



医師会シンボルマーク

みんなの健康

No.217

5・6
月号

最新医療情報

「神経内科」って何？

神経や筋肉異常が原因の病気が対象
症状出たら、早めの受診を

医療クローズアップ

どう変わった？ 診療報酬

～医療再生へ、4月から改定～

からだにやさしい食事づくり

まごはやさしい

横浜市立本町小学校／栄養教諭 岩本かをり／協力：(社)神奈川県栄養士会

みんなの健康 2010.5/6



◆健康の仲間たち

バドミントンで、快適な汗
ストレス吹き飛び、気分爽快

◆こんな時どうする？

突き指してしまったけど
放っておいてだいじょうぶ？

表紙イラスト／みなとみらい

待 合 室

「神経内科」って何？ 神経や筋肉異常が原因の病気が対象 症状出たら、 早めの受診を



横浜市立大学附属病院
神経内科教授
鈴木 ゆめ 先生

最近、神経内科という言葉をよく耳にします。一体、どのような病気を扱う診療科なのか。

鈴木 ひと言でいえば、神経細胞に関係する病気を扱う科です。具体的には、脳（大脳・小脳・脳幹）と脊髄から成る「中枢神経」、中枢神経と身体各部を結ぶ「末梢神経」、また「神経筋接合部」や「骨格筋」の異常によって生じる病気の診断と治療を行います。

精神科や精神神経科とは、どう違うのですか。

鈴木 精神科、あるいは精

神神経科は、主として「心の病」を扱います。具体的な疾患としては、例えば統合失調症や躁うつ病など。

ストレスや精神不安からくるノイローゼ、心身症、不眠症なども、これらの診療科の対象です。

もう少し補足しますと、CTやMRI、脳波、筋電図、血液など、大脳や各種の神経・筋肉に関わる医学検査や神経学的な診察によっても、明らかな異常が認められない場合は、心の病として、精神科や精神神経科の扱いとなります。

これに対して、神経や筋肉に生じた異常が原因で、身

体に何らかの症状が現れる場合は、心の病と異なり、神経内科の領域になります。

「心療内科との違いは？」

鈴木 心療内科は、主にストレスと深く関係する病気を扱います。種々のストレスが引き金になって、下痢・腹痛などお腹の具合が悪くなったり、胃かいようや喘息、高血圧症など、身体に内科的な症状が出る場合が多くあります。このように何らかの身体症状を伴っている時は、精神科や精神神経科ではなく、心療内科の扱いになります。

みなさんは「神経内科」をご存知ですか？ 医学や医療の発達に伴い、近年は新しい診療科目がふえています。神経内科もその一つですが、類似の精神科や精神神経科、あるいは心療内科などとの違いがよく分からず、戸惑う患者さんも少なくないようです。そこで横浜市医師会常任理事で、横浜市立大学附属病院・神経内科教授の鈴木ゆめ先生に「神経内科とは何か」について伺いました。

対象疾患は多数、 守備範囲広い神経内科

神経内科が、神経や筋肉の異常によって起きる病気を扱う診療科であることは、よく分かりました。ところで、神経内科の対象となるのは、具体的にどのような病気でしょうか。

気は、実にたくさんあります。例えば、中枢神経の二つの脳の疾患としては、脳卒中（脳出血、脳こうそく）や脳炎、髄膜炎、てんかん、アルツハイマー病、パーキンソン病、多発性硬化症、筋萎縮性側索硬化症、片頭痛など。

鈴木 神経内科領域の病

同じく中枢神経の脊髄

の疾患では、頸椎症、脊髄炎、脊髄性進行性筋萎縮症など。また末梢神経の疾患としては、多発性神経炎やギラン・バレー症候群、そして筋・神経筋接合部の疾患としては、多発性筋炎、筋ジストロフィー、重症筋無力症、周期性四肢麻痺など。

このように、神経内科の守備範囲はとても広い。それだけ大変な診療科であることを、ぜひ知っていただきたいと思います。

神経内科の対象となる病気かどうかは、症状からも判断できるそうですね。

鈴木 めまい・頭痛・しびれ。これが神経内科で扱う症状の御三家です。

例えば、めまいを伴う病気としては、三半規管などの内耳異常といった、耳鼻科領域のものほかに、脳幹や脳神経が障害されて起きるものもあり、この場合は当然、神経内科の対象となります。

