

# 市立 病院だより

2009  
7月号



南魚沼市立ゆきぐに大和病院【ホームページ】<http://www.yukigunihp.jp>

【E-mail】[niigata@yukigunihp.jp](mailto:niigata@yukigunihp.jp)

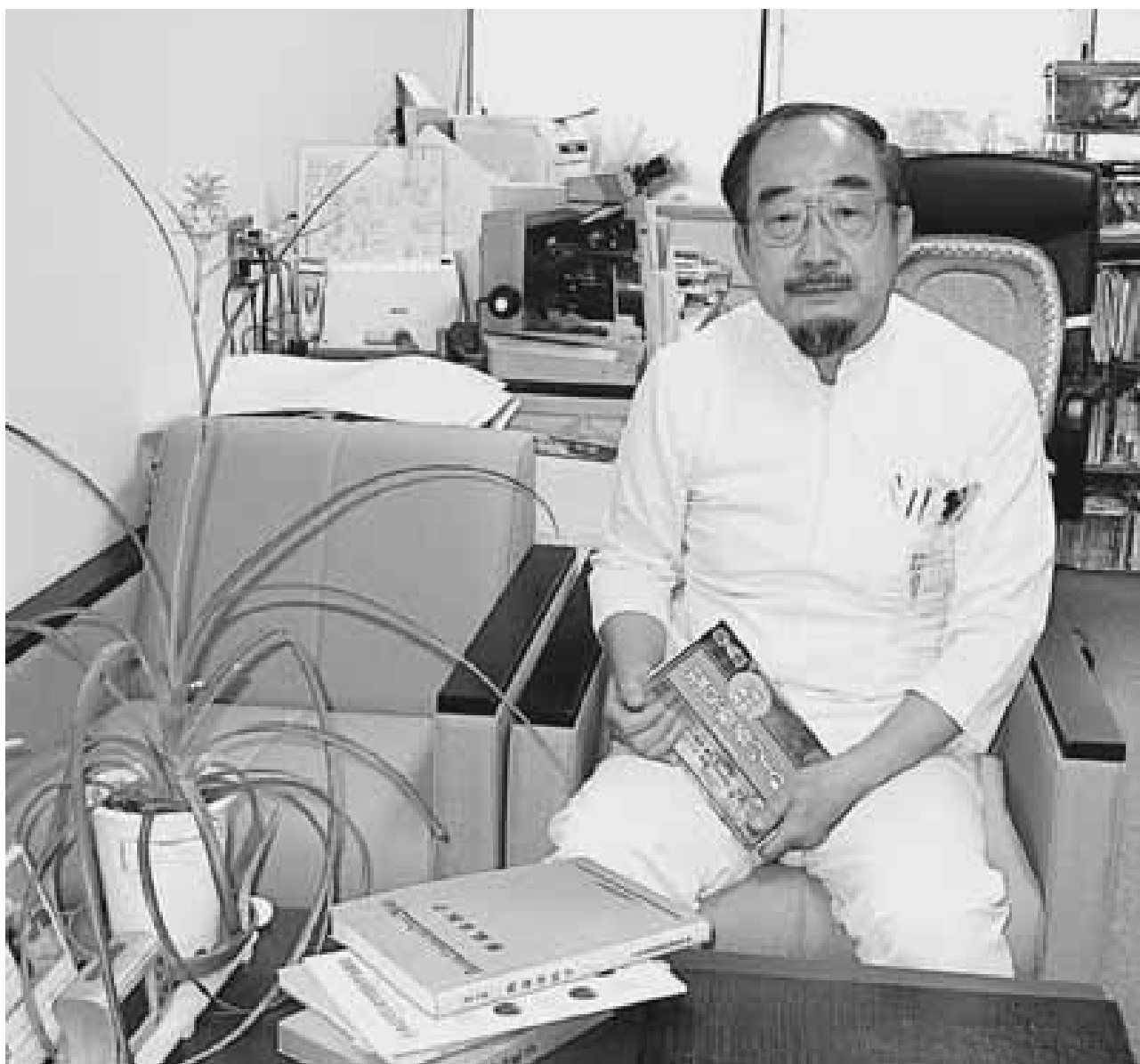
南魚沼市立城内診療所【ホームページ】<http://www17.ocn.ne.jp/~jounaihp/> 【E-mail】[jounai@city.minamiuonuma.lg.jp](mailto:jounai@city.minamiuonuma.lg.jp)

大和病院発

ーシリーズ 専門の医師ー

Ver.2 温泉療法専門医

ゆきぐに大和病院 副院長 長嶋 起久雄



温泉療法専門医による専門外来は、当院では現在のところ実施に向けて準備段階（未実施）にあります。2ページでは、専門医についてと温泉療法の効果などの関連記事を掲載しております。

