



岡山市民病院だより

秋

平成27年

Kitanagase Wind
2015.11

北長瀬の風

- 受診するときはどうしたらいいの？ 外来のご案内
- 病気のおはなし インフルエンザについて
- 季節のレシピ
「鮭の薬味ソース」で風邪を予防しよう！

レディオモモ出演予定

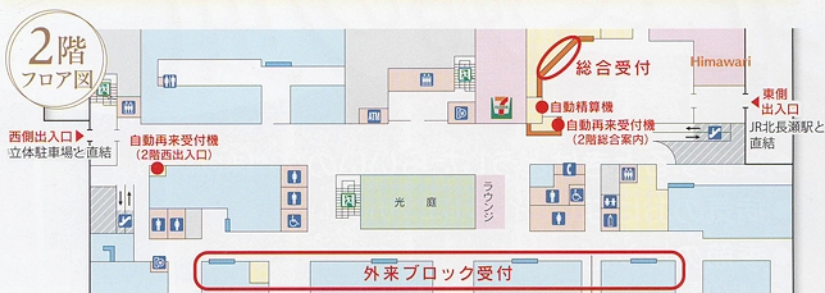
外来診療担当表

- 新任医師の紹介
- 連携医療機関の紹介
こうなんクリニック、岡山ハートクリニック

受診するときはどうしたらいいの？

～外来のご案内～

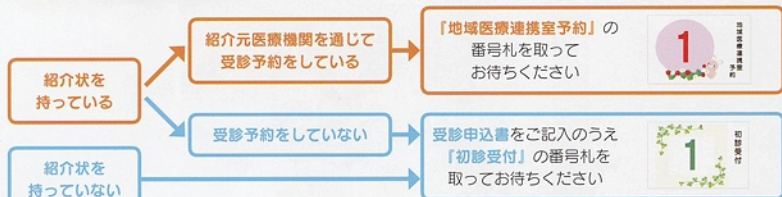
フロア図と院内写真でご案内します。



●初診の受付



- あらかじめ外来診療担当表をご確認のうえご来院ください。
- 総合受付1番「初診」窓口にお越しください。
- 受付時間は平日の午前 8:30 ～午前 11:00 です。
※緊急・救急の場合はこの限りではありません。
- 保険証、公費医療の受給者証、紹介状等をお持ちください。



※紹介状がない場合は初診時選定療養費3,000円(税別)が必要です。

番号が呼ばれましたら、窓口で受付処理を行いますので、保険証、紹介状等をご提出ください。

受付処理が済みましたら、**受付票**等をクリアファイルに入れてお渡します。

受付票の受付番号で診察や会計時の呼び出しを行いますので、**受付票は大切にお持ちください。**



受付が終わりましたら、各診療科のブロック受付へお進みいただき、**受付票**等の入ったクリアファイルをお渡しください

●再診の受付



- あらかじめ外来診療担当表をご確認のうえご来院ください。
- 自動再受付機、総合受付2番「再診」窓口で受付できます。
- 受付時間は平日の午前 8:30 ~ 午前 11:30、
正午 ~ 午後 3:30 です。
※緊急・救急の場合はこの限りではありません。
- 自動再受付機の受付開始時間は
総合案内前：午前 7:45 西側出入口：午前 8:00 です。

3か月以内に受診した
診療科を受診する

自動再受付機で
受付できます

発行された**受付票**を
クリアファイルに入れて
お待ちください



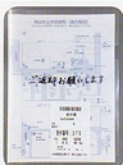
他の診療科を
初めて受診する

長期間受診していない
診療科を受診する

総合受付2番「再診」
窓口へお越しのうえ、
番号札を取って
お待ちください



番号が呼ばれましたら、
窓口で診察券、保険証を
ご提出ください
受付処理後、**受付票**を
クリアファイルに入れて
お渡しいたします



受付が終わりましたら、各診療科のブロック受付へお進みいただき、
受付票等の入ったクリアファイルをお渡しください

●受診後は…

診察終了後、**青色のクリアファイル**をお渡しします。
診察料計算用の伝票が入っていますので、**青色のクリアファイル**ごと
総合受付3番「計算」窓口にご提出ください。



●お支払い

計算ができましたら、会計表示画面に**受付票の受付番号**を表示します。
ご自分の番号が表示されましたら、自動精算機又は総合受付4番「会計」
窓口でお支払いください。