同様に頭痛やしびれの場合も、症状の裏に脳こうそ

くや脳出血など、神経内科系の重篤な病気が隠れていることが多くあります。従って、このような症状が出た場合は、軽く考えずに、早めに神経内科を受診して下さい。

神経内科のお医者さんは、対象となる病気にどこまで関わるのですか。

鈴木 神経内科ではまず、

病気が脳や脊髄、末梢神経、筋肉の障害によるものかどうか、正確な診断を行います。そして、神経内科領域の病気と判明した場合は、直ちに治療に入りま

随って、脳神経外科をはじめ、整形外科、耳鼻咽喉科、眼科などは、常日頃から密接な連携を取り合っています。

ただ、最近よく効く薬がいろいろと開発され、薬物療法で治せる病気がふえています。そのため、昔に比べると、神経内科でできる治療の範囲が、ずいぶんと広がりました。

「めまい・頭痛・しびれ」に要注意

神経内科を受診する患者さんはふえているのではありませんか。

鈴木 うちの病院（横浜市大附属病院）で見る限り、増加の一途です。ちなみに、神経内科を訪れた外来患者さんのデータがありますが、それによると、患者さんの数は6〜7年前から右肩上がりに増え続けています。

平成18年度に、年間の患

者数が初めて2万人を超え、翌19年度はそれをさらに千人近くも上回りました。

まさに急増ですね。

鈴木 その通りです。しかし、だからと言って、神経内科系の病気を患う患者さんの絶対数が増えているわけではありません。

それよりも、最近は神経内科の病気のことがよく分かるようになり、同時に「神

経内科とは何か」について、世間の理解も進んできました。つまり、神経内科が市民権を得てきたわけで、こうしたことが急増している大きな要因であるように思います。

最後に神経内科の専門医として、何かアドバイスがあれば、お願いします。

鈴木 前述のように、神経内科の病気に多く見られる

「めまい・頭痛・しびれ」。これらの症状が出た場合は、十分に注意して下さい。

中でも頭痛は要注意です。例えば、発熱や吐き気、けいれんなどを伴い、これまでに経験したことのないような頭痛が出て、それが段々とひどくなる場合は、大変に危険なサインです。

そのような時は、どうすればよいのですか。

鈴木 まず速やかにかかりつけ医に相談し、その上で神経内科医や脳外科医がいて、CTやMRIなどで画像診断ができる医療機関を受診して下さい。かかりつけ医がいな場合は、直接、受診するとよいでしょう。とにかく、一刻も早い受診を心掛けて下さい。

それと最後に、もうひとついわせて下さい。かかりつけ医を持ち、日頃から自分の健康状態を把握しておくことは、とても大切なことです。是非かかりつけ医を持つことをお勧めします。

どう変わった？ 診療報酬 医療再生へ、4月から改定

医療機関に支払われる診療報酬が、この4月から2年ぶりに改定されました。今回の改定は、崩壊状態にある日本の医療の再生に最大の主眼が置かれています。改定で、何がどのように変わったのか。横浜市医師会の戸塚武和常任理事（社会保険担当）に解説していただきました。



横浜市医師会 常任理事
戸塚 武和 先生

今回の診療報酬改定は、どのような基本方針のもとに行われたのですか。

戸塚 改定の基本方針としては二つの重点課題があります。一つは崩壊状態にある医療、とりわけ医師不足が深刻で、著しく傷ついている救急・産科・小児科・外科等の医療の再生です。

そして、もう一つは過重な労働を強いられ、疲弊し切っている病院勤務医の待遇改善と負担の軽減です。

基本方針の一つである救急・産科・小児科と外科医療等の再生とは、具体的にどのようなことですか。

戸塚 救急や産科・小児科等は、激務のうえに、医療訴訟で訴えられるケースもあることなどから、近年は医師のなり手が減っています。そのため、多くの医療機関で慢性的な医師不足の状態が続き、医療崩壊の危機に直面し

ています。

そこで今回の改定では、例えば救急医療で、早期に手厚い治療が必要な「急性期入院医療」を行う救急救命センターなどや地域の医師との連携による救命救急外来が高く評価され、報酬が増額となりました。

