

# みんなのSmile便り ☺



当院では救急車を受け入れています。ご協力をよろしくお願いいたします...

こんにちは、院長の菊池です。

きくち総合診療クリニックは、本当のかかりつけ医を目指しています。

いざというときにかけこめるクリニックはあまりないと思いますが、地域医療を支えるうえでとても大切なことです。

CT・MRIを備え、土日祝日診療、夜20時までの診療で、怖い緊急の病気を早期発見し、早期治療につなげること、これはきくち総合診療クリニックの特徴です。

総合病院や大学病院に薬だけもらいに行っている方、要注意です。

自分の体をわかっている医師が近くにいるのといないのでは、診断、治療に大きく関わります。

自分の命をあずけられる医師を、かかりつけ医といいます。

いつでも、なんでも、だれでもまず診る

このようなかかりつけ医を全国に拡げるために、これからも発信していきます。

きくち総合診療クリニックがモデルケースになっています。

院長 菊池 大和

## 担当医表

☆ 都合により、医師変更の場合がございます。ご了承ください。

|       |    | 日               | 月                 | 火            | 水                      | 木  | 金       | 土                      |
|-------|----|-----------------|-------------------|--------------|------------------------|----|---------|------------------------|
| 総合診療  | 午前 | 菊池 / 早川<br>(久島) | 菊池 / 早川           | 菊池 / 早川      | 菊池 / 早川 / 児島           | 菊池 | 菊池 / 小野 | 第1・3菊池 / 早川 / (久島)     |
|       | 午後 | 早川 / (久島)       | 菊池 / 早川           | 菊池 / 早川 / 外勤 | 早川 / 児島<br>菊池(オンライン診療) |    |         | 第1・3菊池 / 早川 / (久島)     |
|       | 夜  |                 | 菊池 / 早川           | 菊池 / 早川      | 菊池 / 早川                |    |         | 菊池 / 早川                |
| 整形外科  | 午前 | 第1・2・4 同本       |                   |              | 数枝木                    |    |         | 第1・3・5土屋 /<br>第2・4大竹   |
|       | 午後 | 第1・2・4 同本       |                   |              | 数枝木                    |    |         | 第3・5土屋 /<br>第1・2・4 瀬戸上 |
| 脳神経外科 | 午前 |                 |                   |              |                        |    |         |                        |
|       | 午後 |                 | 【しびれ外来】<br>第2・4田中 | 篠原           |                        |    |         |                        |
| 小児科   | 午前 |                 | 橋本                | 豊田           | 岩川                     |    |         |                        |
|       | 午後 |                 | 橋本                | 豊田           | 岩川                     |    |         |                        |

## 男性アンチエイジング外来

「疲れやすい・体がだるい・活気が出ない・性的能力が落ちた…」

そんな症状はありませんか？

男性は、20代をピークにテストステロンという男性ホルモンが徐々に低下し、筋肉量の低下、精神機能の低下、性機能の低下（勃起障害）等がみられます。

このような症状がみられる人は【**男性更年期障害（LOH症候群）**】の可能性がります。男性アンチエイジング外来では、お悩みの症状に合わせたお薬、漢方、サプリメントなどをご案内しています。

男性スタッフが対応いたしますので、安心して御受診ください。

お電話またはWEBでご予約を承っております。

※ ご年齢や検査結果では自費診療になることがあります。



## 送迎ドライバーからのお知らせ

8月から送迎範囲・対象の方が  
変更になりました！

無料送迎

綾瀬市内  
大和市（相模大塚駅・桜が丘駅・高座渋谷駅まで）  
海老名市（かしわ台駅・さがみ野駅まで）  
藤沢市（長後駅まで）

ご自宅⇄クリニック  
クリニック⇄駅・市役所

<対象の方>

全年齢の方（ドックの方も）

※ただし一人で歩ける、車に乗れる方

前日までにご予約された方を優先にお迎えにうかがいます。  
当日送迎をご希望される場合は、お電話でご連絡下さい。  
お迎え可能な時間をご案内いたします

スタッフの状況によっては当日送迎できない  
場合もございますので、予めご了承ください

すわ〜すくん



クリニック前  
綾瀬市役所  
ATM設置場所裏

無料送迎

1時間2本運行

木曜日・日曜日運休

TEL 0467-76-1000

ハートちゃん

さがみ野駅発着の  
送迎【ハートちゃん】は、  
7月末で運行を終了  
いたします。  
今後は個別送迎を  
ぜひご利用ください。

木・日・祝日・連休  
TEL 0467-76-1000

## おしらせ

### 咳痰外来

せき・たんはよくある症状ですが、  
長引く場合は何かしらの病気が隠れ  
ていることがあります。

せき・たんが3週間以上持続する患  
者さんは、直接ご来院いただくか、  
クリニックホームページまたはお電  
話で「咳痰外来」を  
ご予約ください。  
当院では、採血、肺機能検査、レン  
トゲン、CT、心臓超音波検査などで  
原因を探り、  
症状の改善を目指します。



