

市立大網病院 外来担当医師一覧表

〔☆〕印は非常勤医師（平成29年4月1日～）

曜日	月	火	水	木	金
内 科 (午前)	炭 田 小 野	高 梨 炭 田	高 梨 佐久間	高 梨 佐久間	志 村 炭 田
	☆大 津 (循環器内科) (予約・紹介)	吉 村	小 野	木 村	吉 村
	☆吉 原 (糖尿病) (予約・紹介)	☆山 崎 (血液内科) (予約・紹介)	☆小 菅 (糖尿病・高脂血症)	☆東ヶ崎 (血液内科) (予約・紹介)	杉 田 (血液内科) (予約・紹介)
		☆田 島 (呼吸器内科) (予約・紹介)	☆竹 田 (血液内科) (予約・紹介)	☆酒 寄 (呼吸器内科) (予約・紹介)	
		☆中島/影山 (リウマチ・膠原病) (予約・紹介)	☆伊 藤 (リウマチ・膠原病) (予約・紹介)	☆真 鍋 (循環器内科) (予約・紹介)	
内 科 (午後) ※予約制	☆高 木 (血液内科) (予約・紹介)	☆山 崎 (血液内科) (予約・紹介)	☆小 菅 (糖尿病・高脂血症)	☆東ヶ崎 (血液内科) (予約・紹介)	杉 田 (血液内科) (予約・紹介)
	小 野 (血液内科) (予約・紹介)	☆田 島 (呼吸器内科) (予約・紹介)	☆竹 田 (血液内科) (予約・紹介)	☆杉 浦 (循環器内科) (予約・紹介)	
			☆小 島 (神経内科) (予約・紹介)	☆酒 寄 (呼吸器内科) (予約・紹介)	
外 科	中 村 板 橋 古 谷	志 村	安 蒜	安 蒜 宮 内	中 村 板 橋
	整形成外科	豊 田	宗 藤	豊田(1・3・5週) 宗藤(2・4週)	宗 藤 豊 田
リハビリテーション科	豊 田	宗 藤	豊田(1・3・5週) 宗藤(2・4週)	宗 藤	豊 田
眼 科	☆千葉大医師 (受付11時まで)				☆千葉大医師 (13時30分～)
皮 膚 科					☆千葉大医師 (13時30分～)

※皮膚科の診療日が水曜日と金曜日になりました

専門外来担当医師

曜日	月	火	水	木	金
消化器内科	炭 田	吉 村	佐久間	佐久間/木村	志村/炭田
消化器外科	古 谷	志 村	安 蒜	宮 内	板 橋
血液内科	小野(午後) ☆高木(午後)	☆山 崎	☆竹 田	☆東ヶ崎	杉 田
乳腺外科	古 谷	志 村	安 蒜	宮 内	板 橋
スポーツ・リウマチ	豊 田	宗 藤	豊田(1・3・5週) 宗藤(2・4週)	宗 藤	豊 田

問市立大網病院 ☎0475(72)1121

◆訪問型サービスD

高齢者支援課高齢者支援班
☎0475(70)0332
NPO法人大網お助け隊

◆訪問型サービスB(マリン)

地域にお住まいの高齢者の
ちよっとした困りごとの手助
けをする住民主体のサービ
スです。社会福祉協議会では、
買い物や掃除、ゴミ捨て等の
支援を行っていただける方を
募集しています。

◆訪問型サービスC

社会福祉協議会
☎0475(72)1995

地域包括支援センターだより

～認知症は予防できる?～

高齢者の
相談窓口

認知症は、現時点では「こうすれば認知症にならない」という絶対的な方法はありませ
ん。しかし、さまざまな研究から「どうすれば
認知症になりにくいのか」ということは少しづ
つわかってきました。

日ごろの生活習慣を見直して、認知症にな
りにくい脳と体をつくりましょう。

◆認知症になりにくい生活習慣

認知症になりにくくするためには、脳の状態
を良好に保つことと、認知機能を重点的に

使うことが重要だと言われています。

- 食習慣**=バランスの良い食事(特に野菜や
果物に含まれるビタミン類、魚に含まれるD
HA等の摂取)
- 運動習慣**=週3日以上の有酸素運動をする
- 対人接触**=人とよくお付き合いをする
- 知的行動習慣**=文章を書く・読む、ゲーム
をする、博物館・美術館に行く など
- 睡眠習慣**=30分未満の昼寝、起床後2時
間以内に太陽の光を浴びる

