

電車でお越しの方



車でお越しの方



電車でお越しの方

- 南流山駅 (JR武蔵野線・つくばエクスプレス線) をご利用の方
南流山駅より徒歩約 12 分
- 鱒ヶ崎駅・小金城駅 をご利用の方
鱒ヶ崎駅より徒歩約 10 分、小金城駅より徒歩約 10 分
- 新松戸駅 (JR・地下鉄千代田線) をご利用の方
新松戸駅よりタクシーで約 8 分 (およそ 900 円)

車でお越しの方

- 常磐道 茨城方面よりお越しの方
流山 IC より約 6.5km、所要時間約 18 分
- 常磐道・東京外環自動車道 東京方面よりお越しの方
三郷 IC より約 7.0km、所要時間約 20 分
- 無料送迎バス
南流山駅 (JR 武蔵野線・つくばエクスプレス線) より送迎バス約 5 分

千葉愛友会記念病院 無料バス 時刻表

	月～土		月～金	
	病院	南流山北口	病院	南流山北口
7時	-	40	00	05
	50	55	20	25
8時	05	10	40	45
	20	25	00	05
	40	45	40	45
9時	00	05	00	05
	20	25	20	25
	40	45	40	45
10時	00	05	00	05
	-	-	20	25
	40	45	40	45
11時	00	05	00	05
	20	25	20	25
	40	45	40	45
12時	00	05	00	05
	20	25	20	25
	40	45	40	45
13時	00	05	00	05
	20	25	20	25
(土) 最終便	40	45	40	45

※土曜日は、病院発 13:40
南流山駅北口発 13:45
が最終便です。
※日・祝祭日・年末年始は運行致しません。

快適にご乗車いただくため、バス乗車時には以下の事柄をお守りください。

- ※安全運行のため途中下車・途中乗車はできません。
- ※走行中は席を立ったり、運転士に話しかけたり、窓から手や顔を出さないでください。
- ※携帯電話は電源を切るかマナーモードに設定し、通話をご遠慮ください。
- ※乗車中の飲食・喫煙はご遠慮ください。
- ※所要時間は病院行き・南流山駅行き北口共に通常 5~6 分ですが、道路事情により遅れることがあります。ご了承ください。
- ※南流山駅は北口タクシー乗り場の前方に停車します。
- ※南流山駅北口は長時間駐車ができないため到着後、すぐに発車します。

千葉愛友会

だより

VOL. 19
2019.10

2019年 第19号
発行日：2019年 10月
[編集発行] 広報委員会
千葉県流山市鱒ヶ崎 1-1
電話 04 (7159) 1611(代表)
<http://chibaaiyu-kai.com/>

院長 石塚 朋樹

近年、スマートフォン(スマホ)が我々の生活に深く関わるようになってまいりました。当院でもこの8月から小児科の予防接種、乳児検診をインターネットで予約できるサイトを立ち上げましたのでスマホで予約が取れるようになりました。以前は電話での対応のみでしたので24時間予約できる環境は皆様にとって利便性が良くなったと思います。

スマホの元祖 iPhone が発売されたのが2007年ですから、わずか12年で世の中がガラッと変わってしまった感じがいたします。スマホの進化により便利になった面が多々ありますが、歩きスマホやスマホ依存と言った負の面もあります。今回はスマホ依存、特にゲーム障害についてお話ししたいと思います。

ゲーム障害は一般的にはゲーム依存とも呼ばれています。ゲームに没頭し時間や頻度を制限できず、ゲームを最優先にしてしまい生活に問題が生じてゲームがやめられない状態をゲーム障害と診断し「病气」としての対応を要する若者が増えています。従来のゲームは「ゲームオーバー」つまりゲームの終わりがあったのですが、近年のオンラインゲームは際限なく続けられるものがあり、やめにくく依存性が高いこと。スマホは個人で持ち歩くのでゲームをやると思えば自由にどこでもできてしまうことが依存症を生みやすい原因となっています。ゲームを始めたころは得点を入れる、敵を倒す、課題をクリアするなど、上手くいくと高揚感が得られるので繰り返しゲームをやりたくてしまいます。その後、限度を超えてしまいますとゲームをしないことでイライラしたり不安になるためゲームがやめられなくなってしまおうそうです。

アルコール、タバコ、ギャンブルといった依存症と比べるとゲーム障害は未成年者に多いというのが特徴です。テレビゲームが世の中に出回ってからというもの、子供達がゲームばかりやるため親御さんの頭を悩ませてきましたが、ゲーム機を取り上げたりして長時間の連用を防いできました。しかしスマホはそうもいかず、親の目を盗んで夜中まで布団の中でもゲームができてしまうのです。夜中までゲームをしていれば翌朝は起きられず、遅刻、授業中の居眠り、学習意欲低下を引き起こし学業にも響いてしまう事がわかっています。さらに運動不足になりやすく、食事は空腹をしのげれば何でもよく、ゲームをしながらでも食べられるスナック類を多量に摂取するなど栄養面での偏りも目立つようになります。

このような状況に陥らないよう依存症に関しては予防が最も大切です。いくら目を光らせていても全くゲームができないようにするというのは難しいでしょう。ですからスマホを使用するにあたり一定のルールを幼少時期から守らせることが重要だと思います。便利なものが一転して未成年者に負の影響を及ぼさない為に今一度スマホの使用方法についてお考え下さい。

