



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/>

6月号  
2018

# 病院だより

## 健康診断で異常が出たら…

南魚沼市民病院 内科医師 小林 正尚

2018年も新年度に入ってから2か月が経ちました。新年度になって、健康診断や人間ドックを受けられた人も多いのではないのでしょうか。私も自身も4月に入って、健康診断を受けました。毎年のことですし、体調も特に問題ないので、何となく結果は予想がつくのですが、皆様はいかがでしょうか。

健康診断とは、予防医学という分野の一つの形です。特に特定健診（いわゆるメタボ健診）は、生活習慣病の発症や悪化を早期に発見し、介入することによって、健康寿命を延ばせるため、厚生労働省も力を入れて取り組んでいます。

当院で外来をしていますが、多くの方が健康診断や人間ドックの結果を持参されます。ほとんどの人は①高血圧、②脂質異常症、③糖尿病といった生活習慣病に関連しているように思います。今回は、これらの生活習慣病について軽く触れてみようと思います。

まずは、①高血圧について。高血圧の怖さは、動脈硬化が進行すること、血圧が高いと脳出血のリスクが上がってしまうこと、などでしょうか。血圧を下げるために、塩分摂取を控える必要がありますが、醤油・味噌を好む日本人にとって、簡単なことではありません。また、高血圧にはホルモン異常が原因となる場合があります。それらを検査することが必要な場合もあります。

②脂質異常症とは、コレステロールや中性脂肪の異常です。悪玉コレステロール（LDL）値が高い場合や、中性脂肪（TG）の値が高い場合だけでなく、善玉コレステロール（HDL）が低い場合にも問題になってきます。脂質異常症も動脈硬化に影響し、心筋梗塞や脳卒中のリスクが上昇します。

③糖尿病にかかっている期間が長期になってくると、眼や腎臓、足などに合併症が出現します。血糖値が多少高くても症状はありません。し

かし、症状がないからといって、放っておいていいものではありません。合併症が一度起こってしまえば、改善はほとんど見込めませんが、食生活の改善や、運動をすることで、糖尿病の合併症を予防することは可能なのです。

ここまで特に有名な生活習慣病について取り上げてきましたが、全ては「生活習慣」を是正することで治療が可能であり、重症化の予防ができることがわかっています。とはいえ、「具体的には食事をどうしたらいいのか？」や「一度飲み始めると、薬は死ぬまで飲まないといけないのか？」などの疑問は尽きないと思います。当院では管理栄養士から、食事のポイントを聞くこともできますし、薬についても中止することや、そもそも始めなくていいこともあります。

今年の健康診断や人間ドックで「要医療」や「要治療」の項目が見つかってしまった人や、いつも引っかかっている人は、「またか」と思わずに、一度医療機関を受診してみてください。いかがでしょうか。

# 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。 ※診療は予約優先で行っています。
----	--

整形外科	月	火	水	木	金	土	受付	診療	備考・休診日
一般外来	○	○	○	—	○	○	①②③④8:30~10:00 ⑤8:30~11:00 ⑥13:00~14:45	①②③④9:30~ ⑤9:00~13:30~	※月曜日・金曜日・土曜日 一日15名で受付終了 ※水曜日一日10名で受付終了
予約外	○	○	○	—	○	○	電話での予約受付 はできません	予約時間は 予約票をご 覧ください。	
専門外来	○	○	○	○	—	○			
受診にあたっての 注意点	専門外来は、脊椎、上肢、足、退院後、人工関節、骨粗しょう症外来があります。 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、まずは一般外来をご案内することがありますので、ご了承ください。								

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
11日・25日 (備考参照)	○	—	—	7日	○	—	予約制	午前9:00~ 午後13:30~	月曜日=午後のみ

## 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

18日(月) 第3月曜日

※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。

## 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。

- 募集職種  
薬剤師・細胞検査士・看護師  
理学療法士(臨時)・作業療法士(臨時)

- 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。

## 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) 三種混合(ジフテリア・百日咳・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 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	6月12日(火) 6月19日(火) 6月26日(火)	12:30~ 13:00	13:00~
	6月13日(水) 6月27日(水)	13:00~ 13:30	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30年6月

# 南魚沼市民病院

## 予約変更について

○再診予約の変更は、原則として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。  
連絡する場合は、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
受診にあたって 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	11日・25日	○	—	○	—	—	予約制	㊦㊧9:00～ ㊨㊩14:00～	
メモリークリニック	○	—	○	—	○ (備考参照)	—		9:30～	休診=29日(金)
高次脳機能障害科	11日・25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
予約	—	○	○ (備考参照)	○	○	○	予約制	㊦㊧㊨9:30～ ㊩㊰9:00～	電話予約可 休診=27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～	

耳鼻いんこう科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
	—	○	—	○	○ (備考参照)	○	㊦㊧㊨13:00～15:00 ㊩8:30～11:00	㊦㊧㊨13:40～ ㊩9:00～	休診=15日(金)
皮 膚 科	—	○	○	○	○	○	㊦㊧㊨㊩8:30～11:00 ㊰13:30～15:00	㊦㊧㊨㊩9:00～ ㊰9:00～14:00～	

泌 尿 器 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
一般受付	4日・11日	—	—	21日	—	—	午前8:30～11:00 午後13:00～15:00	午前9:40～ 午後13:30～	
予約	—	○	○	—	—	—	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	○	○	○	—	8日	9日・23日	予約制 〔電話予約可〕 〔月～金曜日の 午後2時～4時〕	午前9:00～ 午後13:30～	
歯科口腔外科	○	○	—	○	1日・15日 22日・29日	2日・16日 30日			

# ゆきぐに大和病院のご案内 6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、—=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。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。

内 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
朝診療	—	○	○	○ (備考参照)	○ (備考参照)	—	7:30~8:30	8:00~10:00	休診=8日(金)、14日(木)、15日(金)
午前	○	○	○	○	○	○	8:30~10:00 (水曜は、8:30~9:00)	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	—	○	○	○ (備考参照)	○ (備考参照)	—	16:30~18:00	17:00~19:00	休診=7日(木)、8日(金)、14日(木)、15日(金)
腎臓内科	—	—	—	—	15日	16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=7日(木)、14日(木)

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	○	予約制	○ (備考参照)	○ (備考参照)	8:30~10:00	9:00~12:00	休診=1日(金)、2日(土)
午後	—	予約制	○	—	○ (備考参照)	—	13:00~14:30	13:30~15:00	

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	予約制	9:00~12:00	
午後	—	—	予約制	予約制	予約制	—	予約制	13:30~16:00	
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	7日・21日	—	2日・16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	—	—	—	—	—	2日・16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	

整形外科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
午前	—	—	—	—	○ (備考参照)	—	8:30~11:30	9:00~12:00	休診=15日(金)
午後	—	—	—	—	○ (備考参照)	—	12:30~15:30	13:00~16:00	

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
午前	—	—	13日・27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 電話予約可 10:00~12:30 13:30~16:00	9:00~12:00	休診=2日(土)、30日(土)
午後	—	○	○	○	○	—		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。

入院患者さんとの面会は、13:00~20:00です。