

健康ライフさかい

社団法人堺市医師会

〒590-0953 大阪府堺市堺区甲斐町東3-2-26 TEL 072-221-2330

ホームページ <http://www.sakai-med.jp/>

●特集

わかりやすい
高血圧のお話

●ご存じですか？

- ・小児救急
- ・COPD

●健康Q&A



発刊にあたって

堺市医師会会長 樋上 忍

堺市医師会の会員は、医院や病院での地域医療活動を通じて市民の皆様の健康保持や増進に日夜努力しています。

また、高齢化の進展に伴い在宅医療も積極的に進めているところであります。さらに、学校医として児童・生徒の健康管理、健康教育、急病診療センターへの出務、保健センターへの出務、介護認定審査会への出務、地域産業保健センターでの産業医活動等、様々の活動を通して、市民の皆様の保健・医療・福祉の向上に携わっていきたいと考えております。

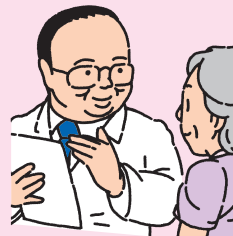
この度、市民の皆様に最新の医学情報を提供する「健康ライフさかい」を発行することになりました。医学・医療情報はインターネットをはじめ、様々のメディアから入手できますが、健康の回復・増進については治療よりこれからは「予防医学」が重視される時代になってきています。自分の健康は自分で守る「セルフメディケーション」が大切ということです。

この情報誌を通じて市民の皆様の健康保持増進に寄与させていただくと共に、もしも病気になってしまった時も私達医師と共に、協働作業として病気を克服していくことを願って、発刊にあたっての挨拶とさせていただきます。皆様と共に健康都市さかいを目指し、幸せな人生が送れることを願ってやみません。



第1回

わかりやすい 高血圧のお話



よく診察室で患者さんとお話している
血圧に関するよもやま話をまとめてみ
ました。よろしければお気楽に読んで
みて下さい。

大阪大学医学部 臨床教授
日本高血圧学会指導医
(医) 錦秀会 阪和第二泉北病院 院長
守口 篤

1

ひそかにからだを痛めつけていく 高血圧

高血圧は静かなる殺人者（サイレントキラー）と呼ばれます。自分のからだの異常を感じるようになる頃にはすでに全身の大切な臓器（脳、心臓、眼、腎臓、血管など）にダメージが相当程度進んでおり、突然、脳卒中（脳出血、脳梗塞、くも膜下出血）や心筋梗塞、腎不全などを発症することが多いからです。（図1）

