

かかりつけのお医者さんを見つけよう

ご近所ドクター BOOK

埼玉中央・南版

さいたま市・川口市・蕨市・戸田市

2024
保存版 無料

探したいクリニックがすぐに見つかる
エリア別ドクターガイド

13
院

安心・頼れる街のかかりつけ医



しっかり
噛める
入れ歯

50種類以上の入れ歯サンプルから あなたの希望に合う入れ歯を作ります

入れ歯が合わなくてお困りの方、インプラントが不安な方、無料相談にいらしてください。



院長 黒崎俊一

30年以上の入れ歯作製の経験を活かし、
無料相談を受付けています。



MTデンチャー

歯茎を覆う部分が少ない。



ノンクラスプ

ハリガネ(金具)がない。



ミラクルデンチャー

ハリガネ(金具)がなく、
歯茎を覆う部分が少ない。



テレスコープ義歯(ドイツ式入れ歯)

ハリガネ(金具)がなく、
しっかり噛める。

▼こんな方は、ぜひご相談ください。

- ✓ 針金・金具で見た目が悪い
- ✓ しっかり噛めない
- ✓ 歯周病で歯が抜けそう
- ✓ インプラントは怖い

自由診療では、保険適用では作れない
いろいろな入れ歯の作製ができます。

保険適用外

くろさき歯科の入れ歯の特徴

お試し入れ歯で
付け心地がわかる

歯周病に強い
歯科医師が在籍

顔の見た目も
考慮する

修理ができるので
長く使える

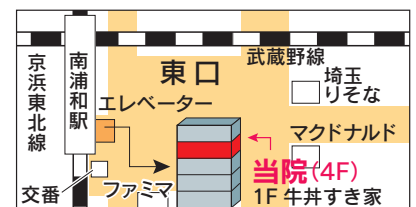
 **くろさき歯科** 南浦和駅徒歩1分

無料相談のお申込みは **048-887-9639**

〒336-0017 埼玉県さいたま市南区南浦和2丁目38-1 北原ビル 4F

月曜～金曜/9:30～13:00、14:00～20:00(受付19:00) 土曜/9:30～13:00、14:00～17:00(受付16:00) 日・祝定休

Webからも
24時間
予約できます



本書を手にとっただいた皆様へ



自分や家族、大切な人が具合が悪くなったとき、「とりあえず大きな病院なら間違いはないかな」といった判断で、医療機関を利用していませんか？
また、インターネットで医療機関を検索しても、同じような情報しかなくて
相性が合うところはどこなのか分からない……
そんな経験はありませんか？
身近な医療機関の情報は、外からみてもよく分からないまま、過ごしていることが多いのではないのでしょうか。

ご近所ドクターBOOKは「安心・頼れる“かかりつけ医”をみつけよう」がコンセプト。医院・診療所・クリニックの基本情報のほか、ドクターの人柄や考え方にもスポットをあてて紹介しています。本書が皆様の“かかりつけ医”を見つける情報源として、お役に立てれば幸いです。

CONTENTS ~もくじ~

03 CONTENTS~もくじ~

04 8人の先生にインタビュー!
HELLO! ご近所ドクター

14 **掲載院数13院 エリア別ドクターガイド**

埼玉中央・南エリア

大宮公園／与野／北浦和／浦和／
蕨／東川口／西川口／川口／戸田

19 索引・INDEX/アンケート

STAFF

Publisher

釜 薫

Executive Producer

忠 敏行

Producer

小林 航

Editors

野口 綾子
山木 克也

Writers

株式会社ケイズ

Photographers

増本 雅人
カイトスタジオ

Art associates

大瀬 桂
福田 倫子
加藤 未由貴
指方 歩

Distribution Directors

荒谷 育
小暮 知寿

Advertising Section

阿相 吉徳
久利 沙織
豊浦 将人
宮川 直也
八倉巻 りさ
吉谷 弘子

埼玉中央・南版

2024年1月発行

編集・発行：株式会社中広メディアソリューションズ
<https://chuco-ms.co.jp/>
〒336-0017
さいたま市南区南浦和2-39-16第5大雄ビル3F
TEL 048-767-8238

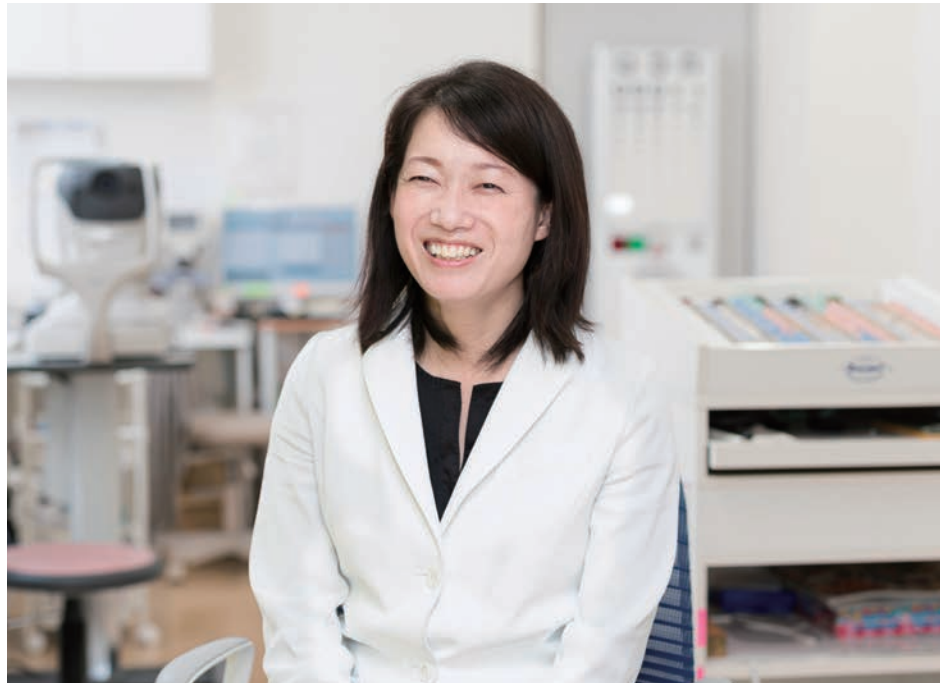
価格表示について

広告内に記載されている価格表示は「税抜」、「税別」又は「広告内の価格は全て税抜価格です」等の表示がない場合は全て税込価格となります。

※本誌掲載の写真、記事、イラストなどの無断複写・転載を禁じます。※掲載情報は2023年12月8日現在のものです。発刊以降に内容が変更となる場合がありますので、ご了承ください。

スタッフから見た先生

- ◆とにかく眼科医の仕事が好きで、「おばあちゃんになっても眼科医として働きたい」と言っています。
- ◆明るく優しく、常に元気いっぱい。パワフルさに驚かされる毎日です。
- ◆些細な症状や悩みも真剣に聞き、丁寧に説明する先生を尊敬しています。
- ◆患者さんやスタッフの気持ちや考えをできる限り尊重してくれます。
- ◆お疲れでもスタッフの体調を気遣い、元気に振る舞うスーパーウーマン。だから私たちも守り、支えたくになります。
- ◆先生には「アメとムチ」の「ムチ」がありません。
- ◆笑顔がかわいい先生です。スタッフからの誕生日ケーキを喜んでくださり、みんなで食べたのは良い思い出です。



一人ひとりの悩みや生活に寄り添った診察で 地域の眼の健康に貢献し続けたい



院長 日本眼科学会眼科専門医 太田 有夕美先生

【おた・あゆみ】福岡県出身、O型、ふたご座。佐賀大学医学部卒業。東北大学病院、自治医科大学附属さいたま医療センター、藤眼科副院長などを経て、平成29年3月に開業。現在も自治医科大学附属さいたま医療センターにて小児眼科担当医をしている。◆光線力学療法（PDT）認定医 ◆日本糖尿病眼学会 ◆日本小児眼科学会 ◆日本医師会認定産業医

患者の悩みや疑問が解決するまでしっかりと話を聞くことを重視しているという太田先生。近視の低年齢化を受け、子どもの眼科検査にも力を入れている。

当院では、疲れ目や充血、緑内障、眼底疾患、眼鏡やコンタクトレンズの処方など、眼科全般を幅広く診療しています。西川口駅前徒歩1分の便利な立地ですので、通勤・通学途中の方を中心に、お子さんから高齢の方まで、多くの患者さんにご来院いただいています。

目の病気は他の疾患や生活習慣と密接な関わりがあるため、診療では患者さんのライフスタイルをできるだけ把握するよう努めています。また、患者さんのお話やお悩みをしっかりと伺い、質問にはわかりやすくお答えし、最適な治療をご提案するように心がけています。お困りごとが解決されていない患者さんは、表情も曇りがちになるものです。私自身も、病院やクリニックに行つて悲しい思いをした経験があります。当院ではそういったことのないよう、スタッフ全員でコミュニケーション不足や見落としの防止に努めています。

