



南魚沼市

自然・人・産業の和で築く安心のまち

【ウェブサイト】

南魚沼市民病院 <http://www.minamiuonumahp.jp/>

ゆきぐに大和病院 <http://www.yukigunihp.jp/>

11月号
2017

病院だより

「長生きの」を教えます

南魚沼市民病院 リウマチ内科医師 後藤 眞

「太く短く、あるいは、細く長く」。これまで、人生の選択枝は、このどちらかでした。多くの人が、不老願望・若返り願望を話されます。若返りの特効薬の処方お願いします。長生きのコツは、先生の本「老化は治せる」(集英社新書)や「老けない人になる36の習慣」(Kadokawa)を読めば良いのでしょうか?なるべく楽なやつを教えてくださいと、中には真剣に、多くは、なかば冗談っぽく質問されます。日本人の平均寿命が世界一の80歳を越え、百寿者は、6万人を越えています。今や、癌もエイズも死病ではなく、街は元気な高齢者で溢れています。臓器移植や美容整形が日常的に実施され、iPS細胞治療や遺伝子治療のニュースも聞かれる時代です。倫理や治療費を考えなければ、自分自身の若々しいコピーを造ることも可能だろうという気になっても当然かもしれませ

そうした質問や希望に、私は、「長

生きして、どうしたいのですか?」「やりたいことがあるのですか?」。大概の返事は、「ヨボヨボはダメです。いつまでも二十代で」「120歳とは欲ばりません」「長生きして曾孫や玄孫の顔が見たい。」「なるべく死にたくない。」「楽に、せめて今程度でお願いします。」「ピンピン。コロリで」と、ささやかなものです。周囲に同調する日本文化が望む長生きとは、つまるところ、現状維持のようです。人生は楽しいことの連続するデイズニールランドではないことは誰もが知っていますが、元氣いっぱい青春を取り戻し、再度人生をやりなおす勇氣あるタフな日本人には、お会いしたことがあります。アメリカ人は、人生は孤独な闘争だと考え、氣力体力を必要とする闘争のためにも、青壮年期への若返りを真剣に必要とするようです。アンチ・エイジング文化が隆盛を極めるはずですが、しかし、そのアメリカ・アンチエイジング学会でさえ、「アンチ

エイジング」という言葉は、今後使えないと決めたそうです。避けられない老化に刃向かうより、健康で快適な老後を目指す方が現実的で、倫理的だと判断したようです。

誰も調査したことはありませんが、世界的に、人生の時計の針は、青春時代から始まっているようで、若返りの時期として思春期以前の幼児期を希望される人は希です。しつけや勉強を強いられるのは、もうこりごりなのででしょうか?実のところ、発達医学的に言えば、老化を含め人生の大まかなことは、思春期までに決まってしまうのですが、つまるところ、長寿願望は、文字どりの長生き祈願ではなく、今以上の老醜を嫌悪し、いつまでも若々しくという、虫のいいプチ現状肯定に他なりません。多くの日本人が、ほぼ幸福な現状に満足していて、あわよくば宝くじにでも当たることを密かに期待しているのだなと感じております。

私は、南魚沼市の皆様に、すこしでも元気で長生きのできるようなコツを伝授しようと毎週水曜日、リウマチ外来で診療しております。とっておきの秘術があります。

診療科・診療日のご案内

医師別の診療予定が必要な人は、
医師（名字）・診療日（数字）が
記載された一覧を、地域医療連携
室に用意してあります。

説明	診療科に対する曜日欄の記載は、○＝診療日 —＝休診となります。 （備考参照）の記載がある場合、当月に臨時休診等がありますのでご確認ください。 また、曜日欄に「日付」の記載がある場合は、記載の日のみの診療となります。 ※予約外で一日2科受診（併診）を希望される場合は、午前10時までに受付をしてください。 受付が午前10時を過ぎますと、2科目の受診ができない場合があることをご了承ください。
-----------	---

整形外科	月	火	水	木	金	土	受付	診療	備考・休診日	
一般外来	予約外	○	○	8日・15日・29日	—	○	月⑧金⑨8:30～10:00 火⑧8:30～11:00 水⑧13:00～14:45	月⑧金⑨9:30～ 火⑧9:00～13:30～	※一日15名で受付終了 但し、火曜日は受付制限なし	
	予約	—	—	○	2日・30日	○	電話での予約受付は できません	火⑧9:30～ 水⑧14:45～金⑧13:30～		
専門外来	脊椎	—	7日・21日	—	—	—	予約制 （電話での予約受付は できません）	10:45～		
	上肢	—	—	—	○	—		9:30～		
	足	—	—	—	—	—		11日	10:30～	
	退院後	○	—	—	—	—		—		
	人工関節	—	—	○	—	—		—	9:00～	
	骨粗しょう症	—	—	—	○	—		—		

リウマチ科	月	火	水	木	金	土	受付	診療	備考・休診日
午前	—	—	○	—	—	—	8:30～11:00	9:00～	
午後	—	—	○	—	—	—	13:00～15:00	13:00～	