高血圧が十分に治療されていなかった昭和30年～40年頃までは脳卒中で倒れた人が身の回りにたくさん

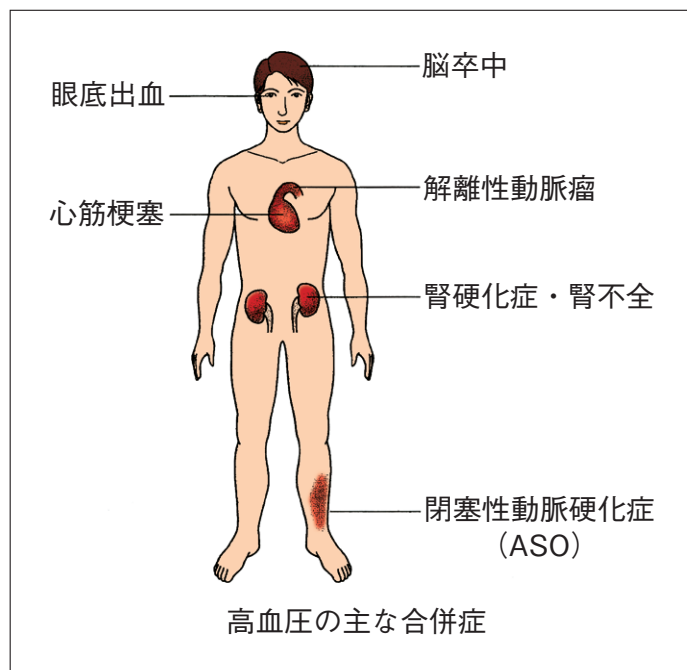


図1

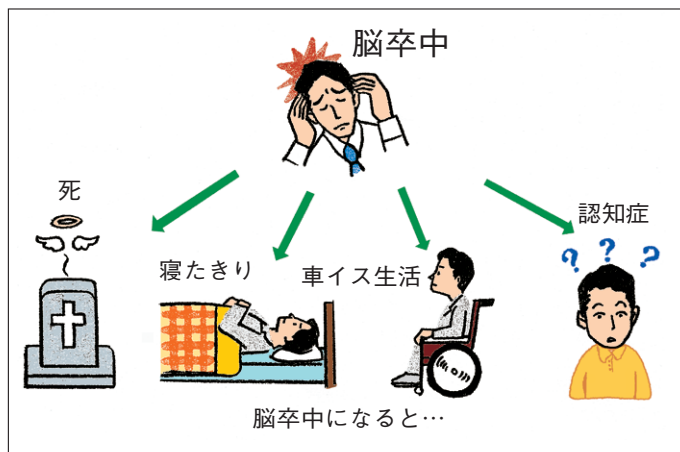


図2

いた事を実感されている方も多いのではないでしょう
か。最近では野球の長嶋茂雄さん、サッカー日本代表
の監督であったオシムさんなどが脳卒中（脳梗塞）を
発症されたことや、小渕恵三首相の脳卒中による突然
の死亡は記憶に新しいところです。

また、寝たきりの原因で一番多いのは高血圧による
脳卒中であり、手足の麻痺などの症状は出ないけれど
も小さな血管のつまりによる脳梗塞は皆さんが恐れる
認知症の大きな原因のひとつです。

高血圧と同様にひそかにからだをむしばんでいく病
気に糖尿病と高コレステロール血症があることも良く
知られていますが、それらのなかでも高血圧は特に該
当する人が多く、日本には4000万人以上いると推定さ
れています。日ごろ病気をしたこともない、医者にな
んかかかったこともないという元気な人が突然、脳卒

中や心臓病で倒れたりするのは高血圧が大きな引き金になっているのは間違いのないところです。(図2)

2 上の血圧、下の血圧ってなに？

近頃は自宅に市販の血圧計を買ってきて定期的に自分の血圧を測定される人が増えてきています。また、健康診断や人間ドックを受けたときや病院を受診したときに血圧は必ず測定してもらっていると思います。「〇〇さんの血圧は140と80ですよ」などと言われることが多いと思いますが、このとき最初に言われるのが収縮期血圧（上の血圧、心臓が収縮して全身に血液を送り出すときの血圧）で次に言われるのが拡張期血圧（下の血圧、心臓が拡張して血液をためているときの血圧）です。

余談ですが腕に腕帯を巻いて、その中に送り込んだ空気を抜きながら、聴診器で肘の動脈の音を聞いて血圧を測定する方法が発明されたのは、ほんの100年ほど前なのです。つまり19世紀以前は血圧の測定がされていなかったのです。

3 自分の血圧を知りましょう (図3)

現代はボタンひとつで血圧が測定できる自動血圧計がたくさん発売されています。病院の外来などには腕を突っ込んだら自動で測定しプリンターで数値が出てくる便利なものもありますね。もし血圧計をこれから



図3

買おうとか新しいものを買直そうと考えてる方がおられましたら、できるだけ上腕（肘より上）に腕帯を巻くタイプの血圧計を買ってください。手首や指先で測る小型で便利そうに見えるものもありますが、使い方に十分慣れないと非常に誤差（変動）が大きくなり、正確に測定できない可能性があるからです。

血圧に注意が必要な人は、できれば朝と夜の2回くらいは測ってほしいと思います。朝は、眼がさめてトイレに行ってから座って血圧計で2-3回測って下さい（お薬を飲む前に）。血圧と脈拍について、測った数値を記録しておくようにして下さい。夜は夕食前でも寝る前でもかまいませんができるだけ同じ時間帯に測るようにして下さい。定時の測定以外にも頭痛やめまい、ふらつきなどの症状があるときにはぜひ血圧を測ってみてください。

4 血圧が高いとされるのはどのくらいから？

さてこのようにしてさまざまな状況下で自分の血圧がわかってきました。どのくらいの数値なら血圧が高いと考えられるのでしょうか？ 一般的には病院や診療所で測ったときは140/90 mmHg以上、家庭での測定では135/80 mmHg以上が高血圧の基準とされています。これは上の血圧、下の血圧のどちらかでもこの数値を超えていたら血圧が高いと理解してください。

このくらいで高血圧と言われたら少しきびしいのじゃないかと思われるかもしれませんが、たくさんの人の血圧と病気や死亡との関係を長期間にわたって調べた結果から、人間のからだにとって一番理想的な血圧は120/80 mmHgくらいであることがわかってきたのです。