クレジットカードによるお支払いも可能です。

※使用できるカードについてはホームページもしくは窓口にてご確認ください



ご不明な点がございましたら、お気軽にスタッフまでお尋ねください。

ACCESS MAP 岡山市民病院までのアクセス

JR

山陽本線で岡山駅より北長瀬駅まで約4分(北長瀬駅より徒歩1分)

バス

- 岡山駅より北長瀬駅前まで約22分
 - 天満屋より北長瀬駅前まで約16分
- 岡電/バス・下電/バス・両備/バス共同運行 時刻表はホームページをご覧ください

車

- 岡山駅から約4km、約10分
 - 山陽自動車道岡山ICから約8km、約20分
- ※車・タクシーをご利用の方は病院西側へお越しください。駐車場があります。
外来受診の方は入場後6時間まで無料、以降30分100円
お見舞い・一般来院者は30分100円



病気のおはなし

インフルエンザについて

冬になると猛威を振るうインフルエンザ。
そんなインフルエンザの予防方法や治療について、
先生に聞いてみました。

インフルエンザってどんな病気ですか？



インフルエンザウイルスによって引き起こされる呼吸器の感染症です。
毎年11月下旬頃からみられ始め、1〜3月頃にピークとなり、4〜5月にかけて減っていきます。



インフルエンザにかかると、どんな症状が出ますか？



典型的な例では発熱・頭痛・全身の倦怠感・筋肉節痛などが突然現われ、咳・鼻汁などが前後して続き、約1週間で軽快していきます。
「いわゆるかぜ症候群」に比べて全身の症状が強いのが特徴です。



インフルエンザの予防方法ってありますか？



家庭では外出後の手洗いやうがい、マスク等を使用して、ウイルスに感染しないように気を付けましょう。

インフルエンザワクチンの接種も予防方法のひとつです。発病をほぼ確実に阻止するほどの効果は期待できませんが高熱などの症状を軽くし、合併症による入院や死亡を減らすことができます。

特に65歳以上の高齢者や持病のある人（肺や心臓の病気、糖尿病、腎不全、免疫不全など）は、インフルエンザが重症化しやすいので、ワクチン接種による予防が勧められます。
また、そのような人の周辺にいる人や、その他にインフルエンザによって具合が悪くなることを防ごうと思う人に対しても、ワクチンは勧められます。



インフルエンザの診断や治療方法を教えてください。



流行状況と症状から診断される場合や、鼻汁などを検査して診断される場合があります。
発熱、咳などの症状を薬にする薬や、抗インフルエンザウイルス薬（ウイルスを減らす薬：内服、吸入、点滴）などがあります。それぞれ症状、年齢、状態等から必要に応じて使われます。
インフルエンザにかかると家族や周囲の人にもうつしてしまう可能性があります。体調がおかしいと思ったら早めに受診しましょう。



季節のレシピ

季節の食材を使って風邪を予防しよう!

鮭の薬味ソース

栄養量(1人分)
エネルギー 123kcal
塩分 0.8g
食物繊維 0.2g

材料(1人分)

生鮭	1切れ	白ねぎ	3cm分
塩	少々	だし汁	大さじ1
油	少々	おろししょうが	少々
		砂糖	ひとつまみ(1g)
		みりん	1mL
		しょうゆ	3mL



作り方

- ①ねぎは小口切りにする。
- ②鍋にAを全て合わせ、火にかける。
- ③鮭に塩をふり下味をつける。
- ④フライパンに油を熱し、鮭の両面を香ばしく焼き、蓋をして弱火にして3分ほど蒸し焼きにする。
- ⑤鮭を器に盛り付けて②の香味ソースをかけて出上がり。

Point!

鮭は秋から冬にかけて身がしまっておりおいしくなります。

鮭の赤い色素成分はアスタキサンチンと呼ばれるもので、抗酸化作用があり、免疫力を高めます。ねぎ独特の香り成分、アリシンは血行を良くして体を温める作用があり、殺菌作用も発揮して風邪を予防します。

