

和

なごみ

1月号

令和8年新年号



何事も馬九行久(うまくいく)年になりますように

三和クリニック 院長 豊國剛大

謹んで新春をお祝い申し上げます。

昨年は、日本ホスピス・在宅ケア研究会の全国大会の大会長を無事に終えることができ、ユマニチュード®認定サポーター、もしバナマイスターの資格も取得でき、個人的にも成長できた一年でした。

2026年は「丙午(ひのえうま)」と呼ばれる年です。炎のような情熱と勢いのある年となるので、これまで迷っていたことにチャレンジすると追い風が吹き、物事が良い方向に動くと言われています。また、丙午の「火」には「社交性を高めて人から人へ思いを伝える」力があるとされているので、自分の考えや気持ちを言葉にして周囲に伝えることで、物事がスムーズに進んだり新しい縁が結ばれたりといった良い結果が得られる1年になる事を期待できます。

超高齢社会の日本で、今後、高齢者の一人暮らしが急増するため、当院では“地域の皆さんとのつながり”や“皆さんの笑顔”を大切にしていきたい、今年は地域の方々と交流できる場を増やしていきたいと思っています。今までも「なごみの会(遺族の会)」、在宅患者さんへの「クリスマス音楽会」などを行ってきましたが、今年は外来通院されている方々向けの健康教室、介護相談会を行うなど、「馬には乗ってみよ人には添うてみよ」で新しいことにチャレンジしていきたいと思っています。

皆様にとって馬九行久(うまくいく)、実り多き一年となりますよう心よりお祈り申し上げます



 **三和クリニック**

1F/外来診療

2F/在宅医療

ホームページ <https://sanwaclinic.com>

TEL 06-6412-9090

FAX 06-6412-9393

発行 三和クリニック 豊國 剛大

住所 〒660-0881

尼崎市昭和通 7 丁目 242 番地



写真：足立稔さん 撮影

三和クリニックの医師より、新年のご挨拶

副院長 中内 脩介

新年明けましておめでとうございます。
2025年は運動も程々に続けて、おかきも食べ過ぎないようにしたので、体重が減って体が軽くなりました。
食生活と運動習慣が体を作る基本だと痛感したので、今年は「食にこだわり、運動する時間をもう少し作ること」を目標にして過ごしたいと思います。
今年もよろしくお願い申し上げます。



古結 英樹

今年もチャレンジ 謹賀新年

皆さんいかがお過ごしですか？新たな年を迎えて、色々と新たな取り組みを計画しているのではないのでしょうか。

私がこうして皆さんにご挨拶するのも7回目になります。お馴染みではありますが、相変わらず土いじり・草刈りに励んでおります。少しでも知識や技能を深めたいとの思いで、チェーンソーやユンボの講習を受けて資格をとったりしています。

今年はさらにMBAの勉強したり、緩和ケア、在宅医療、総合診療などさらなる専門性を活かせるように学びを続けたいと思っております。

いつか訪問診療が「20番目のカルテ」になる日が来るかもしれません。その日のために準備を進めないと…。今年も痒いところに手が届くような診療を目指したいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。



入佐 剛

新年、明けましておめでとうございます。皆さんにとって、去年は、どんな1年でしたか。お米の値段は高く、夏日はいつまでも続き、隣国との緊張関係が増しており…いつの時代も、生き難さを感じるのでしょうか。私も、いつもながら、荒波にのまれながら、浮き沈みしながら、それでも、精一杯、愉快地に過ごそうと生きています。

