



禁煙は愛!

健康かわら版

塩谷地区休日当番表

-保存版-

平成30年4月～
平成30年9月

発行日：平成30年4月1日

発行：塩谷郡市医師会(028-682-3518)

塩谷地区夜間診療室 18時30分～21時30分

1. お電話で確認の上受診してください。
2. 担当医により小児診療ができない場合があります。

日曜
祝日

4月・6月・8月
5月・7月・9月

塩谷病院 (0287-44-1155)
黒須病院 (028-682-8811)

土曜

4月～9月

黒須病院
(028-682-8811)

塩谷地区の休日当番医(昼間)

月日	矢板市 (0287)	塩谷町 (0287)	さくら市 (028)	高根沢町 (028)
4月	1日(日) 山田クリニック 48-1212	*	おのこどもクリニック 681-1600	菅又病院 676-0311
	8日(日) 谷仲医院 48-0800	*	森島医院 682-2116	まなか医院 675-4123
	15日(日) 西川整形外科 48-2552	*	高瀬小児科医院 682-5511	深澤クリニック 676-0671
	22日(日) なかじまクリニック 48-7701	*	花塚クリニック 686-7667	中津川循環器科 内科クリニック 675-7521
	29日(日) 上田医院 43-7766	*	根本医院 682-2800	関根クリニック 612-7015
	30日(月) 村井医院 43-0064	*	きぬの里クリニック 612-8710	高根沢中央病院 675-1133
5月	3日(木) かるべ皮膚科 小児科医院 43-1210	*	氏家病院 682-2911	関根クリニック 612-7015
	4日(金) 佐藤病院 43-0758	*	半田クリニック 682-3270	菅又病院 676-0311
	5日(土) 池田クリニック 43-0207	*	佐野医院 686-2002	阿久津医院 675-2511
	6日(日) 矢板南病院 48-2555	大和田内科 45-2411	佐藤クリニック 681-7666	菅又病院 676-0311
	13日(日) 尾形クリニック 43-2230	尾形医院 45-2222	仲嶋医院 681-7755	高根沢中央病院 675-1133
	20日(日) 上田医院 43-7766	植木医院 45-0558	中川耳鼻咽喉科医院 682-3291	深澤クリニック 676-0671
27日(日) 村井胃腸科外科 クリニック 40-3055	風見診療所 46-0656	西内科医院 682-8920	中津川循環器科 内科クリニック 675-7521	
6月	3日(日) 山田クリニック 48-1212	*	岡医院 681-1251	菅又病院 676-0311
	10日(日) なかじまクリニック 48-7701	*	檜山医院 682-2730	高根沢中央病院 675-1133
	17日(日) 谷仲医院 48-0800	*	小林医院 686-2061	深澤クリニック 676-0671
	24日(日) かわしま循環器内科 43-5470	*	おのこどもクリニック 681-1600	中津川循環器科 内科クリニック 675-7521
7月	1日(日) 矢板南病院 48-2555	植木医院 45-0558	森島医院 682-2116	菅又病院 676-0311
	8日(日) 後藤医院 44-2323	尾形医院 45-2222	高瀬小児科医院 682-5511	高根沢中央病院 675-1133
	15日(日) かるべ皮膚科 小児科医院 43-1210	大和田内科 45-2411	花塚クリニック 686-7667	深澤クリニック 676-0671
	16日(月) 橋本医院 43-0406	*	根本医院 682-2800	光陽台診療所 675-3388
	22日(日) 池田クリニック 43-0207	風見診療所 46-0656	きぬの里クリニック 612-8710	中津川循環器科 内科クリニック 675-7521
	29日(日) 佐藤病院 43-0758	*	氏家病院 682-2911	関根クリニック 612-7015
8月	5日(日) 村井医院 43-0064	*	半田クリニック 682-3270	菅又病院 676-0311
	11日(土) 橋本医院 43-0406	*	佐野医院 686-2002	越井クリニック 680-1133
	12日(日) 尾形クリニック 43-2230	*	佐藤クリニック 681-7666	高根沢中央病院 675-1133
	19日(日) かわしま循環器内科 43-5470	*	仲嶋医院 681-7755	深澤クリニック 676-0671
	26日(日) なかじまクリニック 48-7701	*	中川耳鼻咽喉科医院 682-3291	中津川循環器科 内科クリニック 675-7521
9月	2日(日) 矢板南病院 48-2555	大和田内科 45-2411	西内科医院 682-8920	菅又病院 676-0311
	9日(日) 村井胃腸科外科 クリニック 40-3055	尾形医院 45-2222	岡医院 681-1251	高根沢中央病院 675-1133
	16日(日) 池田クリニック 43-0207	植木医院 45-0558	檜山医院 682-2730	深澤クリニック 676-0671
	17日(月) 佐藤病院 43-0758	*	小林医院 686-2061	小林内科医院 675-2485
	23日(日) 西川整形外科 48-2552	*	おのこどもクリニック 681-1600	中津川循環器科 内科クリニック 675-7521
	24日(月) 谷仲医院 48-0800	*	森島医院 682-2116	にいたに内科 675-6515
	30日(日) 山田クリニック 48-1212	*	高瀬小児科医院 682-5511	関根クリニック 612-7015

