

さくら

vol.2

平成26年1月28日発行

医療コラム

おしえて! **ドクター**

そうだったのか! タバコの真実

P4・5

医師会会員の先生方・脳外科センター職員（年男、年女）… P2

在宅医療 NEWS. …… P3

地域医療を支える 医師会会員病院紹介 …… P6・7

よりそう医療 訪問看護ステーションのご紹介 …… P8

さくらネットをご存じですか? …… P9

みんなの掲示板 …… P10

診療機関のご案内 …… P10

編集後記 …… P10

Photo. 羽島から見た初日の出

この時季、羽島崎神社の前の堤防から海を挟んで市街地の頭上に昇ってきます。波の音を聞きながら見る日の出はなかなかいいものです。

年男・年女

新年に何を思う



「午年」にかこつけて

野邊 修明

午年を迎えた。6回目である。当医師会には7回目を迎えられる先輩がお二人おられて、「若者、何するものぞ!」とばかりに矍鑠として日常の診療にあたっておられます。見習いたいものです。

総務省の発表によると、午年生まれの人には2014年1月1日現在の推計人口は男性465万人、女性493万人の計958万人で、十二支の中で最も少なく総人口に占める割合は7.5%である。100%を十二支の12で割ると8.3%だから平均より少ないことが判るが、これは近年の少子化傾向と60年に1回の丙午にあたる1966年生まれが非常に少なかったためとみられます。丙午生まれの女性は気性が荒いという迷信があるのです。午(馬)が悪人(馬)扱いされて可哀想ですね。しかし、午(馬)は古来より人と密接な関係にあります。犬、猫は主にペットとして現在人間界に融け込んでいるが、馬は農耕馬として、物品運搬役として、人間の交通手段として、あるいは私は好まないが競走馬として、そして哀れにも最後は食用として(今はカナダ産が多いが)利用されています。野生馬から野生犬と同様馴化されてきた結果です。因みに競走馬の中心にいるサラブレッドはイギリスで16世紀にアラブ種の馬を基に作り出したもので、体形優美で「走る芸術品」と呼ばれる純血種です。馬をモデルとした彫刻・絵画等が他の動物に比べて格段に多い由縁である。

人との係わりの深さから十二支の中で馬偏のつく漢字は10近くもあり、この点でも他の十一支と大きな差があります(漢語林で調べてみました)。また、馬という語を使った単語と諺も圧倒的に多い。紙面の都合で今回は省くが一度調べてみてください。面白いものです。いかに人間と深い関係にあるか納得できるでしょう。そのなかで私の好きな諺のひとつを紹介いたします。「馬を水辺に連れてゆくことはできても、水を飲ませることはできない」です。ヨーロッパで広く使われているものですが、これでは困ります。モチベーションをしっかりと持ち、自分の立ち位置で努めを果たすことに始まります。道は大きく開いているのです。頑張ろうではないか!!(馬の耳に念仏ではガツカリです)。そうはいつても、私も海馬回りの機能と馬力が弱くなってきたようです。昔は駿馬を誇っていたのに、見る間に駄馬になりました。命長らえば恥多し、馬脚が出そうだ。誰も喰わないだろうが食用にされそうだ。これではイケないので、驚馬十駕もうひと蹴りだ!

・今年も3歳、1歳、0歳の3人の子供達の世話と家事、仕事を私なりにこなせるように頑張っていきたいと思えます。
(薬剤部 泊 結記)

・この世に生を授かり、早いもので36年を迎えようとしています。平成26年を迎え、心も新たに、公私共にチャレンジの年にしたいと思います。
(看護部 長野 正樹)

・看護師となり、早14年経ちました。新人の職員も多くなり、大変ながらもやりがいのある職場作りに貢献していきたいと思えます。
(看護部 浜田 一喜)

・馬のように広い視野を持ち、気の利くステキな女性になりたいです。
(看護部 松下 菜々)

・3度目の午年。今年こそ20代の体型に戻せるようにダイエットしたいです。年末までには・・・そんなウマイ話はありませんが・・・
(看護部 長倉 佳子)