リハビリテーション科	月	火	水	木	金	土	受付	診療	備考・休診日
	—	○	—	2日	10日・17日・24日	—	予約制	午前9:00～ 午後13:30～	

診療費の支払いに自動精算機をご利用ください。
 エントランスホール右側に自動精算機を設置しています。
 会計番号表示モニターにご自分の番号が表示されると、支払いが可能になります。現金の他にクレジットカード、デビットカード（銀行のキャッシュカード等）が使えます。一部取扱いできない場合がありますので、その場合は会計窓口で支払いをお願いします。
 また、会計窓口でもクレジットカード、デビットカードが使えます。
 なお、お薬の処方箋は会計窓口でのお渡しになりますので受け取り忘れにご注意ください。

入院患者さんとの面会は、13:00～20:00です。

病院休診日のお知らせ
1日(水) 創立記念日
3日(金) 文化の日
6日(月)午後
20日(月) 第3月曜日
23日(木) 勤労感謝の日
 ※各診療科の休診日は、「診療科・診療日の案内」の最右欄「備考・休診日」でご確認ください。

インフルエンザ予防接種のお知らせ
 インフルエンザ予防接種は、集団接種にて行います。
 予約は、月～金曜日（第3月曜日、祝日を除く）の午前8時30分から午後5時まで総合受付窓口または電話にてお受けいたします。
◎高校生以上・一般【予約制】 ※人数制限あり
 12月末まで（毎週火・水・金曜日 週3回）
 ・11月の接種日
 7日(火)、8日(水)、10日(金)、14日(火)、15日(水)、17日(金)、21日(火)、22日(水)、24日(金)、28日(火)、29日(水)
 ・受付時間：午後2時15分～2時30分 ・接種時間：午後2時30分～
◎中学生以下【予約制】 ※人数制限あり
 11月第2週（11月8日）から来年1月末まで（第2・4水曜日）
 ・11月の接種日
 8日(水)、22日(水)
 ・受付時間：午後2時00分～2時15分 ・接種時間：午後2時30分～
 ・母子手帳を忘れずにお持ちください。
 ・必ず保護者が同伴してください。

南魚沼市病院職員募集中
 南魚沼市病院事業では下記のとおり職員を募集しています。
 1 募集職種
 薬剤師・細胞検査士・看護師
 2 その他
 詳細については、南魚沼市民病院庶務課庶務係に問い合わせください。

インフルエンザワクチンについて
 今年の流行に適したワクチンの候補株の決定の遅れにより、ワクチンの流通もその分遅れています。
 そのため、予防接種の予約日等がご希望に沿えない場合があります。
 ご理解とご協力をお願いします。

子どもの予防接種日程

予防接種の種類	接種日	受付時間	接種時間
ヒブ・肺炎球菌・二種混合（ジフテリア・破傷風） 四種混合（ジフテリア・百日咳・破傷風・ポリオ） 麻しん風しん混合（1期・2期）・BCG・ポリオ	11月13日(月)	12:30～	13:00～
	11月27日(月)	13:00	
日本脳炎・水痘・おたふく・ロタウイルス A型肝炎・B型肝炎・子宮頸がん	11月8日(水)	13:00～	13:30～
	11月22日(水)	13:30	

※予約が必要です。予約・問合せは、医事課までお願いします。
 ※接種者数が限られておりますので、お早めにご予約ください。



平成29年11月

南魚沼市民病院

予約変更について

○再診予約の変更は、変更枠がないため受け付けておりません。
 ただし、「予約制」の表示のある診療科は、その科にご連絡ください。
 連絡は、月～金曜日の午後2時～4時をお願いいたします。

南魚沼市民病院

〒949-6680 新潟県南魚沼市六日町 2643-1
TEL 025-788-1222 (代表)
 FAX 025-788-1231

内 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
初診外来	○	○	○	○	○	○	8:30~11:00 (午前のみ)	9:00~	
予約外来 (一般内科及び 専門外来)	○	○	○	○	○	○ (備考参照)	午前8:30~11:00	午前9:00~ 午後13:30~	土曜日=午前のみ
受診にあつて の注意点	専門外来は、腎臓内科、呼吸器内科、循環器内科、神経内科、内分泌糖尿病外来、睡眠時無呼吸外来があります。 いずれもすべて完全予約制となります。 他院からの紹介状をお持ちの人を含めて、専門外来を受診希望の人は、地域医療連携室にご連絡いただき、 受診予約をお願いします。 専門外来をご希望でも、まずは初診外来をご案内することがありますので、ご了承ください。								

精 神 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
一般外来	13日・27日	○	—	○	—	—	予約制	④⑥9:00~ ⑧⑩14:00~	
メモリークリニック	○	—	○	—	○	—		9:30~	
高次脳機能障害科	13日・27日	—	—	—	—	—		14:00~	

外 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
消化器外科 消化器内科 肛門外科	○	○	○	○	○	○	8:30~11:00	9:00~	