もちろん、血圧はさまざまな状況によって変わります。運動したり、興奮したり、お酒を飲んだり、お風呂に入ったりいろいろな条件により上がったり下がったりします。また、病院や診療所で測るときは緊張して高くなることもしばしばみられます。こ

いうことから一度や二度の測定で血圧が高いからといって一喜一憂することはありませんが、できるだけ家庭でも血圧を測定する機会を多くして、自分の血圧は日頃どのくらいなのかをきちんと意識しておくことが大切です。そして平均していつも血圧が基準値より高い場合は、一度かかりつけの医師に相談してください。

5

血圧が高くても症状が なにもないものでしょうか？

最初にお話しましたように「静かなる殺人者」と呼ばれる高血圧は自覚症状が少なく進行していきませんが症状の感じ方には個人差もあります。もし次に述べるような症状が思い当たれば高血圧を少し気に留めて頂いた方が良いかもしれません。

- ① 頭痛、頭重感、肩こり：自覚症状として最も多く見られる症状です。肩のこりがひどい、頭の後ろに重しが乗っているようだと感じる人が多いようです。また、ズキンズキンとした血管の拍動を感じるような場合もあります。しつこい頭痛や頭重感には注意が必要です。
- ② めまい、ふらつき、耳鳴り：これらの症状はメニエル病などの耳の病気が原因とされることが多いのですが、高血圧や低血圧といった血圧異常の症状でもみられます。高血圧の場合は、からだが浮いている感じとか、ふわふわする感覚を自覚されることが多いようです。
- ③ 動悸、息切れ、胸の痛み：心臓や肺に異常が起きると、これらの症状が出る場合があります。高血圧が進行して心臓肥大となり、心不全や狭心症、心筋梗塞を起こしかけている場合もあります。
- ④ むくみ、手足のしびれ：高血圧により腎臓の働きが低下しむくみ（浮腫）が出る場合があります。膝から下の部分がむくむことが多いのですが、全身に出現することもあります。中高年の女性に多い印象があります。また、手や足の動脈が細くなって血のめぐりが悪くなって手足のしびれや冷たい感覚を自覚

することもあります。

ここに挙げたような症状は必ずしも高血圧のみに認められる症状ではありませんが、高血圧をきちんと治療することにより頭痛やひどい肩こりから解放され「本当に楽になりました。」

と喜ばれる方がかなりおられるのも事実です。なにごととも早期発見が大切ですので、自分の体調の変化に日頃から注意していただき、自己判断せずに遠慮なく専門科の医師に相談するようにしましょう。（図4）

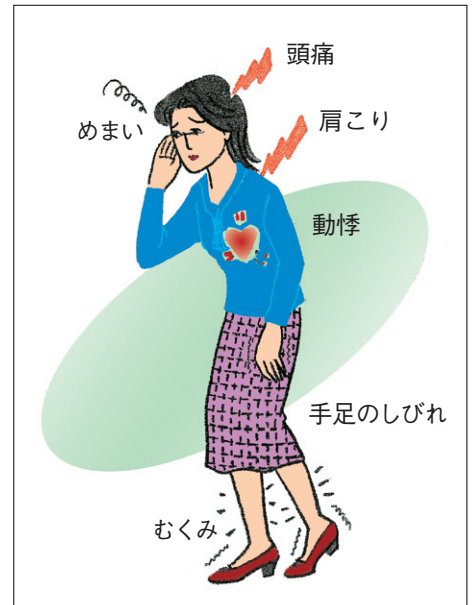


図4

6

どうして高血圧になるのですか？

これは非常に難しい質問です。腎臓病やホルモンの異常による特殊な高血圧をのぞいて90%以上の方の高血圧は本態性高血圧と呼ばれます。「本態性」というむつかしそうなことばですが、要は原因が不明ということなのです。しかし、ひとつの原因では説明できませんが、高血圧になりやすい人にはそれなりの理由があります。

まずは遺伝的体質です。親や兄弟が高血圧だとするとそれだけ自分も高血圧になりやすい体質と言えます（これは糖尿病や高コレステロール血症にも同じことがいえます）。次は日頃の生活習慣です。味噌や醤油などの濃い味が好きな人（塩分の摂りすぎ）、肥満（カロリー摂りすぎ）、運動不足、タバコ、アルコールの飲みすぎなどが高血圧の大きな原因と考えられます。

