

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

2018年 保存版 無料

東京都心版

東京・銀座・新橋／
芝公園・田町／赤坂・表参道／
日本橋・水天宮前／
品川・大崎／神田・お茶の水／
六本木・麻布十番／
豊洲・国際展示場／麹町／
飯田橋

安心・頼れる
街のかかりつけ医

10人
インタビュー!

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 **76**院

ぽど





院長 桜井由美子

『私はいつも「自分だったらどうしたいか」「自分の子どもならどんな治療を受けたいか」という気持ちで診療にあたっています。治療前には、皆様さまざまな不安や疑問、ご要望をお持ちだと思います。どんな些細なことも遠慮なくお話しください。丁寧な説明を心がけ、患者さんに納得していただいてから治療を進めるようにしています。』

私自身の矯正経験から、治療中の手の置き方や器具の使い方、力のかけ方などにも細心の注意を払っています。また、ゆったりとしたソファのある待合室など、できるだけリラックスして過ごしていただける環境を整えました。

初診カウンセリングは無料です。歯並びで気になることがあったら、気軽にご相談ください。』

- 日本矯正歯科学会認定医
- インコグニト認定ドクター
- 明海大学歯学部卒業
- 東京医科歯科大学 矯正歯科勤務
- ニューヨーク大学歯学部 小児歯科・矯正歯科勤務
- ニューヨーク市内の矯正専門医院勤務
- 平成22年 青山表参道 桜井矯正歯科クリニック 開院

高度な技術と豊富な経験に基づいた 目立たない、痛みの少ない矯正治療

私自身、これまでに2度の矯正治療を受けた経験があり、人と接することや細かい作業が好きだったこともあり、矯正歯科医の道を目指すようになりました。開院前には国内の大学病院をはじめ、世界最先端の歯科技術が集まるニューヨークにおいて、大学病院や矯正専門医院で診療を行ってきました。アメリカでは日本に比べ矯正治療への意識が高く、患者さんからのニーズも多岐にわたります。培ってきた経験を活かし、一人ひとりの年齢や骨格、ご要望に合わせた治療を提案しています。

歯並びをキレイにしたいと思っけていても、「痛そう」「装置が目立つのがイヤ」と、治療をためらっている方も多くありません。当院では、最新の矯正装置の中から、より痛みや不快感の少ないものを使用。ワイヤー矯正でも優しい力で歯を動かすため、従来の装置に比べて治療中の痛みを大幅に軽減できます。裏側矯正にも力を入れ、最新のコンピュータシステムによるカスタムメイドの装置「インコグニト」を導入しています。装置が非常に薄いため話しづらさや違和感が少なく、虫歯にもなりにくいのが特徴です。最近では技術が進歩しており、治療期間や仕上がりに関しても一般的な表側矯正と変

わりありません。また、取り外し可能なマウスピース矯正にも対応し、金属アレルギーでワイヤー式装置をつけられない方にも大変喜ばれています。

小児矯正では、歯並びや咬み合わせを整えると同時に虫歯予防にも力を注いでいます。「歯並びがキレイで虫歯ゼロ」という状態を目指し、歯磨き指導などをしっかりと行っています。

矯正治療は期間も長くなるため、患者さんとの信頼関係がとて大切でです。治療前の丁寧なカウンセリングはもちろん、時には雑談を交えながら、細かいご要望もしっかりと汲み取るように心がけています。これからも常に最新の技術や知識を取り入れ、患者さんのためにによりよい治療を提供していきたいと思っています。



同院の4つの特徴

1 キッズルーム完備でお子様連れでも安心



お子様連れでも来院しやすいよう、待合室に隣接したキッズスペースを完備。かわいらしく飾りをほどこし、おもちゃなどを用意しています。受付のすぐ前にあるためスタッフの目も届き、お子様を遊ばせる際も安心です。

2 プライバシーに配慮した完全個室



診療室は完全個室のため、落ち着いて治療を受けていただくことができます。また、診療スペースの隣にはカウンセリングルームを用意。十分に時間をかけたカウンセリングで、周りを気にせずお悩みやご希望をじっくりお話いただけます。

3 くつろいでゆったり過ごせる待合室



「お友達や親戚の家に遊びに来たときのようにくつろいでほしい」という思いを込めた待合室。緊張や不安を和らげる、リラックスできる環境作りを大切にしています。広々とした空間で、ご家族やご友人と一緒にゆったりと過ごしていただくことができます。

4 時間をかけた丁寧なカウンセリング



患者さんが本当に満足いく治療を提供するため、カウンセリングを重視しています。カウンセリングでは、画像や模型を用いながら丁寧な説明を行っています。何でも話しやすい雰囲気作りを心がけ、細かいご要望もしっかりと汲み取るようにしています。

ご不明な点やお悩みは何でもご相談ください。

close-up!

