



ご自由にお持ち帰り下さい

南部病院・スワンクリニック

広報誌スワン



Swan

2025年10～12月

秋号

～地域に信頼される
病院を目指して～

Contents

- ・白癬（爪の水虫）
- ・小児科だより
- ・医療実習・インスタはじめました
- ・クリニカルクラークシップ
- ・インフルエンザ予防接種
- ・新型コロナワクチン接種

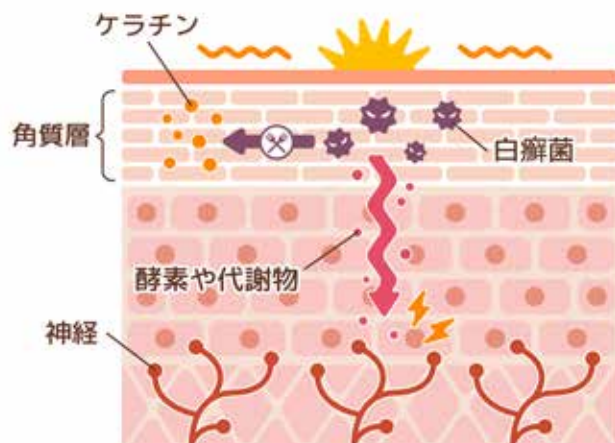
白癬（爪の水虫）



ってなんだろう？

…誰でも爪水虫になる可能性がありますが…

爪白癬とはカビ（真菌）が爪に寄生することで起こる感染症です。子供から高齢者まで年齢や性別にかかわらず、誰でも白癬になる可能性があります。

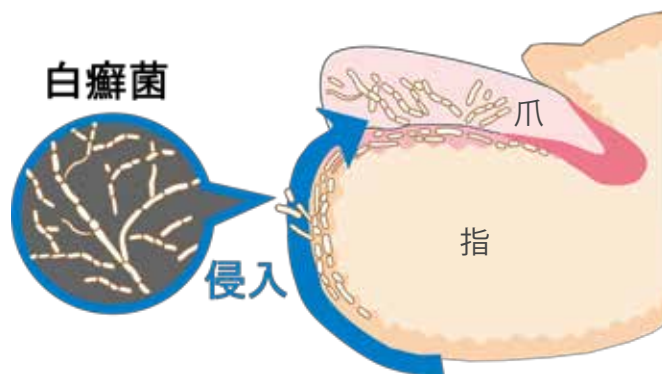


水虫のかゆみ発生のメカニズム図解イラスト

…なぜ白癬になるの？…

白癬菌というカビは、爪の先端や側面から内部に侵入して発症します。白癬菌は高温多湿な環境を好み、増殖します。靴下や靴が蒸れたまま履き続けたり、雨で濡れた靴を履き続けることで白癬に感染しやすい状態となります。また、足の水虫の約3人に1人が爪水虫にかかっているといわれていますが、環境によっても違いがあります。

- ・家族が水虫にかかっている
 - ・糖尿病、高血圧の方
 - ・体のどこかが水虫に罹っている
- これらに当てはまる方はかかりやすい傾向にあります。



白癬菌が爪に感染する経路

…どういう症状がでるの？～…

- ・爪の一部が変色し、縦線が入ったり白っぽくなります
- ・徐々に爪が厚くなってきます
- ・進行してくると白色から黄色く濁ったような色になります
- ・白癬菌の増殖により爪が厚くなりぼろぼろと欠けることがあります



