



医療
法人 多胡クリニック

四季の調べ

第 74 号

発行所：多胡クリニック

〒708-1117 津山市草加部 955-1

TEL 29-7111

FAX 29-7113

公式HP



今年もよろしくお願いたします

多胡クリニック・まどか苑・居宅介護支援 スタッフ一同

2025



今年の干支「巳」
大谷清子(南桜)様作

「予約システム導入のお知らせ」

院長 多胡 卓治

多胡クリニックでは開院以来、来院順での受付を行ってきました。そのため患者様が早く診てもらうためには早朝から玄関前に並び、名前を書く必要がありました。長い待ち時間の中で「いつになったら呼ばれるの?」という不安やイライラした気持ちになる事もあったと思います。こうした課題を解決し、より快適な診療環境を整えるために令和7年1月6日(月)から予約システム「ドクターキューブ」を導入する事にしました。以下にポイントをまとめましたのでご覧ください。

「ドクターキューブのポイント」

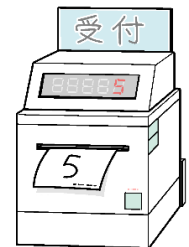
システム担当 鈴木 雄太

1. 受付がスムーズ

診察券に貼付されたバーコードやスマートフォンで表示したQRコードをかざすだけで受付が可能です。これに伴い、従来の受付用紙は令和7年1月5日(日)で廃止となります。

2. 呼ばれる順番がわかりやすい

受付時に発行された番号が待合室のモニターやスマートフォンに表示されるので、およそ何番目に呼ばれるのかを一目で確認できます。さらに、メールアドレスをご登録いただいた方には呼び出し5番前になれば通知が届きます(診療内容によって順番が前後する場合がございます)。



3. 選べる2種類の予約

- 順番予約：当日の8:30からスマートフォン等の予約サイトにて順番受付が行え、サイト上でリアルタイムに順番確認が可能です。もちろん直接来院されても順番受付が可能ですので当日8:00以降、受付にあるバーコードリーダーに診察券のバーコードをかざしてください(バーコードリーダーの受付では午前中に午後の順番受付は出来ません)。診察券やバーコードがない場合は受付にお申し出ください。



- 日時予約：事前に日時を指定してスマートフォン等の予約サイトから簡単に予約を取る事が出来ます(当日は不可)。スマートフォンをお持ちでない方は受付や診察時に予約ができますのでお申し出ください。予約サイトにてメールアドレスをご登録いただいた方にはリマインダーにより3日前と前日に予約確認メールが届くのでうっかり忘れ防止になります。また、風邪症状で受診される方は予約サイト内にある発熱外来の時間帯予約(当日のみ)を行いWEB問診の回答もお願いします。

ドクターキューブは患者様の院内滞在時間を短くする画期的なシステムです。導入により、効率的な受付と診療も可能になります。運用開始直後は患者様やスタッフが慣れるまで一部混乱する事があるかもしれませんが、何卒ご理解とご協力をお願い申し上げます。多胡クリニックは令和6年10月1日で開院28年目を迎えました。今後も患者様に寄り添い、信頼される医療を提供できるよう努力してまいります。

■ 寄稿

「アサギマダラを呼びませんか？」 阿波在住 南都 三代治様(78歳)

一昨年、近所の方が空き地になっていた水田に「フジバカマ」を植え、その秋に花が咲いたところ「アサギマダラ」という渡り蝶が数匹訪れ、蜜を吸っている光景を見せて頂きました。

それがきっかけで私も興味を抱き、苗を購入して植えたところ、昨年10月初めには、ついに我が家の「フジバカマ」も花を咲かせ「アサギマダラ」が飛んできて蜜を吸う姿を目にすることができました。



「アサギマダラ」は1000km以上もの長旅をする蝶です。春になると沖縄方面から日本列島を北上し、秋には再び南方の島々へ向かう旅を続けています。

4～5年前に新聞で、ある日本人が「アサギマダラ」の羽に名前と住所を書き込んだところ、その蝶が南の島で発見されたという記事を読み、この不思議な生態に関心を持つようになりました。