希望に応じてさまざまな矯正装置を用意

矯正歯科治療の技術は年々進歩しており、治療の選択肢の幅も広がってきました。常に最新の情報を取り入れながら、表側矯正、裏側矯正、マウスピース矯正など、さまざまな矯正装置を取り揃えています。

表側矯正では、歯の色になじみ目立ちにくい透明なブラケット装置とホワイトワイヤーを採用。表側から装置が見えず、違和感の少ない裏側矯正「インコグニト」も人気です。また、矯正装置とワイヤーを止め

るゴムは、透明タイプのほかカラフルなものも用意しています。気分や季節で色を変えられるので、お子さんを中心に楽しんでいただいています。小児矯正で用いるマウスピース型の装置も、カラーやラメ入りなどいろいろな種類をお選びいただけます。

裏側矯正やマウスピース矯正は、中学生くらいから対応可能です。「装置を目立たせたくない」という方も「治療を楽しみたい」という方も、ぜひ一度ご相談ください。



取材／SK企画 090-7663-1988

矯正歯科・小児矯正歯科

矯正歯科専門医院

青山表参道 桜井矯正歯科クリニック

〒107-0062 東京都港区南青山5-13-7 ビューメッドスクウェア1階イースト

03-3797-8111

24時間web予約 土曜18時迄 英語対応 女性医師 キッズスペース

<http://www.sakurai-ortho.com>



診療時間

	月	火	水	木	金	土	日
10:00-12:00	—	●	—	●	●	●	—
14:00-19:00	—	●	—	●	●	▲	—

東京メトロ半蔵門線・銀座線・千代田線
「表参道駅」B1出口より徒歩5分



あなたに
「かかりつけ医」はいますか？

Medical Topics

賢い「かかりつけ医」の選び方

かかりつけ医の役割



そんな「かかりつけ医」を見つけるためには、病気になる前から探しておくことが大切です。

また、「かかりつけ医」が患者さんの日ごろの体の様子を熟知することで、病気の様子の変化にも気づきやすくなります。時には危険な病気の兆候を早期に見出し、早い段階での専門治療へ繋げることが可能です。

また、「かかりつけ医」とは身近にいてさまざまな健康の相談ができる医師のこと。普段の健康状態や生活や運動などの生活習慣についてまで、日ごろから相談できる健康維持のパートナーです。

体調がすぐれないとき、痛みがあるときに頼れる「かかりつけ医」はいますか？

あなたの安心・信頼できる
健康維持のパートナー

「かかりつけ医」を探すときの3つのポイント

◆「近くにある」◆

普段からあなたの健康状態を把握してもらうためには、日ごろ健康の相談ができるお医者さんでないとはいけません。ですから通うのに電車に乗って何時間もかかるようでは意味がありません。自宅や職場から近いといった通いやすいクリニックを選びましょう。

◆「相性がよい」◆

ご自身の体調のことなど、何でも気軽に話せることが重要な条件のひとつとなります。説明がわかりやすい、親身になって聞いてくれる、そんな医師と巡り合えば素敵ですね。普段の診療を通して、生活習慣のことなど、いろいろと会話をして医師との信頼関係を築きましょう。

◆「紹介してくれる」◆

高度な検査、専門的な治療が必要とされる場合は、地域の専門医療機関や大きな病院を紹介するのも「かかりつけ医」の大切な役割です。専門の機関での検査や治療が終わった後は、その結果をうけて「かかりつけ医」が診療を継続します。連携に力を入れている医師を選びましょう。



本書を手にとっていたいただいた皆様へ

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”を見つけよう」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

04 Medical Topics 賢い「かかりつけ医」の選び方

05 はじめに・もくじ/Contents

06 10人の先生にインタビュー！ HELLO! ご近所ドクター

20 カラダの赤信号チェック

22 掲載院数76院! MAPつきドクターガイド 東京・銀座・新橋／芝公園・田町／赤坂・表参道／日本橋・水天宮前／品川・大崎／ 神田・お茶の水／六本木・麻布十番／豊洲・国際展示場／麹町／飯田橋

31 休日夜間医療機関情報

32 索引/診療科目別INDEX

33 プレゼント・アンケート



STAFF

Publisher 倉橋 泰	Cover Illustrator ごとうゆき
Executive Producer 森 優子	Art associates 乾 匡哉
Producer 藤野 豊	加藤 未由貴 小松 真林
Editors 藤林 徹 坂 顕子	Distribution Directors 西村 邦彦
Writers 大越 啓 加藤 朋実 関根 昭彦 エーアイプロダクション スタジオ・アール	Advertising Section 阿相 吉徳 熊田 暢 山本 英太郎 吉田 祐介 古賀 敬幸 相崎 美帆 富永 将人 松本 圭右
Photographers 濱上 英翔 増本 雅人	