このように、生まれつきもっている遺伝的体質と、生まれてから身につけた生活習慣が大雑把に言えば半

半分分関わって高血圧になると考えてください。遺伝的な素質はともかくとしても生活習慣は自分の努力で改善が可能なものです。高血圧の予防やこわい合併症の進行防止にはこの悪い生活習慣を改善しないといけないのは当然ですよね。

7

いったんクスリを飲み始めると一生飲まないといけないのでしょうか？

健診や人間ドックで血圧が高いといわれ初めて私の高血圧外来を受診された方からよくこのように尋ねられます。「高血圧は気になるけれども、この先ずっと血圧を下げるクスリを欠かさずに飲まないといけないのか」と不安に感じられる方が多いのですね。もっともなことだと思いますが、このように聞かれる方によくお話をうかがってみますと、ビタミン剤や健康食品、その他の（怪しげな？）サプリメントなどを通販で買ってまめに飲まれている方が案外多いのです……。私からすれば健康食品やサプリメントに頼るよりも血圧や糖尿病のお薬をきちんと服用していただきたいのです。

高血圧に限らず糖尿病や高コレステロール血症などは完治するとか治癒するというたぐいの病気ではないのです。「コントロール」するということばをよく聞かれると思います。高血圧も糖尿病も治療によって長期間にわたって血圧をコントロールし、血糖値をコントロールするのです。それゆえ「生涯治療」ともよばれるのです。ただし、治療の目的は血圧や血糖の数値のコントロールだけが目的ではなく、その先にあるこわいこわい合併症の予防が目的なのです。そのための一助となるのがお薬なのです。先に述べた悪い生活習慣を正すことが一番大切なことであるのは言うまでもありません。

生活習慣が改善されれば体質が改善され、血圧が下がってきたりお薬の効きがよくなってきたりすることもしばしばあります。こうなればしめたもので、お薬の数や量を減らすことができたり、場合によってはお薬がいらなくなる（休薬できる）こともあります。だ

から絶対に一生飲み続けなければならないと不安に思わないで下さい。ただ、自己判断でお薬を飲んだり飲まなかったりということだけは禁物です。必ず担当医と相談の上でお願いします。

8

元気で長生きし「ピンピンコロリ」をめざしましょう

私の外来に102歳になっても元気に歩いて毎月通院されている女性の患者さんがいます。私の自慢の患者さんで、もちろん高血圧のお薬はきちんと服用されています。その患者さんは尊厳死協会に入っておられ、「万一何かあっても延命治療はしないでできるだけ自然にお願いします。」と常日頃から望んでおられます。「〇〇さん、まだまだ、“お迎え”は来そうにないですね。他の患者さんの目標にもなりますから、いつまでも元気で長生きしてください。」と笑ってお話しています。

いのちは永遠ではありませんが、できれば脳卒中や心臓病、認知症にならず、人生の最後まで自分のことは自分でできるような生き方は誰もが望んでいることです。できる限り元気で長生きし「最後はポックリ」とか「ピンピンコロリ」というのが理想的ですよね。このように健康寿命を延ばすためにも高血圧や糖尿病はお医者さんと相談してきちんとコントロールするようにところがけましょう。（図5）