爪に異変はありませんか？



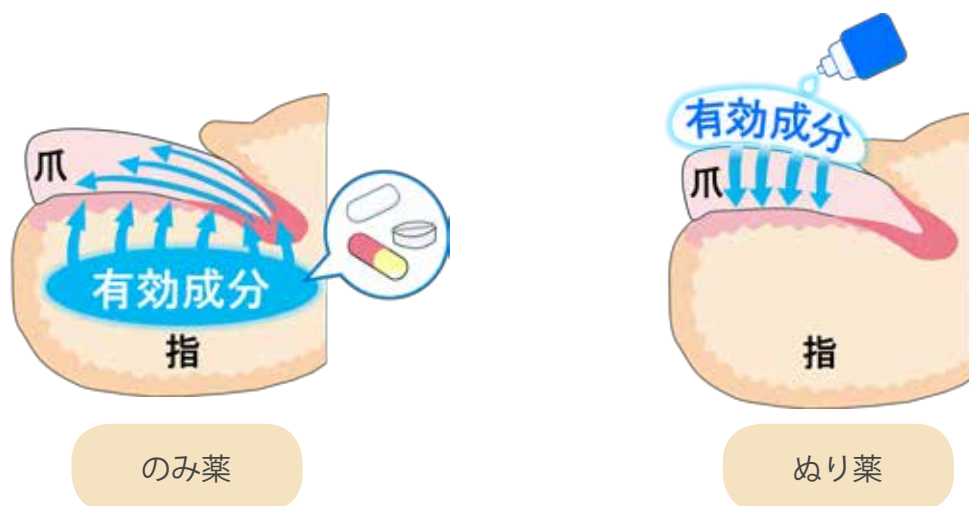
…診断方法って？…

白癬菌の検査方法は、爪の厚くなっている部分や濁っている部分の爪の一部を採取します。採取した爪を顕微鏡で観察し、白癬菌がいるかどうかを確認します。検査する際に痛みを伴う事はほとんどありません。



…治療法は？…

爪の厚みがなく白っぽくなっている程度であれば外用剤で治療ができる可能性があります。爪が変形していたり黄色く混濁しているような場合は内服を服用する必要があります。いずれも医療機関を受診して正しく治療を行いましょう。



変色や変形した爪が完全に生え変わるまでには最低でも1年かかります。一見、爪がきれいになったようにみえても白癬菌が潜んでいる場合があります。自己中断せず医師の指示があるまで治療を続けましょう。

爪に異変を見つけたら …、お気軽にご相談ください



白癬を予防するための フットケア

治療後はフットケアが大事です

白癬菌は完治しても再発してしまう可能性があります。治療後も足や周囲の環境を清潔に保ち、再発させないように心掛けましょう。

①足の清潔と乾燥を保つ

足は蒸れやすく、不潔になりやすいため、白癬菌の大好きな環境になりがちです。毎日の入浴で丁寧に洗いましょう。

清潔



乾燥

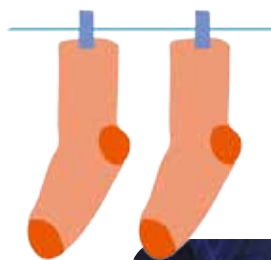


②通気性の悪い靴や靴下は避ける

一日中履いた靴は、菌を多く含みます。菌が繁殖しやすい状態のため、翌日は違う靴に履き替えるようにしましょう。また、靴下は吸湿性の良い綿や麻を選びましょう。



靴を履き替えましょう



靴下は
綿や麻がおすすめ



靴を除菌スプレーなどで
除菌する

③足拭きマットはこまめに洗濯

家族に白癬菌の治療中の人がある場合、足拭きマットのや共用スリッパなどから感染することがよくあります。お風呂の順番を変えるなど、方法をご家族で相談して決めましょう。



マットやスリッパをこまめに洗濯

④公共の場では、素足になるべく避ける

温泉や銭湯、プールなど、素足で利用する公共の施設では白癬菌が付着しやすいため、利用後はよく洗い流し菌の繁殖を防ぎましょう。



靴下をはく



洗って乾燥



除菌シートで
足をふく



スリッパを
持参する

⑤水虫を知る

水虫菌はもともと土の中に住んでいました。進化により人のケラチン（タンパク質の一種）を栄養として繁殖するようになりました。また、足や爪だけでなく、手や頭部、胴体や股部などにも感染する場合があります。再発しやすく、似た症状が多い疾患のため、正確な診断のうえで適切な治療を受けることが大切です。