・新しい年です。私の年です。平成12年に入職、あつと言う間に過ぎました。気持ちを新たに患者様に信頼され、喜んでいただける様頑張っていきたいと思います。
(看護部 樋渡 葉子)

・干支が一廻りし、その頃の体型と変化した事に自戒の意味も込めジョギングを始めたかと考えています。午年だけに・・・
(放射線部 児玉 唯史)

・今年も午年、年女、そして還暦。家族の健康を願い「ウマ」い物を作り、体調管理に努めていきたいと思います。
(放射線部 鮫島 千代)

・昨年の年末から、新車に他の車が大当たり、新年早々家族がインフルエンザに大当たり!!悲運続きも体は元気!きつと今年も何かは起こるけど、元気で頑張りたいと思えます!よろしくお願ひします。
(リハビリ部 細樫 和誠)

・責任ある行動が取れるようになり、プライベートでは今しかできないことをたくさんして、笑いの絶えない一年にします。
(リハビリ部 吉峯 奈菜)

在宅医療

NEWS.

在宅医療って何？



皆様が安心出来る生活のために！！

簡単に言うと、病院等へ通うことが難しい方に対して、医師や歯科医師、薬剤師、看護師、栄養士等がご自宅へ伺うというものです。



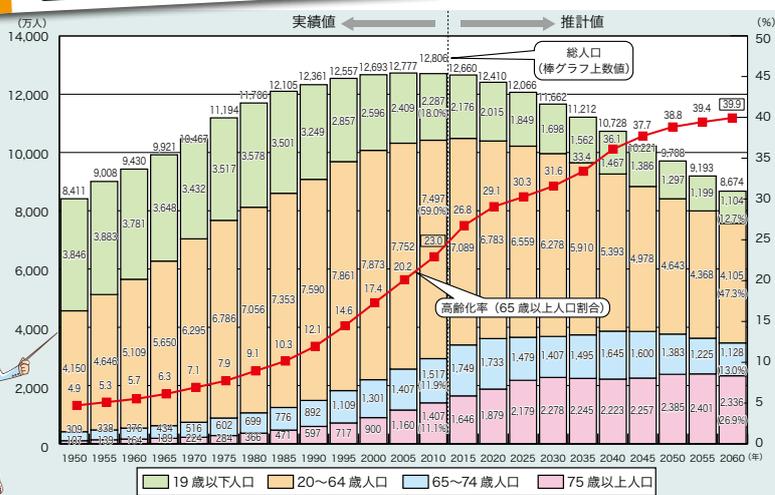
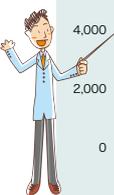
日本の高齢化(現在と将来)

なぜ 必要か！？

間もなくやってくる超高齢化社会。今後は、50歳以上の人口が全人口の半数を超え、病院の患者の約8割が高齢者となる時代。

すでにこの地域は、高齢化が進んできており本当は、自宅で過ごしたい方が過ごしにくくなっています。

その様な中、国の施策としては、地域の住民が住み慣れた地域で最期まで安心して過ごす体制作り、地域作りの必要性を訴えています。



私達の取り組み



- 麻痺で後遺症のある方
- 寝たきりの方
- がんや透析で治療中の方
- 1人では不安な方

この様な方々が少しでも安心して生活出来る地域作りを目指します。

※いちき串木野市医師会は、他の5医師会とともに、**県の在宅推進事業のモデル**として頑張っています。



▲写真は、平成25年11月18日の会議の様子です。
(医師会長・保健所長・歯科医師・福祉課ヘルパー・薬剤師・訪問看護・ケアマネ・婦人会等の様々な方々)

皆様のために、**医療・介護・行政・福祉・保健**の垣根を超えて話し合っております！
この地域作りには皆さんの意見(相談・意見・不安など)が必要です!!
皆様のご意見を心よりお待ちしております。