◆認知症で落ちる3つの能力の鍛え方

認知症の初期段階で低下する認知機能が「エピソード記憶、注意分割機能、計画力」です。

機能	内 容	鍛 え 方
エピソード記憶	体験したことを記憶として思 い出す	・2日遅れ、3日遅れの日記をつける ・レシートを見ないで、思い出して家計簿をつける
注意分割機能	複数のことを同時に行う時、 適切に注意を配る機能	・料理を作る時に、一度に何品か同時進行で作る ・仕事や計算をテキパキと行う
計画力	新しいことをするとき、段取 りを考えて実行する能力	・効率の良い買い物や旅行の計画を立てる ・頭を使うゲーム(囲碁・将棋等)をする ・新しいことにチャレンジする

◎地域包括支援センターおよび在宅介護支援センターは高齢者の相談窓口として各種相談を
受け付けています。自宅等に訪問することもできますので、お気軽にご相談ください。

問地域包括支援センター ☎0475(70)0439
在宅介護支援センター おおあみ緑の里 ☎0475(73)5146
在宅介護支援センター杜の街 ☎0475(70)1666
[FAX]0475(70)1093

市立大網病院の外来担当医師を
お知らせします

・受付は8時から11時30分ま
で(眼科・皮膚科を除く)
・眼科(月曜日)の受付は11
時まで
・皮膚科・眼科(金曜日)の
受付は15時30分まで(診療は
13時30分から)
・血液内科初診の患者様は事
前

前に電話で予約してください。
予約なく来院された場合、外
来の混雑具合により後日の診
察になる場合があります。
・内科・外科・整形外科は緊
急の場合、午後・夜間・休日等
の時間外でも受け付けますが、
急

市では医療法人社団鎮誠会
と協定を結び、「季美の森整形
外科」の送迎バスの空席を利
用させていただき、高齢者の
外出支援事業を実施していま
すが、利用の際にバスカード
を提示しない方が見られます。
本事業は事業所の厚意によ
り実施しています。他の方の
迷惑にならないよう、利用時は必
ずバスカードを提示しまし
ょう。



高齢者外出支援事業を利用する方は
バスカードのご用意を

運行経路や時間等の詳細は
問い合わせください。
問・問企画政策課政策推進班
☎0475(70)0315

柔道整復師の施術を受けられる方へ

柔道整復師の施術を受けた
場合、治療内容が健康保険の
対象にならないケースがあり
ます。医療の適正な利用のた
め、負傷原因(いつ・どこで・
何をして、どんな症状がある
のか)を正確に伝えましょう。
▼対象となる治療内容
・医師や柔道整復師の判断で、
急性の外傷性の骨折、脱臼、
打撲および捻挫で内科的原因

によるものでないもの
・骨、筋肉、関節のけがや痛
みで、その負傷原因がはつき
りしているもの
(例)日常生活やスポーツ中
に転んで膝を打ったり、足首
をひねって痛みがでたとき
▼対象とならない治療内容の例
・疲労性、慢性的な要因から
くる肩こりや筋肉疲労
・脳疾患後遺症などの慢性病

介護予防・日常生活支援総合事業における
住民主体のサービスが始まっています

住民参加型のサービスとし
て、社会福祉協議会が平成28
年8月から訪問型サービスB
(家事援助等)を、NPO法
人大網お助け隊が平成29年4
月から訪問型サービスD(付
添支援)をそれぞれ実施して
います。

の支援を担当する協力会員・
運営役員・コーディネーター
を募集しています。6月に中
央公民館で募集説明会を実施
予定です。詳細は問い合わせ
ください。
問NPO法人大網お助け隊
☎0475(73)5110
高齢者支援課高齢者支援班
☎0475(70)0332

地域介護予防活動補助金
交付事業を実施します

市では、地区公民館等を利用
してロコモ体操等の介護予
防活動を行う団体に対し、活
動費用の一部を補助する「地
域介護予防活動補助金交付事
業」を実施します。
▼対象II市内に住所を有する
65歳以上で構成されたおおよ
ね10人以上の団体
▼補助金額II上限10万円
▼申請期限II9月29日(金)
▼申込方法II高齢者支援課の

市では、地区公民館等を利用
してロコモ体操等の介護予
防活動を行う団体に対し、活
動費用の一部を補助する「地
域介護予防活動補助金交付事
業」を実施します。
▼対象II市内に住所を有する
65歳以上で構成されたおおよ
ね10人以上の団体
▼補助金額II上限10万円
▼申請期限II9月29日(金)
▼申込方法II高齢者支援課の

窓口で申し込み ※詳細は問
い合わせください
問・問高齢者支援課高齢者支
援班
☎0475(70)0332