日頃から規則正しい生活とバランスの良い食事を心がけ、風邪を引かないようにしましょう。



レディオモモ♡出演予定

FM:79.0MHz

当院の職員がラジオ出演いたします。どうぞ、お聴きください。*

11月24日(火) 9:00~9:15

血液内科医長 新谷大悟 「造血幹細胞移植について」

12月22日(火) 9:00~9:15

がん化学療法認定看護師 遠藤康江 「抗がん剤治療中の感染防止について」

平成28年1月26日(火) 9:00~9:15

放射線科医長 石井裕朗 「IVR(インターベンショナルラジオロジー)について」

2月23日(火) 9:00~9:15

心療内科部長 岡部伸幸 「リエゾン医療とは」

3月22日(火) 9:00~9:15

臨床検査技師 佐野公子 「アレルギーについて」



*同時刻にインターネットでレディオモモのホームページからもラジオが聴けます。

外来診療担当表

平成27年11月1日から

科別(午後の診療時間)	月	火	水	木	金
内科	ER1 9:00~11:00 増田 文雄 (総合内科)	増田 文雄 (総合内科)	増田 文雄 (総合内科)	増田 文雄 (総合内科)	増田 文雄 (総合内科)
	ER2 9:00~11:00 菅波 由有 (総合内科)	菅波 由有 (総合内科)	菅波 由有 (総合内科)	菅波 由有 (総合内科)	菅波 由有 (総合内科)
	ER3 9:00~11:00 山崎 賢士 (総合内科)	山崎 賢士 (総合内科)	山崎 賢士 (総合内科)	山崎 賢士 (総合内科)	山崎 賢士 (総合内科)
	ER4 9:00~11:00 安藤 明美 (総合内科)	安藤 明美 (総合内科)	安藤 明美 (総合内科)	安藤 明美 (総合内科)	安藤 明美 (総合内科)
	1 診 狩山 和也 (肝臓科)	狩山 和也 (肝臓科)	狩山 和也 (肝臓科)	狩山 和也 (肝臓科)	狩山 和也 (肝臓科)
	2 診 土肥 雄紀 (消化器科)	土肥 雄紀 (消化器科)	土肥 雄紀 (消化器科)	土肥 雄紀 (消化器科)	土肥 雄紀 (消化器科)
	3 診 名古谷 華子 (神経内科)	名古谷 華子 (神経内科)	名古谷 華子 (神経内科)	名古谷 華子 (神経内科)	名古谷 華子 (神経内科)
	4 診 河合 勇介 (循環器科)	河合 勇介 (循環器科)	河合 勇介 (循環器科)	河合 勇介 (循環器科)	河合 勇介 (循環器科)
	5 診 浜原 潤 (糖尿病科)	浜原 潤 (糖尿病科)	浜原 潤 (糖尿病科)	浜原 潤 (糖尿病科)	浜原 潤 (糖尿病科)
	6 診 洲崎 俊亮 (呼吸器科)	洲崎 俊亮 (呼吸器科)	洲崎 俊亮 (呼吸器科)	洲崎 俊亮 (呼吸器科)	洲崎 俊亮 (呼吸器科)
	7 診 今城 健二 副院長 (血液・腫瘍科)	今城 健二 副院長 (血液・腫瘍科)	今城 健二 副院長 (血液・腫瘍科)	今城 健二 副院長 (血液・腫瘍科)	今城 健二 副院長 (血液・腫瘍科)
	8 診 若林 宏 院長 (内分科・総合内科)	若林 宏 院長 (内分科・総合内科)	若林 宏 院長 (内分科・総合内科)	若林 宏 院長 (内分科・総合内科)	若林 宏 院長 (内分科・総合内科)
	9 診 前川 清明 副院長 (内分科・総合内科)	前川 清明 副院長 (内分科・総合内科)	前川 清明 副院長 (内分科・総合内科)	前川 清明 副院長 (内分科・総合内科)	前川 清明 副院長 (内分科・総合内科)
	ER1 13:00~15:00 森本 栄作 (総合内科)	森本 栄作 (総合内科)	森本 栄作 (総合内科)	森本 栄作 (総合内科)	森本 栄作 (総合内科)
	1 診				
	2 診 森本 光作 (消化器科)	森本 光作 (消化器科)	森本 光作 (消化器科)	森本 光作 (消化器科)	森本 光作 (消化器科)
	3 診 名古谷 華子 (神経内科)	名古谷 華子 (神経内科)	名古谷 華子 (神経内科)	名古谷 華子 (神経内科)	名古谷 華子 (神経内科)
	4 診				
	5 診				
	6 診 熊田 知也 院長 (呼吸器科)	熊田 知也 院長 (呼吸器科)	熊田 知也 院長 (呼吸器科)	熊田 知也 院長 (呼吸器科)	熊田 知也 院長 (呼吸器科)
	7 診 山本 宣和 院長 (血液・腫瘍科)	山本 宣和 院長 (血液・腫瘍科)	山本 宣和 院長 (血液・腫瘍科)	山本 宣和 院長 (血液・腫瘍科)	山本 宣和 院長 (血液・腫瘍科)
	8 診 若林 宏 院長 (呼吸器科)	若林 宏 院長 (呼吸器科)	若林 宏 院長 (呼吸器科)	若林 宏 院長 (呼吸器科)	若林 宏 院長 (呼吸器科)
	9 診 前川 清明 副院長 (内分科・総合内科)	前川 清明 副院長 (内分科・総合内科)	前川 清明 副院長 (内分科・総合内科)	前川 清明 副院長 (内分科・総合内科)	前川 清明 副院長 (内分科・総合内科)
