

2016年 新人歓迎号

今年も大和市がん検診が始まりました！

大和市がん検診を4月1日から実施しております。皆様の健康保持のため、この機会にがん検診をおすすめ致します。

■対象者

当院でがん検診を受けることのできる方と検査内容および費用は【表1】の通りです。対象者である大和市民の方には、大和市より「がん検診受診カード」が送付されています。(今年度は緑色)(写真1参照)

(写真1) 平成28年度 がん検診受診カード_表



■実施期間

平成28年4月1日～11月30日

■受診方法

平成28年度がん検診受診カードと保険証と診察券を持参してご来院ください。

当院では子宮がん検診を除く全項目が実施可能です。

乳がん検診は完全予約制となります。尚、マンモグラフィ検査で女性技師を希望される方は予約の際にその旨をお伝えください。

胃がん検診の内視鏡検査とバリウム検査も予約制です。問診時に検査の希望日をご相談ください。(胃がん検診時の費用のお支払いは検査当日となります。)

【表2】がん検診を受診する場合の注意事項

- 【注意点】
- ①当日、下記の必要書類を忘れると受診できませんのでご注意ください。
 - ②当日は問診があります。待ち時間が長くなることが予想されますので、予約をお勧めします。
 - ③がん検診終了後に会計があります。
 - ④がん検診の結果は郵送してなりません。(乳がん検診を除く)
 - ⑤便や喀痰検査の検体の提出は必須となっております。提出が遅れますと検査結果が出ませんのでご注意ください。
- 【当日持参するもの】
- 保険証 ○診察券 (当院に受診歴のある方)
 - 平成28年度がん検診受診カード【写真1】
 - 自己負担の免除に該当する方はその証明書
 - ・生活保護費受給票
 - ・中国残留邦人等支援証明書
 - ・平成27年度非課税証明書
- 【6月1日以降に受診される方は平成28年度非課税証明書をご持参ください】

【表1】当院で実施可能な大和市がん検診

がん検診名	検診内容	自己負担金	対象者(大和市在住)
肺がん検診	胸部 X-P	1000円	大和市在住の 40歳以上の方
	胸部 X-P + 喀痰検査 (*)	2000円	
胃がん検診	内視鏡検査	2500円	
	胃部 X-P (バリウム検査)	2500円	
大腸がん検診	便潜血2日法	700円	30歳以上の女性
	視触診	700円	
乳がん検診	超音波検査(エコー)(**)	1200円	30～39歳の女性
	視触診+マンモグラフィ	2000円	40歳以上の女性

* 喀痰検査は医師が必要と認めた患者様のみの実施となります。
**乳がん検診で30歳～39歳の女性の方は問診時に【視触診】か【超音波検査】どちらかを選んで検査を行います。
○70歳以上の方の自己負担金はありません。

■注意事項
がん検診を受診する方への注意事項は【表2】の通りです。よくご確認の上、来院いただけますようお願い申し上げます。
尚、ご不明な点がありましたら受付までお問い合わせください。

南大和病院に常勤医として着任して



武井 由紀子 医師

このたび平成28年1月20日より南大和クリニックにて眼科をオープン致しました。眼科常勤医の武井由紀子です。どうぞよろしく願います。

私が医学部を卒業して眼科を専門として選んだ理由は、地域の患者様の為に眼科医として働く祖父の姿を幼少期から見ていたからです。祖父は昭和一桁生まれで頑固なところもあります。患者様の話には静かに耳を傾け、やさしく丁寧に診察を行っていました。その様子は、ただ病気を診るだけでなく心も癒しているように思いました。その影響もあり、私がかがけていることは問診をしつかり行い患者様が困っていることを的確に受け取るということ。そしてその症状が眼球の中

のどの部分の異常によるものか、モニターや模型を使ってその都度お伝えする方針をとっています。また、眼科の特徴として、視力・眼底などたくさん検査を行います。一連の流れとしてただ漠然と検査するのではなく、その結果を分かり易く説明し患者様が納得する治療プランを一緒に立てていきたいと思っています。

眼球はとても小さい臓器です。そしてその内部は非常に複雑な構造から成り立っています。目の網膜の毛細血管は人体の血管の中で唯一、肉眼で直接観察できる場所です。高血圧があり動脈硬化が気になる方は、年に一度は眼科での眼底診察をお勧めします。また、糖尿病や腎臓疾患等の内科疾患は目に合併症がしやすいので、南大和病院の内科医師と電子カルテで情報を共有しながら診察を行っています。