病院理念

地域の人々に信頼され、
選ばれる病院

基本方針

- 患者様の権利・意思を尊重し、信頼される医療を提供いたします。
- 患者様が安全で安心できる医療に努めます。
- 医療人として自己研鑽し、医療の質向上に努めます。
- 地域基幹病院として、救急・周産期・小児医療の充実を図ります。
- 地域の関係機関と連携し地域医療に貢献いたします。

脳神経外科のご紹介

当院脳神経外科ならではの利点を二つ御紹介します。まず一つ目は病棟についてです。当院には急性期治療を行う一般病棟の他に、地域包括病棟、回復期病棟、療養病棟など複数の病棟があります。このシステムは脳梗塞や脳出血など脳卒中の患者様にとって大きなメリットがあります。例えば急性期病院であれば脳梗塞で入院し急性期治療が終了すると2ヶ月以内にリハビリ専門病院・病棟に転院しなければならず、転院できなければその後の医療保険下での集中的なリハビリ治療を受けることができなくなります。



副院長 川崎 剛

以前私は急性期病院に勤めておりましたが、緊急手術をして点滴治療をして術後肺炎など感染症の治療をしていると、あっという間に2か月経ってしまいます。リハビリ専門病院は脳外科医が少ないことが多く、状態が安定しないと受け入れられないため、結果的に2か月が経過してしまいその後のリハビリを半年間受ける権利を失ってしまう患者様を何名も見てきました。当院では急性期治療の後に、療養環境や主治医が変わることなく「発症から2ヶ月以内」という制限に縛られず、引き続き回復期病棟でリハビリ治療を行うことができます。

二つ目は日常診療に漢方治療を併用することです。私の外来には毎月400～500人の患者様が訪れます。多くの方が慢性的な頭痛やめまい、しびれといった症状に悩んでいます。もうすでに薬を飲んでいるが良くならない、妊娠中で薬を飲みたくないなど西洋医学の限界を感じることもしばしば。私自身、以前は漢方など気休めと考え全く処方したことがありませんでした。10年ほど前になりますが、慢性的なめまいで頻繁に入院する患者様を担当しており、あらゆる検査で異常が無くどんな薬も効かず途方に暮れておりました。たまたま読んだ医学雑誌に漢方薬のことが書いてあり、「漢方でも出してみようか」とダメ元で補中益気湯を処方してみました。これが大変効いてすっかりめまいも治まり、それ以来入院することがなくなりました。漢方診療を始めた多くの先生がこのようなビギナーズラックを経験しているようで、私もこれをきっかけに漢方の勉強を始め日本東洋医学会認定医を取得し日々研鑽しております。私は金曜日午後に漢方外来を担当しており、更年期や不安焦燥感など脳外科以外の領域にも漢方治療をしておりますので、何かお困りの時は遠慮なく御相談下さい。



健診センターより

日本の予防医療は大きな波が3つあり、1つ目は大正から昭和初期のワクチンの発明、2つ目は戦後の経済復興期に誕生した人間ドック、そして3つ目が2008年度より始まったメタボ・特定健康診査・特定保健指導です。

人間ドックは1954年7月12日に国立東京第一病院(現国立国際医療研究センター)で始まりました。人間ドックの『ドック』は船の修理や点検、建造する施設である『dock』が由来であると言われています。これは船が次の航海でも事故を起こすことがないようにドックでメンテナンスを受けることと、病院に入院して精密検査を受け身体のメンテナンスを受けることを重ねたことから名づけられました。

人間ドックは宿泊型の健康診断のため、開始当初はプルドックまたはブルジョア・ドック(お金持ちの健康診断)と呼ばれて、受診者は企業の代表者や政治家が中心でした。6日間の入院で約1万2千円(現在換算で約120万円)だったからです。それが次第に社長から重役、重役から部長、部長から課長と、だんだん広がり、今は大衆化しました。学会等で検査項目が見直され、高額な入院型のドックから安価な日帰りドックの台頭もあり、希望すれば誰でも受診出来るように世の中が変貌していきました。

さて、当院健診センターでは、日帰り人間ドック、生活習慣病予防健診、特定健診、労働者には法律で義務付けられている定期健康診断等さまざまな健康診断を実施しています。年間に来院される方は延べ約10,000名。6月中旬より8月末までは流山市の特定健康診査を実施し、この2ヶ月半という短い期間に約1,100名が受診されました。夏が終わり涼しくなると更に受診者が増えてきて、インフルエンザの予防接種の時期にピークを迎えることになります。

病気の早期発見・早期治療を指針に健診センター職員一丸となって社会貢献を継続していきたいと思っております。



病院の花壇リニューアル

診療情報管理室 主任 小瀬村 洋子

病院裏の薬局入口にある花壇をリニューアル致しました。正面玄関には、スロープを降りたところへプランターを置きました。

今回植えた花は…

正面玄関プランター

- なでしこ ●かすみ草

薬局入口花壇

- マリーゴールド ●ペチュニア ●日日草 ●コキア

患者様によるこんでもらえる花壇づくりに試行錯誤中です。来院された際には、少し目を向けて頂ければと思います。

