

2024年3月25日発行 たんご協立診療所 たより

発行 たんご協立診療所 京都府京丹後市大宮町河辺 3368-1 電話 0772-68-5017



所長就任にあたって かわさき しげる 川崎 繁

この4月から河野医師の後を引き継いで所長に就任する川崎繁です。よろしくお願いたします。

私は2015年から2022年まで、7年間たんご協立診療所の所長を務めました。縁あって河野先生に来て頂き、この2年間はずいぶんゆっくりさせて頂きました。河野先生には改めて感謝申し上げます。

口の悪い人は「老朽原発の再稼働」などと言いますが、なぜ私がまた戻ってきたかと言いますと、それは医師不足で後継者がいないということにつきます。

医師不足はどこでも言われますが、特に交通の不便な丹後地域では深刻です。ただご安心ください。来年には地域医療に熱意を持った若手の先生が所長を担っていただく予定となっています。私はその先生にしっかりとバトンを渡せるよう診療所の医療を担っていきたいと思っています。

診療所の医療活動には、外来、在宅、保健予防の3本柱があります。かかりやすく安心できる外来活動はもちろん重要ですが、住み慣れた地域、自宅で最後まで過ごせる在宅診療、健康な地域や体づくりをめざす活動にも力を入れていきたいと思っています。皆様のお力添えを心からお願いして就任のご挨拶といたします。

最後に かわの たもつ 河野 保

★3年

コロナに追われまさに飛ぶが如しの3年でした。しかし、今までの人生のように今回もやはり途中挫折の3年でした。それでも、美味しい海の幸、春夏秋冬それぞれの美しい自然、親切な人々、寛容な患者さんたちに囲まれて心地良い3年間でした。

★理由

山間部の田舎で育ったため本来は丈夫な体のはずでしたが、心臓発作と2度の肺炎に見舞われました。肺炎は老いを、心臓発作は死を意味し、どちらにせよ医師としての終わりを感じました。単身赴任だったため、サポートしてくれる家族も側におらず、仕事の継続は無理だと判断しました。

★感謝

寺本敬一先生と川崎繁先生には辛抱強くご指導いただきました。ご尽力に十分お返しできなかつた事をお詫びします。

看護師の皆様には、助けられながらの診療でした。それがなければ、立ち往生はもっと多かつたと思います。

事務職の方々にとっては、時間に追われ記載が不備のカルテを流す「確信犯」と思われたかも知れません。その点での皆様の寛容に感謝します。

そして、患者の皆様へ。不手際を漫才のボケの様に笑って許して頂いた方、長い待ち時間に耐えて頂いた方々、医師の悪評をカバーしてくれた友の会の皆様にお詫びを申し上げます。ただ、“余計なお喋り”は私には楽しい時間でした。皆様、いつまでもお元気で！

★今後

とりあえず北国に帰ります。老兵（二等兵）去るのみ。立つ鳥跡を濁して。



“オーラルフレイル”って知っていますか？

フレイルとは健康な状態から要介護状態になる手前の段階のことです。支援は必要としないけれど、筋力、認知機能などが以前より衰えてしまい、心身の活力が低下した状態のことを言います。

そのなかでも口腔機能の衰えから全身の老化につながるという考えを「オーラルフレイル」といいます。「口の衰え」は身体的、精神的、社会的な健康と大きな関わりを持っているのです。日常生活のなかでこんな症状はないですか？イラストのような症状があれば「オーラルフレイル」につながる可能性があります。



オーラルフレイルを防ぐには？

①口腔内を清潔に保つ

毎日の歯磨きをしっかりと行うなど、自宅でできる対策を行っていきましょう。

②定期歯科健診

口腔内のトラブルや疾患の早期発見につながります。また、自宅でのケアでは行き届かなかった歯石などの除去を行うことで、口腔内の清潔が保持されます。

③口腔機能の維持

日頃から口腔機能が低下しないようトレーニングを行っていきましょう。嚙む・飲み込むなどの咀嚼や嚥下機能の他に、発語や表情筋を動かすことも口腔機能のひとつですので、日頃からお話を楽しんだり、笑ったりすることはとても効果的です。



★口腔の体操（摂食機能訓練）

4月からの診療体制のご案内

診療時間 午前 9:00~12:00						
夜診 5:00~7:00(月・水・金曜日のみ)						
	月	火	水	木	金	土
朝	川崎	川崎	川崎	川崎	川崎	寺本
						第1・3・5
						休診
			(第2水曜日) 超音波検査 A.M.9:00~11:30			第2・4
午後	ワクチン外来 P.M.4:30~5:00	往診	ワクチン外来 P.M.4:30~5:00	往診		休診
夜	川崎	休診	川崎	休診	寺本	

* 2024年4月1日から診療体制が変更になります。

署名にご協力ください！

現在2024年通常国会が令和6年1月26日から6月23日までの会期で行われています。国民のいのち、暮らしに目を向けず、政治資金パーティーによる裏金づくりをしていた自民党の金権政治への国民の批判が強まっています。

たんご協立診療所や訪問看護ステーションゆたかのが所属している「民主医療機関連合会」は引き続き大軍拡阻止、9条改憲阻止、医療・介護、社会保障の充実を一体に取り組みを進めています。待合室に設置している署名コーナーにこれらの要求を実現していくために大きな力となる各種署名を置いています。いのち優先、平和で公正な社会を実現できる政治に変えるために、患者の皆様も是非、趣旨をご理解いただき署名にご協力をお願い致します。

あなたと民医連をつなぐ月刊誌「いつでも元気」
ぜひ皆さんもご購読ください。

