きな声を出しているか」



様々な禁止事項が解除されていますが、コロナウイルス自体の感染力が低下しているわけではありません。大きな声を出すイベントの1つにお祭りがあります。お祭りを契機にコロナやインフルエンザの感染は拡大する危惧があります。コンサートやスポーツ観戦でも同様ですが、このような場ではマスクの着用をお勧めします。



マスクだけで飛沫感染を完全に予防できるわけではありませんが、うまく使えば、それなりに効果があります。「いつでもどこでもマスク」の生活もありですが、マスクを着けたり、はずしたりする生活を今回提案させていただきました。

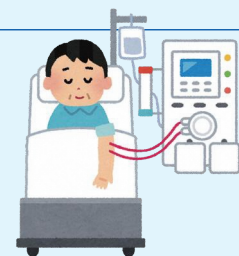
(※マスクをしていない人にマスクをするように促すためのお話ではありません)

あなたの腎臓は元気ですか

～栄養食事相談は担当医までお申し出下さい～

腎臓は血液の不要な成分から尿を作り、血液をきれいにしてくれる臓器です。**慢性腎臓病(CKD)**は、新たな「国民病」と言われ、**腎臓の働きが慢性的に低下し、人口透析が必要になることがある疾患**です。

初期には自覚症状が出ない為、気づかないうちに悪化してしまいます。



こんな症状はありませんか？ 腎臓が悪くなると現れることがある自覚症状



夜中にトイレに行く回数が増える



疲れやすくなる



食欲がなくなる、吐き気がする



貧血になる



むくみが出る

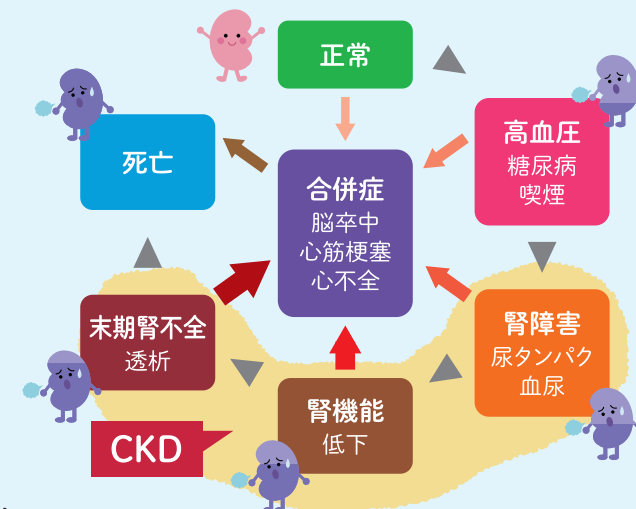


息苦しくなる

CKDが進行すると合併症が始まります

eGFR30未満になると、**心筋梗塞や脳卒中を起こすリスクは、健康な人の3倍！**

eGFRとは腎臓の働きを表す数値です。自分の血液検査結果を確認してみましょう。



参照:CKD(慢性腎臓病)いきいき健康手帳

早期発見・早期治療が鍵です。
早めに血圧管理や生活習慣、食生活を改善し、**腎機能低下を遅らせることが大切です。**

年齢	eGFR	全年齢
49歳以下	60未満	2回連続・尿蛋白(2+)以上
50～69歳	50未満	
70歳以上	40未満	



該当する方は一度**栄養食事相談**を受けてみませんか。診察の合間に受けることも出来ます。初期であれば、ポイント指導も可能です。ご希望の方は、**医師**又は**外来スタッフ**又は**管理栄養士**にお問い合わせ下さい。