を撮影することで、患者様に負担をかけず眼の詳細を把握することが可能になりました。
40年間地域に根付いた南大和グループが築いてきた伝統を受け継ぎ、新しい技術を取り入れながら患者様の身近な存在でありたいと思っています。

眼科よりお知らせ
4月から眼科手術を行っております

4月から眼科常勤医が2名となり、診療日が月々金曜となっており、更に白内障などの手術も行っております。気になる症状がある方はお気軽にご相談ください。

電子カルテ 導入に伴い お呼出方法が変更となりました/南大和病院

当院ではさらなる医療サービスの向上とより安全な医療の提供を目指し、平成28年3月7日(月)より電子カルテを導入いたしました。それに伴い、患者様のお呼出方法が変更となっております。

- 変更点
- 患者様のお呼出は、受付票に記載の「受付・会計番号」にてさせていただきます。
- 指定の待合②でお待ちください。付近のモニター③にお呼出のご案内が表示されます。
- 診察・会計の順番がきましたら、モニターと音声でお知らせいたします。

この番号で診察とお会計のご案内をさせていただきます

指定の待合でお待ちください

③ 付近のモニターにお呼出のご案内が表示されます

不明な点などございましたらお近くの病院職員にお尋ねください。

栄養部より季節のレシピ

栄養士オススメ!

たけのご御飯 & 若竹煮

春の定番と言えばやっぱりたけのこ!今回はたけのこたっぷりの炊き込み御飯と今が旬の生わかめを使った若竹煮のレシピをご紹介します!

たけのご御飯

〇材料(4人分)

- 精白米 2合分(300g)
●たけのこ(下処理したもの) 1本(200g)
●油揚げ 1枚(30g)
●薄口醤油 大1+小1(24g)
●酒 大1+小1(20g)
A ●みりん 小1(6g)
●食塩 〇.3g
●だし汁 2合分(調味料込)



▼一人分の栄養価

Table with 6 columns: エネルギー, たんぱく質, 脂質, 炭水化物, 食物繊維, 塩分. Values: 322kcal, 8.0g, 3.2g, 62.0g, 1.6g, 1.1g



若竹煮

〇材料(2人分)

- たけのこ(下処理したもの) 1/2本(100g)
●生わかめ (20g)
●薄口醤油 小1(6g)
●酒 小1(5g)
●食塩 少々
●だし汁 200cc
●みりん 小2(12g)
●木の芽(飾り用) 2枚

▼一人分の栄養価

Table with 6 columns: エネルギー, たんぱく質, 脂質, 炭水化物, 食物繊維, 塩分. Values: 34kcal, 2.1g, 0.1g, 6.0g, 2.0g, 0.9g

〇作り方

- ①生わかめ、たけのこは食べやすい大きさに切る。
②鍋にたけのこことBを入れて火にかける。沸騰したら火を弱め、蓋をして10分程度煮る。
③煮汁が少なくなってきたらみりんを入れ、仕上げにわかめを加えて5秒程度で火を止める。
④木の芽は盛り付けの最後に両手の平で叩いて香りを立たせ、飾る。

たけのこの下処理

★糖がない場合

- ①たけのこをよく洗う。
②先を斜めに切り落とす(切る)。
③切り取った部分に垂直に切りこみを入れておく。
④鍋にたけのここと・米(大さじ山盛り1)・鷹の爪(1本)・水(かぶるくらい)を入れて強火にかける。
⑤沸騰したら弱火にして、落とし蓋をし、1時間ほど煮る。
⑥ゆで汁が少なくなったら足し水をする。
⑦根元に竹串を刺してスッと通ったら火を止める。
⑧煮汁が冷めるまで、一晩ほど蓋をして置いておく。→皮を剥く。

★糖がある場合

- ④の工程で、米の代わりに糠を入れる。(糠は茹でる水に対して1割弱くらいの量)

今が旬のたけのこわかめ、ぜひ食卓に取り入れてみて下さい!



春に収穫される新たけのこ新わかめは「春先の出会い物」といわれ春を代表する食物です。旬の食材は、他の時期より栄養価もおいしさもUP!

