



奈義ファミリークリニック ファミクリ便り



新年あけましておめでとうございます

昨年は、新型コロナウイルスとインフルエンザに加えてマイコプラズマも流行して大変な1年でしたね。今年も0歳から100歳（以上）までの地域の皆様の健康を守り、多くの方が「この地域で生活できてよかった」と思えるような取り組みを医療機関として行っていききたいと思います。

1) 感染症対策の徹底

受診の際には発熱・風邪症状がある場合は、直接受付には入らず、電話でご連絡の上、車もしくは別室待機していただき、待合での感染拡大予防にご協力ください。当クリニックでは感染症の診療は別室で行っていますので、定期通院や予防接種でお越しの方は安心して受診してください。

2) ストレスからくる体調不良への対応、不登校・職場不適應への対応

近年の社会環境の変化で、精神的に追い込まれる場面が多いと思います。当クリニックでは心のケアも行いますので、精神的なしんどさや体調不良についても気軽にご相談ください。事前に連絡をいただいて、ある程度時間が確保できる予定を入れさせていただきます。

3) 訪問診療体制の充実

受診が難しくなったがんや脳卒中後の方など、定期的な訪問診療の方には24時間365日、宅直医師と携帯電話でつながり、緊急往診ができる体制としています。訪問診療パンフレットもありますので、そちらもご参照ください。この地域に暮らす皆様にとって「〇〇さん一家全体のかかりつけ」として家庭医の役割をしっかりと果たしていきたいと思います。今年もどうかよろしくお願い致します。

奈義ファミリークリニック所長 松下 明



スタッフより、2025 新年の抱負

- 柔軟に変化を受け入れ、ポジティブに日々を楽しむ年にする!! (K.H)
- ひとつひとつのことを大切に、毎日を楽しむ (ym)
- 戦いをやめ、自分を認める一年にしたいと思います。笑顔を増やしたい (Mi)
- 健康に気を付けて元気いっぱい笑顔いっぱい頑張ります! (E)
- 健康に留意し、早寝早起き食事に気をつけ自分のライフスタイルで過ごす (MK)
- プライマリ・ケア認定看護師を取得したので他の資格に挑戦したいです (千と千尋)
- 家族旅行に行きたい (S)
- へびのごとく気は永く、思いやりをもって行動・生活するぞ (ジャムおじさん)
- 世界平和の実現に向けて、虚心坦懐、誠心誠意、努力して参ります (M.I)
- たくさんの患者さんを診察させて頂きつつ、様々な課題に向き合う (SF)
- 健康に気を付けて笑顔で過ごしたいです (A.S)
- 自宅とデスクと頭と心の整理整頓 (m)

令和6年度 新型コロナウイルスワクチン予防接種の助成期間について

奈義町の方は今月末で助成が終了します

各自治体により助成期間が決められていますので、接種希望の方は必ず期間内に接種をお済ませください。

ご希望の方は事前の予約が必要ですので、お電話または窓口にてお問い合わせください。

助成対象:

・満65歳以上の方（接種時）

および、60～65歳未満の方で、心臓、腎臓又は呼吸器の機能に自己の身の日常生活活動が極度に制限される程度の障害を有する方及びヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する方（該当の障がい単独で身体障害者手帳1級程度）

お住まいの地域	助成期間	接種料金
奈義町	令和7年1月31日まで	2,000円
勝央町	令和7年3月31日まで	2,000円
美作市	令和7年2月28日まで	2,000円
津山市	令和7年2月28日まで	3,020円

ラジオ出演

FM津山 (78.0MHz) 毎週金曜日 AM8:10-8:20 「おはようファミリードクター」

朝の情報番組「グッドモーニング! 津山」にて、松下が生放送で皆さまからの質問にお答えしています!