目の健康は全身の健康に影響 まずは検査で状態の把握を

眼科診療でまず大切なのが、目の状態を正しく把握することです。当院では、短時間で目の奥を診られるOCT（光干渉断

層計）や、視野の欠損部の有無や範囲を診断するハンフリー視野計、年齢とともに減少する細胞を調べる角膜内皮顕微鏡など、先端の検査機器を揃えており、視能訓練士も常勤しています。

目の老化は40歳から始まりますので、近くや遠くの見え方が変化してきたなど、気になることがあればお気軽にご相談ください。失明の原因として最も多い緑内障も、早期に発見できれば失明を避けられます。緑内障の近親者がいる方へのアドバイスも行っています。

また、近年では、パソコンやスマートフォン、タブレットの使用時間が増え、テレワークやオンラインミーティングの普及もあって、疲れ目などのトラブルを訴える方が増えています。特に目立つのが、過矯正、つまり必要以上に度の強いコンタクトレンズや眼鏡を使用しているケースです。働き盛りの方にもくみられますが、過矯正の状態では生活していると重度の眼精疲労を引き起こし、頭痛やコリ、倦怠感など全身の健康状態にも悪影響を及ぼします。

増加する子どもの近視には 早期発見・対策で進行を抑制

小さなお子さんの場合は、自分の症状をうまく言葉で伝えられないこともあり、病気の発見が遅れるケースが少なくありません。最近では近視の若年化が問題視されていますが、効果的

西川口駅東口徒歩1分の同院

木目調の床に改装された広々とした待合室。大きな窓からは光が差し込む。待ち時間を快適に過ごせるようTVや書棚も。



- 1 検査室には各種検査機器が揃う。
- 2 目の奥の網膜を断層的に見られるOCT(光干渉断層計)。
- 3 ハンプリー視野計は、緑内障などの診断に役立つ。
- 4 眼底疾患のレーザー治療は日帰りで実施。網膜剥離の進行抑制に効果がある。
- 5 視能訓練士も在籍し、必要に応じて適切な検査を行っている。小児眼科にも力を入れており、診療や検査では接し方にも気を配っている。

TOPICS

就寝中に装着し、日中は裸眼で生活 新たな視力矯正コンタクトレンズ

同院で導入している「オルケソラトロジー」とは、角膜の形状を矯正する特殊な高酸素透過性コンタクトレンズ。就寝中に6時間装着することによって角膜が矯正され、一定時間維持されるため日中を裸眼で過ごすことができる。各国で急速に普及が進んでおり、激しい動きをするスポーツ選手や、職業柄眼鏡を掛けられない人などが広く利用している。近視進行抑制を目的とする小学生の利用も多い。同院ではトライアルも受け付けているので、気軽にご相談を。

な治療には早期発見が重要です。近視の低年齢化は、大人と同様にスマートフォンやタブレットを間近で見ることが原因と推測されています。30cm以内のものをみると近視になりやすいという報告もありますので、2〜3歳まではなるべくそうした機器の使用を避けるか、離して見せる、正しい姿勢で見せるようにしてください。当院では、近視進行抑制の目薬の提案、生活環境の指導なども行っています。

乳幼児は「見る」体験を通して脳が発達していくため、クリアな視界でものを見ることはとても大切です。3歳半になるとほとんどのお子さんは視力検査が可能になりますので、一度検査して目の状態を把握することをおすすめします。検査中はお子さんの集中力が途切れないよう、視能訓練士がサポートいたします。

最先端の技術・知識を吸収し 地域での眼科診療に還元

私は現在も、以前の勤務先である自治医科大学附属さいたま医療センターで小児眼科を担当しており、斜視や弱視の診療を行っています。最先端の治療を行う医療機関で働くことで、新しい技術や知識を吸収し、当院での診療にも活かしています。開院当時から掲げているコンセプトは、「訪れやすく、通いやすく、そして相談しやすいクリニック」であることです。大学病院に勤めていた頃、「一年前に治療していれば失明は免れたのに…」というケースが多くありました。当院は忙しい方でも通いやすいよう、平日は19時まで診療しています(受付は30分前まで)。また、より高度な治療が必要な場合はすみやかに他の医療機関を紹介する体制も整えています。

患者さんから「ありがとう」と言っていたら、医師に「なって良かったと感じます。これからも、医師という立場だからできることを、できる限り提供し、不調を感じたときにすぐに相談できる身近なクリニックとして、地域の皆様の目の健康に貢献していきたいと思えます。」



西川口駅前眼科

☎048-299-8343

川口市並木3-1-1
第二福原ビル3F
<http://nk-eye.com/>

患者さんからの声

◆別の歯科医院で入れ歯を作ったのですが違和感が出て使用を止め、安田先生に相談しました。欠損部分も多くかなり厳しい状態とのことでしたが、費用面も考慮していただけたので、奥歯上下のインプラント7本と前歯ブリッジ7本の治療を選択。おかげさまで無事に修復することができました。先生の熱意ある対応に感謝しています。しっかりと噛めるようになって食事が楽しくなり、前向きな気持ちで生活できるようになりました。(60代・男性)

◆歯を失った場所にインプラントを入れました。心配していた手術後でしたが、痛み止めを一錠も服用せずにすみました。今は何でも食べられるのがうれしいです！(70代・女性)



患者さんのメリットを最優先しながら
長持ちする包括的歯科医療の提供を目指す



院長 国際口腔インプラント学会指導医・認定医

安田 光伸先生

【やすだ・みつのぶ】国立鹿児島大学医学部卒業。熊本・埼玉・東京の歯科医院やインプラント専門院で分院長等を歴任し、平成25年開業。海外のセミナーでも研鑽を積み、高度で包括的な歯科医療を展開中。◆日本顎咬合学会認定医 ◆ドイツ口腔インプラント学会認定医・指導医 ◆日本口腔インプラント学会 ◆厚生労働省認定歯科医師臨床研修指導医 ◆日本歯周病学会

豊富な知識と技術力に加え、セミナーや勉強会に参加してアップデートを欠かすことのない安田先生。高度で信頼性の高い歯科医療提供に尽力している。

勤務医時代から今日まで、歯周病、矯正、噛み合わせ、補綴など包括的に技術を習得してきました。日本では有数のレベルにあるインプラント治療のほかインビザライン矯正、セラック、マイクロスコープによる根管治療などを、信頼する廣神副院長とともに歯科治療のオールラウンダーとして提供しています。

診療で心がけているのは患者さんとの対話。多くの患者さんに来院いただくなかで、1回1回の診療から患者さんに満足していただけるように誠実に向き合いたいと考えています。

経験と最新機器を駆使した
リラックスインプラント

特に力を入れて取り組んでいるのは、痛みを配慮したインプラント治療です。歯学部在籍中に、私の祖父が数少ない歯を失って合われない義歯を入れ続け、しばらくして体調を崩して亡くなってしまいました。そのときに「何もできなかった」という無力感や義歯の限界を感じたことが、インプラントに力を注ぐきっかけとなりました。その後、日本でインプラント治療を広めた名医のもとで経験を積み、数多くの治療を手がけて今日に至

っています。

当院では高性能な3D-CTを導入し、顎の骨の幅や、神経の位置を精密に把握します。仮に他院で、顎の骨が足りずにインプラント治療が難しいとされた患者さんでもまずはご相談ください。また治療のクオリティと精度を保ちつつ、費用面での不安を少しでも解消するために3種類のメーカーを揃えて選択肢を用意しています。1000症例以上を経験した国際口腔インプラント学会指導医として、生涯にわたって機能する治療を追求しています。

セラミックシステムを取り入れ
最良の治療と予防を目指す

セラミック製の白い詰め物や被せ物などの技工物を院内で作成するセラミックシステムを導入しています。従来の治療では、型取りをして約1週間後に技工物をセットしていましたが、仮詰めの中に虫歯を削った部位に細菌が浸潤する恐れがありました。けれどセラミックシステムは、その日のうちに技工物を入れるので汚染の心配がないのが特徴です。また、海外や地方転勤などを控へ、時間の限られた患者さんにも喜ばれています。口腔内を3Dカメラで撮影したデータをもとにコンピュータが高精度なセラミックを削り出すため、削った部位にぴったりフィットし、素材の腐食による新たな虫歯の発生も防ぐことができるのも大きなメリットと言えます。

優れた技術と知識を持つ医師とスタッフ陣で 患者さんの拠り所となる環境を整える

矯正専門医、歯科麻酔医を含む歯科医師4名体制。スタッフたちと連携しながら、患者さんが快適な生活を送れるように、安心・安全な医療環境づくりにも努めている。



廣神副院長(左)とともに診療に従事。時間や費用をかけてでも根本的に治療をしたいと考える患者さんも多く、その希望に応えるべく技術の向上にも力を注いでいる。



- 1 クリーンに保たれた完全個室のオペ室(院内には医科用の空気清浄機を完備)。
- 2 安田先生は指導医として、さまざまな資格を有する。
- 3 安心して来院できる雰囲気、空間づくりをスタッフ一同で心かけている。
- 4 セレック、口腔内スキャナーiTero、ヤグレーザーなど、より精度が高い治療のための設備も充実。