また、切迫早産などリスクの高い妊産婦を積極的に受け入れる医療機関や新生児集中治療を行ったり、地域の小児救急入院医療を担う医療機関も、高く評価されるようになりました。

さらに、外科の分野では、医師離れに歯止めをかける対策として、低額に抑えられていた手術料の多くをアップし、とりわけ難易度が高く、人手を要する手術については、手術料を大幅に引き上げています。

二つ目の病院勤務医の負担軽減とは？

戸塚 ご存知のように近年、病院で働く医師の不足と、それに

伴う過重労働が大きな社会問題になっています。そこで勤務医の疲弊と相次ぐ離職を防ぐため、今回は事務作業を補助する職員を配置して、勤務医の事務負担を軽減したり、多職種から成るチーム医療に積極的に取り組む病院が、高く評価されるようになりました。

今回の改定では、地域医療対策として、診療所の再診料に「地域医療貢献加算」が新設されました。これはどのようなものですか。

戸塚 地域貢献加算は診療所を対象とし、診療時間外の休日や夜間に、急患からの問い合わせに対して必要な指導を行った場合には、報酬の加算を行います。これには病院勤務医の負担を軽減する狙いもあります。

ただ、これはあくまでも「緊急病変時」の問い合わせが対象であり、軽症のケースでの簡単な問い合わせが殺到すると、今度は対応する診療所の開業医が疲弊し

かねません。従って利用に当たっては、くれぐれもご配慮をお願いします。

再診料に上乗せする「外来管理加算」の見直しも行われましたね。

戸塚 外来管理加算は、再診で、新たな処置や検査の必要のない外来患者に対して、病状や療養上の説明を行うと加算されるもので、前回2年前の改定で、説明時間を「おおむね5分間」とする5分ルールが新たに導入されました。

しかし、現場の医師からの批判が強く、今回の見直しにより、この5分ルールは撤廃されました。ただ、再診で外来を訪れる患者さんも、葉だけ処方してもらって帰るのではなく、ぜひ医師の説明をよく聞いていただきたいと思います。

ところで、今回の改定では、支払い時の領収書が充実し、新たに「診療明細書」が無料で、原則すべての患者さんに発行されることになりました。これはどのようなものですか。

戸塚 診療明細書は、医療の透明化を進め、患者さんが納得できる医療を実現する一環として、新たに導入されたものです。これまでの領収書と違い、診

療明細書には診察内容や薬の種類、診療報酬の点数など、医療費の詳しい内訳が記載され、どのような医療が行われたのが、分かるようになっていきます。病院では既に4月から発行が始まっていますが、診療所は7月頃からの予定です。

しかし、診療明細書には専門的な事柄や個人のプライバシーに関わることも記載されるため、明細書を見て戸惑う患者さんが増え、問い合わせの増加などで、窓口が混乱することも予想されます。その点がちよつと心配です。

2年ごとの診療報酬の改定では、医療費抑制の観点から、過去4回にわたり改定率がマイナスでした。しかし、今回は10年ぶりにアップ（0.19%増）となりました。これで医療の再生は可能でしょうか。

戸塚 改定率が引き上げられたことは評価できますが、崩壊状態にある医療の再生のためには、この程度のアップでは不十分です。

今回、特に問題なのは再診料の扱いです。病院の再診料はアップしましたが、反対に診療所のそれは引き下げられました。このようないびつな改定は、望ましいものではありません。

医療再生のためには、医療費全体の底上げこそが不可欠であると考えます。

まごは やさしい

横浜市立本町小学校
栄養教諭 岩本かをり
協力・(社)神奈川県栄養士会

学校給食の献立は、4月当初入学してくる子どもたちに親しんでもらえるようカレーやパスタなど食べ慣れている献立から始まります。と同時に、昨今は食物アレルギーをもつお子さんも多いのでその確認と対応に気を遣います。日が経つにつれ、今の若い保護者のご家庭では余り食卓にのらなくなたってしまったお袋の味の代表でもあるひじきや切干大根などの噛みごたえのある食材やチリコンカン・変わり五目豆・呉汁などの豆を使った献立が出てきます。