—シリーズ 専門の医師—

Ver.2 温泉療法専門医

# 温泉療法専門医と温泉療法について

ゆきぐに大和病院 副院長 長嶋 起久雄



日本温泉気候物理医学会では、温泉・気候・物理医学を通じて病気の治療、予防、健康保持や増進をめざし温泉・気候・物理医学と治療法の進歩発展のために専門医を設けている。私は、前任地の元群馬大学医学部付属草津分院でこの資格を取得しました。多くの有名な温泉がある新潟県は現在3名のみである。さらに、皆さんに温泉・気候・物理療養指導を行う目的で温泉療法医が設けられており、現在県内には17名が登録されています。

我々は昔から、温泉、銭湯や家のお風呂を親しく楽しんで来ましたが、そこには科学的根拠があります。身体が温まり、「気持ちいいなあ」という気分が健康にはとても大切で、第一の効果は、温熱効果です。新潟大の安保徹先生は、「病気のほとんどは自律神経のバランスが崩れること、つまり副交感神経が働かなくなり、リンパ球（免疫細胞）がアンバランス（リンパ球の減少、顆粒球の増加等）になることが原因」とおっしゃっています。お風呂で

体が温まり副交感神経が優位になり、リンパ球が増え、免疫力が高まり、血流が促され、体内の老廃物が速やかに排出されます。また、お風呂から上がって、少しずつ体温が下がってくる状態の時が一番眠りに入りやすい時間と言われています。入浴をして、充実した睡眠を取る。健康になるためのヒントが、お風呂にはいっぱい詰まっているというわけです。

温泉・入浴には、物理作用としての温熱作用、浮力、水の粘性抵抗、静水圧、水の重力と圧力伝達があり、リハビリなどの運動浴に利用されます。化学作用では、含有成分の効果、塩類皮膜、飲泉効果その他があり、環境の効果では気温、気圧、湿度、オゾン、フイトンチッド、陰イオン、森林、運動や食事などがあげられる。

入浴関連の死亡事故は年間1万人以上で交通事故より多く、入浴がときに安心できないという実情を知ってください。新潟県では、男性65歳以上の死亡は全国で5番目に多く、女性は11番目に多かったです。北信越や東北地方中南

部で死亡率が高いが、注目は北海道と青森県の死亡率の低さである。これは外気温が低くても暖房がよく室内温度は暖かい地域では「入浴中の急死」が低く抑えられていると述べられている。入浴中突然死を防ぐためには、(1)冬場の長湯は20分以内にひかえ湯温は40前後とし、(2)脱衣場や浴室を暖める工夫では浴槽のふたを入浴前に開けておいたり、浴室に暖房器具を設置する。(3)二番湯入浴は浴室も暖まっており、浴槽内の湯も熱すぎず高齢者にはお勧

めである。(4)心臓に負担がかからないように半身浴をこころがけ、肩には暖かいタオルを置いて冷えない工夫をする。(5)脱水予防として入浴前後には十分な水分を取り、(6)高齢者が入浴の際はこまめな声かけを行い、(7)体調不良時、食直後や深酒後の入浴はさけて高血圧、心筋梗塞、てんかんなどの病気がある人も普段から注意をはらい安全な入浴を楽しんでください。

## 7月から 高次脳機能障害 専門外来を始めます

交通事故や脳卒中などで脳が損傷されると、記憶力の障害、集中力や考える力の障害、行動の異常などが生じることがあります。これらの障害を『高次脳機能障害』と言います。

高次脳機能障害では、身体に障害がなかったり、その程度が軽いにもかかわらず、特に「記憶障害」「注意障害」「遂行機能障害」「社会的行動障害」といった認知に障害が発生し、日常生活や社会での生活にうまく適応できなくなることがあります。

### 高次脳機能障害専門外来(予約制)

診察日：毎月第2・第4日曜日 13:30~15:30  
担当医師：宮永和夫 院長

### ご相談、受診予約の方法

診察は予約制となっていますので、事前にご連絡ください。相談(無料)もお受けしていますので、下記までお問い合わせください。

相談窓口  
医療とくらし推進室 担当 手島  
TEL. 777-2111(内線 333)

相談時間  
13:00~17:00 月曜日~金曜日  
(第3日曜日および祝日は除く)



