

「日南町の将来を皆さまと一緒に考える
住民シンポジウム」

日付：11月5日（土）

場所：日南町文化センターさつきホール



みんなで話し合
ましょう！

2022年4月1日～		月	火	水	木	金
内科	一診 (予約制)	中田	谷口	井川	谷口	井川
	二診 (予約制)	佐藤	高見	吉田	佐藤	高見
	三診 (予約なし)	吉田	渡邊	谷口	(鳥大)	中田
	糖尿病内科					門脇
外科		(鳥大) 平岡	平岡	(鳥大) 平岡	平岡	平岡
整形外科 (予約優先)						(鳥大)
小児科		(鳥大)			(鳥大)	
		第3火曜(PM)は小児循環器				
耳鼻咽喉科		(鳥大)			(鳥大)	
眼科 (予約優先)				(鳥大)		(鳥大)
皮膚科			池原			
内視鏡・エコー (予約制)			吉田 渡邊	中田		
禁煙外来 (予約制)					高見	
物忘れ外来 (予約制)					高見	

- ・診療 9:00～12:00(開扉7:30、受付8:00～11:30)
- ・整形外科、眼科は予約優先になっていますので、当日受診希望の方は、来院前に電話をお願いします。
- ・発熱やかぜ症状、嘔吐等がある方は必ず事前に電話でご相談ください。
- ・新型コロナウイルス感染症対策のため病棟への面会は原則禁止ですが、オンライン面会などの方法がありますので、ご希望の方は病院看護師に電話でご相談ください。



病院に対するご意見ご要望、または広報誌に対するご意見など、お待ちしております。



⇒入力フォーム

日南病院LINE
公式アカウント



休診の連絡や予防接種などいち早く情報発信します。



後期高齢者医療に関するお知らせ

～75歳以上の方等～

令和4年10月1日から
保険証が変わります！

後期高齢者医療のみなさまは新しい
保険証を病院受診の際は、受付窓口
へご提示ください。

これまでの保険証は9月30日が期限と
なっておりますので、ご注意ください。



負担割合が変わる場合が
あります！

75歳以上の方等で
一定以上の所得がある方は
医療費の窓口負担割合が
2割に変わります。

区分	医療費 負担割合
現役並み所得者	3割
一定以上所得のある方	2割
一般所得者等	1割

※病院1階の外来待合室にパンフレットをご用意しております。
ご自由にお取りください。

※詳しくは鳥取県後期高齢者医療広域連合のホームページ等をご覧ください。

オッサンショウオのスパイ大作戦！ ～第2弾～

整形外科 武田 知加子 医師



プロフィール

<出身大学>鳥取大学
<専門医・資格等>
日本専門医機構認定 整形外科専門医
日本専門医機構認定 リハビリテーション科専門医
日本整形外科学会認定 脊椎脊髄病医
臨床研修指導医養成講習会修了

整形外科の主な病気や症状

整形外科は、脊柱、四肢の関節、骨、靭帯、筋、腱、脊髄、末梢神経などの運動器を取り扱う診療科です。私たちは、健全な運動器の機能によって座る、立つ、歩くなどの日常的な動作が可能となっていますが、これらの運動器が外傷、炎症、腫瘍あるいは加齢性の変化などで障害されると、私たちの生活の質は大きく低下してしまいます。

手足や体幹に腫れ、痛み、しびれがあったり、手足の動きが悪いなどの症状があれば、これら運動器に障害を生じている可能性があります。



高齢者が日常生活で気をつけることは・・・

高齢者は、加齢性変化や内科的な疾患、場合によっては治療薬の影響で転倒しやすくなります。また、高齢者は骨密度が低下しやすく、転倒によって四肢や背骨の骨折を生じる可能性が高くなります。そのため、一番気を付けていただきたいのは転倒予防です。段差、障害物、滑りやすい場所、部屋の暗さ、手すりなど生活環境で改善できる場所は改善に努めましょう。余裕のある方は、筋力やバランスなどの運動機能低下を予防するために、「ロコトレ」など家の中でも簡単にできる運動を取り入れることをお勧めします。



「ロコトレ」とは、元気な足腰でいるためのトレーニングのことです。そのトレーニングは「片脚立ち」と「スクワット」の2つです。



武田医師からひと言

日南病院の整形外科では5年以上勤務させていただいていますが、日南町のみなさんの元気な姿、素敵な笑顔にいつもこちらが元気づけられています。週1回の診療で、一人一人の診療時間は長くとれないのが現状ですが、一人一人に合った診療を心がけています。現在整形外科へ通院中の方はもちろん、まだ整形外科へ通院されたことがなくて四肢や体幹の痛みやしびれなどでお困りの方、骨折されたことがあっても骨粗鬆症治療を継続されていない方など、ぜひ日南病院の整形外科でお会いしましょう。



補聴器の不安・困りごとはありませんか？

① どこで相談すればいいの？

【場所】診察室⑩番

【受付】補聴器センターの補聴器技師に直接声をおかけください。



受付

病院窓口での受付は不要です。



② 相談の料金は？

相談は無料です。

お困りごとなどありましたら、遠慮なくお伝えください。



③ 日時は？

【時間】10:00～11:30

④ 予約は必要？

【予約】不要です。

【日程】	トーシン・米子 補聴器センター	(株)中国 補聴器センター
	第1木曜日 (祝日の場合は翌週)	第3木曜日
令和4年	10月 6日	10月20日
	11月10日	11月17日
	12月 1日	12月15日
令和5年	1月 5日	1月19日
	2月 2日	2月16日
	3月 2日	3月16日