東京都心版

2017年11月発行 No.91

編集・発行：株式会社ぱど <http://www.pado.co.jp>
〒141-0021 東京都品川区上大崎2-13-17
目黒東急ビル2階
☎0120-090-810 (カスタマセンター 平日10時～18時)

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製・転載を禁じます。 ※掲載情報は2017年11月10日現在のもので、発行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。

患者さんからの声

◆いびきのレーザー治療を受けました。
妻からは静かになったと喜ばれ、寝起きのだるさもなくなりました。術後3日は痛みが辛かったですが、やって良かったです。(30代・男性)

◆いびきのレーザー治療を受けました。
術後1ヶ月くらいから明らかに寝るのが楽になったのを実感。友人などとの外泊にも抵抗がなくなりました。(30代・女性)

◆いびき・無呼吸で受診。よく眠れるようになり朝の疲労感がなくなりました。高めだった血圧も下がり、正常値に。いびきが完全に消えた訳ではありませんが、家族からはずいぶん静かになったと言われます。(50代・男性)



いびき・睡眠時無呼吸のレーザー治療で海外からも支持されるベストドクター

院長 日本耳鼻咽喉科学会認定専門医
都筑 俊寛先生

【つづく・としひろ】浜松医科大学卒業。埼玉県立小児医療センター耳鼻咽喉科医長、帝京大学医学部耳鼻咽喉科准教授、College de France フランス国立神経科学研究所客員教授などを歴任し、平成21年に開業。ベストドクターズ・イン・ジャパン認定。◆日本めまい平衡医学会認定専門医 ◆日本臨床レーザー協会 ◆Barany Society (国際めまい学会)



いびきや睡眠時無呼吸症候群などのレーザー治療で2万件以上の実績。米専門誌でベストドクターにも選ばれた都筑先生。その診療内容について伺った。

いびきがある方は「恥ずかしくて友達と旅行に行けない」とか、「家族やパートナーに迷惑をかけて申し訳ない」という悩みをお持ちだと思います。しかし、いびきのデメリットはそれだけではありません。

例えば、いびきをかいている人はしっかりと眠れていないため、日中でも眠気や疲労感が残る睡眠障害に陥っている可能性ががあります。また、高血圧や糖尿病、肥満などを引き起こしたり悪化させたりもします。最近では、とくに女性の場合、不安障害やうつ病のリスクが高まることもわかってきました。

また、睡眠時無呼吸症候群もいびきの一種と位置付けられます。睡眠中に呼吸ができなくなる疾患ですが、こちらも高血圧や動脈硬化を引き起こし、最悪の場合、命に関わる事態も招きます。夜にしっかりと眠っているのに日中に眠くなったり、車の運転中にふと意識が飛んでしまったらというのは睡眠時無呼吸症候群の典型的な症状ですので、思い当たる方は一度検査を受けたほうが良いでしょう。

日帰りレーザー手術によるいびきの根本的な改善

いびき・睡眠時無呼吸症候群

はいずれも睡眠中に気道が詰まって起こります。原因の一つは、口蓋垂（のどんこ）が気道を塞いでしまうことです。この場合に有効なのはレーザーで口蓋垂を切除する治療です。

手術自体は10分程で、麻酔や術後の回復時間を含めても2時間半程度。保険適用の日帰り手術で改善します。術後の痛みには個人差がありますが、通常2週間程度続く痛みが、最新レーザーによって刺激を抑えることで、以前に比べ短縮できるようになりました。多少しみたりはしますが、痛み止めを飲んでいれば支障なく日常生活を送ることが可能です。

また、口蓋垂が詰まること以外にも、アレルギー性鼻炎の鼻づまりや肥満から生じる舌根部の沈下によって気道が塞がれてしまうケースもあります。

肥満によって舌の根元が落ちている場合は、肥満を解消することが必要です。その場合、当院では糖質制限を基本とした食事療法や運動療法のアドバイスをさせていただいています。ライフスタイルや体質に合わせた無理のない減量法を提案しており、半年で20キロの減量に成功した患者さんもあります。

アレルギー性鼻炎やめまいの治療にも対応

レーザー治療はアレルギー性鼻炎や花粉症の治療にも有効です。この治療では鼻の粘膜にレ

レーザー治療実績2万件以上 悩みを抱える患者さんが全国から集まる

都筑先生の治療を求めて全国から患者さんが集まる同院。設備面も充実しており、個室の待合スペースや、術後のリハビリルームを完備。デリケートな悩みをかかえる患者さんのために、完全予約の受診システムを取っている。