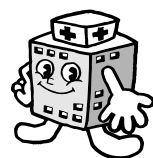
# 平成21年7月 城内診療所 診療担当医師予定表

月		火		水		木		金		土	
午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
				1日		2日		3日		4日	
				高橋(聡); 黒田	高橋(聡); 黒田	高橋(聡); 高橋(正)	青木; 高橋(正)	長嶋(青木); 高橋(正)	青木; 高橋(正)	薄田	
6日		7日		8日		9日		10日		11日	
高橋(聡); 廣田	高橋(聡); 青木	高橋(聡); 黒田	青木; 黒田	高橋(聡); 黒田	黒田	安部; 高橋(正)	休診	長嶋(青木); 高橋(正)	青木; 高橋(正)	高橋(守)	
13日		14日		15日		16日		17日		18日	
高橋(聡); 廣田	高橋(聡); 田中	高橋(聡); 青木	青木; 黒田	高橋(聡); 黒田	中山; 黒田	青木; 高橋(正)	青木; 高橋(正)	青木; 高橋(正)	高橋(正)	堀内	
20日		21日		22日		23日		24日		25日	
海の日		高橋(聡); 黒田	青木; 黒田	高橋(聡); 黒田	青木; 黒田	風間; 高橋(正)	青木; 高橋(正)	長嶋(青木); 高橋(正)	高橋(正); 田中	福本	
27日		28日		29日		30日		31日			
青木; 廣田; 福本	青木; 福本	青木; 福本	黒田; 福本	黒田; 福本	黒田; 福本	高橋(正); 福本	高橋(正); 福本	長嶋(青木); 高橋(正)	青木; 高橋(正)		

## ◆ 応援医師のご紹介 ◆

廣田 茂 ゆきぐに大和病院 副院長  
 長嶋起久雄 ゆきぐに大和病院 副院長  
 安部 龍一 塩沢 あんべクリニック 院長  
 風間 龍 塩沢 風間内科医院 院長  
 中山 康夫 塩沢 中山医院 院長  
 堀内 正 奥多摩病院 院長

高橋 守信 浦佐 萌気園診療所  
 薄田 勝男 金沢医科大学  
 田中奈津子 さいたま市から  
 高橋 正和 千葉県松戸市から  
 黒田 憲治 東京都から  
 福本 一朗 長岡市から



- 都合により診療日が変更になる事がございます。
- 土曜日の午後、日曜日、および祝日は休診です。

## 休診のお知らせ

9日(木)の午後は、住民健診実施のため休診です。

2日(月)から31日(金)の高橋所長の診療は、海外出張のためお休みです。

## — 城内診療所 外来診療受付時間 —

**平日** : 午前 8時 30分 ~ 午前 11時 30分  
午後 1時 30分 ~ 午後 4時 30分

**土曜** : 午前 8時 30分 ~ 午前 11時 30分

元気で永生き応援します  
~あなたの健康パートナー~

TEL (025) 775-2009

FAX (025) 775-2295



職場紹介

# 外来看護だより

~いつも笑顔を忘れずに~

## 地域のベッドで安心療養 その1

外来看護師 井口 幸枝

当診療所では在宅で寝たきりの方や介護が必要な方にとって、安心して自宅療養ができるように訪問診療を行っています。訪問診療は在宅医療サービスのひとつで、診療計画を立て医学的管理に基づいて、主治医と看護師が定期的に訪問します。患者様の病状に応じて訪問する回数は異なりますが、通常は月1回から2回程度です。定期の訪問診療以外に発熱などの急な症状がある場合は往診を行います。訪問看護ステーションと連携をとりながら、在宅療養生活をサポートします。



(患者様宅にて診療)