TOPICS

医療関係者からも頼られる 豊富な経験と複数の資格取得

世界最大級のインプラント学会である国際口腔インプラント学会(ISOI)で、認定医の上位にあたる指導医の資格を取得。コンビニエンスストアより多いと言われる日本の歯科医院においても、同資格をもつ歯科医師はごくわずか。さらにドイツ口腔インプラント学会認定・指導医、厚生労働省認定歯科医師臨床研修指導医でもある安田先生のもとには、その技術を信頼して歯科医師など医療従事者も患者として多く訪れているそう。

導入のいちばんの目的は「やり直しがなく、「ご自身の歯をしつかりと残す治療の実現」ですが、ゴールドのように弾力のある質感や白く美しい見た目に喜んでくださる患者さんも多く、手応えを感じています。

矯正治療の不安を解消する インビザラインを採用

さらに、世界で400万人以上に利用されているマウスピース製カスタムメイド矯正装置「インビザライン」を導入しています。従来の矯正は痛みや針金が目立つといった欠点がありましたが、インビザラインは透

明な取り外し式の装置を1ヶ月ごとに交換して徐々に理想の歯並びに移動させていく方法で、目立たず、痛みも少ない治療法です。型取りのストレス軽減のために最先端の口腔内スキャナー「アイテロエレメント2」も設置しています。前歯を中心としたインビザラインの矯正は5ヶ月で40万円からとなります。歯並びが気になる方は気軽に無料相談にお越しください。

ストレスや痛みを軽減して 頼りにされる歯科医院に

歯科治療は「痛くて嫌だ」「怖い」と思うのは当然で、我

慢するものでもありません。当院では鎮静麻酔を導入し、歯科恐怖症や嘔吐反射のある方も安心して治療を受けていただけます。怖さで血圧が上がると悩んでいた方からも「気づいたら終わっていた」と満足の声をいただいています。また、メンテナンスの際は硬い歯石やステインを効果的に除去する最先端エアーフローにより、痛みや出血のない治療をしています。

検診やクリーニングはもちろん、セカンドオペニオンを求めている方や他院で対応が難しいと判断された患者さんの来院も多く、一つのクリニックで包括

的な歯科医療を提供できるのが当院の強みだと考えています。これからも、高い専門性を身につけたスタッフとともに、患者さんの立場を理解して、丁寧な診療をしてまいります。



医療法人 光清会

安田デンタルクリニック北浦和

TEL 048-711-3811

さいたま市浦和区常盤9-33-5
<https://www.yasudadental.net/>
<https://www.smileup-dc.com/>

患者さんからの声

- ◆6歳の息子は発達障がいがあり、歯医者さんを怖がっていたのですが、今では通院を楽しみにしています。ゆっくり時間をかけて治療を進めていただけました。(30代・女性)
- ◆17歳の筋ジストロフィーの息子が訪問診療で診ていただいています。気さくで素敵な先生で、息子も診察の日を楽しみにしています。(50代・女性)
- ◆30代の娘は脳性麻痺のため他院では断られたのですが、訪問診療で対応いただき感謝しています。(60代・女性)



(上) 毎日の訪問診療では、衛生士と一緒に1~3件ほどを回っている。
 (中) 訪問診療用に特注した専用のポータブルユニット。
 (下) 院内のユニットは個室と半個室を用意。発達障がいや知的障がいの患者も多く、興味を引く工夫や不安を減らす工夫をしながら、一人ひとりの個性に合わせて診察を行っている。遊びに来る感覚で通えるようになる子も大勢いるという。



教えて先生!

Q. どんな障がいでも診ていただけるのですか?

A. 障がいや病気の名前で診療を断ることはありません。知識が無い病気の場合は調べて対応します。また、必要に応じて、保護者の方の許可を得た上で主治医やかかりつけ医と連携し、情報交換しながら治療を進めます。病院ごとに何度も同じ説明をするご負担もなくなります。まずはご相談ください。

浜野歯科医院

TEL 048-663-2649

さいたま市北区盆裁町246
<http://www.hamano-shika.com/>



「歯医者難民」を減らすため 障がい者歯科や訪問歯科に尽力

院長 浜野 洋一先生

【はまの・よういち】 埼玉県出身、B型。2003年、日本歯科大学卒業。同年4月、千葉県内の開業医の下で勤務を開始。2008年、埼玉県鴻巣の歯科医院に勤務した後に、父が院長を務める浜野歯科医院に副院長として入職した。前院長が「世界する1年前の2014年に院長に就任。父の意志を継ぎ、訪問歯科に注力する。◆日本障害者歯科学会 ◆日本摂食嚥下リハビリテーション学会

障がいや病氣を持つ患者さんとも積極的に対応できる浜野先生。障がい者への訪問診療も毎日行っており、一人でも多くの方の役に立ちたいと語る。

当院では、障がい理由で他院では対応できない患者さんを積極的に受け入れています。発達障がいや知的障がいを持つ患者さんを多く診ておりますので、他院で断られた、どの歯科医院に行けばいいかわからないという方は、ぜひお問い合わせください。電話やLINEでもご相談を受け付けています。

診療にあたっては、「患者さんのために」という押しつけではなく、「患者さんの立場で」の治療を心がけています。特別な配慮をしてほしいのか、してほしいのかわからないか、一人ひとりのご希望や身体・心の状態に寄り添うように努めています。

発達障がいや通院を怖がるお子さんが、玄関で5秒数えることを繰り返して参ります。

とから始め、次はユニットに座るなど、来院のたびにできることの段階を上げていき、数ヶ月かけて治療を受けられるようになった例もあります。その子の好きなものを把握して、楽しく治療に臨めるようにさまざまな工夫をしており、遊びに来る感覚で通院している子どもたちも大勢います。

また、ご本人はもちろん、ご家族や介護者の方に向けて、生活に関するアドバイスやブラッシング指導も行っています。訪問歯科診療も毎日行っており、歯科衛生士と一緒に患者さんのご自宅や施設を訪問しています。少なくとも歯科の分野では、どんな障がいでも受け入れてくれる一般開業医はいまだ少なく、障がい者への訪問診療となるとさらに少なくなります。「歯医者難民」の方が一人でも減ればという思いで、これからも診療を続けて参ります。

先生からのメッセージ

足のむくみやたるさは下肢静脈瘤が原因の可能性があります。下肢静脈瘤の治療は、レーザーや高周波による血管内焼灼術だけでなく、硬化療法や血管内塞栓術（グルー治療）など様々な治療法を患者さんの病状に合わせて行います。特に血管内塞栓術（グルー治療、TOPICS参照）は侵襲性が低い治療ですので、ご高齢な方でも比較的安全に行うことができ、手術当日から日常生活に復帰できます。高血圧や脂質異常、循環器疾患も診療しておりますのでお気軽にご相談ください。



(上)採光が良く、清潔感あふれる快適な待合室。術後は個室の回復室で休憩ができる。
(下)浦和駅の北口から徒歩4分という便利な立地。通勤・通学途中で通いやすい。

TOPICS

接着剤で静脈瘤をふさぐ血管内塞栓術（グルー治療）

血管内塞栓術（グルー治療）は静脈内に医療用接着剤（グルー）であるシアノアクリレートを注入して血管をふさぐ（閉塞）させる治療です。血管を焼いて（焼灼して）閉塞させる血管内焼灼術とは異なり熱による組織の損傷がないため手術後にやけどや神経障害などの合併が少ないのが特徴です。手術当日から特に制限なく日常生活に復帰でき、手術後に弾性ストッキングを着用する必要がありません。弾性ストッキングが着用できない方やご高齢な方でも行える治療法です。血管内にグルーを注入するのでグルーにアレルギーがある方やアレルギー体質の方には治療が行えない場合がありますので注意が必要です。

アキ循環器・血管外科クリニック

TEL 048-825-7777 TEL 048-822-5489 予約専用

さいたま市浦和区仲町1-6-6
うらわメデイカルBld. 4階
https://aki-cv.com/



心臓と血管のトータルケアを提供し 専門性の高い医療を“身近なもの”に

院長 秋 顕先生



【あき・あきら】埼玉県出身、A型、しし座。東海大学卒業。同大学付属病院で心臓血管外科講師を経て、平成29年、地元である埼玉で開業。年間1000例以上の下肢静脈瘤治療実績あり。好きな音楽はヘヴィメタル。
◆日本外科学会認定外科専門医 ◆ 日本循環器学会認定循環器専門医 ◆日本脈管学会認定脈管専門医指導医 ◆下肢静脈瘤血管内焼灼術実施医・指導医

下肢静脈瘤だけでなく、心臓や血管をトータルに診療する循環器にも尽力する秋先生。患者さんの声にしっかりと耳を傾け、信頼関係を大切にしている。

大学病院における長年の経験を活かし、生まれ育ったこの地域に当時、まだ存在していなかった心臓・血管外科の専門クリニックを開業しました。おかげ様で今では口コミで広がり、地域の方はもちろん、遠方から来院される方もいらつしやいます。