【問い合わせ先】

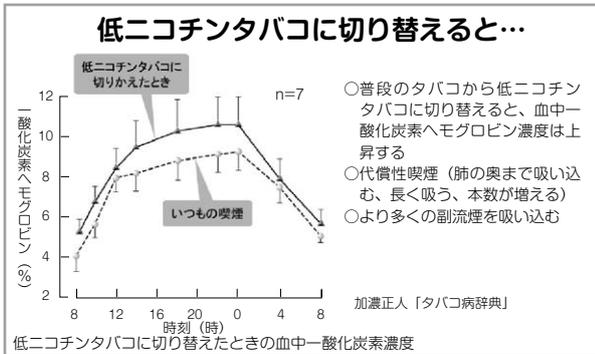
いちき串木野市医師会 在宅医療推進室 脳神経外科センター内
箱川 (はこがわ) 南新 (みなみしん) 細縦 (ほそもみ)
TEL : 0996-32-0180 (TEL : 0996-32-9999)
E-mail:knszcztaku@gmail.com

対応時間

月曜日～金曜日
9:00～17:00

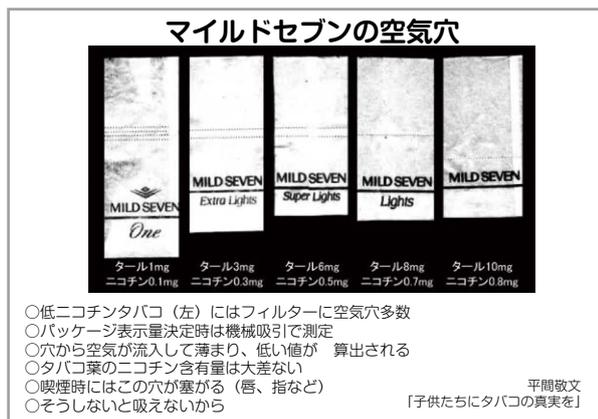
軽いたばこだから、本数が減ってきたから

禁煙のコツはスッとやめることです。軽いタバコにかえたり本数を減らしてもかえって悪い影響がでる場合があります。軽いタバコだと根元まで大きく深く吸うようになり、かえって血中のコチニン（ニコチンの代謝産物）や一酸化炭素濃度の上昇がみられています（図2）。



(図2)

元々、軽いタバコというのはトリックがあります。タバコに含まれるニコチンやタールの量を測る方法は火のついたタバコをフィルターの方から一定量容器に吸引し、この中に含まれる産物を定量します。軽いタバコになればなるほどフィルターの近くに多くの小さな穴が開けられており、採取された煙がかなり薄められることで、結果的に有毒産物の量が少なくなるという仕掛けです（図3）。

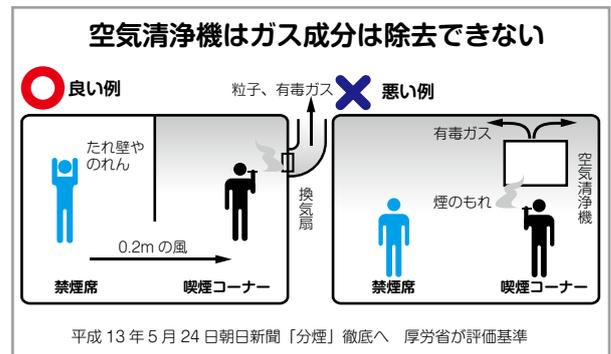


(図3)

さらに問題は、メンソール入りタバコです。タバコにメンソールを添加すると、清涼感と麻酔作用により、喉が弱い女性や子供でもタバコが吸えるようになります。刺激がないため、摂取量が増え、依存症を強化します。

空気清浄機を使っているから

心やさしい喫煙者は周囲への配慮から空気清浄機を使用し、室内で喫煙する場合があります。配慮には敬意を表しますが、逆効果になっています。タバコの煙に含まれている有害物質は粒子成分とガス成分がありほぼ半々の割合で存在します。市販の空気清浄機は粒子成分は除去しますが、ガス成分は除去できません。これはメーカーも認めています。空気清浄機の効率を高めようと、密閉された空間で使用しますので、粒子成分は除去されてもガス成分は除去されず、徐々に濃縮されてしまいます。空気清浄機を使っても受動喫煙は防げません（図4）。



(図4)