◎たけのこに付着している白い粉のようなものはチロシンと呼ばれるアミノ酸の一種で、ドーパミンの材料になり、脳細胞を活性化させる働きがあります。ドーパミンが増えるとやる気がUPします。また食物繊維はお通じを良くしたり、血中コレステロール値を下げる効果が期待でき、生活習慣病の予防に最適です。



いきなりですが、私の一番好きな街は札幌市です。秋田県出身なのですが、約10年間札幌に住んでいたことがあり、私は住んでいる内に札幌という街が大好きになりました。北海道と言えば、とにかく寒い!というイメージがあり、実際冬は0℃を下回る日も珍しくありません。私も寒いのは苦手ですが、それ以上に私にとっては何となく魅力的な街です。

次が好きなのは、札幌は都会ですが少し車を走らせると、田舎というかのどかな風景が広がっている所です。世界遺産となった知床は残念ながら行ったことがないのですが、函館・旭川・富良野・帯広・釧路・小樽・美瑛等色んな所に行きました。どこも自然豊かで、又、情緒がある街もありそれぞれの魅力がありました。普段の仕事の疲れや日常生活の悩みが一瞬で吹き飛ばすような圧倒的な自然が広がっている所もあり、とても癒されました。札幌で便利な日常生活を送り、週末は少し車を走らせると自然を満喫できるというのが、私にとっては理想的でした。また、札幌は街が基盤の目のようになつており、街並みが整っており綺麗で、住所も分かりやすいです。中心部の東西を横切っている大通公園も市民の憩いの場となっています。夏はビアガーデンが催され、連日賑わっています。

次回の執筆者は老健介護の山本恵美さんです。お楽しみに!

執筆中に次のエッセイを紹介頂き、どんな職員間にエッセイの輪を拡げていきます。50番目は老健介護の山本恵美さんです。

次が好きなのは、札幌は都会ですが少し車を走らせると、田舎というかのどかな風景が広がっている所です。世界遺産となった知床は残念ながら行ったことがないのですが、函館・旭川・富良野・帯広・釧路・小樽・美瑛等色んな所に行きました。どこも自然豊かで、又、情緒がある街もありそれぞれの魅力がありました。普段の仕事の疲れや日常生活の悩みが一瞬で吹き飛ばすような圧倒的な自然が広がっている所もあり、とても癒されました。札幌で便利な日常生活を送り、週末は少し車を走らせると自然を満喫できるというのが、私にとっては理想的でした。また、札幌は街が基盤の目のようになつており、街並みが整っており綺麗で、住所も分かりやすいです。中心部の東西を横切っている大通公園も市民の憩いの場となっています。夏はビアガーデンが催され、連日賑わっています。

PICK UP! 眼科

今年1月より南大和病院に眼科が新設され、皆様からも多くの注目を頂いております。そこで、検査科の協力を得て眼科検査について取材いたしました。

眼の網膜には明暗を感じる細胞や色を感じる細胞があります。見た物を網膜に伝達するには角膜・虹彩・毛様体・水晶体・硝子体などが関わっています。物の見え方は眼の中のこのような環境によって左右されます。夕方に疲労し、視力が低下するものも少なくありません。眼からの情報はかなり多く、見えないということでは不安が大きくなりますよ。

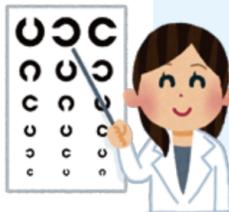
当院の眼科検査は多くの最新の機械を導入しています。簡単ではありますが、ご紹介いたします。

検査機器は、近視・遠視・乱視の程度とやわらかい空気を眼に当てて圧力を測る眼圧測定機①を始め、視力計や眼底カメラ②、OCT検査(三次元画像解析)機③などがあります。

眼底カメラ検査は、糖尿病網膜症などの眼底疾患、網膜血管の走行や乳頭の形態がわかる検査です。

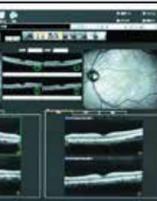
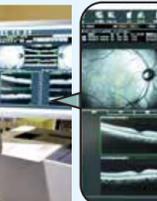
OCT検査は、乳頭(視神経や血管が入る場所)網膜(眼球の内膜)の断層画像から、網膜のむくみや緑内障の程度がわかる検査です。