患者さん宅で垣間見る人生の一部を感じ、自身の人生を省み、皆さんとのご縁に感謝しながら、日々の診療に取り組んでいきたいと思っております。

本年も皆さんにとって、「生きてきて良かった」と笑える1年になりますように。その一助ができますように。



金子 景弘

あけましておめでとうございます。

2025年はみなさんにとってどのようなお年でしたでしょうか。

私自身は休日に登山をしておりましたが、平日仕事前にも山に登りたいと思い、ロードバイクを購入し、六甲山ヒルクライムにチャレンジしました。あまりのきつさにすぐに足を着いてしまい、もう2度と登らないと心に決めるのですが、不思議とまた登りたくなる中毒性がヒルクライムにはあります。足着きなしでゴールするのに約1か月かかり、当初は1時間30分ほどかかっていましたが、約8か月で47回登ることで、逆瀬川駅～一軒茶屋（距離：11.27km、平均斜度7.5%、最大斜度16.1%、獲得標高：843m）で1時間2分3秒まで短縮できました。今年は55分台を目標に頑張ってみようと思います。（最も速い人のタイムは33分56秒です笑）

みなさんも何かしらの目標を立て過ごされてみてはいかがでしょうか。

今年も何卒よろしくお願い申し上げます。



川崎 洋輔

ウィリアム・オスラー先生をご存じでしょうか。彼は現代医学の礎を築き、“医師の父”とも称され、私が医師を目指すきっかけとなった人物でもあります。その彼が遺した有名な一節に、“The good doctor treats the disease; the best doctor treats the patient with the disease.”（良き医師は病気を治療し、最良の医師は病気を持つ患者を治療する）という言葉があります。在宅医療の現場に身を置くと、患者に寄り添うという、この言葉の示す本質を痛感します。多忙な日々の中、しばしば病気だけを追いかけてしまう瞬間がありますが、その度にオスラー先生の言葉を必ず思い出すようにしています。2026年も揺るぎない信条として胸に刻み、一人でも多くの患者さんに「川崎先生でよかった」と感じていただけるよう、働いて働いて働いて働いて働いてまいります（2025年流行語大賞）。本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。



岡田 祐樹

新年明けましておめでとうございます。
昨年は暑い夏を乗り越え、外来と訪問さんを通して多くの患者さんとお会いできた一年でした。本年も、皆様が安心して日々過ごしていただけるよう、丁寧な診察を心がけてまいります。私自身も馬のように持久力と瞬発力を大切にし、日々の診療と体力維持の運動に臨める一年にしたいと考えております。今年度もよろしくお願い致します。



松田 響

新年あけましておめでとうございます。
昨年たくさんの患者様との出会いに感謝感謝の一年となりました。周知の事かと思いますが、2026年の干支は丙午！生命力に溢れ、新しい挑戦や物事の発展に最適なエネルギーで活気のある年とされています。60年に一度の貴重なこの機会に、禁酒禁煙やウォーキングを始めるなど、健康寿命の延長につながる生活習慣の見直しをされるのはいかがでしょうか？
趣味の話で恐縮ですが私はバレエの沼にどっぷりはまっており、昨年は大きな挑戦をしました。歳を重ねて何歳になろうとも「今この瞬間が一番若い！」を合言葉に、諦める事なく今年も色々なチャレンジをしていきたいと思います。本年もよろしくお願いいたします。



三浦 勇人

旧年中は多くの皆様にご来院いただき、心より御礼申し上げます。
皆様にとって、2025年はどのような一年でしたでしょうか。
さて、2026年の干支は「丙午（ひのえ・うま）」です。
「丙」は太陽や炎を表し、物事が明るく勢いよく広がっていく年とされています。また「午（うま）」は、力強く前へ進む存在であり、行動力や活力の象徴とされています。
本年が、皆様にとって心身ともにエネルギーに満ち、健やかに前進できる一年となりますようお願いしております。
私たちも、地域の皆様の健康を支える身近な医療機関として、安心してご相談いただける診療を心がけてまいります。
本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。



静 麻理奈

あけましておめでとうございます。
育休を終えて仕事に復帰してから1年がたちましたが、時間に追われる中でも社会の一員として活動出来ることは喜ばしく、日々患者様とお話していく中で元気をいただいています。
同時に患者様からも「相談してよかった」「安心できた」と感じていただけたら幸いです。
今年も皆様にとって素晴らしい1年になりますことをお祈り申し上げます。