以上、喫煙者の主張は根拠のないものばかりだということが分かりました。

次回は禁煙治療についてお話しします。

なお、図表は下記サイトより転載しました。

神奈川県内科医学会編『禁煙医療のための基礎知識』

<http://www.chuwa-p.co.jp/kinen1.htm>





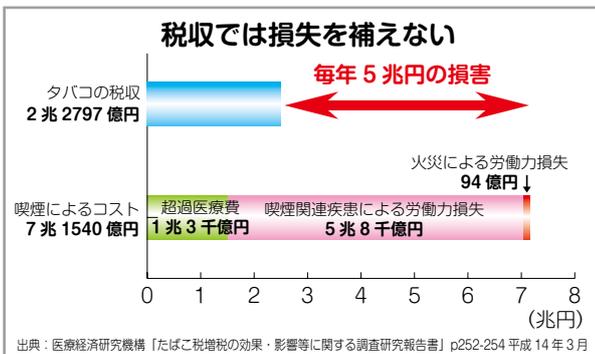
そうだったのか タバコの真実

第2回 喫煙者の言い訳 本当？

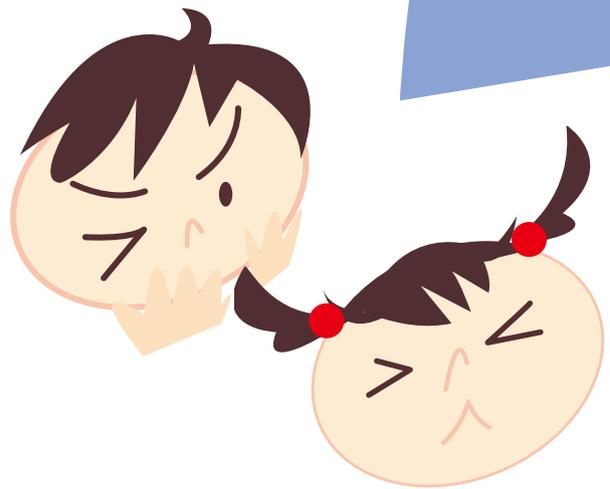
前回ではタバコの害についてお話しました。そうは言ってもタバコにもいいところはあると喫煙者は主張します。そこでタバコを止められない喫煙者の主張に耳を傾け、その真偽を確かめてみることにしましょう。

タバコ税で貢献している？

「命をかけて国家のために納税しているのだから感謝されるべき」という方がいます。国全体のタバコの経済的なメリット・デメリットを見てみましょう。まずメリットです。タバコ税 2兆 3000 億円に加え、タバコ産業関連の収益を含めると総額 2兆 8000 億円の経済的メリットをもたらしています。一方、喫煙による医療費の増加は 1兆 3000 億円と膨大なもので、喫煙による労働に対する負の影響や火災による損失などを加えると 7兆 1500 億円となり、メリットの 2 倍に及ぶデメリットが明らかになりました。「命をかけて国家に貢献している」どころではなく、喫煙者は非喫煙者におんぶにだっこの状態であることが分かります (図 1)。



(図 1)



禁煙すると太る

禁煙すると太るので健康に良くない、という人がいます。確かに肥満は糖尿病や高血圧、心臓病のリスクとなります。ところが喫煙者の心臓への負担を体重換算すると 30kgオーバーとの試算が出ています。喫煙者はいつも 30kgの荷物を背負って生活している事になります。禁煙して体重が 30kg増えてもトントンということになります。禁煙して重荷をおろし体を動きやすくすることで、運動に励めばウェイトコントロールのみならずより健康な体を作ることができます。