ご自宅



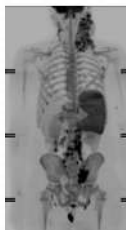
クリニック



ジムATTA

## MRI検査

脳ドック・全身がんドック (DWIBS)・低線量肺がんCTや  
健康診断など、様々なコースをご用意しております。  
お気軽にお問い合わせください。



➡ DWIBS画像

画像をDWIBSという撮  
影方法で検査して、悪  
性腫瘍の疑いがあるか  
どうかを調べます。  
全身がんドックのみの  
検査方法です。



➡ MRA画像

脳の血管を検査して、  
血管にコブ（動脈瘤）  
があるか、血管が細  
くないかなども分か  
ります。脳ドックで検  
査できます。

社員・従業員の皆様の健康診断・ドックを  
ご検討されている事業主様へ

大切な従業員の皆様の健康管理のために、  
年に1回、全身がんドックがおすすめです。

**10名以上のご予約で  
全身がんドック (DWIBS) お一人様30,000円で  
検査を実施しています。**

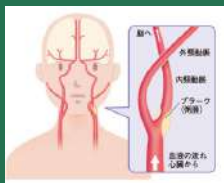
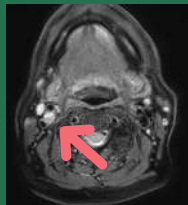
ぜひご利用ください。  
ご予約はお電話で承っております。

## 当院のMRI画像



### 【頸部MRI】

58歳、男性 脳ドックで右内頸動脈狭窄を  
疑い来院。  
当院でMRI検査し、内頸動脈閉塞を疑い総合  
病院に紹介となった



### —内頸動脈閉塞症—

内頸動脈が動脈硬化により閉塞（時に高度狭窄）し  
ている状態を指します。  
閉塞による脳血流低下や、閉塞時の塞栓物質により、  
脳梗塞を引き起こすことが知られています。

## かんたんオンライン診療

当院では、院長のオンライン  
診療を行っております

- ① 専用のアプリ  
【SOKUYAKU】を登録  
する
- ② 予約時間に電話を待つ
- ③ 支払い（WEB決済）



## リハビリ室から

### 丸まり猫背姿勢の改善に！



### 胸のストレッチ 2～3回/3～5セット

親指が外側になるように手と胸を開きます。この  
状態で肋骨を広げるように深呼吸を3回行います。

## WEB問診で

簡単に問診入力できます。  
ぜひご利用ください！



## 夏！食べてのりきる



夏は暑さで食欲が低下するうえ、たくさん汗をかくため体力が消耗したり、栄養が不足しがちです。  
すると、疲れやだるさなど、夏バテの症状が現れやすくなります。夏バテを防ぐには、食欲がなくな  
ても、できるだけ栄養バランスのよい食事をおいしく食べるようにすることが大切です。特に不足し  
がちな栄養素を意識してとることをお勧めします。

| 栄養素      | 期待される効果            | 多く含まれる食品                     |
|----------|--------------------|------------------------------|
| ビタミンB1   | 疲労物質を分解する          | 豚肉(ひれやモモ肉)、卵、玄米、アボガド         |
| ビタミンC    | ストレス軽減に役立つホルモンの合成  | ブロッコリー、赤ピーマン、キウイフルーツ         |
| 良質なたんぱく質 | 体内で効率よく利用され、からだを作る | 肉(鶏ささみ、豚ひれ、牛モモ)、魚、納豆<br>豆腐、卵 |

不足しがちな栄養素は、効率よくとるための調理法や、体への吸収をよくする相性の良い食材で効果  
がさらにアップします。気になる方は栄養科へお気軽にどうぞ。

## ◎ひとことコラム… 熱中症を乗り切る

梅雨が明けいよいよ夏本番ですね。今年は例年に増して気温が上がっ  
ているため熱中症の発症にはさらなる注意が必要です。めまい、立  
ちくらみ、筋肉のこむら返り、手先のしびれ等の軽症症状から始ま  
り、頭痛、吐き気、だるさが出現します。悪化すると、意識がなくな  
るなどの命にかかわる危険な状態になります。熱中症予防のため  
に、まずは暑さに負けない体作りが大切です。日頃から、こまめな  
水分補給、バランスのとれた食事、十分な睡眠をとるよう意識しま  
しょう。これからさらに暑い時期を迎えます。熱中症対策をしなが  
ら今年の夏も乗り切りましょう。



## 医療法人ONE

### きくち総合診療クリニック

〒252-1107

神奈川県綾瀬市深谷7-18-2

ライズモール綾瀬1階

TEL: 0467-76-1000