



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/>

10月号
2019

病院だより

健康寿命延命の為に

『変形性膝関節症に向き合う』

健康寿命延命推進委員会 委員長

整形外科部長 日比野 豊

今回は、令和元年7月13日におこなった南魚沼市民病院健康講演会でお話しをした内容を今一度お伝えしようと思います。

日本国民の平均寿命は、世界のトップクラスです。2018年度の厚労省報告では、男性は81歳、女性は87歳であり、男女平均84歳は世界の男女平均71歳を大きく上回っています。

これと対比して、最近では「健康寿命」という概念が定着しつつあります。「健康寿命」とは、健康上の問題がなく、自分以外の人の手助けを必要とせず生活を送れる期間と定義されています。

2018年度の調査では、男性は71歳、女性は74歳で、平均寿命との差は男性で10年、女性で13年です。言い換えれば、晩年にこれだけの期

間何らかの介護が必要となる訳です。

この健康寿命を著しく短縮させる原因としては、運動器疾患が大きく関与しています。運動器疾患には、外傷・骨折、関節疾患、脊髄疾患などがあります。中でも関節疾患、特に下肢関節疾患は運動能力を著しく低下させ、高齢者の自立を妨げる要因となります。中でも変形性膝関節症は、男女比1対4と女性に4倍多い疾患です。初期症状は、歩行などの動作の開始時に痛み、次第に正座や階段の昇降が困難となり、末期には、安静時にも痛みがとれず、変形が目立ち、歩行が困難になります。

原因は、関節軟骨の老化によることが多く、その他の要因も関与しています。また骨折、靭帯などの外傷、化膿性関節炎などの感染の後遺症と

して発症することもあります。加齢によるものでは、関節軟骨の経年劣化や、使い過ぎによる関節面の骨のすり減りで、関節が変形を来します。

治療は、症状が軽い場合は各種鎮痛剤の使用、膝関節内にヒアルロン酸の注射などを実施します。また、運動器リハビリテーションを行い、足底板等の装具を作成することもあります。このような治療でも治らない場合は、手術治療を検討します。手術療法の中でも当院整形外科が得意としている手術療法は、人工関節置換術です。現在の人工膝関節は、骨との固定性向上・材料の耐久性の向上・可動域（曲げ伸ばしの角度）の拡大等について研究・改良が加えられ、当院では実績のある最新機種を使用しています。

当院における人工膝関節置換術の基本方針は、①患者本位の治療であること、②医者誘導の手術であってはならないこと、③人工関節置換術は始まりであって終わりではないこと、すなわち、治癒はなく一生経過観察を続ける必要があると考えています。

診療科・診療日のご案内

医師(名字)・診療日(数字)が記載された一覧表が地域医療連携室にありますので、必要な人はお声ください。

診療予定表の見方	<ul style="list-style-type: none"> ○ 表の中の「○」は診療日、「—」は休診日です。 ○ 曜日欄に「数字」の記載がある曜日は、記載日のみ診療します。 ○ 臨時休診等については、備考欄を参照ください。 ○ 一日2科受診を希望の場合、午前10時までに受付をしてください。 ○ 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
一般外来	午前	○	○	○	—	○	月水金土8:30~10:00 ※8:30~11:00	月水金土9:30~ ※9:00~	※月曜日・水曜日・土曜日 一日15名で受付終了 金曜日一日10名で受付終了
	午後	—	○	—	—	—	13:00~14:45	13:30~	
	予約	—	—	○	○	○	—	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	○	○	○	○	—	○			

専門外来の受診にあたっての注意点は、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ください。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
午前	—	—	9日・23日	—	—	—	8:30~11:00	9:45~	隔週の水曜日
午後	—	—	9日・23日	—	—	—	13:00~15:00	13:30~	

リハビリテーション科	月	火	水	木	金	土	受付	診療	備考
午前	—	○	9日	—	4日・18日	—	予約制	9:00~	
午後	7日・28日	○	23日	—	4日・18日	—		14:00~	

インフルエンザ予防接種のお知らせ

10月1日より予約を開始します。
予約は、月~金曜日(第3月曜日、祝日を除く)の午前8時30分から午後5時まで総合受付窓口にて、電話の場合は午後2時から4時の間でお受けいたします。

◎高校生以上・一般【予約制】 ※人数制限あり

10月17日から12月26日まで(毎週火・木・金曜日 週3回)

・10月の接種日

17日(木)、18日(金)、24日(木)、25日(金)、29日(火)、31日(木)

・受付時間:午前8時30分~午後2時30分(総合受付窓口にて受付)

・接種時間:午後2時30分~

◎中学生以下【予約制】 ※人数制限あり

11月13日から令和2年1月22日まで(第2・4水曜日)