お知らせ

●協会けんぽ健診、人間ドックのオンライン予約ができるようになりました。

受診者様の利便性向上のため、健診のオンラインフォーム予約の対象を拡大いたしました。「定期健康診断」「雇入れ時健診」に加え、新たに「協会けんぽ健診」と「人間ドック」につきましても、フォームから24時間いつでもご予約いただけます。お電話がつながりにくい時間帯でも、手軽にご予約いただけます。ぜひこの機会にご利用くださいませ。

【フォーム予約対象】

定期健康診断・雇入れ時健診（従来通り）

協会けんぽ健診（NEW）

人間ドック（NEW）

●外来で、キャッシュレス決済ができるようになりました。

8月より、外来でのお支払いで、現金以外にキャッシュレス決済ができるようになりました。利用可能なサービスは、以下のものになります。

（一部ご利用いただけないケースがあります）

※paypayはご利用いただけません



●健康診断で使用する問診票・日本語以外のものを用意しています。

日本語以外での受診をご希望される方（外国人従業員の方など）のために、多言語の健康診断問診票をご用意いたしました。厚生労働省の資料を参考に作成しておりますので、企業の健康診断担当者様も安心してご利用ください。下記リンクよりダウンロードいただけます。

https://sanwaclinic.com/check_up/monshin-tagengo/



専門外来のご案内

●整形外科外来 ※予約優先 TEL : 06-6412-9012

腰痛・膝関節痛・関節リウマチ・膠原病などを診察しております。

	担当医師
第1土曜日	井内医師
第2土曜日	山岸医師
第3土曜日	整形外科の診療はありません
第4土曜日	山岸医師
第5土曜日	整形外科の診療はありません

●古結医師の皮膚科外来（予約不要）

火曜日 午後

水曜日 午前、午後

土曜日 午前 9:00～12:00（第3・5週）

午後 1:30～4:00【処置中心】



なごみの会

令和 7 年 11 月 1 日 尼崎市商工会議所

三和クリニックの在宅医療で、お看取りをした患者さんのご家族をお招きして、当院の医師、看護師、ケアマネ、理学療法士など患者さんに関わったスタッフで、故人を偲ぶグリーフケアの会「なごみの会」を開催しました。

中心になって、準備をしてくれた訪問看護師 2 名のメッセージを掲載します。

訪問看護ステーションさんわ 青木 晴子（訪問看護師）

なごみの会を開催し、ご家族から「思いを吐き出せる場所を作ってくれてありがとう」と言っていただき、改めてこの会の意義を深く感じました。日常では思いを話すことや、話せても気持ちを分かち合う事までは難しい現実があると知りました。大切な人に関わった皆が集まる場だからこそ、心の内を言葉にできたのだと思います。悲しみは時間で消えるものではなく、その思いを抱えながら前を向いて、生きておられます。これからもその思いを、支える場でありたいと思います。

河野 綾子

三和クリニックへ入職し初めてお看取りを経験させて頂き思った事は、もっと故人様にできた事は無かったのか、ご家族様への声掛けや対応はよかったのか等、後悔や自責、自身の無力さでした。なごみの会に参加くださったご家族様とお話しでき、その当時の思いやその当時から今に至るまでの思いを知る事ができました。ご家族様の思いを語って頂く場ではございましたが、自分（医療者）に何が求められているのか、どう行動すればより良かったか、ご本人様やご家族様に対する志しを再確認する事ができました。大切だった方について語れる場が少ない事にも気づきました。なごみの会という場だけでなく、日ごろから故人様の事等を話しあえる場をつくっていきたいと思いました。