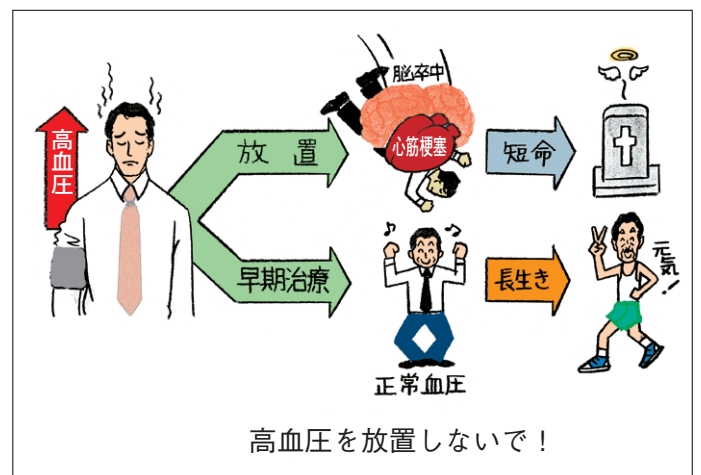


図5

小児救急について…

子どもが急変して心配しない親はどこにもいないと思いますが、どのような時に救急受診をすればいいのか。

少しでも早く見てほしいと思う親の気持ちは非常によく分かりますがみんなが同じような対応をとり

ますと小児救急は破綻してしまいます。

出来るだけ以下のように子どもさんの状態を見て対応してください。

1) 今すぐにでも受診したい時とはいわゆる救急のときです。：子どもに呼びかけをしても返事がない（意識が無い）などいつもと違う顔つき（表情）（脳に病気のある髄膜炎、脳炎や頭の外傷、重症の脱水）の時は救急です。我慢できない痛み（腹痛、頭痛、耳痛その他の痛み）も救急です。息苦しさの代表は喘息です。唇の色が悪く、あえぐ様な息づかいや胸の痛みのある時は救急です。はげしい吐き気や下痢によっ



て脱水状態（ぐったりしている、目がくぼんでいる）や鼻出血（20分以上）など出血が止まらないなど救急で診てもらわないといけなんでしょう。またけいれんでは子どもの場合熱性けいれんが一番多いですが、初めてのけいれんのときはけいれんが治まっても診てもらった方がいいでしょう。

2) 出来ればすぐに受診したい（発熱時の対応です）：発熱時の受診ですが39度以下で食欲があり、機嫌などが悪くなければ24時間以内にかかりつけ医を受診すればい

いでしょう。しかし40度以上では一応、救急を受診した方がいいのではないのでしょうか。また39度台では本人がつらそうであれば救急受診も必要でしょう。



3) 一応受診しておきたい：救急ではないので普通の診療時間に受診して下さい。

1) の意識がない時やけいれんが5分以上続く場合は救急車を呼んでください。

救急外来では状態の悪い子どもさんを最優先に診療対応していますので、救急車を利用したから早く診てもらえるわけではありません。そのことを十分ご理解の上、緊急時は救急外来を受診して下さい。

（小児科医会 楠本）



COPDについて…

COPDとは慢性閉塞性肺疾患のことで、タバコの灰の粒子や大気汚染などの吸入によって肺に炎症が生じ気流制限（息苦しさ）が進行する病気です。肺の炎症は咳や痰



として、気流制限は坂道や階段での息切れとして自覚しますが、病状の進行がゆっくりであるためご本人が「気のせい」で済ませてしまうケースが少なくありません。ですから、息苦しさを感じていないからと言ってCOPDではないとは言えません。日本人の疫学調査で、約530万人もの人がCOPDに罹患していると予測されたのに対し、まだ約22万人しか治療を受けていない事がわかりました。言い換えるとCOPDの患者さんの90%以上の方がまだ自分の病気に気付いてないことになります。また、厚生労働省の死亡者数の統計では現在COPDは死因の第10位ですが、2020年には全世界の死因の第3位になるとWHO（世界保健機構）は警告しています。

堺市医師会では地域の基幹病院と協力して、市民の皆さんのCOPDへの関心が高まり少しでも早い段階で適切な治療を受けられる様、統一した問診表や治療法のガイドラインを作成し診療所と病院との連携を深める取り組みを始めました。

COPDの診断は、肺活量などを測る肺機能検査、胸部レントゲンやCTなどで行ないます。

治療上最も重要なことが禁煙です。タバコを吸い続ける限りCOPDの病状は進行します。

COPDの気流制限を完全に治す治療法はありませんので、一日でも早く禁煙する事をお勧め致します。最近では、貼り薬の禁煙補助剤の他に飲み薬も保険適応になり禁煙成功率も向上して



います。COPDの方は通常の風邪でも肺炎など重症化し易い特徴がありますので、インフルエンザワクチンや肺炎球菌ワクチンなども積極的に受けて下さい。息苦しさを少しでも自覚しているなら我慢せずに治療を受けましょう。長時間作動型抗コリン薬と呼ばれる吸入剤は、心血管系などへ負担を掛けない安全な形で息苦しさを自覚症状を改善しCOPD全体の死亡率を減少させる効果が認められています。在宅酸素療法では、息苦しさによる生活の質の低下を改善し生命予後を延長します。その他、呼吸リハビリや手術療法などの治療法があります。お近くの医療機関へご相談下さい。