水虫以外の病気かも？

- ・患部が赤みをおびている
- ・季節に全く関係なく症状が出る
- ・手や足の左右対称に症状がある
- ・患部が腫れている
- ・足の甲だけに水泡ができる



症状に気が付いた場合は
早めに受診をしましょう
当院でも診断・治療が可能です
お気軽にご相談下さい

インフルエンザについて

小笠原 奈緒子医師

日本小児科学会専門医
日本アレルギー学会専門医



インフルエンザウイルスは主に A 型、B 型、C 型の 3 つに分類され、毎年変異株がでています。特に A 型では多くの変異株があり、時に世界的な大流行が起こります。

日本では通常 12 ～ 3 月に流行しますが、今年は地域によっては 9 月上旬からインフルエンザの流行が始まっています。青森県内でも 9/1-9/7 の週に、すでに 38 症例の報告があります。

インフルエンザは、高齢者や乳幼児など免疫力が低い人がかかると重症化しやすく、肺炎やインフルエンザ脳症などの重い合併症が起こることがあります。



インフルエンザを予防するうえで重要なのが、**インフルエンザワクチンの接種**です。ワクチンには、発症を予防したり、かかってしまっても重症化や死亡を予防する効果があります。

インフルエンザワクチンは、注射による**不活化ワクチン**と鼻の中に噴霧する**経鼻弱毒生ワクチン**の 2 種類が国内で流通しています。

対象は不活化ワクチンは 6 ヶ月以上、経鼻弱毒生ワクチンは 2 歳以上から 19 歳未満となっていて、効果についてはどちらのワクチンも同程度とされています。



注射による
不活化ワクチン



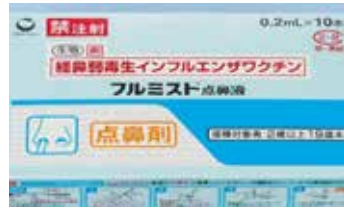
鼻の中に噴霧する
経鼻弱毒生ワクチン

今年度から南部町も不活化ワクチンだけではなく、13 歳未満の小児のみですが経鼻弱毒生ワクチンの助成が始まります。

経鼻弱毒生ワクチンは痛くないことが最大のメリットですが、注意点もあります。当院では、今年度は年長さんから 19 歳未満の方を対象に接種を行います。



経鼻弱毒生ワクチン「フルミスト」について



対象年齢 2歳～19歳未満（当院では年長さんから）

接種回数 1シーズンに1回 左右の鼻腔に0.1mlずつ噴霧

副反応

接種後にせき・咽頭痛・発熱などが起こることがあります。また、鼻汁・鼻づまりは約60%に生じます。まれにショックやアナフィラキシーなどの重大な副反応が起こることもあります。

注意点

- 感染の可能性** 経鼻弱毒生ワクチンでは、接種後数週間は鼻腔内にウイルスが存在します。そのため飛沫や接触により、ワクチンウイルスがほかの方に移る可能性があります。ワクチン接種後1～2週間は免疫力の弱い乳児や妊婦、ステロイドや免疫抑制剤で治療中の方などとの接触は可能な限り避けてください。
また、この間はインフルエンザ検査が陽性になります。ワクチン株かどうかの区別はできないため、対応に難しさが生じる可能性があります。
- 喘息のある方** 点鼻ワクチンの接種で喘息発作を起こす可能性があります。小児科学会でも喘息のある方は注射による不活化ワクチンを推奨しています。
- 卵アレルギー・ゼラチンアレルギーの方** 接種に注意が必要なためご相談下さい。アナフィラキシーを起こしたことがある方は注射による不活化ワクチンをお勧めします。
- 抗インフルエンザウイルス薬を併用した場合** ワクチンウイルスの増殖が抑えられ、予防接種の効果が減弱する可能性があります。
また、抗インフルエンザ薬を使用した場合は、経鼻弱毒生ワクチンまで一定の間隔をあけるか、注射による不活化ワクチンとなりますので、ご相談ください。
- 経鼻接種で泣いてしまったり暴れてしまうときには、**
全量の投与ができない場合があります。
その際、再接種は行いませんが、既定の料金が必要となります。ご了承ください。



学生さん ようこそ!