小 児 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
一般外来	○	○	○	○	○	—	8:30~11:00	9:00~	

婦 人 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
一般受付	—	—	—	—	○	○	8:30~11:00	9:00~	予約優先
予 約	—	○	○ (備考参照)	○	—	—	予約制	9:30~	休診=22日(水)

眼 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
午 前	○	備考参照	○	○	備考参照	—	8:30~10:00	9:00~	火曜日、木曜日午後、 金曜日=予約制
午 後	○	備考参照	○	備考参照	備考参照	—	13:00~15:00	13:30~	

	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
耳鼻いんこう科	—	○	—	○	○	○	④⑥⑧13:00~15:00 ⑩8:30~11:00	④⑥⑧13:40~ ⑩9:00~	
皮 膚 科	—	○	○	○ (備考参照)	○	○	④⑥⑧⑩8:30~11:00 ⑫13:30~14:30	④⑥⑧⑩9:00~ ⑫9:00~14:00	※木曜日午後、受診状況により受付制限あり
泌 尿 器 科	—	○	○	—	—	—	予約制〔電話予約可〕	9:30~	※予約変更は、火曜日・水曜日の 9:30から12:00まで

歯 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
歯科	○	○	○	—	24日	11日・25日 (初診のみ)	予約制 〔電話予約可〕 月～金曜日の 午後2時～4時	午前9:00~	
歯科口腔外科	○	○	—	○	10日・17日	4日・18日 (初診のみ)		午後13:30~	

ゆきぐに大和病院のご案内 11月

予約変更について

○再診予約の変更を受け付けます。
ただし、条件により受けられない場合があります。
連絡は、火～金曜日の午後2時～4時をお願いいたします。
(歯科は歯科の受付欄参照)

医師別の診療予定が必要な方は、医師(名字)・診療日(数字)が記載された一覧を、医療連携室に用意してあります。

ゆきぐに大和病院

〒949-7302
新潟県南魚沼市浦佐4115
TEL 025-777-2111 (代表)
FAX 025-777-3853

説明

診療科に対する曜日欄の記載は、○=診療日
(備考参照)の記載がある場合、当月に臨時休診等があります。
また、曜日欄に「日付」の記載がある場合は、記載の日のみの診療となります。

入院患者さんとの面会は、
13:00～20:00です。

内 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
朝診療	—	○	○	○	○	—	7:30～8:30	8:00～10:00	
午前	○	○	—	○	○	○	8:30～10:00	9:00～12:00	
午後	—	予約制	—	予約制	予約制	—	予約制	13:30～16:00	
夕診療	—	○	○	○	○	—	16:30～18:00	17:00～19:00	
腎臓内科	—	—	—	—	10日・24日	11日	予約制	9:00～12:30	
禁煙治療	—	—	—	予約制 (備考参照)	—	—	予約制	17:00～18:30	休診=2日(水)

和漢診療科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
午前	○	予約制	○ (備考参照)	予約制 (備考参照)	○	○	8:30～10:00	9:00～12:00	休診=2日(水)
午後	—	予約制	○ (備考参照)	—	○	—	13:00～14:30	13:30～15:00	予約のみ=1日(水)

精 神 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
午前	予約制	予約制	—	—	—	予約制 (備考参照)	予約制	9:00～12:00	休診=25日(土)
午後	—	—	予約制 (備考参照)	予約制	予約制	—	予約制	13:30～16:00	休診=1日(水)
メモリークリニック	—	予約のみ	予約のみ	—	—	—	予約患者のみ	火15:00～16:30 水13:30～16:00	
睡眠時無呼吸	—	予約のみ	—	—	—	—	予約患者のみ	14:00～15:00	

外 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
午前	—	—	予約のみ	2日・16日・ 30日	—	4日・18日	予約患者のみ	9:00～12:00	

リウマチ科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
午前	—	—	—	—	—	4日・18日	予約患者のみ	9:00～12:00	

小児科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
午前	—	予約のみ	—	—	—	—	予約患者のみ	9:00～9:30	
午後	—	予約のみ	—	—	—	—	予約患者のみ	15:00～16:30	

皮膚科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
午後	—	○	—	—	—	—	13:00～14:30	13:30～15:30	

リハビリテーション科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
午前	—	—	8日・22日	—	—	—	予約患者のみ	9:00～12:00	

歯 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
午前	○	○	○	○	○	○ (備考参照)	予約制	9:00～12:00	休診=11日(土)
午後	—	○	○	○	○	—	電話予約可 10:00～12:30 13:30～16:00	13:30～16:00	

※電話で予約ができますが、月曜日の午後と土曜日の午後は休診のため、電話予約はできません。

病院休診日のお知らせ

3日(金) 文化の日
23日(木) 勤労感謝の日
※各診療科の休診日は、上記、診療予定表でご確認ください。

インフルエンザの予防接種を行っています

受付時間 月～土曜日 午前8時30分～11時
(休診日を除く) 火～金曜日 午後4時30分～6時