	知書室 ① 担当医 (内科両科)	担当医 (内科両科)	担当医 (内科両科)	担当医 (内科両科)	担当医 (内科両科)
外科・消化器外科	1 診 瀬田 英明 副院長 (消化器・泌尿科)	瀬田 英明 副院長 (消化器・泌尿科)	瀬田 英明 副院長 (消化器・泌尿科)	瀬田 英明 副院長 (消化器・泌尿科)	瀬田 英明 副院長 (消化器・泌尿科)
	2 診 大村 泰之 主任医長 (消化器・泌尿科)	大村 泰之 主任医長 (消化器・泌尿科)	大村 泰之 主任医長 (消化器・泌尿科)	大村 泰之 主任医長 (消化器・泌尿科)	大村 泰之 主任医長 (消化器・泌尿科)
	3 診 鈴木 宏光 院長 (消化器・泌尿科)	鈴木 宏光 院長 (消化器・泌尿科)	鈴木 宏光 院長 (消化器・泌尿科)	鈴木 宏光 院長 (消化器・泌尿科)	鈴木 宏光 院長 (消化器・泌尿科)
	午後 14:00~15:30 担当医	担当医	担当医	担当医	担当医
	1 診 日井 正明 副院長 (リウマチ)	日井 正明 副院長 (リウマチ)	日井 正明 副院長 (リウマチ)	日井 正明 副院長 (リウマチ)	日井 正明 副院長 (リウマチ)
	2 診 吉岡 雅仁 主任医長 (リウマチ)	吉岡 雅仁 主任医長 (リウマチ)	吉岡 雅仁 主任医長 (リウマチ)	吉岡 雅仁 主任医長 (リウマチ)	吉岡 雅仁 主任医長 (リウマチ)
整形外科	1 診 日井 正明 副院長 (リウマチ)	日井 正明 副院長 (リウマチ)	日井 正明 副院長 (リウマチ)	日井 正明 副院長 (リウマチ)	日井 正明 副院長 (リウマチ)
	2 診 吉岡 雅仁 主任医長 (リウマチ)	吉岡 雅仁 主任医長 (リウマチ)	吉岡 雅仁 主任医長 (リウマチ)	吉岡 雅仁 主任医長 (リウマチ)	吉岡 雅仁 主任医長 (リウマチ)
	3 診 格崎 慎二 院長 (リウマチ)	格崎 慎二 院長 (リウマチ)	格崎 慎二 院長 (リウマチ)	格崎 慎二 院長 (リウマチ)	格崎 慎二 院長 (リウマチ)
	午後 13:30~15:00 担当医	担当医	担当医	担当医	担当医
	1 診 日井 正明 副院長 (リウマチ)	日井 正明 副院長 (リウマチ)	日井 正明 副院長 (リウマチ)	日井 正明 副院長 (リウマチ)	日井 正明 副院長 (リウマチ)
	2 診 吉岡 雅仁 主任医長 (リウマチ)	吉岡 雅仁 主任医長 (リウマチ)	吉岡 雅仁 主任医長 (リウマチ)	吉岡 雅仁 主任医長 (リウマチ)	吉岡 雅仁 主任医長 (リウマチ)
形成外科	1 診 日井 正明 副院長 (リウマチ)	日井 正明 副院長 (リウマチ)	日井 正明 副院長 (リウマチ)	日井 正明 副院長 (リウマチ)	日井 正明 副院長 (リウマチ)
	2 診 吉岡 雅仁 主任医長 (リウマチ)	吉岡 雅仁 主任医長 (リウマチ)	吉岡 雅仁 主任医長 (リウマチ)	吉岡 雅仁 主任医長 (リウマチ)	吉岡 雅仁 主任医長 (リウマチ)
	3 診 格崎 慎二 院長 (リウマチ)	格崎 慎二 院長 (リウマチ)	格崎 慎二 院長 (リウマチ)	格崎 慎二 院長 (リウマチ)	格崎 慎二 院長 (リウマチ)
	午後 14:00~15:00 担当医	担当医	担当医	担当医	担当医
	1 診 日井 正明 副院長 (リウマチ)	日井 正明 副院長 (リウマチ)	日井 正明 副院長 (リウマチ)	日井 正明 副院長 (リウマチ)	日井 正明 副院長 (リウマチ)
	2 診 吉岡 雅仁 主任医長 (リウマチ)	吉岡 雅仁 主任医長 (リウマチ)	吉岡 雅仁 主任医長 (リウマチ)	吉岡 雅仁 主任医長 (リウマチ)	吉岡 雅仁 主任医長 (リウマチ)
脳神経外科	1 診 日井 正明 副院長 (リウマチ)	日井 正明 副院長 (リウマチ)	日井 正明 副院長 (リウマチ)	日井 正明 副院長 (リウマチ)	日井 正明 副院長 (リウマチ)
	2 診 吉岡 雅仁 主任医長 (リウマチ)	吉岡 雅仁 主任医長 (リウマチ)	吉岡 雅仁 主任医長 (リウマチ)	吉岡 雅仁 主任医長 (リウマチ)	吉岡 雅仁 主任医長 (リウマチ)
	3 診 格崎 慎二 院長 (リウマチ)	格崎 慎二 院長 (リウマチ)	格崎 慎二 院長 (リウマチ)	格崎 慎二 院長 (リウマチ)	格崎 慎二 院長 (リウマチ)
	午後 14:00~15:30 担当医	担当医	担当医	担当医	担当医
	1 診 日井 正明 副院長 (リウマチ)	日井 正明 副院長 (リウマチ)	日井 正明 副院長 (リウマチ)	日井 正明 副院長 (リウマチ)	日井 正明 副院長 (リウマチ)
	2 診 吉岡 雅仁 主任医長 (リウマチ)	吉岡 雅仁 主任医長 (リウマチ)	吉岡 雅仁 主任医長 (リウマチ)	吉岡 雅仁 主任医長 (リウマチ)	吉岡 雅仁 主任医長 (リウマチ)