- 1 受診は予約制。来院したらすぐにスタッフか個室へと案内する。
- 2 診断、検査、レーザー手術が行われる診察室。最新の機器が並ぶ。
- 3 レーザー治療後はリハビリルームで休憩。日帰りで手術が受けられる。
- 4 明るく開放的な待合室。プライバシーに配慮して、個室の待合スペースもある。

TOPICS

いびき・無呼吸・アレルギー性鼻炎の 無料セミナーを定期開催



同院では毎月1～2回、いびき・無呼吸・アレルギー性鼻炎に関する無料セミナーを実施している。事前予約を行えばどなたでも参加でき、質疑応答も含めて約60分実施。それぞれの疾患の特徴やメカニズム、治療法、予防法などについて都筑先生自らがわかりやすく解説してくれる。平日19時半から実施しており、仕事帰りでも参加しやすいので、「気になる症状がある」「レーザー手術に興味がある」という方は一度参加してみると良いだろう。セミナー詳細は同院HPを参照。

レーザーを照射し、アレルゲンに対して過剰反応しないようにします。対症療法にはなりませんが、効果は1～3年持続します。花粉症の季節でも薬を飲まずに済むようになるため、薬の副作用を回避できるなど、大きなメリットのある治療です。

また、当院ではめまいの治療にも対応しています。めまいにはさまざまな原因が考えられますが、当院の患者さんで多いのがVDT症候群（パソコンなどのディスプレイを長時間見続けることによって生じる疾患）になるケースで、肩こりや目の疲れ、腰の痛みに始まり、次第にフワフワしたりグラグラしたりする症状があらわれるようになります。

テラレーメードの診療で 患者さんのQOL向上を目指す

一番の治療はパソコンやスマホの画面を見ないことですが、パソコンを使って仕事をしたいとしても、過度に小休止を挟むことで症状を改善させることが可能です。服薬と並行して上手に休む習慣を取り入れれば、2～3ヶ月で症状は治まります。

女性の中には「恥ずかしい」という気持ちから、いびきの治療に踏み出せないでいる方もいますが、当院では約半数が女性の患者さん。個室の待合室を用意しており、プライバシーを尊重した診療を実施しています。

いびきや睡眠時無呼吸症候群のレーザー治療は一般的にはあまり知られていませんが、改善が可能であり、今後はこの治療がスタンダードになっていくことでしょう。これからは患者さんの悩みに応え、QOL向上に役立っていければ幸いです。



医療法人社団 GMC

銀座コレージュ耳鼻咽喉科

☎03-3546-8733

中央区銀座2-8-4 泰明ビル2階

<https://www.ginzacollege-med.com/>

<http://www.mukokyu.asia/>

<https://www.ginzacollege-med.com/voiceall/>

先生と一問一答

- ◆行ってみたい場所／ヨーロッパ
- ◆好きな動物／柴犬・子どもの頃に日本犬の雑種を飼っていました
- ◆好きな言葉／柳に受ける。困難にも動揺せず、平静でありたいので
- ◆趣味／料理。とくに和食。御節料理も3日ぐらいかけて自分で作ります
- ◆休日の過ごし方／休みは月1日ほどなので、溜まった家事をやっています
- ◆おすすめ健康法／ホットマットを敷いて眠ることと「あいうべ体操」
- ◆診療のモットー／患者さんの訴えを100%汲み取り、治療を押し付けない
- ◆今後の夢／赤ちゃんから高齢者の方まで、人生を通じて健康を支えるファミリークリニックを作りたい



患者さんのライフスタイルに寄り添い 矯正にとどまらない心身サポートを実施

院長 日本矯正歯科学会認定医
坂本 紗有見先生

【さかもと・さゆみ】東京歯科大学卒業。歯学部卒業後は歯科矯正学講座に入局。その後、水道橋病院や一般歯科医院の非常勤で矯正歯科医としての経験を積み、2005年に開業。インプラント矯正や矯正中の虫歯・歯周病予防に関する著書もある。◆日本成人矯正歯科学会常務理事 ◆日本アンチエイジング歯科学会常任理事 ◆日本歯科審美学会 ◆日本歯周病学会