地域医療機関との相互連携を一層密に、医療を必要とする患者さんのニーズに応え、適切で切れ目のない医療提供の実現を目指しています。

医療法人實信会

まきのせ泌尿器科



◆ 泌尿器科

理事長名 / 牧之瀬 信一

住 所 / いちき串木野市照島 6050

電 話 / 0996-33-0122

診療時間 / 【月・火・水・金】

午前 9:00～12:30

午後 14:00～18:00

【木・土】

午前 9:00～12:30

午後休診

休 診 日 / 木・土曜午後、日曜、祝日

診療案内

受付時間	月	火	水	木	金	土	日
午 前	○	○	○	○	○	○	×
午 後	○	○	○	手術	○	×	×

「優しい、わかりやすい医療」を基本理念に、泌尿器科の専門クリニックとして、2000年6月照島に開院致しました。

現在常勤医2名と非常勤医3名体制で、泌尿器疾患全般および血液透析の診療を主に行っています。ベッド数は19床で、前立腺肥大症や膀胱がんの内視鏡手術、透析に必要な内シャント手術、前立腺がんを診断するための前立腺針生検も行っています。また、内シャント不全に対するカテーテル治療（経皮的血管拡張術）にも積極的に取り組んでいます。

透析ベッド数は46床で、現在約120名の方の透析治療を行っています。透析に伴う合併症の予防に努め、発症した時には関連病院と協力しながら、的確に対応するように心掛けています。

これからも地域の皆様に信頼される医療機関を目指し、スタッフ一同で努力していこうと思います。

松尾医院



◆ 内科・小児科・皮膚科 精神科・神経科

院長名 / 松尾 義則

住 所 / いちき串木野市京町 11

電 話 / 0996-32-5155

診療時間 / 【月・火・水・金】

午前 9:00～12:30

午後 14:00～18:00

【木】

午前 9:00～12:30

午後 14:00～17:00

【土】

午前 9:00～12:00 午後休診

休 診 日 / 日曜・祝日・土曜日午後

診療案内

受付時間	月	火	水	木	金	土	日
午 前	○	○	○	○	○	12時まで	×
午 後	○	○	○	17時まで	○	×	×

地域医療を支える 医師会会員病院紹介

藤井クリニック



◆ 泌尿器科・皮膚科

院長名 / 藤井 公也
 住所 / いちき串木野市春日町 106 番地 1
 電話 / 0996-32-8000
 診療時間 / 【月・火・水・金】
 午前 9:00～12:00
 午後 13:00～17:30
 【木】
 午前 9:00～12:00 午後休診
 【土】
 午前 9:00～12:00
 午後 13:00～16:00

休診日 / 日曜、祝日

診療案内

受付時間	月	火	水	木	金	土	日
午前	○	○	○	○	○	○	×
午後	○	○	○	×	○	16時まで	×

診療内容

- 泌尿器及び性器・副性器などの検査、治療
- 腎臓・尿管・膀胱・尿道・精巣（睾丸）・精巣上体（副睾丸）・前立腺肥大症・前立腺癌や泌尿器先天異常など
- 一般皮膚科の検査、治療
- 人工透析

まぐろ漁が盛んな頃、海と夕日と砂浜のきれいな串木野に開業しました。

クリニックをクリーニング屋さんと間違われたりしました。泌尿器科がどこを診療するのか分かってもらえず、徒に恥ずかしい科というイメージで受診されない時期もありました。でも今でも肛門科と勘違いされる方もいらっしゃいますが。

しかし人間の体は一つですので、泌尿器や皮膚の病気が全身の病気と関係がある場合も多いです。これからも丁寧に診療していきたいと思っています。

医療法人星海会 牧野医院



◆ 内科・小児科

院長名 / 牧野 虎彦
 住所 / いちき串木野市羽島 3554
 電話 / 0996-35-0017
 診療時間 / 【月・火・金】
 午前 9:00～12:30
 午後 14:00～18:00
 【木】
 午前 9:00～12:30
 午後 16:00～18:00
 【土】
 午前 9:00～12:30
 午後 14:00～17:00