医療実習



看護部



当院では、医療従事者の育成のため、看護学生の臨床実習や中高生の体験学習の受け入れを行っています。

今年度も、近隣の中学生や高校生の体験学習が行われました。また、千葉学園高等看護科の実習も予定しております。

様々な工夫をしています



管理栄養士から

しわが出来ないように…



シーツ交換



リハビリ見学

実習体験内容

- ・手術室見学
- ・看護師の仕事体験
- ・治療食説明、入院食試食
- ・入浴補助 など

看護実習は看護の機能・役割を理解し、看護師としての基本姿勢や、患者さんとのコミュニケーション能力を習得する貴重な体験となります。患者さんのご負担にならない範囲で協力をお願いする場合があります。その際はどうぞよろしくお願いいたします。

リハビリテーション科



5年間で県内外含めて3校の専門学校からの実習生を受け入れています。1年間に3人以上の実習生が、各学年の実習体系に合わせた実習を行っています。その他、中学・高校の職場見学や職場体験も随時受け入れています。



歩行訓練の様子



専門学校実習内容

入院・外来患者さんの理学・作業療法評価
治療の見学、実施
他部署見学―手術見学

中学・高校生見学内容

リハビリ業務の見学
車椅子や松葉杖歩行などの体験

体験をぜひ今後に
活かして下さい



お知らせ

【公式】

南部病院・スワンクリニック

Instagram



Instagram

はじめました



QRコード



hakusinkai1973

検索

- お知らせ、診療情報、院内での取り組みや様子などを紹介していきます。
- 上記のQRコード、またはURLからぜひご覧ください。





クリニカルクラークシップ

当院は弘前大学医学部と臨床実習に関する協定を締結し、指導医監督の下に、医学生が診療チームの一員に加わり、診療に参加させていただく「診療参加型実習」を実施しております。

6～7月に臨床実習を終えたお二人の感想をご紹介します。



指導医 副院長 三浦一朗

実習生感想

実習で印象に残っていることは何ですか？



実習中に様々な職種の人と関わる機会がありましたが、職種による垣根がほとんど感じられず、それぞれが専門性を尊重し合いながらも、患者さんを中心に意見を交わし、協働して医療を提供している姿が印象的でした。

医師を目指したきっかけを教えてください。



医療が行き届いていない地域に医療を提供したいと思い志しました。世界にはもちろん、日本にも十分な医療を受けられない地域が多く存在します。少しでもそのような場所に住む人々に、医療という形で手を差し伸べることができたらと考えています。



坂本矢弥先生

ラジオ波焼灼療法の様子

実習生感想

実習で印象に残っていることは何ですか？



採血実習や注射、エコーなどの手技をさせていただいた時、皆さんが温かく受け入れてくださったことがとても嬉しかったです。励ましの言葉を掛けてくださる方もいて、協力してくださった感謝の気持ちと同時に、気の引き締まる思いでした。

将来、どのような医師になりたいと思いますか？



患者さんに寄り添い、信頼される医師になりたいと考えています。そのために、医療の知識や経験はもちろんですが、患者さんとの向き合い方も学んでいきたいです。



澁谷真呼先生

整形外科会議の様子

インフルエンザ予防接種



【接種期間】令和7年10月1日～令和8年1月31日

接種期間終了日を待たずに、予防接種を終了する場合がありますことをご了承下さい。

回数 1回 ※13歳未満の方は2回

料金 大人 (13歳以上) 4,400円 ◆大人は予約不要

子供 (6ヶ月児～13歳未満) 1回目 4,400円 2回目 3,300円

経鼻弱毒生ワクチン (年長児～19歳未満) 1回 8,800円

※助成金を受けられる対象年齢と接種期間については、各市町村によって異なります。



スワンクリニック 小児科

◆スワンクリニック小児科では、6ヶ月児～から接種できます。
また、中学生以下の方は、他の予防接種歴を確認するため、
スワンクリニック小児科での接種をお勧めしております。