昨年はピンクの「フジバカマ」を5株植え、5匹の「アサギマダラ」が訪れてくれました。今春にはさらに株分けをして「フジバカマ」の数を増やしていく予定です。

飛んできた蝶は、羽を広げたときに約10cm弱の大きさで優雅に蜜を吸う姿が印象的です。



■ 寄稿

「第二の故郷津山」 紫保井在住 小林 剛様(73歳)

秋田市生まれ。創業者肝いり重点事業の一環として水と空気の綺麗な津山にメデア事業展開、大阪より転勤、結婚・・・と、46年目を迎えました。



港近くの生家は、高専と自衛隊(東日本大震災発生初期、港より全国の自衛隊が上陸、震災復旧中継基地として貢献)が近く津山とよく似ており、また昔から柵原鉱山関係で鉱山の多い秋田とも交流が深かったようで、すぐ地域に馴染むことができました。

メデア事業は衰退しましたが現役時代は幾多の困難にも多くの人に支えられ、津山発の商品をグローバルに供給することができました。

退職後は健康維持も考慮、素人ながら「里山の再生」を目指し農業を決意、コンボ・中古農機具を購入。2012年より2004年の広戸風で崩壊した勝央の松山林跡地を先輩OBの支援を受け再開発、柿・栗を植樹。2014年付近のバブル時代別荘地の名残(電気)を活用して太陽光発電を設置。2016年、地元OBの指導、支援で地域開発商品「岡山甘栗」を植樹拡大。里山ファミリー「福」として再生することができました。今日まで地域の多くの人々との繋がり・支援を受け、第2の故郷で毎日実り多き老後を過ごすことができています。



■ 寄稿

「今までとこれからを思う」

加茂町在住 平山 恵一様(75歳)

若かった時は病院と無縁

多胡クリニックにお世話になりだして、4年近くになります。「若いときは良かったなあ」とつくづく感じています。

加茂町役場時代の市町村共済の広報誌で長期間医療費の利用がない職員(共済組合員)を掲載していました。その中の3か年の欄に私の名前が掲載されたことがありました。酒好きで、健康に留意などしてなかった20代のことでした。

今は酒と無縁

今は、毎月病院にお世話になっています。

4年近く前、心房細動を患いました。手術か薬(生涯)といわれ、医師や子供に勧められて手術にしました。4日間入院の軽い手術で、快気しました。

そして、これを機に軽い気持ちで断酒を思い立ったのでした。酒とは関係のない病気でしたが、しかし、こんなに簡単にできるとは思わなかった。体が酒を欲しがらない。逆に、欲しがってくれるほうが、元気なのではないかとさえ思います。酒はやめたけど薬はやめられない。朝・夕食後の服薬と血圧測定が日課になってしまいました。



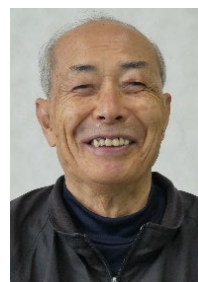
後期高齢者の仲間入り

そして、いつの間にか後期高齢者の仲間入りをしてしまいました。両親は早くして亡くしているが、叔父叔母などの親族や身近な人も段々といなくなり寂しい想いの昨今です。

変わりゆく地域の仕来り

高齢者となった今、若い時と比べて、いろんな面で随分変わったなあと感じています。

葬儀や結婚などの慶弔事は、親族と共に近隣(講組)が参画していました。特に葬儀は講組が仕切っていました。それが段々と式場で行うようになるとともに、講組の役割も少なくなっています。コロナ禍で、式場の都合もあって、ごく近親者のみで執り行うようになりました。私はコロナ禍が去って、元には戻らないのではないかと感じていましたが、現にそうなっているように感じます。今後も、段々と地域の繋がりが、希薄になっていくのでしょうか。



■ 寄稿

「健康診断の大切さ」

二宮在住

森数 弘行様(80歳)

毎年受けている健康診断で平成23年12月、前立腺癌が見つかり手術をしました。その後、異常なく経過していたところ、平成27年6月毎年かかりつけの病院のレントゲンが故障で胃の検査だけ健康診断が出来ませんでした。毎年しているので不安になり、先生にご相談して別の病院を紹介して頂きました。