すべて検査結果は迅速に出ます。

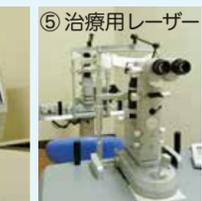


スタッフは二名の女性医師と、強力?いいえ、協力が得意で、チームワークパツチリの看護師と臨床検査技師です。皆様が気軽に検査でき、安心できる眼科でありたいと思っています。

また、予約検査となりますが、視野の欠けがわかる視野計測機④もあります。この検査は、片目ずつの検査で丸いドームの中の一点を見つめ、周囲に点灯する光がみえたらボタンを押すという検査です。緑内障の初期がわかります。



OCT検査では造影剤も使わず、痛みも全く無く、10秒前後でこのように詳細な網膜の状態を見ることが出来ます。



院内研究発表会を開催いたしました/南大和病院

南大和病院では、院内で毎年1回院内研究発表会を行っており、今年も3月9日に開催いたしました。どの内容も興味深いもので、中でも院長賞を受賞した2演題は革新的な取り組みであることが高く評価されました。受賞者は以下の通りです。
【院長賞】(病院賞)【好演賞】
・透析センター(発表者:南部美奈子)
『自己抜針防止のための固定方の取り組み』
『ロボトリハビリの取り組みと今後の展望』
今後の展望
【院長賞】
・リハビリテーション部(発表者:永田祐介)
『ロボトリハビリの取り組みと今後の展望』
・2階一般内科病棟(発表者:畠田友梨)
『飲食を制限されながら生きる』
『水、ください』

未病って何? 『未病』を知ろう!開催!!!

皆様は「未病」という言葉を聞いたことがありますか?
県では健康長寿日本一を目指す宣言をし、誰もが元気で暮らして行ける社会の実現に向けた「未病を治す」取り組みを行っています。また当院でも皆様の健康作りにお役立ていただけるよう「市民講座」とラジオ放送「MYヘルスケア」で未病を治す情報発信をしております。
その一環として3月23日、大和市渋谷学習センターにて県の機関と共に講座「未病を知ろう!」を共同開催いたしました。
当院にとっては初めての取り組みで、当日は予想をはるかに超える205名の方にご来場いただき大盛況。準備が足りず部屋を一つ追加するなどの対応からお待たせしたり、立ち見のご案内をしなければならぬ局面もありましたが、ご参加いただいた方の多大なご協力があり無事終えることができました。この場を借りてお礼を申し上げます。ありがとうございます。
40~80代と広い年齢層からご参加頂きましたが、第一部の講義が始まるとご自身や仲間の健康作りに関心があるという熱意が皆様から感じられ、真剣に講師の話に耳を傾けておられました。また、第二部では実際に体を動かしながらの運動は自然と笑顔がこぼれ、上手くできれば更に嬉しい、という具合に、楽しい中に未病について関心や気づき、更に学びを見つけていただけた講座となりました。
今後も皆様へ有用な健康情報を当院の講座やラジオなどでお伝えしていきます。よろしくお祈り致します!



▲講義の様子。「未病の概念」と「未病を治す」取り組み(食・運動・社会参加)の意義について学びます。



▲コグニサイズ(認知症予防エクササイズ)の様子。運動と同時に課題を行うことによって、脳と身体の機能を効果的に向上させることが期待されます。



この会は他部門の業務内容や活動内容を知ることができ、お互いの刺激となる有意義な取り組みとなっております。

(文:南大和病院 地域連携室 金子由)

地域の皆様の健康に役立つ情報を医療・介護の専門家がお話しします

大人気!市民講座のラジオ版

MINAMIYAMATO がお届けする健康情報番組



毎週火曜日 08:20~08:30

再放送:毎週金曜日 17:40~17:50

FM77.7MHzにチャンネルを合わせましょう。スマートフォン、パソコンでもラジオが聴けます。詳しくはFMやまのHPへ!