立になるようにしています。その中でも6月は「食育月間」ということもあり「まごはやさしい」のキャッチフレーズを掲げて献立を通して食育をしています。

和食の献立では、ま(豆類)、ご(ごまなどの種実類)、は(はわかめなどの海藻類)、や(野菜)、さ(魚)、し(椎茸などのきのこ類)、い(芋類)の食材が全て使われている日も多くあり、そういう日は和食の良さをみんなまで認識できます。

クラスでは、その日の献立に「まごポイント」がいくつ使われているか確認します。

さて今年の3月、卒業生のために「手巻き寿司バイキング」を用意し好評でしたが、その時神奈川県発祥とされる「けんちん汁」を組み合わせました。まごポイントの高い、けんちん汁を含む給食のレシピをご紹介します。

「まごポイント」はどれくらいでしょうか？

デザートの焼き菓子 ●さつまいもと栗のタルト ●バナナケーキ ※デザートはどちらか1品食物繊維を摂取する。

飲みもの ●麦茶(100cc) ●ストロベリージョア ●ブルーベリージョア ※ジョアはどちらか1品。

酢飯です。

神奈川県漁連から購入した**焼き海苔**。1/4カットした焼のりを6枚。



この4種類が手巻き寿司の具。

- ① **焼き肉**
児童の好みも反映し焼き肉に。鉄分が摂取できるよう牛肉を使用しました。
- ② **ツナそぼろ**
細切りの凍り豆腐を加えて鉄分と食物繊維をとることができます。
- ③ **ごま酢あえ**
- ④ **きゅうりの梅肉和え**

食材豊かな神奈川県発祥の汁もの**けんちん汁**

ツナそぼろ(4人分)の作り方

- ①ツナは半分量をヘルシーな水煮を使用しザルにあける。
- ②にんじん・しょうがを切る。
- ③細切りの凍り豆腐をもどし、軽くしぼる。
- ④調味料・しょうが・にんじんを入れ火にかける。煮立ったら、ツナ・凍り豆腐を入れ煮汁がなくなるまで炒りつける。

材 料	量	切り方
まぐろ油漬け	60g	
まぐろ水煮	60g	
凍り豆腐(細)	12g	
にんじん	70g	みじん切り
しょうが	適宜	みじん切り
しょうゆ	大さじ1	
砂糖	大さじ1	
酒	小さじ1	

焼肉の作り方

牛肉をみじん切りの長ネギ・しょうが・にんにくとコチジャン・砂糖・醤油で炒め、好みの辛さに決めれば出来上がりです。

きゅうりの梅肉あえの作り方

せん切りにしたきゅうりに、市販のねり梅にしょうゆとみりん(小さじ1ずつ火を通して冷ましておく)をからめ好みの味にします。食べる人の好みも考えて、ねり梅は別添えにしておいてもかまいません。

けんちん汁(4人分)の作り方

- ①かつお節でだしをとる。
- ②豆腐を切る。
- ③油揚げは油抜きをし、切る。
- ④こんにゃくを切り茹でる。
- ⑤こまつなを茹で切る。
- ⑥野菜を切る。
- ⑦ごま油を熱し、ごぼう・だいこん・こんにゃく・にんじんを炒め、だし汁・さといもを入れる。
- ⑧野菜が煮えたら、豆腐・油揚げを入れ調味する。
- ⑨火を止め、こまつなを入れる。

材 料	量	切り方
木綿豆腐	半丁	1cm角
油揚げ	1/2枚	短冊
さといも	中2個	1cm半月
だいこん	70g	いちょう切り
こまつな	2束位	2cm
ごぼう	50g	ささがき
にんじん	30g	いちょう
こんにゃく	1/4枚	5mm短冊
ごま油	小さじ1/2	
しょうゆ	大さじ1弱	
塩	小さじ1/2	
かつお出し	3カップ	

バドミントンで、快適な汗 ストレス吹き飛び、気分爽快



西が岡バドミントンクラブ会長
中山 賢策 さん

思うと一転、鋭いスマッシュが決まり、シャトルが相手コートに突き刺さります。激しいショットの応酬。見ている方も、思わず体が熱くなります。

今は会員40人の大所帯に

手軽に楽しめる健康スポーツとして、人気の高いバドミントン。横浜市泉区の「西が岡バドミントンクラブ」は、10数年の歴史を持ち、活動も盛んです。週に一度の定期練習には毎回、多くの会員が参加。大好きなバドミントンで心地良い汗を流し、心身をリフレッシュしています。