そして7月7日に胃カメラ検査の予約をして頂きました。毎年受けていたのはバリウムでの検査でしたが、その病院の胃カメラ検査が幸いしたのか胃に癌の疑いを発見。その日、直ちに津山中央病院へ連絡して頂きましたが検査の空きが当分の間ないと断られました。無理をお願いして頼み込み、翌日の検査の予約をして頂きました。7月8日、9日、18日と3回の検査の結果、胃癌と判明しました。手術の空きが近い日は8月16日のお盆が空いているとのことで、その日をお願いして手術して頂きました。早期発見のおかげで、癌は初期の初期でした。8月31日元気に退院できました。その後、半年ごとの定期検査で平成31年2月、胃が1/3なかったことが幸いして、膵臓癌が見つかり手術することが出来ました。この癌も早期発見ができ初期でした。この12~13年間で3カ所の癌の手術に成功しました。そして、胃癌は4年前、膵臓癌は去年6月に無事卒業することができました。

現在は、前立腺癌の方だけ定期検診を受けております。こうして今でも元気で、塩分の摂り過ぎに注意しながら毎日頑張っています。そして毎年の健康診断を受ける事の大切さをとても痛感しております。



まどか苑給食レシピ
豆腐しゅうまい



【2個あたり】

エネルギー：80kcal
塩分：0.4g たんぱく質：7.4g

監修 { 小林 理紗
多胡 真琴

【材料20個分】

- ・ 鶏ミンチ：200g
- ・ 木綿豆腐：400g
- ・ 玉葱：75g
- ・ 卵：1/2個
- ・ しゅうまいの皮：20枚

【調味料】

- ・ 片栗粉：15g
- ・ 塩：3g
- ・ オイスターソース：4g
- ・ 醤油：4g

作り方

- ① 豆腐を5分ほど茹でザルにあげて、冷めたら蒸し布で絞って水分を抜く。蒸し器の上にクッキングシートや蒸し布を敷いておく。
- ② 玉葱をみじん切りにし、フライパンで水分をとばすよう炒め冷ます。しゅうまいの皮を縦2等分に切った後、細く切る。
- ③ ボールに鶏ミンチを入れてよく混ぜる。卵、炒めた玉葱、水切りした豆腐、調味料を順に加え、その都度よく混ぜる。
- ④ 20個に丸めて刻んだしゅうまいの皮をまぶし、蒸し器で15分蒸す。
- ⑤ 器に盛り、お好みでぽん酢、辛子をつける。

第57回 多胡杯ゴルフコンペ

R6年10月26日開催(於 湯郷石橋ゴルフ倶楽部)

参加者 47名 Gross

- 1位 藤下 昌司さん 88
2位 柏内 清美さん 84
3位 豊福 邦夫さん 83



成績報告

第40回 多胡杯グラウンドゴルフ大会

R6年11月8日開催(於 堀坂グラウンド)

参加者 51名

- 1位 妙原 大谷 美代子さん 打数52
2位 高倉 下山 敏子さん 打数52
3位 加茂川 神田 演起さん 打数59



外来からのお知らせ

【特定健診・高齢者健診・ガン検診・予約システムについて】

- ・今年度から健診の期間が令和7年2月28日まで延長されています。岡山県内の健診受診率は5割程度にとどまっています。ご自身、ご家族の病気を早期発見できるように健診を受けられることをお勧めします。窓口又は電話での予約を受け付けております。
- ・予約システムはお薬やリハビリのみを希望される患者様は順番・日時予約の必要はございませんので直接、来院ください。
- ・日時予約での来院時には必ず受付に予約している旨を申し出てください。
- ・来院時には必ずバーコードリーダーに診察券のバーコードをかざして番号札をお取りください。

【編集後記】

医療事務 羽入田 美由紀

あけましておめでとうございます。新しい年になりました。

年末年始は実家へ帰省し、のんびり過ごされた方も多いと思います。私もその一人です。毎日顔を合わせていると子供の成長はわからないものですが、久しぶりに会う私の母は大きくなった孫達に驚いていました。子供の成長って早いですね。

新年早々に予約システムが稼働します。津山市内のクリニックでも次々と導入されていて子供の通院等の際に便利のよさを実感しているところです。

まだまだ寒い日が続きますが、体調に気を付けて今年も一年健やかに皆様が過ごされることを心よりお祈り申し上げます。