矯正歯科の認定医であり、アンチエイジングに関連した資格も有する坂本先生。女性として、母として、患者さんの健やかな生活をトータルに支えている。

矯正治療は子どものためだけの治療ではありません。最近では30代、40代、50代から矯正治療を始められる方も増えていきます。矯正治療の目的はしっかりと噛める咬み合わせを作るといった機能面のほかにも、見た目をよくする審美面の効果もあります。また、歯並びを整えることでシワ・タルミが改善されたり、小顔効果が得られたりするなど、アンチエイジングといった側面も注目されています。

当院が目指しているのは、患者さんのライフスタイル、ライフステージに合った治療を提供することです。結婚、出産などの環境の変化に合わせた治療法や健康管理のサポートを実施しています。年齢を重ねると、歯周病や糖尿病のケアも口腔環境を整える上で大切になります。お子様の矯正治療にももちろん注力しています。私自身が3人の子どもの育てた経験があることから、母親の目線に立ったアドバイスを行っています。

歯並びが整ってくると笑顔が増え、お化粧やお洋服がかわり、どんどん素敵になっていきます。男性の患者さんでも同様です。装置が見えない舌側矯正や取り外し可能なマウスピースタイプの矯正装置、透明な素材を使っ

た目立たない装置まで、希望に合った治療法をご提供いたしますので、一度無料カウンセリングにてご相談ください。

口腔周囲筋や舌のトレーニングでアンチエイジング効果も

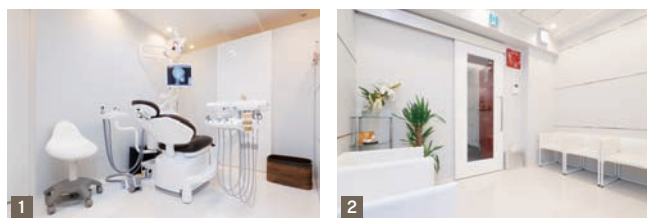
矯正治療は、それ自体、咬み合わせが整うことによって表情が若々しくなるという効果がありますが、当院ではさらにMFT（口腔筋機能療法）という特別メニューを受けていただくことも可能です。

MFTとは舌や唇、頬といった口腔周囲筋を正しく動かせるようにするためのトレーニングです。咬み合わせを整えると同時にMFTも行うことで、健全な歯並びに適した口腔筋の動かし方が身に付き、矯正装置を外してから後も戻りしにくくなります。それ以外にも、顔の輪郭が左右対称的になりやすく、鼻呼吸もしやすくなるといったメリットがあるほか、小顔効果やシワ・タルミの解消も期待できます。当院にはMFT専門のペテラン歯科衛生士が在籍してMFTを実施しているので、アンチエイジングに興味のある方は是非試していただきたいです。

また、美容的な施術に関してはホワイトニングも行っており、最近では男性でもホワイトニングを希望される方が増えていきます。健全な歯並びと同時に歯の色もキレイにすることで、より美しい口元が実現できます。

サロンのようにリラックスできる癒しの空間で 患者さんを笑顔にする最善の治療を提供している

昨年移転しクリニック名を変更した同院。著書多数、さまざまなメディアでも活躍する坂本先生のこだわりが詰まっている。健康状態をサポートする検査機器や、安全面を担保する最高基準の滅菌機など、設備面も充実している。



1 プライバシーを最優先に考えた半個室の診察室。
2 サロンのような雰囲気の待合室にはアロマが香る。

●ヨーロッパの厳しい基準をクリアした滅菌システム



クラスBと呼ばれるヨーロッパの厳しい規格をクリアした高性能の滅菌機を導入。さらにタービンやエンジン類にも使用後全て高性能の世界基準をクリアした滅菌機を採用。使用する機器は洗浄、滅菌、消毒を徹底している。またコップやグローブ、エプロンまで全て使い捨て（ディスposable）できるものを用意するなど、感染対策が徹底している。

TOPICS

唾液・歯周病等、各種検査で 治療中のリスクを徹底回避



▲写真左より糖尿病や炎症反応の検査機器、口腔内の細菌の状態を調べる唾液検査機、虫歯の状態をチェックするう蝕検知機。

同院では虫歯や歯周病、その他全身疾患のリスクを回避するため、唾液検査・歯周病検査・血液検査を実施している。検査では口腔内細菌や唾液の量・性質、HbA1cの数値などを分析。リスクを正確に把握したうえで、オーダーメイドのケアを行う。歯磨きがしにくくなる矯正治療中は、いかに適切なケアをしていくかが、虫歯・歯周病を生じさせないポイント。同院では毎月のメンテナンスをはじめ、歯肉マッサージ、定期的なフッ素塗布などで、徹底的な予防を実施している。