科別 (午後の診療時間)		月		火		水		木		金	
産婦人科	午前	産科	小嶋 勇二 診療部長		根津 優子		新家 朱理		小嶋 勇二 診療部長		新家 朱理
		婦人科	根津 優子		新家 朱理		小嶋 勇二 診療部長		根津 優子		小嶋 勇二 診療部長
	午後 14:00~15:00	産科	根津 優子				新家 朱理		産科		
		婦人科	新家 朱理				小嶋 勇二 診療部長				
眼科	午前	1 診	伊丹 雅子 主任医員		伊丹 雅子 主任医員		坂口 紀子 診療部長		伊丹 雅子 主任医員		坂口 紀子 診療部長
		2 診	坂口 紀子 診療部長		坂口 紀子 診療部長		戸田 重以子		坂口 紀子 診療部長		伊丹 雅子 主任医員
	午後 14:00~15:30		(休診)	予約のみ	(休診)	予約のみ	(手前)		伊丹 雅子 主任医員		(手前)
耳鼻咽喉科	午前	9:00~11:30	本林 並樹		本林 並樹				本林 並樹		本林 並樹
		14:00~15:30	(休診)	予約のみ	(休診)	予約のみ	野田 洋平 13:00~15:30 初診15:00まで	(休診)	予約のみ	(休診)	予約のみ
	午後										
小児科	午前	1 診	萬木 章 部長		伊藤 周代 主任医員		新治 文子		萬木 章 部長		岡田 雅行 主任医員
		2 診	岡田 雅行 主任医員		新治 文子		担当医		担当医		伊藤 周代 主任医員
	午後受付 14:30~16:30 初診16時まで		(乳児健診)		(予約診療)				(乳児健診)		(乳児健診)
		1 診	新治 文子		岡田 雅行 主任医員		伊藤 周代 主任医員		新治 文子		萬木 章 部長
皮膚科	午前	2 診	萬木 章 部長		新治 文子 新治 西山 (第2・4週)		萬木 章 部長		岡田 雅行 主任医員		伊藤 周代 主任医員
		1 診	川上 佳夫 医員		光井 聖子		川上 佳夫 医員		光井 聖子		川上 佳夫 医員
	午後 14:00~15:30	1 診									
		2 診									
泌尿器科	午前		津川 昌也 診療部長		石井 和史 主任医員		津川 昌也 診療部長		石井 和史 主任医員		津川 昌也 診療部長
	午後 13:30~15:30						石井 和史 主任医員				石井 / 津川 両医師
麻酔科	午前		渡邊 潤子 医員		担当医		木村 雅一 主任医員		木村 雅一 主任医員	(緩和ケア)	越前 長清 医員