（内科医会 神谷）



健康Q&A

Q 15歳の娘がいます。
子宮頸がんを予防するワクチンがありました。

A 子宮頸がんは20歳～30歳代で急増しています。自覚症状がないため、しばしば発見が遅れます。

子宮頸がんは発がん性ヒトパピローマウイルス（HPV）の感染が原因です。発がん性HPVは、多くの場合、性行為により感染しますが、全ての女性の約80%が一生に一度は感染するという報告があるほど、とてもありふれたウイルスです。発がん性HPVには15種類ほどのタイプがあり、その中でもHPV16型、18型は子宮頸がんから多くみつけるタイプです。

発がん性HPV16型、18型の感染を防ぐワクチンがあります。

ワクチンを接種する対象年齢は10歳以上、十分な予防効果を得るためには3回の接種が必要です。注射は腕の筋肉にします。

3回の接種で現時点で成人女性で6.4年（平均5.9年）予防効果が続くことが確認されており、現在も接種後の経過観察が続けられています。

3回の接種の途中で妊娠した場合には接種は継続できません。

主な副作用については、接種された約10%の方に、注射部位のかゆみ、痛み、発赤、胃腸症状（吐き気、嘔吐、下痢、腹痛など）筋肉の痛み、関節の痛み、頭痛、疲労があげられますが、いずれも軽微で危篤な副作用は現在のところ報告されていません。

堺市では子宮頸がん予防ワクチンの接種費用が年齢により一部助成されることになりました。



（産婦人科医会 清水）

Q 76歳になる母は現在一人暮らしをしています。最近物忘れを気にしており、認知症ではないかと心配しています。難聴以外、日常生活で特に困ることはないのですが、そう言われれば、私が電話で用件を伝えても忘れてしまうことが多くなったように思います。母は、やはり認知症の始まりでしょうか？

A 一般的に言えば、物忘れといっても、次のような場合は必ずしも病的とはいえません。

1. 物忘れしやすいことを自覚している。
2. 後で思い出したり、記憶がよみがえる。
3. 今自分がどこにいて、日時がわかっており、身近な人が誰であるかもわかっている。
4. 日常生活に支障がない。
5. 急に物忘れがひどくなっているわけではない。

お母様の場合も明らかな認知症とまではいえないように思いますが、念のため、専門医に診てもらうことをおすすめします。

ところで、あることが記憶に残るためには、見たり聞いたりしたことに注意を向けることが前提になります。高齢者では、視力、聴力、注意力が衰えていることが多く、相手を見て、はっきりした声で話しかけ、しっかりと注意をこちらに向けてあげることが大切です。電話の場合は特に用件が伝わりにくいということはありません。また、認知症の初期には、無気力で、ぼんやりと何もせずに過ごすことが多くなるという方もおられます。一見うつ病のようにも見えますが、本人はあまり自覚していないことが多いようです。このような状態がないかも気をつけて見てあげてください。



(精神科医会 千頭)

Q 一日にどのくらいおしっこが 出ればいいのですか？

A 食べたり飲んだりした水分は、小腸や大腸から吸収され血液として腎臓に流れていきます。腎臓は体内の水分量を一定にする臓器で、水分は体の老廃物と一緒に尿になって排出されます。摂取した水分が過剰になると余った水分は早く尿になって出て行きますし、体が水分不足になっているときは、まず体に吸収されあまり尿は出てきません。

一般的には1000mlから1500mlの尿量があれば正常とされています。もちろん1500ml以上の尿量のある方が異常というわけではありませんが、1日3000ml以上排尿される方は糖尿病や甲状腺などの病気が隠れている場合がありますので一度かかりつけの先生に相談されるのが良いでしょう。心臓や腎臓に病気がなく尿量が一日1000ml以下の方はもう少し水分を積極的に取ったほうが良いかもしれません。



(泌尿器科医会 菅野)



社団法人 堺市医師会

訪問看護ステーション

- 看護師が訪問し、住み慣れた我が家で安心して療養生活が送れるようサポートいたします。
- 病院・施設・診療所の医師の指示に基づいて訪問看護サービスを提供いたします。
- 介護負担のある方、心配なことがある方はご相談下さい。