三和クリニックまちかど健康教室

「認知症」にならないために しておきたいこと

協力：地域包括支援センター「中央東」、地域包括支援センター「中央西」

参加費
無料

開催日時：令和8年1月22日（木）午後1時～2時

会場：三和クリニック外来待合室

（三和クリニック外来玄関からご入館ください）

【プログラム】

1. ウォーミングアップ

脳トレにチャレンジ

2. 認知症を知ろう！（豊國剛大・三和クリニック院長）

「MCI（軽度認知障害）」の基礎知識

3. 軽く身体を動かそう

「簡単にできる認知症予防の運動」

4. 地域の認知症対策をご紹介します

「認知症予防塾」「認知症カフェ」「地域包括支援センター」

5. 質疑応答

疑問や不安にお答えします！

お申し込みは外来受付まで（定員30名）

終了後、「介護保険の個別相談会」もあります。

“介護保険の仕組み” “申請の仕方” “ご家族の介護” への疑問や不安に、
三和クリニックのケアマネジャーが無料でお答えします。



三和クリニック診療案内

代表 **06-6412-9090**
検査・健診予約 **06-6412-9012**

内科・内視鏡・
在宅医療・皮膚科・
整形外科

※平日の午後診は 15:30～17:30 となります。

※木曜日、日曜日、祝日は休診します。

※土曜日、第 3、5 週の整形外科の診療はありません。

1 階 診察 部門		月	火	水	木	金	土	日
午 前 9:00 12:00	1 診	入佐	入佐	中内		中内	岡田	
	2 診	中内	川崎	古結 【皮膚科・内科】		豊國	【整形外科】 井内/山岸 (第 1、4) 【皮膚科・内科】 古結(第 3、5)	
	3 診	加島	松田 (9:45～)	豊國		原	野田	
	5 診	松田 (9:45～)	三浦	静		静	豊國	
	内視鏡	中内	川崎	中内		中内	野田 (第 1、3、5)	
午 後 15:30 17:30	1 診	豊國	豊國	豊國		岡田	野田	
	2 診	田崎	古結 【皮膚科・内科】	古結 【皮膚科・内科】		金子	古結 【皮膚科・内科】	
土 曜 13:30 16:00	3 診	—	—	—		—	—	
	5 診	—	—	—		—	—	

病院に入院中、施設に入所中で当院の診療を受ける場合は必ず外来受付にお申し出ください。
その際は保険診療ができず、自費となります。

栄養指導

火曜日(午前・午後) 竹本栄養士、水曜日(午前) 西口栄養士、土曜日(午前) 山部栄養士・竹本栄養士・西口栄養士 2 回目以降はオンライン(電話)も可能です。

診療科目

●内科 ●消化器内科 ●循環器内科 ●皮膚科 ●呼吸器内科 ●整形外科 ●リウマチ科 ●放射線科
●リハビリテーション科(訪問リハビリ)

当院で 可能な検査

検査に関する
電話予約
06-6412-9012

①内視鏡検査(経鼻内視鏡可)(胃、大腸、S状結腸) ②協会けんぽ一般健診・人間ドック・企業検診
③胃透視

④超音波検査(腹部、心臓、頸動脈、乳腺、甲状腺) ⑤CT 検査(全身) ⑥X 線一般撮影 ⑦ホルター心電図、
マスターステップ負荷心電図 ⑧脈波(PWV/ABI)、肺機能検査 ⑨睡眠時無呼吸検査 ⑩特定健診 ⑪骨密度

要
予
約

在宅医療のご相談 住み慣れた家での療養をお手伝いします。

訪問看護に関すること 訪問看護ステーションさんわ **06-6419-7500**

医療費及び保険に関することその他のご相談 地域連携課 **06-6412-9395**

ケアプラン作成・介護保険全般のご相談 ケアマネセンターさんわ **06-6430-6628**

三和クリニックのホームページもご覧ください

<https://sanwaclinic.com>



「和」は隔月で発行しています。次号もお楽しみに！！

三和クリニック