下肢静脈瘤とは、足の血管内の弁が壊れ、血液が溜まって膨れ上がる病気で、見た目のみならず、むくみやたるさ、かゆみ、こむら返りなどの様々な症状が現れます。これらの症状を自覚しても、どこかの医院の、何の科に行けばよいのかわからない、という方も多くいらつしやいます。そんな時こそ当院にご相談ください。静脈瘤の診断では、基本的に超

音波検査という安全性が高く、痛みがない検査を行います。超音波検査は、レントゲンのような被ばくの心配がなく、安全性が高いため、胎児の状態を確認する検査にも使用しています。痛みもないため、繰り返し行うことができ、診断だけでなく、治療後の状態を確認するためにも有効な検査です。仮に下肢静脈瘤と診断されても心配はいりません。当院では複数の治療法を用意し、患者さんの状態や希望に沿ったご提案をしています。

当院での下肢静脈瘤の手術の特徴は静脈麻酔を併用して日帰り手術を行っていることです。眠っている間に局所麻酔を行うので、安心して手術を受けられます。手術後は回復室で少しお休みいただき、その後は歩いて帰宅できます。日常生活は普通に行って大丈夫です。浦和駅の近くですのでお買い物や食事をして帰られる方も多いです。

患者さんからの声

- ◆他院で矯正をしていましたが改善しないので相談したところ、1か月ほどで効果が出て驚きました。(30代・女性)
- ◆私は虫歯、主人がインプラント、子どもが矯正をしてもらいました。その後は定期的に検診に通い、家族みな健康に過ごせています。(40代・女性)
- ◆子どもが矯正をせずに済むプレオルソが良かったです。優しい女医さんや保育士さんがいるので、子どもも嫌がらずに通っています。(30代・女性)



(上)スタッフファーストの経営から笑顔が生まれ、患者さんにも伝わるという理事長の言葉通り、院内はリラックスして受診できる明るい雰囲気。



(中)完全個室のオペルームを完備。
(下)治療を行う診療スペース。予防歯科を中心に行うメンテナンススペースも別に設けられているほか、オペルームやクリーニングルームといった個室も完備。



紹介やクチコミで評判の高い技術力
家族みんなで安心して通える歯科医院



理事長
齊藤 淳一先生

【さいとう・じゅんいち】福岡歯科大学卒業。福岡大学病院小児歯科を経て、都内の歯科医院に20年間勤務し、歯科全般の診療をはじめ難症インプラント治療にも数多く携わる。平成29年1月に、れおファミリー歯科を開院。

院長
高木 麻衣先生

【たかき・まい】日本大学松戸歯学部卒業。都内の歯科医院において診療経験を積んだ後、平成29年、れおファミリー歯科開院と同時に院長に就任。小さな子どもも笑顔になれるような、対話を大切にしたい診療がモットー。

TOPICS

再生療法を用いたインプラント
お顔の美容メニューも提供

同院では、PRFやPRPと呼ばれる、血小板を用いたインプラント施術を行っている。採血が必要な上、専門性の高い施術のため、手掛ける歯科医院は限られる。なお、採取した血小板を活かして、シワ取りやボトックスなどの美容皮膚科メニューも提供しており、矯正後のお顔の悩みにも対応可能だ。

れおファミリー歯科

TEL 048-446-6622

川口市東川口3-1-15
コンフォルト東川口2F
https://www.leofamily-dc.com/

地域の住民を中心に、広く評判を集めるれおファミリー歯科。技術力の高さを頼り、他院から移ってくる患者も少なくない。齊藤理事長にお話を伺った。

当院では、ドクター、衛生士、助手、受付、保育士と、各スタッフがそれぞれの専門に特化することで、高品質なサービスを提供しています。同時に、無理に自費診療を勧めることはせず、できるだけ低価格での診療を心がけています。おかげさまで、クチコミや紹介で多くの方に通っていただき、開業から6年目を迎えることができました。

当院では、セカンドオペニオンの受け入れに力を入れていますが、他院での治療がうまくいかなかった方、技術、金額などさまざまな面で納得できなかった方、治療に関するトラブルに巻き込まれた方などを広く受け入れ、フォローしています。お悩みごとがありましたら、小さなことでも構いませんのでお気軽にご相談ください。なお、当然ですが、当院の患者さんがセカンドオペニオンを希望された場合は快く送り出しています。

また、すべての工程を一か所で完結できるワンストップサービスも当院の強みです。歯科に関係する幅広い分野を扱っており、それぞれに専門のスタッフが在籍しています。専門家による質の高い施術を受けられるほか、施術ごとに複数の医院を回る煩わしさも不要です。

2023年には、1階に矯正専門のスペースをオープンしました。2階のメインフロアとは内装等の雰囲気を変え、隠れ家のような落ち着いた空間で矯正治療を受けていただけます。これからも世代を超え、家族で長く通っていただけるクリニックとして、私たちスタッフも含めた大きなファミリーを築くことができれば幸いです。

先生と一問一答

◆行ってみたい場所/軍艦島 ◆好きな動物/犬や猫、カメを飼っていました。特に犬が大好きです ◆嬉しかったこと/白内障手術を受けた患者さんが「よく見えるようになりました」と喜んでくれたこと ◆医者になっていなかったら/宇宙飛行士かパイロット。空や星が好きなので ◆宝物/今現在、健康であること ◆おすすめストレス解消法/睡眠 ◆休日の過ごし方/静養 ◆気になるニュース/アンチエイジング系の話題 ◆今後の夢/若返りたいです(笑)

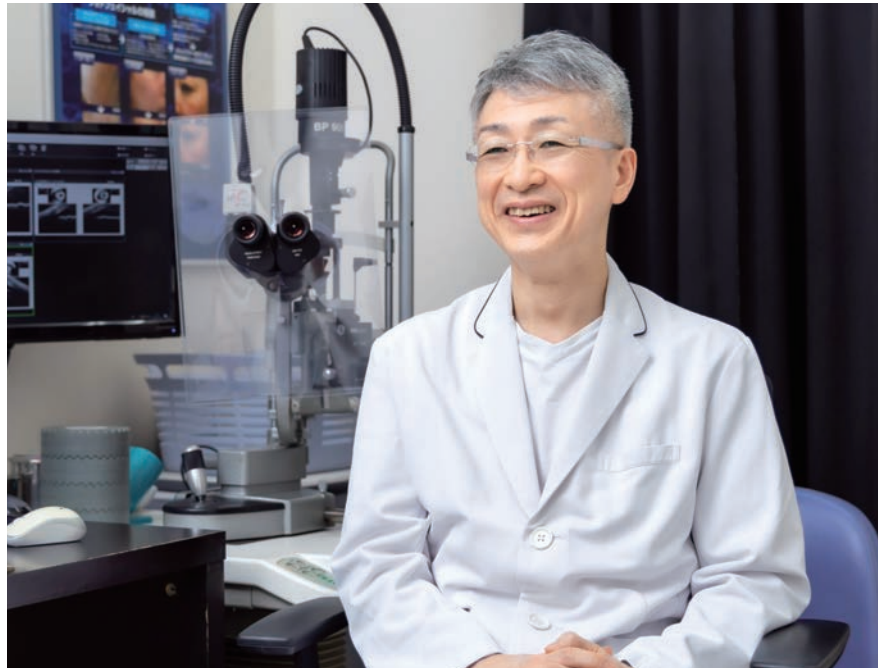


(上)「親切・丁寧・笑顔」をモットーに、明るく、優しく、患者さんをサポートするスタッフたち。開院時から勤めるメンバーも。

(中)清潔感のある待合室。待ち時間を快適に過ごせるよう、広いスペースに一人掛けのアームチェアが並び、壁掛けTVも設置。



(下)手術室には最先端の機器を完備。ニーズに応え、白内障や眼瞼下垂などの日帰り手術にも対応している。



高精度な治療&わかりやすい説明
負担の少ない日帰り手術にも対応



理事長 日本眼科学会認定眼科専門医

遠藤 哲治先生

【えんどう・てつはる】日本医科大学卒業。大学病院勤務、北村山公立病院眼科医長、国家公務員共済組合連合会 稲田登戸病院 眼科部長などを経て、平成19年に開業。失明の原因になる疾患の早期発見・治療に尽力している。透視専門病院での勤務経験から、腎臓病や糖尿病などの眼に合併症を生じやすい全身疾患を持つ患者からも信頼を集めている。◆身体障害者福祉法第15条指定医(視覚障害)

教えて先生！

OCT (光干渉断層計) とは
どのような検査ですか？

網膜の断面画像を撮影する、眼科版CTで行う検査のことです。網膜の厚さを正確に測定でき、腫れや出血の状態など、表面から見ただけでは分かりにくい異常の発見に役立ちます。当院では2019年にさまざまな機能を備えた最新機種を導入し、網膜疾患の診断や治療の精度がさらに向上しました。

豊富な知識と経験を背景に、平易な説明で信頼を集める遠藤先生。幅広い検査が行える体制を整備し、白内障をはじめ日帰り手術にも対応している。

当院では、一般眼科診療をはじめ、各種検査や日帰り手術、メガネやコンタクトレンズの処方など、眼のお悩みに幅広く対応しています。また、目の周りのシミ・シワの改善目的でIPL(フोटオフィシャル)も取り扱っています。