骨密度測定のご案内

今回は4月に測定できます

来院時に測定できますのでお声掛けください

※骨密度測定とは…

骨に含まれるカルシウムの量を計測し、骨の健康状態や骨粗鬆症のリスクを評価します。



認知症カフェ「オレンジカフェ山桃」

【時間】14:00~15:30【参加費】500円(ケーキ・コーヒー付)

月1回、カフェ山桃さんをお借りして、コーヒーを飲みながら認知症について学び、みんなでお話をする集まりです。

1/10(金)

「認知症予防と悪化予防は、水・メシ・運・ウンじゃ」

講師：こども長寿課 大井保健師(認知症地域支援員)

2/7(金)

「僕たちの国の話を聞いてえや〜！」

講師：🇫🇷 ラファエル、🇮🇳 アクシェー、🇺🇸 マシュー(国際交流員)

地域包括支援センターまで
お電話にてお申込みください

☎0868-36-4119

1月の診療情報

※発熱、風邪症状(咳・鼻水・下痢・咽頭痛など)のある方へ

駐車場からお電話で受付できます

☎0868-36-3012

※症状のある方は引き続き、マスクの着用にご協力をお願いします

※携帯電話をお持ちでない方や徒歩で来られる方は、直接受付へお越しください

受付時間 午前：8:30~11:30(診察9:00~) 午後：15:30~17:30(診察16:00~)

今月の担当医

※変更になることがあります

	月	火	水	木	金	土
午前 受付時間 8:30 ~ 11:30	松下	松本	松下 1/15・29のみ	岸本	田中	交替制※
	松本	藤原	成行	藤原	藤原	
	藤原		松本 1/15・29のみ			
			藤原 1/8・22のみ			
午後 受付時間 15:30 ~ 17:30	松本	田中	佐藤 1/8・22のみ	休診	松下 1/10・24のみ	休診
	田中 1/6・20のみ	三原 1/14・28のみ	藤原		松本 1/10・24のみ	
	藤原 1/27のみ	藤原 1/7・21のみ			田中 1/17・31のみ	
					藤原 1/17・31予約優先	

木曜・土曜午後や日曜祝日、夜間など

受付時間外は日本原病院へご相談ください

年始は1/4(土)より通常通り診療いたします

◆オレンジ色の医師は予約優先です

◆松下医師の診療は完全予約制です

◆松下医師の水曜午前(第1・3週)金曜午後(第2・4週)の診療は隔週です

◆月曜午後の田中医師、藤原医師の診療は隔週です

◆火曜午後の三原医師の診療は隔週(第2・4週)です

◆水曜午後の佐藤医師の診療は隔週(第2・4週)です

◆金曜午後の田中医師の診療は隔週(第1・3・5週)です

◆金曜午後の藤原医師の予約診療は隔週(第1・3・5週)です

要予約 乳幼児予防接種・健診外来

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

■枠は14:40でご予約お受けできます。その他ご相談ください。

栄養指導

日本原病院栄養士による栄養指導を当院にて行っています。ご希望の方はお気軽に医師・スタッフにお尋ねください。

土曜日の担当医

※変更になることがあります

1月4日(土)	松下	川口
1月11日(土)	藤原	成行
1月18日(土)	田中	川口
1月25日(土)	藤原	松本

日本原病院からのお知らせ

日本原病院 耳鼻科のご案内

担当医 東川 康彦 医師

診察日 令和7年1月11日(土) 午前中
令和7年1月25日(土) 午前中

◆順番を取りに行く場合：午前8:00~11:00に受付

◆電話で順番をとる場合：午前8:30~11:00に受付

☎0868-36-3311 ◆診察は9:00から



日本原病院 眼科のご案内

要予約

担当医 皆川 香織 医師

◆診療前日の診療時間内までに、受付窓口又はお電話(0868-36-3311)にて予約可能です。

受付時間	診察時間	火	金
10:00-11:30	10:30-12:00	○	第2・4金曜日のみ
14:30-17:30	15:00-18:00	○	第2・4金曜日のみ