第 112 号(年 5 回発行)2026 年 3 月発行

K－ファミクリ 院外報

家庭医診療科/医局からの発信

「Link の日」が開催されました！

2025 年 11 月 30 日、当院の受付ロビー・リハビリテーション室にて「Link（リンク）の日」が開催されました。Link の日は、地域住民同士のつながり（Link）を広げることを目的に、安房地域の中学生が主体となって企画したイベントです。参加者はランダムに 6 色のチームに分かれ、ペーパータワーゲーム、モルック、特徴ビンゴなどのミニゲームに挑戦しました。合計得点を競いながらチームで協力し、世代を越えて声を掛け合う姿が多く見られました。最も得点の高かったチームには豪華景品も用意され、会場は大いに盛り上がりました。今回が初めての試みでしたが、発案から企画、運営までのほとんどを安房地域の中学生 9 名が担いました。「住民同士のつながりが、ひとりひとりの健康に良い影響をもたらす」という想いから、多世代交流を促す内容が丁寧に考えられました。当日は午前・午後あわせて延べ 80 名が参加し、大盛況のうちに終了しました。参加者からは、「普段話す機会のない世代と関わることができ、元気をもらえた」（60 代）といった声も聞かれました。

私たちが健康を考えるとき、食事や運動といった生活習慣だけでなく、住んでいる環境や地域での支え合いなどの社会的な要因も大きく関わるといわれています。これを「健康の社会的決定要因（SDH）」と呼びます。人とのつながりや安心できる居場所があることも、健康を支える大切な要素のひとつです。もし今回の Link の日を通じて「つながり」を感じる時間があったとすれば、それはこの地域にとって確かな価値だったのではないかと思います。地域の中学生が地域の健康を願い、自ら考え行動したことは、安房地域の大きな力そのものです。

当院も、地域の皆さまと日々向き合う医療機関として、引き続き地域とともに歩んでまいります。

―亀田ファミリークリニック館山 診療案内――

「家庭医」とは？

亀田ファミリークリニック館山では、家庭医が診療を行います。家庭医とは、赤ちゃんからお年寄りまで、ご家族みんなの「我が家のお医者さん」を目指す医師です。家庭医という科名は聞き慣れないかもしれませんが、年齢・性別・臓器にとらわれず日常よく見られる症状や病気に適切に対応し、専門医の治療が必要かどうかの判断も行います。ご自身やご家族のことで何かお困りごとがあれば一度ご相談ください。

（受付はそれぞれ診療終了時間の30分前まで）

クリニック外来　予約電話：0470-20-5511

●一般外来	月～金曜日	午前 9:00～12:00　午後 2:00～5:00
	(月曜日のみ　午後 6:00～7:00 予約患者様のみ)	
	土曜日	午前 9:00～午後 1:00
★乳児健診	月～木曜日	午後 1:45～2:30
★予防接種	月～木曜日	午後 2:00～2:30(水曜日は BCG のみ)
	月・火・金曜日	午後 5:30
	土曜日	午前 9:00
	（上記以外の時間はご相談ください）	
★妊婦健診・婦人科	火・木曜日	午前 9：00～12：00
★産後ファミリー	木曜日午後 2：00～要予約　(母子産後 2 週間・1 ヶ月健診)	
★母乳外来	月～土曜日(不定期　助産師対応可能時)	
★発達支援外来	要予約	
★健康診断	要予約	
★遺族ケア	第 4 土曜日　午前・午後	
●リハビリセンター	予約電話：0470-20-5527	
	月～土曜日　午前 9:00～12:00 午後 1:00～5:00	
●透析センター	問い合わせ電話：0470-20-5530	

発行責任者：亀田ファミリークリニック館山 院長 岡田唯男　　編集：広報委員会
広報委員会委員長：多田一美　副委員長：戸澤和香子
委員：石田裕也、戸田さや香、卜部真輝、宇山忍、雑賀はな、福原卓、畔上紗希
〒294-0051 千葉県館山市正木 4304 番地 9　TEL：0470(20)5520(代表)
FAX：0470(20)5521