南大和グループで活躍中のフレッシュマンです

2015年12月1日～2016年3月31日
入職職員のご紹介

※職種別、入職順

ふりがな 氏名 職種 ① 出身地 ② マイブームは？ ③ 自分を一言で表すと？	うちだ たかこ 内田 孝子 看護師 ① 栃野県 ② 電車から富士山を見ること ③ 「たおやか」と言われます	しおじま みちこ 塩島 美智子 看護師 ① 栃野県 ② 特になし ③ たらたらしている	あおやぎ わかな 青柳 和香奈 看護師 ① 神奈川県 ② 特になし ③ マイペース	あんどう ゆうか 安藤 友香 看護師 ① 熊本県 ② 特になし ③ せっかち	ながとも あけみ 長友 明美 看護師 ① 宮崎県 ② ラグビー観戦 ③ 活動的	みずかみ れいこ 水上 玲子 看護師 ① 神奈川県 ② 洗車、子どもとドッチビー ③ せっかち
たかはし のぶこ 高橋 伸子 准看護師 ① 広島県 ② リーグ開幕からサンフレッチェ広島サポーターです ③ 明るい、おしゃべり	はせがわ さわこ 長谷川 佐和子 准看護師 ① ベトナム ② キャンプ ③ 明るく活発	でいんてい きむりえん ディティキ リン 看護助手 ① 中国 ② 日本語の勉強 ③ 明るい	しみず ちようれい 清水 肇玲 看護助手 ① 中国 ② 日本語の勉強 ③ 明るい	たんじ ちよこ 丹治 千代子 看護助手 ① 神奈川県 ② 旅行 ③ おっとりしている	にしむら あきこ 西村 亜紀子 看護助手 ① 神奈川県 ② ジムでランニング ③ 明るい	たなか のぞみ 田中 のぞみ 看護助手 ① 神奈川県 ② 音楽鑑賞 ③ マイペース
いとう じゅんこ 伊藤 純子 クラーク ① 神奈川県 ② 子犬とさんぽ ③ のんびり	よしだ みずほ 吉田 瑞穂 クラーク ① 神奈川県 ② 推理小説などを読むこと ③ のんびり屋さん	おおわだ ふうと 大和田 楓斗 調理師 ① 神奈川県 ② 買い物 ③ 几帳面	さわだ あけみ 澤田 あけみ 介護福祉士 ① 神奈川県 ② ツーリング ③ 前向き	たいら ゆきの 平 夕希乃 事務 ① 神奈川県 ② ソフトボール ③ 負けず嫌い	いじま としえ 飯島 利恵 事務 ① 神奈川県 ② ソフトボール ③ 負けず嫌い	さいとう なおみ 斉藤 直美 事務 ① 北海道 ② テックススープとオーガニック ③ 言葉が通じますが直らずにそのままの私です
はまうら じゅんこ 濱浦 純子 事務 ① 神奈川県 ② 犬と遊ぶこと ③ おっちょこちょい	たなか りな 田中 理菜 事務 ① 神奈川県 ② 休日のカフェ巡り ③ 明るい	ひらい まいこ 平井 麻衣子 事務 ① 神奈川県 ② 書道 ③ 心配性	せざき あやこ 瀬崎 あや子 事務 ① 東京都 ② 夜景を見る ③ マイペース	いがた さきな 伊賀田 咲菜 事務 ① 大阪府 ② 旅行 ③ のんびり	たちばな さなえ 橋 佐奈江 事務 ① 神奈川県 ② 買い物 ③ 優柔不断	
かねこ かずお 金子 一夫 運転手 ① 新潟県 ② ゴルフ ③ 明るい	いちかわ あつひろ 市川 淳弘 運転手 ① 神奈川県 ② 釣り、ゴルフ ③ 短気	やすだ ひとし 保田 仁 運転手 ① 神奈川県 ② なし ③ 自己中心的	ひなた ゆきお 日向 幸雄 運転手 ① 山梨県 ② ゴルフ練習、ジムで体力UP ③ 温厚である	めぐる まさひろ 目黒 正弘 運転手 ① 東京都 ② テニス ③ ちょっとだけ頑固！	にしがき かずふさ 西垣 和英 運転手 ① 北海道 ② 野球 ③ おとなしい	