眼科治療には正確な検査が不可欠です。当院には眼科検査のスペシャリストである視能訓練士が4名在籍し、検査機器も最新のを幅広く取り揃えています。失明の原因として最も多い緑内障は、早期発見・早期治療が重要です。かすみ目や視力の低下など気になることがあれば、お早めにご来院ください。ニーズの多い白内障の日帰り手術も行っており、最新の手術

機器を導入したことで、患者さんの負担や合併症によるリスクが軽減しました。そのほかに、後発白内障、緑内障、糖尿病網膜症、眼瞼下垂などの日帰り手術も可能です。放置すると失明の危険がある加齢黄斑変性など網膜の疾患には、注射による治療も行っています。

眼鏡士によるメガネ作りのサポートもいたします。度が合わない、強すぎるなどでお困りの方は、お気軽にご相談ください。診療時には、なるべく医学用語を使わず、画像も活用し、分かりやすい平易な説明を心がけています。質問を遠慮したり、不安をそのままにしたりしてしまうことの無いよう、患者さんの気持ちを汲み取り、ご納得いただいた上で治療を進めるようにしています。これからも知識や技術、環境をアップデートしながら、地域の皆さまの眼の健康をお守りできれば幸いです。

医療法人社団 来聖会
えんどう眼科

TEL 048-240-5711

川口市栄町1-12-21 シティデュオタワー川口2F

ht tps://www.endo-ganka.com/



生活習慣病を中心に内科全般を診察
つらさの少ない経鼻内視鏡も導入



院長 消化器内視鏡専門医
小野田 一敏先生

【おのだ・かずとし】東京医科大学卒業。同大学病院第4内科講座（現・消化器内科）、北総白井病院などを経て研鑽を積む。東大宮総合病院（現・彩の国東大宮メディカルセンター）では内科部長も務め、2007年より現職。◆日本消化器病学会専門医 ◆日本内科学会認定内科医

当院では、高血圧や脂質異常症（高脂血症）、アレルギー、糖尿病など、内科全般について幅広く診療しています。胸やけがする、胃が痛いといったお悩みはもちろん、自治体やお勤め先の健康診断で指摘された項目がある場合など、お気軽にご相談ください。

私の専門は消化器内科です。当院の胃の内視鏡検査では、直径5.9ミリの鼻から挿入する胃カメラを導入しています。従来の胃カメラよりも解像度が向上していますが、口から入れるタイプと比べて患者さんが感じるつらさが軽いとされています。

私は当院の開業以前は、東京医科大学の消化器内科に19年間在籍しました。うち13年間は東京医科大学病院消化器内科で経験を積み、6年間は東大宮総合病院の内科部長として消化器疾患をはじめ内科全般の診療に携わりました。

現在も当院での外来診療のほかに、戸田中央総合病院健康管理センターで検査を担当し、研鑽を続けています。

診療時に心がけているのは、患者さんのお話をよく聞くことです。患者さんとのちよつとした会話の中に病気のサインが隠されていることも少なくありません。これからも皆様の声に耳を傾け、地域の健康を支えていければ幸いです。

先生からの
メッセージ

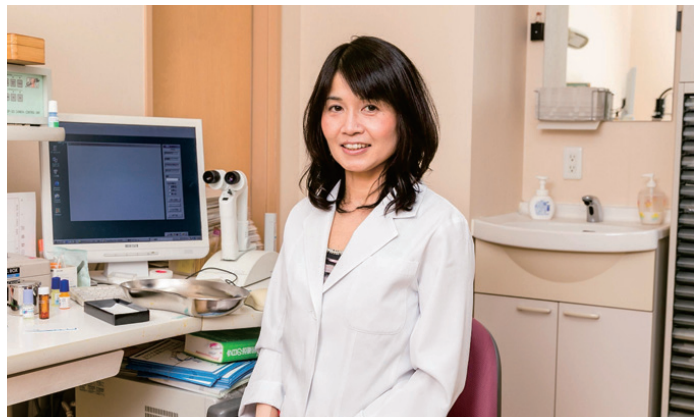
食事や運動といった生活習慣を見直し、高血圧や脂質異常症（高脂血症）、糖尿病などの生活習慣病を予防しましょう。特に在宅時間の増加による運動不足には要注意。体調の変化を感じている方、健康診断で指摘された方、ぜひ一度当院にご相談を。



おのだ内科クリニック

TEL 048-222-6821
川口市金山町1-4 シャトープリンス1F
http://onoda-clinic.com/

🔗 関連ページ 15



小児近視から大人の各種症状まで
気軽に相談できる家族の眼科医



院長 日本眼科学会認定専門医
渋谷 裕子先生

【しぶや・ゆうこ】神奈川県出身、A型、おうし座。横浜市立大学卒業。同大学附属病院、神奈川県立こども医療センター眼科などの勤務を経て現職。目の調節力回復とリラクゼーション効果が期待できる眼精疲労治療を実施。◆日本小児眼科学会 ◆日本涙道・涙液学会

当院では、お子さんの近視進行の抑制など、小児の治療に力を入れています。小さなお子さんも多くいらつしやるので、医療機器の高さを変えたり、キャラクターグッズを置いて親しみやすい雰囲気を出したりと、来院が楽しくなるように工夫しています。スタッフは全員女性ですし、私も自身も神奈川県立こども医療センターに勤務した経験があり、三人の子どもの親ですので、安心してお子さんをお任せください。

大人の方には、疲れ目のケアや涙目の治療、専用コンタクトレンズで角膜の屈折矯正を行うオルソケラトロジー、眼瞼下垂手術などに対応してまいります。治療機器の充実も図り、最新の医療を提供できるように努めています。

目の病気は、早く診断して治療を開始した方が治る可能性が高まります。少しでも気になることがあれば、お気軽にご来院ください。地域の皆様に「何かあったらしぶや眼科へ」と思っていたただける医院を目指しています。

当院には、長年通っていたいる患者さんや、三代で来院いただいたり、ご家族もいらつしやいます。今後も誠実な治療を続け、地域医療に貢献していきたいと考えています。

先生からの
メッセージ

コロナ禍以降、疲れ目の方が増えています。スマホやPCなど近くを見るときと遠くを見るときでは、眼鏡の使い分けをおすすめします。疲れ目は肩こりや頭痛の原因にも。洗顔やマッサージなどを組み合わせた当院の眼精疲労ケアもぜひお試しください。



しぶや眼科クリニック

TEL 048-822-7000
さいたま市浦和区上木崎2-3-2 上木崎メディカルビル1F
https://www.shibuya-ganka.com/

🔗 関連ページ 14

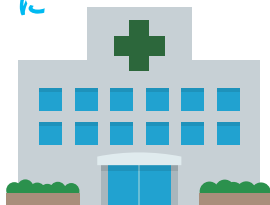
的確な診断と治療のために

上手な病院のかかり方

病院で的確な診断や治療を受けるためには、医師やスタッフと上手にコミュニケーションを取り、ご自身のことや症状を正しく知ってもらうことが大切です。そのために、どのようにすればいいか。ちょっとした知識を紹介します。

「かかりつけ医」を持つことが大切

「かかりつけ医」とは、日頃の診療や健康管理のアドバイスをしてくれる地域の身近なドクターのことです。風邪や腹痛など身体の不調や、健康診断で異常を指摘されたときなどに、気軽に相談できる心強い存在です。大病院に比べて待ち時間が短く、受診の手続きも簡単です。



病院受診時に事前に準備しておく

病院には、健康保険証（初診は必ず必要。再診の場合も月初めに提示が必要）と診察券、お薬手帳を必ず持って行きましょう（場合によっては母子手帳や、健康診断の結果も必要になる事もあります）。また、脱ぎやすい服を着て、顔色が分かりやすいように、化粧はなるべくせず、しても薄めの化粧の方がよいでしょう。検尿が必要な場合があるので直前のトイレは控え、精密検査などの場合は車の運転は避けましょう。

診療時間内に受診する

夜間や休日診療は、入院や救急救命が必要な重症患者の治療のためにあります。安易に受診すると、本来かかるべき人が後回しになってしまう可能性があります。利用はなるべく控えてください。夜間や休日に身体の具合が悪くなり受診を迷ったときは、まず「#7119」に電話をかけて相談してみましよう。（お子様の場合は、「#8000」）。但し、急病やケガなどで急を要する場合は、躊躇せず救急車を呼びましよう。

受診前にメモを取っておこう！

- どこがどのように痛い、つらいのか
- いつから、その症状があるか
- どのような原因が考えられるか
(腹痛なら「昨日、何を食べたか」など)
- その症状が強くあらわれるときは？
- お薬手帳を持っていない場合は、「服用している薬の名前」「薬や注射などでの副作用の経験」
- 手術や大きな病気の経験、家族の病歴や死因、アレルギーの有無、生活習慣、職業、喫煙歴、飲酒歴など