・受付時間:午後2時00分~2時15分 ・接種時間:午後2時30分~

・母子手帳を忘れずにお持ちになり、必ず保護者が同伴してください

~今月の南魚沼市民病院健康講演会~

日時:10月5日(土) 午後1:00受付、1:30開演

会場:南魚沼市民病院 2階 多目的ホール

講師:眼科部長 萩村徳一先生

演題:「白内障・入院手術も悪くない」

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

14日(月) 体育の日

21日(月) 第3月曜日

22日(火) 即位礼正殿の儀

11月1日(金) 創立記念日

各日曜日

※各診療科の休診日は、「診療科・診療日のご案内」の最右欄「備考欄」でご確認ください。

南魚沼市民病院職員募集中

【募集職種】

看護師・細胞検査士・看護助手(臨時)

詳しくは、病院ホームページをご覧ください。

🅇マークに駐車された人で、乗降の際などお手伝いが必要な人は、市民病院へお電話ください。スタッフが伺います。

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)	10月8日(火)	12:30~ 13:00	13:00~
三種混合(ジフテリア・百日咳・破傷風)	10月15日(火)		
四種混合(ジフテリア・百日咳・破傷風・ポリオ)	10月29日(火)		
麻しん風しん混合(1期・2期)・BCG・ポリオ	10月9日(水)	13:30~ 13:50	13:50~
日本脳炎・水痘・おたふく・ロタウイルス	10月23日(水)		
A型肝炎・B型肝炎・子宮頸がん			

※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。



令和元年10月

南魚沼市民病院

予約と予約変更について
 ○「電話予約可」の診療科については、事前の予約が可能です。
 ○予約の変更については、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、下表の受付欄に「予約制」の表示がある診療科については、予約枠の調整により変更が可能な場合があります。変更を希望する人は、月～金曜日の午後2時～4時の間に連絡してください。

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
初診外来	○	○	○	○	○	○	8:30~11:00	9:00~	
予約外来 (一般内科及び 専門外来)	○	○	○	○	○	○ (備考参照)	予約制	午前9:00~ 午後13:30~	土曜日=午前のみ
専門外来の 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、消化器内科があります。 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ください。 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
一般外来	28日	○	—	○	—	—	予約制	☎☎9:00~ ☎☎14:00~	電話予約可
メモリークリニック	○	—	○	—	○	—		9:30~	
高次脳機能障害科	7日・28日	—	—	—	—	—		14:00~	

外 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備 考
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
午 前	○	○	○	○	○	—	8:30~11:00	9:00~	
午 後	—	—	—	○	—	—	13:30~15:00	13:50~	

婦 人 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備 考
	—	○	○ (備考参照)	○	○	○	予約制	☎☎☎9:30~ ☎☎☎9:00~	電話予約可 休診=23日(水)

眼 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備 考
午 前	○	予約制	○ (備考参照)	○ (備考参照)	○ (備考参照)	—	8:30~10:00	9:00~	電話予約可 23日(水)予約のみ 休診=24日(木)、25日(金)
午 後	○	予約制	○ (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
	—	○	—	○ (備考参照)	○	○	☎☎☎13:30~15:00 ☎8:30~11:00	☎☎☎14:00~ ☎9:00~	休診=17日(木) 3日(木)14:40から診療開始

皮 膚 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備 考
午 前	—	○	○	○	○	○	8:30~11:00	9:00~	
午 後	—	—	—	○	—	—	13:30~15:00	14:00~	

泌 尿 器 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備 考
午 前	○	予約制	—	○	—	—	☎☎8:30~11:00	☎☎9:40~ ☎☎9:30~	電話予約可
午 後	○	予約制	—	○	—	—	☎☎13:00~15:00	☎☎13:30~	

歯 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備 考
歯科	○	○	○	—	25日	12日・26日	予約制	午前9:00~ 午後13:30~	電話予約可
歯科口腔外科	7日	○	—	○	4日・11日・ 18日	5日・19日			

ゆきぐに大和病院のご案内 10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。

入院患者さんとの面会時間は、
13:00～20:00です。

内 科	月	火	水	木	金	土	受付	診療	備考・休診日
朝診療	—	○	○	○	○	—	7:30～8:30	8:00～10:00	
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	—	予約制	13:30～16:00	
夕診療	—	○	○	○	○	—	16:30～18:00	17:00～19:00	
腎臓内科	—	—	—	—	11日・25日	5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=17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)	○	8:30～10:00	9:00～12:00	休診=18日(金)
午後	—	予約制	○ (備考参照)	—	○ (備考参照)	—	13:00～14:30	13:30～15:00	休診=16日(水)、18日(金)

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	3日・17日・ 31日	—	5日・19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	—	—	—	—	—	5日・19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	—	予約制	—	—	—	—	予約制	9:00～9:30	
午後	—	予約制	—	—	—	—	予約制	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	—	—	—	—	○	—	8:30～11:30	9:00～12:00	
午後	—	—	—	—	○	—	12:30～15:30	13:00～16:00	

※他院で整形受診されている方は、紹介状をご持参ください。

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	—	—	23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	9:00～12:00	休診=12日(土)
午後	—	○	○	○	○	—	電話予約可 10:00～12:30 13:30～16:00	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。

病院休診日のお知らせ

14日(月) 体育の日、22日(火) 即位礼正殿の儀、各日曜日
※各診療科の休診日は、上記、診療予定表でご確認ください。