西が岡バドミントンクラブが、主な活動拠点にしているのは地元西が岡小学校。毎週日曜日の午後、ラケットを持ち、トレーニングウェア姿の会員たちが、次々と体育館に集まってきます。

メンバーがそろうと、まずは全員で準備体操。体がほぐれたところで、会員が幾つものグループに分かれ、早速、練習の開始です。

ラケットにはじかれたシャトル（羽根）が、高く宙に舞い、かと

西が岡バドミントンクラブは、平成9年に誕生しました。現会長の中山賢策さん（61）が、港北ニュータウンから泉区に転居してきた際「バドミントンをやりたい」と自宅近くの西が岡コミュニティハウスに申し込んだのが、きっかけです。

しかし、当のコミュニティハウスに、バドミントンのサークルがありません。そこで「ならば自分たちの手で」と、知り合いなどに声をかけ、バドミントンクラブを立ち上げました。

現在、会員は男女がほぼ半数ずつの40人。発足時は15人ほどでしたが、北京五輪での日本女子選手の活躍などで、バドミントン人気が盛り上がり、今はかなりの大所帯になりました。会員の年齢も、50代を中心に、20～60代まで幅が広く、バ



ラテイーに富んでいます。

定期練習は週1回。日曜の午後（1～4時半）に、西が岡小体育館などで、バドミントンを楽しまます。このほか、泉区内の大会などにも積極的に参加して、地域交流も深めています。

好評！ 春秋のお楽しみ会

会長の中山さんによると、クラブのモットーは「明るく、楽しく、仲良く」。この方針に沿って、いろいろと楽しい行事が多いのも、このクラブの特徴です。中でも人気が高いのが、春秋

楽しさがいっぱい。

また、毎春秋には一泊二日で宿泊合宿も実施。昼は練習、夜は宴会で盛り上がります。ほかに納涼会や忘年会、有志での飲み会など、交流・懇親会も盛んです。

「西が岡は新住民が多い街。うちの会員も大半が外からの転入者で、近隣との付き合いが稀薄です。そのため、できるだけ会員同士の飲みケーションを活発にして、交流を深め合っているんです」と中山さん。

バドミントンは結構、激しいスポーツです。運動量が多いうえに、緩急の動作が繰り返されるため、健康づくりに最も適しています。

発足時からの会員である野村勉さん（61）も「足腰など肉体の強化はもちろんですが、一番の効用はストレスの発散。週



に一度、ラケットを握ると、仕事の疲れが吹き飛び、心身がリフレッシュされて、生気がよみがえります」と絶賛です。

この秋には発足14年目を迎える西が岡バドミントンクラブ。10年前に途中入会した天満キミ子さんは、クラブの「一番の魅力」を「アットホームで、楽しいこと」と言います。「会長をはじめ、皆さんの温かい人ばかり。ここに来て、一緒にプレーをしていると、とても心が安らぎます」。

ゴルフなどと違い、格安の費用で、誰もが手軽に楽しめるバドミントン。中山さんは「生涯スポーツとして、年を取っても、息長く、楽しく続けていきたいですね」と語っています。

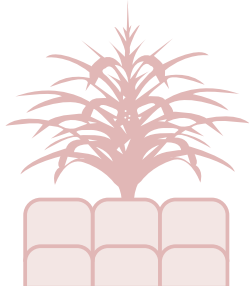
これから夏に向かつて
― 熱中症にご用心 ―

人間は恒温動物であり、摂氏36～37度の範囲に自律神経の働きで体温を調節しています。暑い時にはたくさん汗をかき、気化熱により熱を奪い体温を低下させます。しかし、気温や湿度が高くなると汗の蒸発が十分出来なくなり体温が著しく上昇し、熱中症になってしまいます。

熱中症になると「熱失神」とも言われる立ちくらみや、塩分の欠乏による「熱けいれん」と言われる筋肉のこむら返りが起こったり、頭痛・吐き気・嘔吐・倦怠感・虚脱感などを起こします。更に進むと意識障害やけいれんを引き起こします。