受付時間	月	火	水	木	金	土
AM	8:30～11:00			—	8:30～11:00	下記の日時のみ 10月11、25 11月15、22、29 12月6、20
PM	10～12月のみ 16:00～17:00 予防接種のみ 通常の診療は 行っておりません	—	—	—	14:00～17:00 大変込み合います ご了承ください	9:00～10:00 予防接種のみ 通常の診療は 行っておりません

インターネットからご予約下さい

- ◆小児は母子手帳をご持参下さい
- ◆保護者の方もご予約いただけます
- ◆中学生以下の方は保護者の付き添いが必要です



新型コロナウイルスワクチン接種

接種日 令和7年10月6日～ 午前 月・火・水・金・土 10時30分～
午後 月・水 13時30分～

対象 12歳以上 料金 15,400円

※助成金については、各市町村によって
料金が異なります

予約方法

☎ 電話 (0179) 34-3131
平日 9～17時、土曜日 9～12時



【南部病院】
お電話で
ご予約下さい

※受診の際にもご予約できます

スワンクリニック 診療時間のご案内



電話 0179-23-0805

〒039-0105

青森県三戸郡南部町大字沖田面字千刈 37-1

スワンクリニック

自動受付機による受付時間

午前 7:30 ~ 11:00

午後 12:30 ~ 17:00



午前	8:30~11:00	月	火	水	木	金	土
	整形外科①	小笠原和人	小笠原和人	小笠原和人	休診	小笠原和人	小笠原和人
	整形外科②	三浦一朗	三浦一朗	三浦一朗		三浦一朗	三浦一朗
	整形外科③ 総合診療科	休診	10:00~ 穂元 崇	穂元 崇		10:00~ 穂元 崇	穂元 崇
	外科・内科	佐藤雅栄	休診	休診		休診	休診
	小児科 アレルギー科	小笠原奈緒子	小笠原奈緒子	小笠原奈緒子		小笠原奈緒子	休診
午後	14:00~17:00	月	火	水	木	金	土
	整形外科	小笠原和人	三浦一朗 穂元 崇	休診	休診	休診	休診
	内科	16:00まで 小向良昌	16:00まで 小向良昌	外科・内科 佐藤雅栄		16:00まで 三上信久	
	小児科 アレルギー科	休診	予約のみ 小笠原奈緒子	休診		小笠原奈緒子	



南部病院 診療時間のご案内

電話 0179-34-3131

〒039-0105

青森県三戸郡南部町大字沖田面字千刈 52-2

【内科】小原正和						
	月	火	水	木	金	土
8:30 ~ 11:00	○	○	○	休診	○	休診
14:00 ~ 16:00	訪問診察	○	○		○	
16:00 ~ 17:00	○	○	○		○	

【内科】小向良昌						
	月	火	水	木	金	土
8:30 ~ 11:00	○	○	○	休診	○	○
14:00 ~ 15:00	休診	休診	訪問診察		訪問診察	休診
15:00 ~ 17:00			○		○	

【外科・内科】佐藤雅栄						
	月	火	水	木	金	土
8:30 ~ 11:00	休診	○	○	休診	○	○
14:00 ~ 17:00	検査	訪問診察 検査	休診		手術	休診

【整形外科】小笠原和人、三浦一朗、穂元 崇						
	月	火	水	木	金	土
8:30 ~ 11:00	検査・予約	検査・予約	検査・予約	休診	検査・予約	検査・予約
14:00 ~ 17:00	予約外来 手術 (三浦一朗)	予約外来 手術 (小笠原和人)	手術		手術	休

【外科・内科】小笠原 博						
	月	火	水	木	金	土
8:30 ~ 11:00	○	○	○	休	○	休

社会医療法人博進会 <https://nanbu-hp.or.jp>



南部病院
ホームページ



スワンクリニック
ホームページ



Instagram