母としての経験を活かし 子どもの健全な発達を応援

MFTはお子さんの矯正治療においても非常に有効です。そもそも、子どもの歯並びが悪くなる原因の一つは、指しゃぶりや舌の癖、口呼吸などによる口腔筋の間違った使い方にあります。発達途上にある子どものうちから正しい口腔筋の使い方を身に付けば、不正咬合を避けることも可能です。さらに、健全な口腔筋の使い方をすれば、鼻呼吸が自然に身に付き、鼻呼吸ができていれば、質の高い睡眠が取れ、集中力も上

がり、すくすくと成長していけるのです。

成人の方もお子さんも「矯正

は痛い」とお考えの方がいるかもしれません。当院ではワイヤーをきつく縛らないタイプの装置を使い、弱い力で歯をけん引し痛みを強く感じるものがない治療を行っています。実は、歯は弱い力のほうがスムーズに動くという特性を持っています。また、弱い力だといって治療期間が長くなることはありません。自身の経験や医学的知見を踏まえ、子育てのアドバイスなども行っているのです。どんなことでも気軽に相談ください。

ライフスタイルを考慮し 全身の健康もサポート

当院ではサプリによる錆びない身体づくりのアドバイスや血液検査も実施しています。歯周病の背景には糖尿病の可能性もあるため、血液検査によって身体の状態を把握しておくことは大切です。歯科診療で全身疾患が発覚するケースもあり、栄養指導も含め、全身の健康管理を行うようにしています。

また、矯正治療においても歯周病・虫歯を作らないことが基本です。歯周病は歯並びを悪くする原因にもなりますし、矯正装置を付けている間は歯磨きがしにくく、リスクが高まります。当院は一般歯科にも対応していますので、毎月の矯正装置の調整の際にはメンテナンスも一緒に、その辺りのケアも抜かりのないようにしています。

私の診療姿勢は「望まれるのであれば応える」ということ。今後も診療を通じて、患者さんの人生をサポートしていきたいと考えています。



銀座並木通り さゆみ矯正歯科クリニック

☎03-5568-7118

中央区銀座7-5-5

長谷第一ビル6階-B

<http://ginza-soc.com>

スタッフから見た先生

◆説明がとても丁寧で、皆さん納得して診察室から出てくれます。 ◆患者さんをほかの病院へ紹介をするときにも決まった病院ではなく、その患者さんにあった病院の先生個人へ紹介しています。これは院長先生の広い人脈がないとできないと思います。 ◆スポーツ観戦がとても好きのようです。オリンピックや陸上の大きな大会があると、「夜中でもテレビの生中継を見るので寝不足になっちゃうよ」と話していました。



(上) 明るい検査室。リラックスして検査が受けられるよう配慮されている。
(中) 院内には視力だけでなく眼圧をはかったり緑内障や視神経疾患の診察に欠かせない最新の機器が揃い、万全の診療体制だ。



(下) 東京駅八重洲地下街という働く人も通いやすい便利な立地。33階段を降りると、すぐに入口が見える。



豊富なキャリアを生かした丁寧な診療で目の健康を守るスペシャリスト

院長 日本眼科学会認定眼科指導医

岡島 修先生

【おかじま・おさむ】昭和49年東京大学医学部卒業。同附属病院眼科、東京通信病院勤務を経て、昭和57年三楽病院眼科部長。以後30年以上にわたって眼科の責任者を務め、平成24年には副院長に就任。平成26年7月開業。日本眼科学会指導医として眼科医の育成にも努めている。◆日本眼科学会眼科専門医 ◆医学博士



教えて！先生

Q. 緑内障になると、いずれは失明してしまうのですか？

A. 緑内障は怖い病気だと思われていますが、早期発見さえできれば、1日に1～2回、目薬をさすだけの負担の少ない治療を続けるだけで、多くの場合は失明にまでは至りません。しかし、視野が欠けるなどの症状が自覚できるようになってしまうと、失明までの道のり半分以上は進んでいますから、年に1回は検診を受けるなど早期発見に努めましょう。

長年のキャリアと豊富な知識、経験に基づき丁寧な診療を実践している院長の岡島先生。都心に勤める働き盛り世代の目の健康を守ることに尽力している。

目の疲れやかすみ、ドライアイなどの症状から緑内障や白内障などの病気まで、幅広く診療をしています。当院は、東京駅直結という場所柄や午後7時まで診療をしていることもあり、近隣に勤められている20～60代の会社員の方々を中心に、多くの人にご利用いただいています。症状や困り事を詳しくお伺いして、どなたにでもわかりやすい説明をするなど、丁寧な診療を心がけています。また、手術やより先端の治療が適している場合は、私が信頼を置けるしかるべき先生へご紹介いたします。