営業時間：平日（月～金曜日）9:00～17:00



■ 各ステーションの連絡先



訪問看護ステーション堺

〒590-0953
堺市堺区甲斐町東3-2-26
堺市医師会館5階
TEL/072-222-5511
FAX/072-222-5850



訪問看護ステーション西

〒593-8325
堺市西区鳳南町4-444-1
鳳保健文化センター3階
TEL/072-260-2750
FAX/072-260-2760



訪問看護ステーション東

〒599-8112
堺市東区日置荘原寺町195-1
東保健福祉総合センター4階
TEL/072-286-2460
FAX/072-286-2470



訪問看護ステーション南

〒590-0105
堺市南区竹城台1-8-2
介護老人保健施設いずみの郷内
TEL/072-290-3111
FAX/072-290-3112

堺地域産業保健センター

健康相談窓口の設置一覧表

平日	開設場所	開設日	開設時間
	堺市医師会館 別館 大阪府総合労働事務所 南大阪センター	第1,2,4,5火曜日 第3火曜日	14:00～16:00 14:00～16:00
休日	開設場所	開設日	開設時間
	おおとりウィングスダイエー鳳店1階	第1土曜日	14:00～16:00
	泉北センター1階(泉ヶ丘駅ビル内)	第2土曜日	14:00～16:00
	堺東高島屋3階(堺東駅ビル)	第3土曜日	14:00～16:00
夜間	開設場所	開設日	開設時間
	サンスクエア堺(堺市駅前)	第1木曜日	17:00～19:00
	新金岡エブリー3階	第2水曜日	17:00～19:00
	おおとりウィングスダイエー鳳店1階	第3木曜日	17:00～19:00
	泉北センター1階(泉ヶ丘駅ビル内)	第4水曜日	17:00～19:00

労働者50人未満の事業場では、産業医の選任義務がなく、労働者に対する定期健康診断後の健康指導や健康相談そして、職場巡視、作業環境管理などの産業保健サービスを十分に提供できないことがあります。また、深夜に及ぶ残業や休日出勤などの過重労働による心の健康問題が、労働者やその家族に与える影響は近年ますます問題となってきています。

堺地域産業保健センターでは、健康相談窓口、個別訪問指導、産業保健情報の提供、長時間労働者への面接指導、メンタルヘルス・生活習慣病の予防対策等の講演の業務を無料で行なっています。ぜひ当センターをご利用いただき労働者やその家族の健康の保持増進、企業の健全な育成にお役立てください。相談や保健指導などで知り得た情報は、個人情報保護法に基づき、厳守いたします。



社団法人 堺市医師会

堺看護専門学校



沿革

1962 阪南准看護学院開設(有志会員)
1966 堺市医師会附属阪南准看護学院
1973 堺市医師会附属堺准看護学院
1985 堺看護専門学校

医学や看護技術が進歩し、それが医療現場に導入されようと、心身を病める人

に接する時、その人の気持ちを理解するためには、「心」で接することが大切です。人間としての喜び、悲しみ、苦しみ等をいかに相手とわかちあえるかが看護職の大切な要素になってきます。自分の生命感、倫理観をしっかりと持ち、それを自分の中で育てていくと共に人間として成長していただきたい、それが生命にたずさわる仕事につくものの責務であると思います。

学校長 樋上 忍

- 看護高等課程 准看護科 准看護師になるコース
- 看護専門課程全日制 看護第1学科 看護師になるコース
- 看護専門課程定時制 看護第2学科 准看護師から看護師になるコース

〒591-8021 堺市北区新金岡町5-10-1

TEL 072-251-6900 FAX 072-251-3377 <http://www.sakaikango.jp> Email:office@sakaikango.jp



介護老人保健施設は、利用者の尊厳を守り、安全に配慮しながら生活機能の維持・向上をめざし総合的に援助します。また、家族や地域の人びと・機関と協力し、安心して自立した在宅生活が続けられるよう支援します。

□包括的ケアサービス施設

利用者の意見を尊重し、望ましい在宅または施設生活が過ごせるようチームで支援します。そのため、利用者に応じた目標と支援計画を立て、必要な医療、看護や介護、リハビリテーションを提供します。

□リハビリテーション施設

体力や基本動作能力の獲得、活動や参加の促進、家庭環境の調整など生活機能向上を目的に、集中的な維持期リハビリテーションを行います。

□在宅復帰支援施設

脳卒中、廃用症候群、認知症等による個々の状態像に応じて、多職種からなるチームケアを行い、早期の在宅復帰に努めます。

□在宅生活支援

自立した在宅生活が継続できるよう、介護予防に努め、入所や通所などのサービスを提供するとともに、他サービス機関と連携して総合的に支援し、家族の介護負担の軽減に努めます。

□地域に根ざした施設

家族や地域住民と交流し情報提供を行い、さまざまなケアの相談に対応します。市町村自治体や各種事業者、保健・医療・福祉機関などと連携し、地域と一体となったケアを積極的に担います。また、評価・情報公開を積極的に行い、サービスの向上に努めます。