外来診療
受付時間 【初診】8:30~11:00
【再診】8:30~11:30 及び 12:00~15:30

自費再来機
での受付 (3か月以内に当該科に受診歴のある方)
7:45~11:30 及び 12:00~15:30

ただし、急患の場合はこの限りではありません。
担当医は都合により変更になることがあります。

この表は平成27年11月1日現在のものであり、今後変更になることがあります。
最新の情報はホームページをご確認ください。 <http://okayama-gmc.or.jp>

新任医師の紹介

よろしくお願いいたします。



呼吸器内科部長
すわき としみつ
洲脇 俊充



呼吸器内科医長
かつ た ともひさ
勝田 知也

市民病院連携医療機関の紹介

地域の「かかりつけ医」として、当院と連携をとってくださっている医療機関をご紹介します

こうなんクリニック

内科(在宅医療)

〒701-0211 岡山市南区東畦651-19
TEL:086-282-7122
HP <http://www.kounan-cl.com/>

当院は平成12年1月、在宅診療を主目的として開設し、平成15年にはメディカルフィットネスを併設するかたちで、現在の妹尾駅から南へ徒歩15分の場所に移転しました。さらに平成18年4月からは在宅療養支援診療所として定期訪問診療はもちろん患者さんの夜間の急変時や緊急時など24時間365日体制で対応しています。また訪問看護ステーション・居宅介護支援事業所・通所リハビリテーションを併設し在宅看護・リハビリサービスを充実させています。また、回復期リハビリテーション病院も隣接しておりスタッフが在宅での生活をよりよいカタチで過ごせるようにしていただくという共通目標を持つことで患者さんお一人お一人に合ったサポートが出来るよう努めています。

岡山市民病院のスタッフさんには緊急時の患者さま対応や研修会等大変お世話になっていきます。北長瀬に新築移転し救急機能や地域との連携もさらに充実され、嬉しいことに距離も近づきました。どうぞ今後ともよろしくお願い申し上げます。



中央右:西崎進院長 中央左:松尾則行副院長

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○
午後 1:00~6:00	○	○	○	○	○	○
休診日:日曜・祝日						

岡山ハートクリニック

内科・循環器内科・心臓血管外科

〒703-8251
岡山県岡山市中区竹田54-1
TEL:086-271-8101

当院は、平成21年3月に開設した、循環器内科・内科を専門とする19床の有床診療所です。7名の医師全員が循環器専門医です。

不整脈・狭心症・心筋梗塞のカテーテル検査・治療や、ペースメーカー治療を特徴としています。特に不整脈の根治療法であるカテーテルアブレーションの実施症例数は、全国有数の実績があります。ドクターカーも備え、地域の医療機関までお迎えに上がります。心疾患の急性期から、心臓リハビリに至るまで、当院で一貫した治療が可能です。

さらに、一般内科はもちろんメタボリックシンドロームをはじめとした、糖尿病、高血圧、高脂血症(脂質異常症)など生活習慣病の予防と治療にも力を入れています。また、当院近隣には脳神経外科・皮膚科・婦人科等多くの診療所があり、これらの医療機関と連携しながら、地域の皆様へ貢献できるよう努力して参ります。

豊富な経験と高度な技術を持った、頼れる「かかりつけ医」として24時間体制で、生涯皆様の心臓と健康を守り続けたいと思っています。



前列向かって左から
村上充院長、日名理事長、
村上正明副院長
後列向かって左から
山地先生、川村先生、
上川先生、東実先生

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○
午後 2:00~6:00	○	○	○	○	○	○
休診日:日曜・祝日						