緑内障の早期発見と早期治療には特に力を入れており、ものもらいや結膜炎など違う病気で受診をした患者さんでも視神経をチエックしています。そして、少しでも緑内障が疑われるようであれば、本人にお話をした上で精密検査をして、必要であれば点眼薬の処方などの治療を行っています。診療のレベルにも自信と責任を持つて治療にあたりますので、ご安心ください。

当院には、長時間のパソコン操作などによる目の疲れを訴える方も少なくありません。そのような場合にも、眼鏡の度数があつていなかったり、ドライアイであつたりと、症状の背景にあるものを探り、一人ひとりに適した対処ができることが、長年の経験における私の腕の見せ所だと思っています。

人はやはり目から得る情報量が一番多いですから、目をケアしていくことはとても大切です。信頼を寄せていただける「眼科のかかりつけ医」として、皆さまの目の健康を守ることに全力を尽くしてまいります。

医療法人社団 紀夢会

八重洲大島眼科

☎03-6262-3996

中央区八重洲2-1 八重洲地下街33階段 地下2階
http://www.yaesushima.com/

先生からのメッセージ

◆明るく、清潔感のあるパウダールームを用意。クレンジングや洗顔フォームなどを揃えているため、診療後にお支度を整えていただくことが可能です。そのまま、お打ち合わせやお食事会に出かけられる方も多く、大変便利にご利用いただいています。 ◆日比谷、品川、蒲田に姉妹院があります。

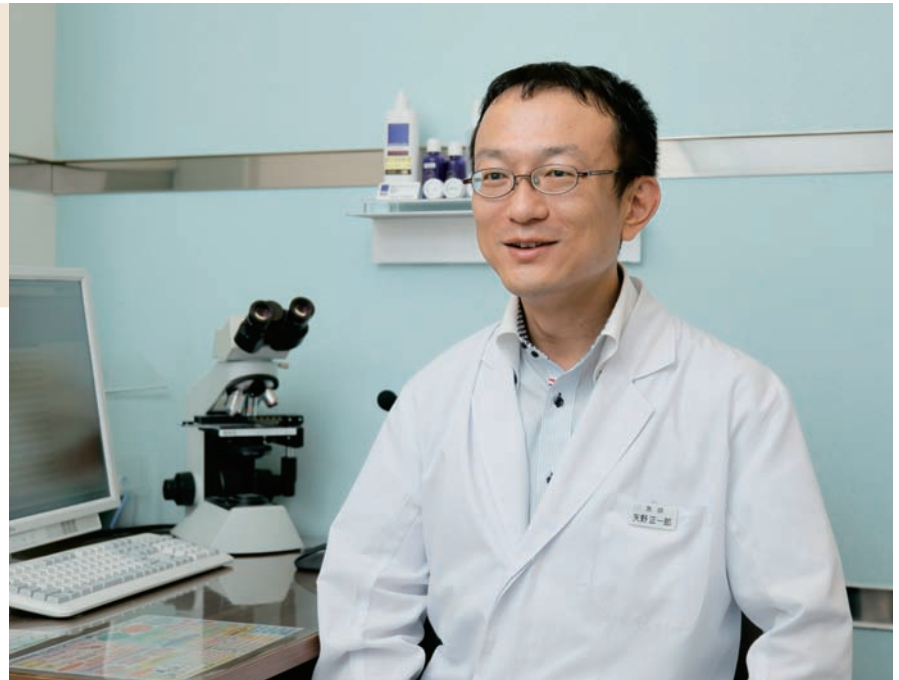


(上) 経験と知識が豊富なスタッフが、明るい笑顔で丁寧に対応してくれる。
(下) 東京駅八重洲北口から徒歩3分ほどの好立地。院内は、白を基調とした清潔感のある雰囲気。

Pick up メニュー

最新機器「ダブル」による メスを使わないリフトアップ

◆「ダブル」は高密度焦点式超音波を利用したたるみ治療。皮膚のベースである筋膜に直接エネルギーを加えるため、高い効果が期待できる。施術直後から効果が現れ、3ヶ月ほど持続。施術当日は化粧をして帰宅できるのも特徴だ。他院と比較すると、リーズナブルに施術が受けられるので、リピーターも多い。 ◆施術前後には写真撮影をして丁寧な説明をしてくれる。



正確かつスピーディな診療を心がけ この街で働く人々の肌トラブルを解決

院長

矢野 正一郎先生

【やの・しょういちろう】兵庫県出身、AB型。東京大学医学部医学科卒業後、東京大学医学部附属病院のほか、いくつかの総合病院に勤務。2009年よりやえす日本橋ヒフ科に勤務、2013年に院長に就任。限られた時間のなかで最大限に満足していただける診療を目指す。