南大和グループに新たな風が吹いてきます

2016 年度新入職員のご紹介

※職種別



2016年4月1日

南大和グループの入職式の様子です

ふりがな 氏名 職種 ① 出身地 ② マイブームは？ ③ 自分を一言で表すと？	ごとう あいか 後藤 愛光 看護師 ① 宮崎県 ② バントワリング ③ マイペース	ごとう りょうた 後藤 涼太 看護師 ① 鹿児島県 ② 焼酎 ③ 面倒くさがりですがやる時はやる	にしもと あおい 西元 葵 看護師 ① 鹿児島県 ② 京グッズ集め ③ 明るい	はたなか ちか 畠中 愛 看護師 ① 鹿児島県 ② 食べ歩き ③ 元気！	やまもと かな 山元 香菜 看護師 ① 宮崎県 ② 料理をつくる ③ のんびり
いまい かずほ 今井 一穂 看護師 ① 神奈川県 ② ドライブ ③ マイペース	えんどう ゆみ 遠藤 有美 看護師 ① 福島県 ② 旅行 ③ 気が短い	かとう しほ 加藤 志穂 看護師 ① 神奈川県 ② ヨガ、ランニング ③ おおらかマイペース	さくま まゆき 佐久間 麻優季 看護師 ① 神奈川県 ② 釣り、バイク、車 ③ 負けず嫌いだけどたまにドジする	つちや まいこ 土屋 真依子 看護師 ① 神奈川県 ② 息子(1歳)のちょっとした衣装作り ③ 心配性	ほそしま ともよ 細島 友世 看護師 ① 埼玉県 ② ディズニー ③ マイペース
もろふし るりこ 諸節 ルリ子 看護師 ① 大阪府 ② いろんな種類のお茶を飲んでみる ③ マイペース	やまだら みさき 山寺 美咲 看護師 ① 神奈川県 ② アクティブなこと何でも好きです ③ 楽しいこと大好き	はしもと あきこ 橋本 晶子 看護助手 ① 神奈川県 ② 献血、チョコとナッツとしーズの組み合わせ ③ 考えすぎる	たけうち ちえみ 竹内 千恵実 作業療法士 ① 東京都 ② フェルメールの絵を撮ること ③ ラーメン店めぐり ④ 好奇心が強いです	うつみ あやのり 内海 郁恭 臨床検査技師 ① 神奈川県 ② 食べ歩き ③ 古着屋巡り ④ マイペース	
すがぬま りょうすけ 菅沼 良亮 臨床工学技士 ① 横浜市 ② 漫画を読む ③ カラオケ ④ まじめ	ながしま けんたろう 長嶋 健太郎 臨床工学技士 ① 千葉県 ② 漫画を読む ③ バスル ④ 細かい作業が好き	くもや さやか 雲谷 さやか 事務 ① 神奈川県 ② サッカーを描くこと ③ 漫画を読むこと ④ マイペース	しもがわ つかさ 下川 司 運転手 ① 福岡県 ② 大リーグのテレビ観戦 ③ やさしい	うしだ せいじろう 牛田 清二郎 運転手 ① 神奈川県 ② 健康管理のためにジョギング(ほとんど散歩) ③ 温厚	



高座渋谷
内科外科
クリニック
上田 隆一 先生



初めてのクリニックへの受診の時は、これから会う医師について多少なりとも「どんな先生なんだろう？話を聞いてくれるといいな」などの気持ちを抱いて待合で過ごす方も多いのではないのでしょうか？本日お尋ねした高座渋谷内科外科クリニックの上田先生は、「どんな先生なんだろう」の気持ちに多くの角度から応えてくれる先生です。和やかな雰囲気に加えて白衣を着ていらつしやらないお姿も印象的です。

上―上田隆一 先生
南―南大和病院 地域連携室

開業までのエピソード

平成14年12月が開業ですが…

南―クリニックを高座渋谷に開業されたのはいつですか？
上―始めに、この開業に至るまでの話になりますがいかがですか？
僕はもともと北里(大学病院)の外科に勤務していて、医師として色々経験も積んだ頃に、ふと自分の船医になる夢を思いだしたんです。北杜夫さんの「どくどくマンボウ航海記」が好きでして…

それでどうしたらなるか探していたら丁度水産庁で船医の募集があった、で申し込んだらうまいこと合格したんですよ。いよいよ船医になる訳ですが、乗った船というのが正に「どくどくマンボウ」に出てくる照洋丸だったんですね。当時は一回航海にでると3ヶ月は戻って来ない航海になる。暫くは年に何度か船に乗る日々が続きました。だからほとんど家にはいませんでした。

南―クリニック内に船の置物が沢山あるのはそういう背景があった訳ですね。待合に一步踏み入れた時色々なものが沢山あったのでびっくりしましたが…なるほど。

上―時は20世紀終盤になった頃、世界では或る船の映画が大ヒットしたんです。そう「タイタニック」です。今度はそれをきっかけに客船の船医になりたくって、運良くその次に船が「飛鳥」や「ばしゅいっくびーなす」などの大型客船に乗れた訳です。その間アフリカ、セイシェルなど世界のあらゆる所に行きましたね。その後気象庁の船にも乗ったりで、最終的には南極大陸以外は全て上陸しました。南―では、次は南極観測船の船医ですか？！