スムーズな受診のために

1. メモを持って行く

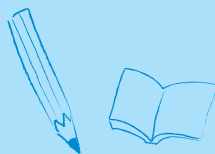
「お医者さんの前では緊張して、言いたいことを伝えられない」といった経験がある人がいらっしゃるかもしれませんが、病院によっては問診票が用意されている場合もありますが、伝えたいことをメモに書いて持って行きましよう。

2. 大切なことはメモを取る

病気への不安や、慣れない医師とのコミュニケーションから緊張してしまい、会話の中身をよく覚えていないことがあるかもしれません。大切なことはメモにとり、聞きそびれたら聞き返し、分からないことは質問して理解しておきましよう。大抵の医師はきちんと答えてくれますので安心してください。

3. 今後の治療方針を聞く

「これから、どのような治療が行われるのか」「どれぐらいの期間がかかるのか」「費用は」なども質問してみましよう。すぐに答えられないこともありますが、聞いておけば心の安心につながります。医療相談室やメディカルソーシャルワーカーを配置している医療機関であれば、医師に言いにくいことを相談してもよいでしょう。



※「#7119」は救急安心センター事業。
「#8000」は子ども医療電話相談事業です。



院長
浜野 洋一先生

訪問歯科、障がい者歯科に力を入れており、心がけているのは患者さんの立場でその方の身体や心の状態を理解し診療を行うこと。それと同時にご家族や介護者の立場も理解し、生活指導やブラッシング指導をします。 ■関連ページは P8

浜野歯科医院

TEL 048-663-2649 P 〇 ♿

- さいたま市北区盆蔵町246
- 東武野田線大宮公園駅より徒歩5分



http://www.hamano-shika.com/

	月	火	水	木	金	土	日	祝
7:30~12:00	〇	〇	〇	〇	〇	—	—	—
15:30~18:30	〇	〇	〇	〇	〇	—	—	—

※14:00~15:30は訪問診療/詳細はHPへ。

矯正歯科・小児矯正歯科

川口



院長
清村 多先生

無料相談から治療まで、矯正歯科を専門とする院長が対応いたします。技術はもちろん、費用面に関しても納得頂ける仕組みを作って、患者さんそれぞれに合わせた診療を心がけております。最寄の提携駐車場を1時間無料でご利用可。

清村矯正歯科

TEL 048-255-8155 P 〇

- 川口市栄町3-5-9 アンドウビル2F
- JR京浜東北線川口駅東口より徒歩2分



https://www.2-koo.com/

	月	火	水	木	金	土	日	祝
10:00~13:00	〇	〇	〇	〇	△	△	—	—
15:00~20:00	〇	〇	〇	〇	△	△	—	—

※土曜9:00~13:00/15:00~19:00 第4日曜9:00~12:00/14:00~17:00

歯科・小児歯科・矯正歯科・歯科口腔外科

戸田



理事長
齋藤 友希先生

患者さん一人一人に合った治療の提供を心がけ、小児や矯正、予防も含め総合的に対応。歯科用CT等の設備も整えています。患者さんが居心地のよい場所であるよう意識し、日々の診療に努めています。

医療法人社団 桜歯友会 戸田サクラ歯科

TEL 048-431-8841 P 〇 ♿ 〇 ♿

- 戸田市長上戸田4-10-4
- 戸田駅東口より徒歩7分



https://www.todasakura-dc.com/index.htm

	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:30~13:00	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇
14:30~20:30	〇	〇	〇	△	△	△	△	△

※水・土・日・祝日の午後は14:00~18:00

心療内科・精神科・カウンセリング・皮膚科

蕨



2024年3月15日に開院予定。働く方のメンタルヘルスケアや、思春期特有の心の悩み、認知行動療法など、様々なメンタル不調の診察を行っています。辛い症状の方や、少しでもいつもと違った変化を感じた方はお気軽にご相談ください。

蕨駅前こころのクリニック

TEL 048-299-8343

- 蕨市塚越1-3-1 MTビル5F
- JR京浜東北線蕨駅東口より徒歩0分
- ※西川口駅前眼科内科準備室



https://www.warabi-mental.com/

	月	火	水	木	金	土	日	祝
10:00~13:00	〇	〇	〇	〇	△	△	—	—
15:00~19:00	〇	〇	〇	〇	△	△	—	—

※△は9:00~14:00

埼玉中央・南エリア

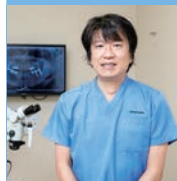
大宮公園 / 与野 / 北浦和 / 浦和 / 蕨 / 東川口 / 西川口 / 川口 / 戸田

アイコンの説明

- 〇 駐車場あり
- ♿ バリアフリー
- 👶 キッズスペースあり
- ♀ 女性医師在籍
- 🏠 在宅医療
- 📄 WEB予約可

歯科・小児歯科・矯正歯科・歯科口腔外科

北浦和



痛みの少ない治療、歯を残す治療を心がけ、一般歯科・矯正歯科のほか、インプラント・審美歯科にも対応。各分野でハイレベルな医療を北浦和から発信したいと考えています。 ■関連ページは P6

安田デンタルクリニック北浦和

TEL 048-711-3811 P 〇 ♿

- さいたま市浦和区常盤9-33-5
- JR京浜東北線北浦和駅西口より徒歩3分

https://www.smi-leup-dc.com/

	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00~13:00	〇	〇	〇	〇	〇	—	—	—
14:30~18:30	〇	〇	〇	〇	〇	—	—	—

※最終受付は18:00まで

眼科

与野



小児眼科、眼精疲労ケア、ドライアイ、涙道内視鏡による涙目治療、眼瞼下垂の手術やオルソケラトロジーによる近視矯正の相談に対応。分かりやすい説明を心掛けています。 ■関連ページは P12

しばや眼科クリニック

TEL 048-822-7000 P 〇 ♿

- さいたま市浦和区上木崎2-3-2 上木崎メディカルビル1F
- JR京浜東北線与野駅東口より徒歩2分

https://www.shibuya-ganka.com/

	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00~12:30	〇	〇	〇	〇	〇	—	—	—
15:30~18:30	〇	△	△	△	△	—	—	—

※火曜の午後は15:30~18:00まで

眼科・小児眼科

西川口



院長 日本眼科学会眼科専門医
太田 有夕美先生

小児眼科、緑内障、白内障、眼底疾患の治療に力を入れ、ドライアイからメガネ処方・コンタクト処方まで、様々な眼科全般に対応します。駐車場は、並木3丁目パーキング1時間無料のコインをお渡します。 ■関連ページは P4

西川口駅前眼科

TEL 048-299-8343 P 〇 ♿ 〇 ♿

- 川口市並木3-1-1 第二福原ビル3F (1Fはなか卯)
- JR京浜東北線西川口駅東口より徒歩1分



http://nk-eye.com/

	月	火	水	木	金	土	日	祝
10:00~13:00	〇	〇	〇	〇	〇	—	—	—
15:00~19:00	〇	〇	〇	〇	〇	—	—	—

※受付10:00~12:30/15:00~18:30

眼科

川口元郷・川口



院長 日本眼科学会認定眼科専門医
遠藤 哲治先生

分かりやすく丁寧な説明と信頼される医療の提供に努めています。OCT光干渉断層系を備え、眼科疾患の高精度な診断に取り組んでいます。日帰り白内障手術をはじめ、眼瞼下垂などの日帰り手術にも対応します。 ■関連ページは P11

えんどう眼科

TEL 048-240-5711 ♿

- 川口市栄町1-12-21 シティデュオタワー川口2F
- 埼玉高速鉄道線川口元郷駅より徒歩3分(川口駅~11分)



https://www.endo-ganka.com/

	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00~12:00	〇	〇	〇	〇	〇	—	—	—
15:00~18:00	〇	〇	〇	〇	〇	—	—	—

家族全員が通える歯科を目指して細部まで配慮。
お子さまとともに親子での診療も歓迎！



理事長/院長
齋藤 淳一先生/高木 麻衣先生

歯科全般はもちろん、小児歯科や口腔外科など、各分野で研鑽を積んでいる複数人の歯科医師が診療。お子さまだけではなく、保護者の方も同時に診療が可能です。患者様により良い治療を受けていただくために、対話をとても大切にしておられ、お子さまには楽しく通院できるように様々な工夫をしております。気になることや治療に対するご要望など、お気軽にご相談を。コーディネーターも在籍しております。

■関連ページはP10



れおファミリー歯科

TEL048-446-6622

- 川口市東川口3-1-15
- コンフォルト東川口2F
- JR武蔵野線東川口駅より徒歩3分



https://www.leofamily-dc.com/

	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00~13:00	○	○	○	○	○	○	○	—
14:30~19:30	○	○	○	○	○	△	△	—