熱中症を疑った時には、すぐに体を冷やすことが最重要です。涼しい所に避難させ体を冷やし熱の放散に心掛け、意識があるなら冷たいスポーツドリンクなどを飲ませましょう。

熱中症を防ぐには暑さを避けて水分補給に心掛けることが第一です。（ようちゃん）



こんな時どうする

突き指してしまったけど 放っておいてだいじょうぶ？

横浜スポーツ医会 國見 純功
新子安くにみ整形外科

突き指ってなに



ボールや壁などに指をぶつけると、指の遠位指節間関節、近位指節間関節（第一関節、第二関節という人がいますが俗称です）に痛みや腫れが起こります。ひどいときには、靱帯や腱の断裂や骨折を伴うことがあります。ここでは名前が長すぎるので俗称で説明します。

突き指をしたら、
指の第二関節が
伸ばせなくなりました。

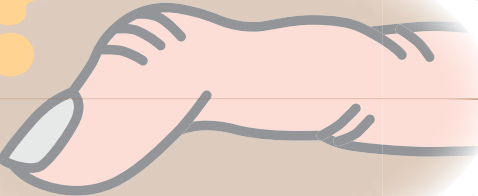


ボールなどが指にあたり、急に第一関節が曲げられると、指を伸ばす腱が、切れることがあります。この場合、曲がったまま伸ばせなくなりますが、手伝ってやると伸ばせます。（第一関節が曲がった変形をマレット変

形といいます。）このまま放置すると、第一関節は、曲がったまま固くなり、細かい作業がしづらくなったり、ポケットに手を入れるとき指がひっかかるような不具合が生じます。

また、この腱の断裂は、ちよつと手をぶつけたり、力をいれて指で物を挟もうとした時など、ささいな外力でも起こることがあります。

突き指で、
指の第二関節が腫れて、
なかなか痛みがとれません。



突き指で、指の第二関節がうまく反りかえることがありません。この場合、骨と骨をつないでいる靱帯が切れて、痛みや腫れ

とともに不安定感や、力のはいりにくい感じがでてきます。靱帯がつながらないまま放置されると、腫れや痛みが長期化するとともに、第二関節は、固くなり、曲げづらくなります。

どうやって
治すの

どうやって
治すの

突き指したばかりの応急処置では、痛んだ関節を冷やしたりシツプをすることが有効です。痛みが強い場合は、添え木をして関節を固定することが必要になります。添え木がない場合は、包帯をまくだけでも効果があります。この場合、きつくまくと指の循環障害をきたすことがあるので注意

が必要です。前述したマレット変形の場合は、受傷早期に約6週間の長い間、第一関節を動かさないよう添え木などで固定する必要があります。また、骨折をともなっている場合や、受傷後、時間のたってしまった場合は、手術も必要になることがあります。第二関節の場合も靱帯損傷をともなっている場合は、長期の固定や手術が必要となります。

いずれも、受傷早期に治療を開始することが大切で、治療が遅れたり、放置されたりした場合、痛みが長期化し、関節の変形や運動障害をきたすことがあります。軽い突き指のつもりでも、靱帯損傷や骨折がおきていることも多く、安易に考えずに整形外科などの専門医を受診し、しっかりとした初期治療をされることも大切です。