休診日 / 水曜、祝日

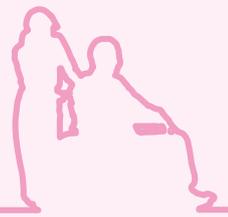
診療案内

受付時間	月	火	水	木	金	土	日
午前	○	○	×	○	○	○	×
午後	○	○	×	16時から 18時まで	○	14時から 17時まで	×

当院は、串木野市街地から西へ8キロ。薩摩藩英国留学生渡欧の地、羽島にあります。昭和28年に先代の牧野一虎が開院。わたくしが継承し16年が過ぎました。少子高齢化の流れで、羽島・土川地区も人口が2000人を切っており、土川小学校も平成22年3月に118年の歴史を閉じました。羽島小学校の生徒数も51名。いかにして人口を増やしていくか、いろいろな取り組みを行っております。こうした中、今年7月に開館する薩摩藩英国留学生記念館も建設が進んでおり、地域活性化の機運も高まってきております。

牧野医院もその一翼を担い、父が培ってきた地域の方々との触れ合いを大切に、患者の目線に立った医療を提供してまいります。

無床クリニックで設備も不十分ですが、これからも地域のかかりつけ医として、いちき串木野市医師会の先生方と連携し、地域住民の健康管理を行っていきたいと考えております。



いちき串木野市医師会立脳神経外科センター 訪問看護ステーション さくら

今回は、訪問看護を利用していただくまでの流れを説明します。

基本的に訪問看護の利用は介護保険が適応されますが、年齢や病状によっては医療保険での利用になります。下記に該当される方は、医療保険が適用されます。

- ① 40歳未満の医療保険加入者とその家族
- ② 40歳以上65歳未満の16特定疾病患者以外の方
- ③ 65歳以上で要支援・要介護に該当しない方
- ④ 要支援・要介護のうち以下の場合
：末期の悪性腫瘍、厚生労働大臣が定める疾病等

【介護保険で訪問看護を利用するまでの流れ】

- ① 訪問看護を利用したいという希望がある
- ➡
- ② かかりつけの医師か担当のケアマネージャーへ相談、
または直接、訪問看護ステーションへ連絡
- ➡
- ③ かかりつけの医師や担当のケアマネージャーから、
訪問看護ステーションへ依頼
- ➡
- ④ 訪問看護の契約
(訪問看護開始前にサービス事業所が集まって担当者会議を行います、
その時に契約を行います)
- ➡
- ⑤ 訪問看護の利用開始になります



次回は 訪問看護の料金について説明したいと思います。

【連絡先】

いちき串木野市医師会立脳神経外科センター 訪問看護ステーション さくら
(脳神経外科センター敷地内1階)

住 所：いちき串木野市生福 5391 番地 3

T E L：0996-32-2020 F A X：0996-32-2088

管理者：松園 進矢

さくらネットをご存じですか？

Q1 さくらネットとは？

A1 さくらネットは、地域の医療・介護施設等が診療情報をインターネット回線で患者様の情報を共有し一貫した医療・介護サービスを提供するネットワークで、平成25年7月にスタートしました。

Q2 どんなメリットがあるの？

A2 検査、画像、内服などの診療情報を施設間で共有し、質の高い医療・介護を提供することで地域住民の健康をサポートすることが可能となり、安心して医療・介護を受けることができます。

Q3 参加するにはどうすればいいの？

A3 当センターまたは、さくらネットに参加している施設で登録が可能です。参加施設一覧が最後のページに掲載されています。

Q4 参加するのに費用がかかるの？

A4 費用はかかりません。ただ参加同意書を記載していただく必要があります。

Q5 どんな施設が参加しているの？

A5 医療機関や介護施設、居宅事業所、訪問看護ステーション、薬局、歯科など様々な施設が参加しています。現在では20施設が連携し、今後も連携施設を増やしていきます。

Q6 今何人くらい参加登録をしているの？

A6 平成26年1月現在で91人参加していただき、施設間での情報共有を行っています。

地域の皆様の健康サポートにさくらネットのご利用をお待ちしています

【問い合わせ先】

いちき串木野市医師会立脳神経外科センター 医療情報室 畑中勇二 溝口修平

TEL : 0996-32-9999 FAX : 0996-32-0496

ホームページ : <http://www.kunc99.ne.jp>

(さくらネットの詳細は当センターのホームページでご覧下さい)

さくらネットいちき串木野

みんなの掲示板

さくらネット連携施設一覧 (2014/1/7 現在)