※土曜の午後は17:30まで



お子さま連れでも安心してご来院いただけるように診療中にお子さまをお預かりする保育士が在籍しております。診療のご予約の際に、お問い合わせを。

大学病院や地域の基幹病院で培った経験を活かし
地域の健康をサポートする内視鏡の専門医



院長 消化器内視鏡専門医
小野田 一敏先生

経口・経鼻内視鏡を用いた上部消化器疾患の診断・治療、肝臓疾患などの消化器内科の診療から、アレルギー、糖尿病、高血圧や脂質異常症(高脂血症)など生活習慣病までの内科全般に対応しています。東京医科大学の消化器内科にて19年にわたり経験を積み、6年間は東大宮総合病院の内科部長として勤務。現在も当院での外来のほかに、戸田中央総合健康管理センターにて検査を担当し、研鑽を続けております。

■関連ページはP12



おのだ内科クリニック

TEL048-222-6821

- 川口市金山町1-4
- シャトープリンス1F
- JR京浜東北線川口駅東口より徒歩7分



http://www.onoda-clinic.com/

	月	火	水	木	金	土	日	祝
8:30~12:00	○	○	○	○	○	○	○	—
15:00~19:00	○	○	○	○	○	△	△	—

※土曜は8:30~13:00。受付は診療終了各15分前まで



直径5.9mmの経鼻内視鏡を備え鼻からの内視鏡も可。苦痛に配慮しております。胸やけがする、胃が痛いなどの症状はご相談を。ピロリ菌検査・治療も対応。



湿疹、皮膚炎などの皮膚疾患全般から、やけど、切り傷などの外傷、皮膚腫瘍や巻き爪治療まで対応します。レーザー、脱毛などのアンチエイジングの相談も可。診療は予約優先です。WEBにて当日順番予約を導入。QRよりご利用下さい。

前川皮フ科・形成外科クリニック

TEL03-4510-6925

- 川口市前川1-1-55
- メディパーク川口前川1F
- JR京浜東北線蕨駅東口よりバス「イオンモール川口前川」下車徒歩3分
- https://www.m-skinclinic.com/



	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00~12:30	○	○	○	○	○	○	○	—
15:00~18:30	○	○	○	○	○	○	○	—



院長/副院長
堀 和彦先生/堀 香織先生

アトピー性皮膚炎、じんましん、ニキビなどの疾患から、水虫や巻き爪、薄毛など、爪先から頭までのお悩みに対応。患者さんに分かりやすく丁寧な説明を心がけています。レーザー治療も実施、シミやホクロなどの相談も承ります。

ほり皮フ科クリニック

TEL048-240-5552

- 川口市栄町1-12-21
- シティデュオタワー川口2F
- 埼玉夕線川口元郷駅より徒歩3分
- JR京浜東北線川口駅より徒歩11分



http://www.hori-hi-fuka-clinic.com

	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00~12:00	○	○	○	○	○	△	△	—
15:00~18:30	○	○	○	○	○	○	○	—

※土曜は13:00まで

下肢静脈瘤の日帰り手術を柱に
全身の健康に影響を及ぼす循環器疾患も診療



院長
秋 顕先生

年間1,000例以上の下肢静脈瘤の治療から、高血圧や高脂血症といった生活習慣病、不整脈などの心臓血管疾患のトータルケアまで、専門医が安全と安心を心がけた診療を提供致します。患者さんお一人おひとりに十分な時間をとって診療させていただくため、完全予約制。足のむくみやだるさなどの症状が、心臓や血管の疾患から起きている場合もあります。気軽にご相談頂きたいと思っております。

■関連ページはP9



診療は完全予約制となっております。予約は24時間Webから受け付けています。QRコードから予約受付承っております。

アキ循環器・血管外科クリニック

TEL048-825-7777

- さいたま市浦和区中町1-6-6
- うらわメディカルBld.4階
- JR京浜東北線浦和駅北口より徒歩4分



http://aki-cv.com/

	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	○	—
14:00~18:00	○	○	○	○	○	△	△	—

※受付: 45~11:30, 13:30~17:30, 土曜午後~16:00(15:30受付終了)

生活習慣病とは…

生活習慣病は、「糖尿病」「高血圧」「脂質異常症」「肥満」「心臓病」「脳卒中」などがあります。特に**肥満・高血圧・脂質異常症・糖尿病**は4大リスクと呼ばれ、放置すると動脈硬化が進み、心臓病や脳卒中、重篤な合併症に進むおそれがあるといわれます。

生活習慣病予防の7つのポイント

生活習慣病を予防するために、次の7つのポイントを見直し実践してみましょう。

Point 1

まずは適正体重を知る

肥満は、高血圧や糖尿病などの生活習慣病の原因になります。一方で、やせ過ぎも女性では骨粗しょう症などのリスクが高まり、高齢者では虚弱体質になってしまいます。自分の適正体重を知り、できるだけこの範囲におさまるように心がけましょう。

<適正体重(BMI)の計算方法>

$$\text{BMI}(\text{kg}/\text{m}^2) = \text{体重}(\text{kg}) \div \text{身長}(\text{m}) \div \text{身長}(\text{m})$$

(例)身長160cm、体重60kgの方の場合
 $60(\text{kg}) \div 1.6(\text{m}) \div 1.6(\text{m}) = 23.4(\text{kg}/\text{m}^2)$

年齢(歳)	目標とするBMI
18~49	18.5~24.9
50~64	20.0~24.9
65~74	21.5~24.9
75以上	21.5~24.9

※出典:「日本人の食事摂取基準(2020年)」(厚生労働省「日本人の食事摂取基準」策定検討会)

Point 2

食事を見直そう

私たちの身体は食べたもので、つくられています。食生活を整えることで、生活習慣病予防につながる可能性があります。

1日3食、規則正しく食べる

1日2食にしたり、食事の間隔があきすぎたりすると、身体がエネルギーを溜めこもうとして太りやすくなります。1日3食、できるだけ決まった時間に摂りましょう。特に朝食は1日のリズムを整えるために大切です。時間がないときは、おにぎりやサンドイッチ、バナナなど気軽に食べられる食べ物を口にしておきましょう。

野菜をモリモリ!

野菜にはビタミンやミネラル、食物繊維が豊富に含まれています。炒めたり、ゆでたり、蒸したりすると食べやすくなるので、いろんな調理法を試してみてください。また、食事の最初に野菜を食べると食べ過ぎを防ぐことができます。



バランスの良い食事を摂る

外出時や忙しいときには、つい麺類や丼もので済ませていませんか。単品の食事は栄養バランスが偏りがちです。また、高齢になると少食かつ、あっさりしたものを好むようになり、たんぱく質やエネルギーなどが不足しがちです。食事はしっかりとバランスよく摂るようにしましょう。バランスのよい食事とは、3大栄養である炭水化物、たんぱく質、脂質のほか、ビタミン・ミネラルなどの栄養素を過不足なく食事で摂ることです。1日30品目を目安に、主食、主菜、副菜をバランスよく食べましょう。

果物は、毎日少しだけ

果物にもビタミンやミネラルが豊富に含まれています。しかし、糖質も多く含んでいるため、食べ過ぎると中性脂肪が増えたり、肥満になったりする恐れがあります。毎日、少しだけ食べるようにしてください。



塩は控えめに

わが国では、伝統的にしょうゆやみそといった塩分を多く含んだ調味料を使い、漬物などを食べる習慣があります。塩分を摂り過ぎると、血圧が上がり循環器疾患のリスクが高まるといわれています。減塩調味料を使ったり、香味野菜を使って風味をつけるなど工夫して、少しずつ薄い味に慣れていきましょう。

脂肪の摂りすぎに注意

脂肪は体内に蓄積される大切なエネルギー源です。しかし摂り過ぎると肥満の原因になり、生活習慣病を進行させるので、控えめにしましょう。

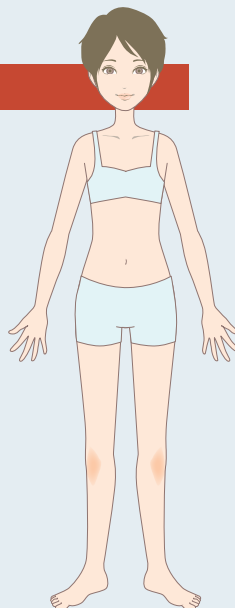


※主食は、米、パン、うどんなど。主菜は魚、肉、大豆製品、卵など。副菜は野菜、きのこ、海藻類などを使った料理のことです。

健康を保つために

生活習慣病を予防しよう!