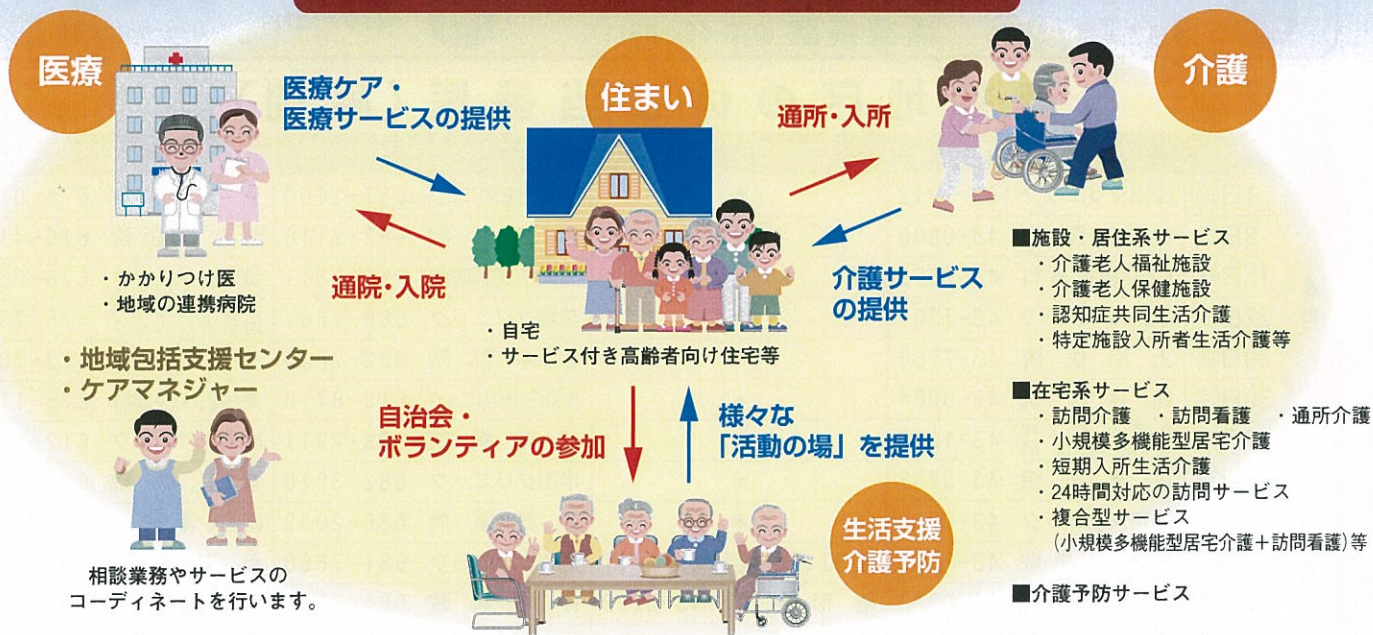
◇休日の眼の病気は NHO栃木病院 (028-622-5241) 事前に電話で確認して下さい。 診療日 日曜・祝日 10時～17時

注：休日当番医は変更される場合がありますので、広報や新聞等でお確かめ下さい。塩谷郡市医師会ホームページ(スマートフォン対応)でも確認できます。

「地域包括ケアシステム」ってなあに？

「地域包括ケアシステム」とは、医療・介護・福祉などの必要なサービスを受けながら、住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを続けることができるよう地域ぐるみで支えるしくみです。いつまでも安心して地域で暮らし続けられるように、各市町がまちの特性を考え取り組んでいます。

地域包括ケアシステムのイメージ図



地域で元気に暮らすために・・・

高齢者の住まい整備

地域包括ケアシステムの基盤は「住まい」です。住まいには自宅のほか、サービス付き高齢者住宅などの集合住宅も含まれます。住み慣れた場所での生活を継続することができるよう、生活基盤の整備をします。

生活支援

心身の能力低下、経済的理由、家族関係の変化など様々な状況の中でも、尊厳ある生活ができるよう生活支援を行います。食事の準備・家事などの支援から、近隣住民による声かけ・見守りなどの幅広い支援があり、担い手も多様です。生活困窮者に対しては、福祉サービスとして提供されることもあります。

介護予防の推進

生涯スポーツ、自治会、ボランティア活動など、地域の中で生きがい・役割を持って生活できるような参加の場づくりや、皆さんが手軽に始められる介護予防体操、料理教室、終活講座などの開催を行います。

在宅医療・介護が必要な時は・・・

在宅医療

足腰が弱ってきたり、ご家族の事情、退院した後など、今までと同じように通院することが難しくなってきたら「在宅医療」という方法があります。医師、歯科医師、訪問看護師、薬剤師など多職種の医療スタッフが連携するこ

とで、在宅でもより高度な医療を提供できるようになりました。

在宅医療を始めるには、まずかかりつけの先生に相談してみましょう。通院している医療機関が総合病院などの大きい病院の場合は、病院の中に「医療連携室」などの相談窓口があります。介護サービスを利用している方はケアマネジャーさんが対応してくれます。

地域包括支援センター

医療機関で相談しにくい時、もっと気軽に質問したい時には、お住まいの地区の「地域包括支援センター」にご相談ください。安心して相談できる「はじめの一歩となる相談機関」です。

保健師または経験のある看護師、社会福祉士、主任ケアマネジャーなど専門知識をもったスタッフが相談を受け、互いに連携をとりながら「チーム」として総合的に地域の皆さんを支えます。相談は無料です。

介護保険制度の利用

在宅医療では、医療だけでなく食事や排泄などの生活援助や身体介護が必要です。介護保険ではこれらに加え、日帰りで食事・入浴・機能訓練を行ってくれるデイサービス（通所介護）、施設に短期間泊まるショートステイ（短期入所生活介護）、理学療法士や作業療法士が自宅まで来てくれる訪問リハビリテーション、自宅で入浴させてくれる訪問入浴など様々なサービスを受けることができます。介護保険制度を上手く利用することで家族の負担を軽くすることができます。介護保険については、各市町の担当窓口にご相談ください。