休日・夜間に急病になった場合は

休日の昼間はこちらへ

内科・小児科 診療時間：午前9時～12時 午後1時～4時

●青葉区休日急患診療所 ☎(045)973-2707

内科・小児科・歯科 診療時間：午前10時～午後4時

●金沢区休日救急診療所 ☎(045)782-8785

●戸塚区休日急患診療所 ☎(045)852-6221

内科・小児科 診療時間：午前10時～午後4時

●旭区休日急患診療所 ☎(045)363-2020

●泉区休日急患診療所 ☎(045)801-2280

●磯子区休日急患診療所 ☎(045)753-6011

●神奈川区休日急患診療所 ☎(045)317-5474

●港南区休日急患診療所 ☎(045)842-8806

●港北区休日急患診療所 ☎(045)433-2311

●栄区休日急患診療所 ☎(045)893-2999

●瀬谷区休日急患診療所 ☎(045)302-5115

●都筑区休日急患診療所 ☎(045)911-0088

●鶴見区休日急患診療所 ☎(045)503-3851

●中区休日急患診療所 ☎(045)622-6372

改築工事を行うため、当分の間、仮診療所(上野町2-72 上野町バス停下車)にて診療を行います。

●西区休日急患診療所 ☎(045)322-5715

●保土ヶ谷区休日急患診療所 ☎(045)335-5975

●緑区休日急患診療所 ☎(045)937-2300

●南区休日急患診療所 ☎(045)731-2416

毎日の夜間はこちらへ

●横浜市夜間急病センター ☎(045)212-3535

内科・小児科・眼科・耳鼻科：午後8時～午前0時

●横浜市北部夜間急病センター ☎(045)911-0088

都筑区休日急患診療所1階 内科・小児科：午後8時～午前0時

●横浜市南西部夜間急病センター ☎(045)806-0921

泉区休日急患診療所 内科・小児科：午後8時～午前0時

●横浜市救急医療情報センター ☎(045)201-1199

【24時間対応】

●神奈川県医師会中毒情報相談室 ☎(045)262-4199

【24時間対応】

●横浜市歯科保健医療センター ☎(045)201-7737

休日・夜間救急歯科診療 休日診療：午前10時～午後4時 夜間診療：午後7時～11時

午前0時以降の 内科・小児科の初期

救急診療は
小児拠点病院で対応する

●昭和大学横浜市北部病院

●横浜労災病院

●済生会横浜市東部病院

●横浜市民市民病院

●国立病院機構横浜医療センター

●横浜市立みなと赤十字病院

●済生会横浜市南部病院

都筑区茅ヶ崎中央35-1

港北区小机町3211

鶴見区下末吉3-6-1

保土ヶ谷区岡沢町56

戸塚区原宿3-60-2

中区新山下3-12-1

港南区港南台3-2-10

☎(045)949-7000

☎(045)474-8111

☎(045)576-3000

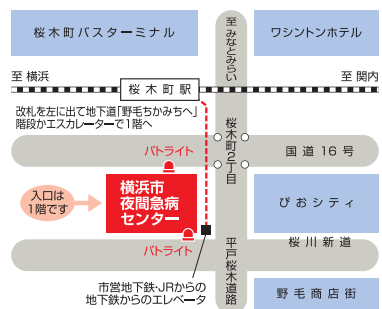
☎(045)331-1961

☎(045)851-2621

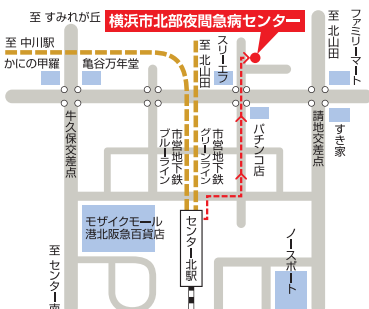
☎(045)628-6100

☎(045)832-1111

横浜市夜間急病センター ☎045-212-3535



横浜市北部夜間急病センター ☎045-911-0088



横浜市南西部夜間急病センター ☎045-806-0921



テレビ
メデイカルチャンネル

「みんなの健康」

5月～7月の放送予定

5月 ★21日 ぶどう膜炎とは

★28日 ぶどう膜炎の診断と治療

6月 ★4日 爪(巻き爪)(1)

★11日 爪(巻き爪)(2)

★18日 職場のメンタルヘルス(1)

★25日 職場のメンタルヘルス(2)

7月 ★2日 高齢者のスポーツと健康(1)

★9日 高齢者のスポーツと健康(2)

毎週金曜日午後1時20分より(生放送のため、多少前後のずれがあります。ご了承下さい。)

訪問看護ステーション 看護師の募集

横浜市内19カ所にある各区医師会立のステーションで、訪問看護に従事して下さる看護師(常勤・非常勤)を募集しております。詳細は次の連絡先へお問い合わせ下さい。
【お問い合わせ先】横浜市医師会事業三課 ☎045-201-7366

～かかりつけ医をお探しの方～

かかりつけ医検索ホームページ

様々な条件(診療科目・地域・駅名 etc.)をクリックすることにより、お探しの医療機関を検索できます。

<http://kakaritukei.yokohama.kanagawa.med.or.jp/>

地域医療連携センター ☎045-201-8712

運営時間：午前9時～12時/午後1時～5時 月曜～金曜(土・日・祝日を除く)

お近くの医療機関を電話でご紹介いたします。また、ご希望により診療所や病院の情報と地図をFAXで送ります。