# 大和病院

## 平成21年7月 診療担当医師と診療日のお知らせ

TEL 025-777-2111  
FAX 025-777-3853

大和病院のページ

(注) 診療担当医師名の前に記載されている数字は、当該医師の診療日です。

■ 部分は休診日ですが、内部に医師名等の記載がある場合は臨時外来です。

診療科	月	火	水	木	金	土	備考
内科	松島 竹内 本松 寺田 6・27 岡村	竹内 大村 寺田 岡村 松本または新藤	黒木 権平 小林(文) 岡村 松島 浅野	寺田 権平 関口 竹内 仲 岡村 松島	松島 権平 竹内 関口 寺田 岡村	寺田 松島(隔週) 浅野	受付…8:00～11:00 診療…9:00～
糖尿病外来	岡村	岡村	岡村	岡村	岡村		受付…8:00～11:00 診療…9:00～
循環器科	松島	大村 (予約のみ)	松島		松島	松島(隔週)	受付…8:00～11:00 診療…9:00～
睡眠時無呼吸外来				宮永			予約制 (電話予約可。表下の※1をご参照ください。) 診療…13:30～
神経内科	竹内	竹内 河内		竹内	竹内		受付…8:00～11:00 診療…9:00～
腎臓科			小林(文)		17 田中 月1回のみ	25 田部井 月1回のみ	受付…※金8:00～10:00 土8:00～11:00 診療…10:15～
呼吸器科				小檜山		11 小檜山 18 石原 25 渡辺	受付…8:00～11:00 診療…9:00～ ※記載されている日のみ、診療日となります
和漢診療科	小林	小林	小林	小林	小林 17 徳永	小林 (午前中のみ)	受付…8:00～11:00 月～金のみ13:00～14:30 診療…9:00～ 月～金のみ13:00～ ※火曜日の午後診察は15:00まで
精神科		21 宮永 7・14・28 米村		武井	宮永 (午後) メモリークリニック	11・25 宮永 18 米村	予約制 (電話予約可。表下の※1をご参照ください。) 診療…9:00～ 金13:30～
高次脳機能障害科	第2・第4のみ (専門外来)						予約制 (電話予約可。表下の※1をご参照ください。) 診療…13:30～15:30
外科 胃腸科 腸門科	中谷	長嶋または廣田 須田	廣田 中谷	廣田 須田	須田 廣田	廣田 11・25 須田 4・18 中谷	受付…8:00～11:00 診療…9:00～
整形外科	日比野 半戸		日比野 1・8・22 星野 半戸	里見(上肢専門外来) 23 角谷	日比野 3 星野 半戸	大学医師 ※新患のみ診察	受付…8:00～10:00 診療…9:00～ 23日午後のみ 受付…13:00～15:00 診療…14:00～ (※火曜日は休診です)
形成外科					大原(博敏)		受付…13:00～14:30 診療…13:30～ (電話予約可。表下の※1をご参照ください。)
小児科	第2・第4のみ 五十嵐 (午後/予約制) 特殊外来	長崎	唐澤	2・9・23・30 長谷川 16 唐澤	柿原 (午後) 柿原	大学医師	受付…8:00～11:00 金午後14:00～16:00 診療…9:00～ 金午後14:00～
婦人科	竹川	竹川	竹川		竹川 (午後あり/予約のみ)	4・11 竹川 18 今野	受付…8:00～11:00 (土10:30まで) 診療…9:15～金午後13:30～(予約のみ。表下の※1をご参照ください。)
眼科		萩村 大学医師	萩村		向井		予約制 (電話予約可。予約受付は、表下の※1をご参照願います。) 診療…※金9:00～ 土10:15～
皮膚科		佐藤	藤原		丸山		受付…8:00～11:00 診療…9:00～
泌尿器科				谷川			受付…8:00～11:00 診療…9:15～
耳鼻咽喉科		大学医師		大学医師		大学医師	受付…※金13:00～15:00 土8:00～11:00 診療…※金14:00～ 土9:00～
歯科 小児歯科	佐藤 星野	佐藤 星野	1・15・22 星野	佐藤	佐藤 星野	11・18 佐藤	予約制 (電話予約可) 診療…8:45～
矯正歯科			8・15(午後のみ)・29 大学医師				予約制 (電話予約可) 診療…※9:00～ 月13:00～
口腔外科	加納 加藤	加納 加藤	加納 加藤	9・16・23・30 加納 2 小林 加藤	加納 3・17・24・31 加藤	4・11・25 加納 4・25 加藤	予約制 (電話予約可) 診療…8:45～

※1 診療の予約や変更は、原則的に月～金曜日で、該当する診療科の診療日午後2時～4時の間をお願いいたします。  
 ※2 診療担当医・診療日が変更になる場合もありますので、ご確認のうえご来院ください。

### 予防接種の予定

予防接種	接種日	受付時間	接種時間
三種混合	7月3日(金)	13:20～14:00	13:30～
	7月17日(金)	13:20～14:00	13:30～
麻しん・風疹混合 1期・2期・3期・4期	7月10日(金)	13:20～14:00	13:30～
B C G	7月24日(金)	13:20～14:00	13:30～
二種混合	7月31日(金)	13:20～14:00	13:30～

予約が必要です。予約・お問い合わせは、ゆきぐに大和病院・医事課まで。

### 休診のお知らせ

全部の科 20日(月)第3月曜日・海の日  
 糖尿病外来 13日(月)  
 精神科 4日(土)/23日(木)  
 メモリークリニック 31日(金)  
 睡眠時無呼吸外来 9日(木)  
 整形外科 17日(金)  
 和漢診療科 9日(木)午後/23日(木)午後  
 婦人科 25日(土)  
 口腔外科 18日(土)