〒590-0105 堺市南区竹城台1丁8番2号
TEL 072-290-2277 FAX 072-290-1300
平成12年7月開所
入所80名 通所40名
敷地面積4305㎡ 延床面積4413㎡
介護保険事業所番号 2750180115

急病診療センター

宿院急病診療センター



泉北急病診療センター

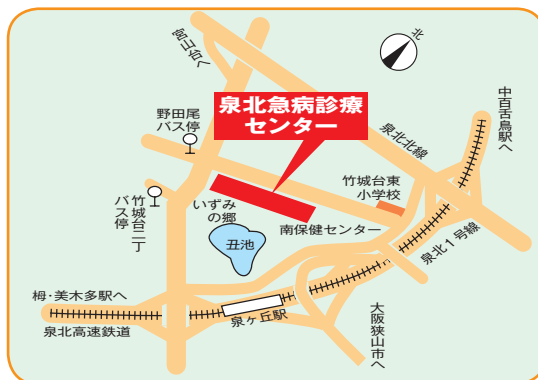
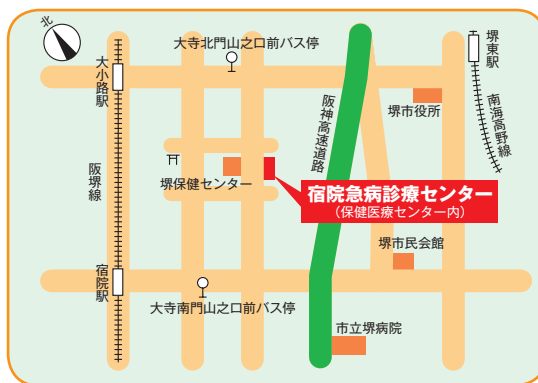


日頃からかかりつけ医を持ち、診療所等の診療時間帯にできるだけ早く受診したいですが、どうしても待てない病気もあります。休日・夜間の急に起こった病気のために2カ所の急病診療センターを設けています。

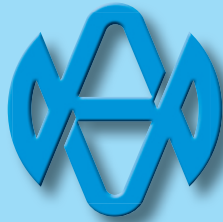
■診療日及び診療受付時間

施設名	宿院急病診療センター	泉北急病診療センター	
場 所	堺市堺区甲斐町東3丁2-6	堺市南区竹城台1丁8-1	
電 話	072-223-6170	072-292-0099	
診療科目	内科・小児科	内科	小児科
平 日			20:30～翌朝4:30
土 曜 日		17:30～20:30	17:30～翌朝4:30
日曜祝日	9:30～11:30 12:45～16:30	9:30～11:30 12:45～16:30 17:30～20:30	9:30～11:30 12:45～16:30 17:30～翌朝4:30
盆	診療は行いません (ただし、盆の期間中も、 日曜日であれば診療します。)	9:30～11:30 12:45～16:30	9:30～11:30 12:45～16:30 20:30～翌朝4:30
		※盆の診療期間は、8月13・14・15日です。	
年末年始	9:30～11:30 12:45～16:30	9:30～11:30 12:45～16:30	9:30～11:00 12:45～16:30 17:30～翌朝4:30
	年末年始の診療期間は、12月30日～1月4日です。		

初期症状の診療を行います。小児科は中学生以下の方が対象です。診療は受付開始時間の30分後からです。ただし、12時45分が受付開始時間のときは、13時00分から診療を始めます。診療日、診療科目、診療受付時間が各センターで異なりますので、ご注意ください。健康保険証、公費医療証(子ども医療証・乳幼児医療証・高齢受給者証など)をお持ちください。



※駐車スペースが限られているため、大変混雑することが予想されます。皆さまのご理解・ご協力をお願いいたします。



「健康ライフさかい」の感想をお聞かせ下さい。

堺市医師会では市民の皆様に広報誌「健康ライフさかい」を発行します。

今後、取り扱ってほしい健康情報や本誌のご意見ご感想をお聞かせください。

ご意見等をいただいた方より抽選で10名様に図書カード500円分をお送りいたしますのであなたの住所、氏名もお書きください。

なお、当選は発送をもってかえさせていただきます。個人情報（図書カードの発送以外）は使用いたしません。締切は発行月の2カ月後の月末となります。

宛先：堺市医師会「健康ライフさかい」係 FAX (072) 223-9609