	連携施設名
①	さゆりクリニック (いちき串木野市 昭和通)
②	牧野医院 (いちき串木野市 羽島)
③	新山内科医院 (いちき串木野市 大里)
④	花牟禮病院 (いちき串木野市 元町)
⑤	京町内科・脳神経クリニック (いちき串木野市 京町)
⑥	いちき在宅介護支援センター (いちき串木野市 湊町一丁目)
⑦	いとう耳鼻咽喉科 (いちき串木野市 曙町)
⑧	いちき串木野市医師会立脳神経外科センター訪問看護ステーションさくら (いちき串木野市 生福)
⑨	すこやか調剤薬局坂下店 (いちき串木野市 生福)
⑩	羽島歯科クリニック (いちき串木野市 羽島)
⑪	つばさ薬局串木野 (いちき串木野市 春日町)
⑫	南洲整形外科病院 (いちき串木野市 別府)
⑬	丸田病院 (いちき串木野市 旭町)
⑭	ふくもと整形外科・内科クリニック (いちき串木野市 春日町)
⑮	まきのせ泌尿器科 (いちき串木野市 照島)
⑯	いちき串木野市社協指定居宅介護支援事業所 (いちき串木野市 新生町)
⑰	野辺ひふ科クリニック (いちき串木野市 昭和通)
⑱	金子病院 (いちき串木野市 照島)
⑲	えとう歯科 (いちき串木野市 元町)
⑳	博悠会温泉病院 (日置市 東市来町湯田)

上記は登録順となります。

さくらネットに
加盟の
医療施設です。
皆様の健康を
サポートします。



診療機関のご案内

内 科		外 科		皮膚科・泌尿器科	
医療機関名	電話 (0996)	医療機関名	電話 (0996)	医療機関名	電話 (0996)
市来内科	36-5000	金子病院	33-0011	野辺ひふ科クリニック	33-0250
えんでん内科クリニック	32-7000	春田クリニック	33-2882	藤井クリニック	32-8000
京町内科・脳神経クリニック	32-2855	和田外科医院	32-4185	まきのせ泌尿器科	33-0122
串木野内科・循環器科	33-2211	整形外科		産科・婦人科	
さゆりクリニック	32-0080	医療機関名	電話 (0996)	医療機関名	電話 (0996)
知花内科	32-8151	南洲整形外科病院	32-0051	久米クリニック	32-7663
富宿医院	32-3024	春田整形外科	32-2200	精神科	
新山内科医院	36-2255	ふくもと整形外科・内科クリニック	32-4145	医療機関名	電話 (0996)
花牟禮病院	32-3281	眼 科		みなと病院	36-2126
牧野医院	35-0017	医療機関名	電話 (0996)	脳神経外科 (医師会立病院)	
松尾医院	32-5155	勝目眼科	32-2237	医療機関名	電話 (0996)
丸田病院	32-2263	耳鼻咽喉科		いちき串木野市医師会立脳神経外科センター	32-9999
宮之原循環器内科	32-3241	医療機関名	電話 (0996)		
小 児 科		いとう耳鼻咽喉科	33-3387		
医療機関名	電話 (0996)	しもむぎ耳鼻咽喉科	29-3384		
くしきの宮崎小児科	32-1166				

編集後記

新年明けましておめでとうございませう。
今年の正月は穏やかな

天気には恵まれましたが、松の内が明けぬ間に寒い冬に逆戻りです。寒くなりインフルエンザやノロウイルスがはやりだしてありますので、皆様もうがいや手洗いをして感染予防に努めてください。

平成26年の新年号として今年の年男・年女の方々に新年に思うことを書いていただきました。野邊会長にも6回目の年男として今年についてウマイ話をいただきました。伊東先生からタバコの真実第2回喫煙者の言い訳について分かりやすい解説をいただきました。所詮言い訳でしかありませんがよく分かりましたね。医師会会員の病院紹介に在宅医療、訪問看護の利便の仕方やさくらネットの紹介など多彩な内容になっています。今年も皆様方の役に立ち気楽に読める内容にしていきたいと思っておりますので、ご支援のほどよろしくお願いいたします。

(文責 寺田)