上―行きたいと思った時期があって、応募はしましたが最終選考で落ちました。もう若くないので無理かな。その年は東日本大震災の年で、被災地には震災一週間後に新木場からヘリコプターで医療ボランティアとして南三陸へ行きました。



その時の経験は自らの生き方を考えるきっかけになった年でもありました。

クリニックの特徴

広く診れる医師が揃った
クリニックです

南―クリニックの特徴やポイントは、何でしょうか？

上―今は3人の医師で地域の皆様の医療に対応しています。

私は外科から医師を始めましたが、今は何でも診ています。船医となると、乗船しているあらゆる年齢のあらゆる症状を診られなければなりません。ですから船を降り、高座渋谷で開業する頃には何でも診られるようになっていましたね。

僕一人でも広く診ますが、今は月曜日に小児科出身で産業界としても活躍されている千葉先生、木曜日は外科出身で内科医の高島先生に来てもらっています。先生方がそれぞれ個性豊かですので、相性の合う医師をみつめてください。また、当院は胃内視鏡検査をやっています。麻酔下で行うので、苦痛がないと患者さんからは好評です。

医療のできる

気象予報士のクリニックです

南―先生は多くの認定や資格をお持ちでいらつしやいますが、何か一つご紹介いただけますか？

上―いいですよ。おむつフィッター、お遍路大使、気象予報士とか色々ですが、では…

僕は自分のことを「医療のできる気象予報士」と言って売り込んでいた時期がありました。患者さんとの会話や挨拶によく天気の話を出すんですね。「今日はお天気で良かったですね」とか「寒いのでお気を付けてください」のような感じ



で…。実は船医に従事していた時は天候そのものが大きく航行に影響するという事もあり、僕自身も興味があったので気象予報士の資格を取ったんです。

南―人の気持ちは天候で左右される部分もあるでしょうし、何より先生の方から話かけていただけるのが皆さん落ち着くいい薬になるのでしょうかね。

上―天気の話は誰にでもできますしね。

少しでも笑顔になって
帰ってもらいたい…

南―患者さんに対して大切にしていることはありますか？

上―患者さんは、体のつらさや痛みを抱えてクリニックを受診してくるわけですね。診察の際には色々訴えがあつて当然です。でもここにきて話をしてもらっているうちに、いつの間にか最後には笑っている、そんな風に戻ってもらえたらと考えています。笑顔や笑う力は素晴らしいんですよ。そうしてやっぱり元気になって欲しいです。その興味と探求から「癒しの研究会認定 笑い療法士」の資格も取りました。

連携への要望

持続可能な病診が共存できる連携

上―地域医療にはクリニックと病院の医療連携が必要ですね。共存ができて、それが継続できるような関係連携を希望しています。

南―そうですね。クリニックと病院が共存できる連携バランスは大切ですね。今後、地域住民の方にとって

有益な良い連携が取れるよう努めたいと考えております。よろしくお願いたします。

クリニック内に沢山ある数々の物が上田先生を語ってくれます。医師という資格で先生をお呼びするよりも、お人柄を含めて「お医者さん」とお呼びしたい先生でした。ありがとうございました。
(文：南大和病院 地域連携室)

高座渋谷内科外科クリニック

小田急江ノ島線「高座渋谷駅」西口徒歩1分
住所：〒242-0015 大和市福田1970-1-B
電話：(046)201-0370
診療時間：



	月	火	水	木	金	土	日	祝祭日
9:00~12:30	○	休診	○	○	○	○	○	休診
15:00~18:00	○	休診	○	○	○	○	○	休診

編集後記

今年度も、広報誌「MINAMI YAMATO PRESS」をよろしくお願いたします。 中根
今年も何もできませんでした。 フェードアウトを狙ってます？ 増淵
この春からお弁当がまた一つ 増えました。がんばらないと!! 長田
今年度ですね。心新たにがんばり 原田
ましよう。 小川
今年こそお花見を開催するぞ！ 高橋
暖かかったり寒かったりと気温 高橋
の変化がありますので体調管理 高橋
に気を付けましよう。 金子
早いもので広報誌を担当させて 金子
頂き丸1年が経ちました。これ 金子
からも見やすい広報誌を目指し 金子
精進いたします。