生活習慣病は、食事や運動、喫煙、飲酒、ストレスなど日頃の生活習慣が原因で発症・進行するといわれる病気です。そのため、毎日の生活習慣を見直すことで予防できる可能性があります。この機会にライフスタイルを見直し、生活習慣病を予防しましょう。



Point 3

運動について

運動は肥満防止やストレス解消の効果が期待でき、さらに生活習慣病の予防・改善につながる可能性もあります。

週3回・有酸素運動のススメ

有酸素運動とは、筋肉を収縮させる際のエネルギーに、酸素を使う運動のことです。ウォーキングやジョギング、水泳、エアロビクス、サイクリングなど、ある程度の時間をかけながら、軽めから中程度の負荷をかけて行う運動が代表例です。

ウォーキングなら週3回程度、1回20～30分間、1日6000歩を目安に。適宜、水分をしっかりと摂りながら歩きましょう。注意することは、食後1時間以内を避け、夏場は涼しい時間帯を歩くことです。

※ウォーキングの時間や歩数は年齢によって異なります。また、持病をお持ちの方は、かかりつけ医にご相談ください。



Point 4

十分な睡眠をとる

質の悪い睡眠は生活習慣病にかかるリスクを高めるといわれています。快眠のためには、日中に適度な運動で身体を程よく疲れさせ、眠りにつきたい時間の1～2時間程度前に、少しぬるめのお湯にゆったりつかるとよいでしょう。



Point 5

禁煙をする

タバコを吸うと血管を収縮させて血流を悪くし、血圧を上げるなど血管に負担をかけるといわれています。また血液中の悪玉コレステロールを増やし、動脈硬化を促進するため、心筋梗塞や狭心症などにかかるリスクが高まります。禁煙するか、本数を減らすようにしましょう。

Point 6

お酒は適量を守る

酒は百薬の長ともいわれ、適量は身体にもよいといわれています。健康な男性であれば1日にビール500mL(日本酒は1合相当)程度だとされています。また週に2日は休肝日をつくり、肝臓の負担を減らしてください。



Point 7

歯を大切に

歯周病と、糖尿病などの生活習慣病は密接に関係があることが、さまざまな研究によって分かってきました。定期的に歯科医で歯の健康状態をチェックしてもらいましょう。



知ってるようで知らない!? 薬の正しい飲み方



薬は身体の中に侵入した菌の活動を抑えたり、病気の症状をやわらげたりするために用います。正しく使えば効果を発揮しますが、使い方を間違えると効果を得られず、場合によっては副作用が出る可能性もあります。正しく使って病気の早期回復に努めましょう。

薬の用法・用量を守る

病院から処方される薬は、患者さんの症状や体格、年齢などに合わせて医師が処方したものです。ご自身の判断で飲む量を減らしたり、途中でやめてしまったりと、効果が発揮できない可能性があります。用法・用量を守って使いましょう。



食前・食後・食間のちがい

薬の袋などに記載している「食前・食後・食間」は、いつ飲めばいいかを紹介します。

「食前」…胃の中が空っぽの状態の方が効果を発揮しやすい薬です。薬を飲んでから、約20～30分後に食事をしてください。

「食後」…胃に刺激を与える強い薬の場合もあります。胃に食べ物が入っている食後30分以内に飲んでください。

「食間」…食間といっても食事中に飲むものではありません。食事をしてから約2時間を経過してから飲んでください。

薬は水か白湯で飲む

薬は、水に溶けると身体によく吸収されます。また、水に溶けてから効き目が表れるまでの時間を想定してつくられています。錠剤であれば砕かずに、コップ1杯の水または、ぬるま湯で飲むようにしましょう。また、水以外の飲み物と一緒に飲むと、薬の成分と飲み物の成分が作用し、効き過ぎてしまったり、効果が弱くなったりする場合があります（特にグレープフルーツジュースや牛乳、コーヒーなど）。またアルコールと薬と一緒に飲むのは、危険なのでやめましょう。

子どもに大人の薬を飲ませない

たとえ同じような症状でも子どもに大人の錠剤を半分割って飲ませるなどの行為はしないでください。子どもに飲ませてはいけない成分が入っていたり、アレルギーのある子どもには危険なこともあります。医師・薬剤師に相談してみましょう。



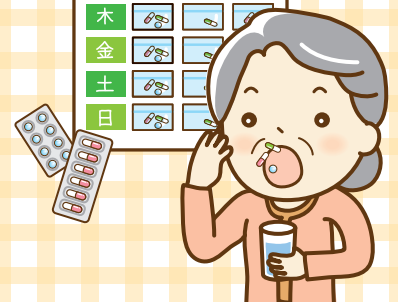
薬の保管・管理方法

薬は湿気や直射日光、30℃以上の高温や凍結する場所で保管することは避けましょう。但し、目薬やシロップなどは冷蔵庫での保管をおすすめします。また、目薬とキズ薬などを間違えることがないように、種類ごとに分けて保管しておきましょう。さらに、小さい子どもの手の届かないところに保管してください。

お薬カレンダーを活用してみよう!

日常的に薬を服用している方は、壁掛け型の「お薬のカレンダー」を利用してみましょう。1ヶ月の薬を毎日、朝昼夜に分けられるので飲み忘れを防ぐことができます。

	朝	昼	夕
月			
火			
水			
木			
金			
土			
日			



❗ 下記をよくお読みになり、ご了承いただいた上で、お役立てください。

※当ページで提供した情報は、医師による診療や薬剤師による調剤行為ではありません。あくまでも目安としてお考えください。くわしくは医師や薬剤師にお問い合わせください。その場合、当ページは一切の責任を負わないものとします。

目的に合わせて検索できる

診療科目別 INDEX

駅名	医院名	ページ数
内科		
川口	おのだ内科クリニック	12・15
心療内科		
蕨	蕨駅前こころのクリニック	14
血管外科		
浦和	アキ循環器・血管外科クリニック	9・15
眼科		
西川口	西川口駅前眼科	4・14
川口元郷／川口	えんどう眼科	11・14
与野	しぶや眼科クリニック	12・14
皮膚科		
蕨	前川皮フ科・形成外科クリニック	15
川口元郷／川口	ほり皮フ科クリニック	15

駅名	医院名	ページ数
歯科		
北浦和	安田デンタルクリニック北浦和	6・14
大宮公園	浜野歯科医院	8・14
東川口	れおファミリー歯科	10・15
戸田	戸田サクラ歯科	14
矯正歯科		
川口	清村矯正歯科	14

より良い誌面づくりのため、アンケートにご協力願います!

☑ 読者アンケート

お答えいただいた方の中から**5名様に**
クオカード2,000円分を
プレゼント!

※当選者の発表は、商品の発送をもってかえさせていただきます。 ※ご応募はお一人様一通のみ有効です。
※ご記入頂いた内容について、全てのご要望にはお応えできかねますのでご了承ください。

応募方法 パソコンまたはスマートフォンから
ご応募ください

※通信費及び接続料はお客様のご負担です。

パソコン ▶ [https://forms.gle/
N3dzRv14TfkrV8NA](https://forms.gle/N3dzRv14TfkrV8NA)

スマートフォンは
こちらから▶▶▶



ご回答期限 2024年4月5日(金)

カリモクの座り心地研究

椅子のこと、からだのこと、一生懸命考えました

お客様に心から満足していただける椅子ってなんだろう？

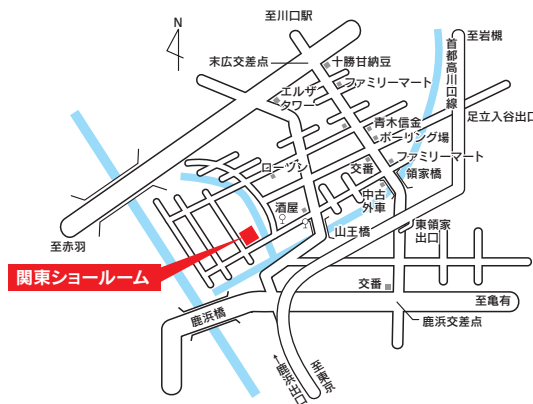
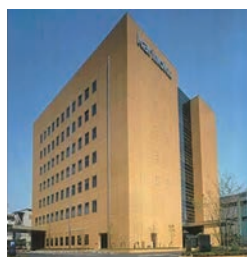
椅子選びの基準はさまざまです。
機能、価格、耐久性、デザイン、そしてもちろん座り心地。
椅子は寝具と並び、人生の大半を共にする大切なパートナー。
そこで、椅子の果たすべき役割、求められる要素について
もう一度考えてみました。

その結果、たどり着いたキーワードが“健康”。

カリモクは、機能性や耐久性など従来の要素に加えて、
『プラス健康』を提案します。

快適に座れる椅子は、からだにやさしい。
椅子について考えることは=からだについて考えることでした。

十 Plus
健康



こちらのQRコードからご予約の方に
来場記念品プレゼント！

会場

カリモク家具 関東ショールーム

〒332-0004 埼玉県川口市領家5-10-17
TEL.048-224-2230
開館時間/AM11:00~PM6:00
休館日/水曜日(祝日は営業)

カリモクグループ

AID advance
interior
design

すべてはゆたかな暮らしのために
エーアイディーは、カリモクの特約店です

私たちエーアイディーは2001年創業、カリモク家具株式会社より全国で唯一「カリモク特約店」としての営業が認められている安心のカリモクの取扱店です。全国に拠点をもち、カリモクOBやカリモクに精通したスタッフが多数在籍。カリモク家具ご購入の際はぜひ「カリモク特約店」エーアイディーにお任せください。

電話でのお申し込み・お問い合わせ

カリモクグループの一員となりました

エーアイディー川口オフィス **048-227-2313**

〒332-0003 埼玉県川口市東領家1-12-22 グットパーク101 / 営業:9:30~18:30 / 定休日:水曜日