◆医学博士 ◆日本皮膚科学会認定皮膚科専門医 ◆日本皮膚科学会



保険診療はもちろん、ワンランク上の自由診療まで、誰もが満足できる皮膚科治療を提供したいという矢野先生。診療姿勢についてお聞きした。

都内4院を展開するグループに所属。保険診療の皮膚科と自由診療の美容皮膚科を並立するクリニックです。オフィス街に立地し、夜19時半まで診療を行っているため、多くのビジネスパーソンが、お昼休みや会社帰りの時間、仕事の合間の空き時間を使って通院されています。心がけているのは正確な診断です。当院には多くの患者さんがご来院いただくので、素早く病状を判断し治療方針を提案する必要があります。会話の中から日常生活のエピソードを引き出し、可能性を絞り込んだうえで、実際に目で見て確認、診療の精度を高めていきます。これまで多くの症例を経験してきたからこそ、正確かつ素早い判断

ができるかと自負しております。さらに、グループのスケールメリットもあります。グループに属する他院の院長と、症例や治療法について情報を共有し、最新かつ最適な治療を提供します。また私の母校である東京大学医学部付属病院、東京通信病院などとも連携。高度な医療が必要な患者さんをスムーズにご紹介できる体制を整えています。自由診療となる美容皮膚科にも注力しています。ニキビやシミ、しわなどに対して、ケミカルピーリングや光治療やレーザー治療、ボトックスなど短い期間で効果があらわれる最新の治療法を実施しています。機器や担当スタッフの体制も充実。費用を抑えながら、ワンランク上の医療水準をご提供いたします。これからも、この街で働く方々のお肌の悩みやトラブルの解消をサポートしていきたく思います。

やえす日本橋ヒフ科

☎03-6202-1200

中央区八重洲1-5-17
八重洲香川ビルディング3階
<http://www.hibiya-skin.com/yaesu/>

先生と一問一答

◆行ってみたい場所／温泉に行きたいです(最近なかなか行けない) ◆好きな食べ物／唐揚げ ◆おすすめ健康法／ゆつくりとお風呂に入ること ◆医者になっていなかったら／デパートに勤めてみたかったです ◆嬉しかったこと／検査で病気が見つかり大学病院に紹介した患者さんが、治療後にわざわざお礼に来てくださったこと ◆スタッフ自慢／皆明るく優しいスタッフばかり。一人ひとりの患者さんに、とても丁寧に対応しています



(上) 清潔感のある広々とした待合室。クリニックのテーマカラーであるピンク色が、柔らかな雰囲気を作り出している。

(中) ハンフリー自動視野計や前眼部OCTなど、各種検査機器が揃う検査室。



(下) 淡路町駅・小川町駅A2出口のすぐ目の前。アクセスの良さから、近隣にお勤めの人も多く訪れている。

丁寧な説明で患者さんの不安を和らげ
気持ちに寄り添う眼科診療を提供

院長 日本眼科学会認定眼科専門医

由井 あかり先生

【ゆい・あかり】群馬県出身、O型、かに座。帝京大学医学部卒業後、順天堂大学医学部眼科教室に入局。同助手や成田記念病院眼科、日本赤十字医療センターでの勤務を経て、平成19年に本郷アイクリニック開業。その後、平成28年5月に淡路町眼科として移転開業。◆日本緑内障学会 ◆日本角膜学会 ◆日本眼科医会 ◆日本コンタクトレンズ学会



TOPICS

眼精疲労のさまざまな原因を
適切な検査でより正確に診断

◆ものを見るとときに目の痛みを感じたり、視界がかすんだりする眼精疲労。ドライアイなどのほか、目の調節機能の低下が原因になるケースも多いという。
◆眼精疲労の程度を測定する検査機器「AA-2」を導入。近くを見るとききのストレス度を解析してグラフ化。眼精疲労の原因をより正確に診断し、適切な治療へとつなげている。企業のVDT健診の申込みも多い。

淡路町駅すぐとアクセス至便な同院。由井先生は、緑内障の早期発見、白内障、眼精疲労からメガネ・コンタクト処方まで眼科全般を幅広く診療している。

私たちは情報の80〜90%を目から得ているといわれるほど、目は日常生活の中でもとても重要な器官。それだけに見えづらさなどの不調があると、不安が大きくなるものです。診療では患者さんの訴えにしっかりと耳を傾け、時間をかけて会話することを重視。患者さんがモヤモヤした気持ちでお帰りになることがないよう、どんな病気でもどんな治療が必要なのか、画像などを用いて丁寧に説明しています。

以前は視力が良かった方が「見えづらくなった」と受診されるケースも多いです。目には調節機能があり、軽い遠視や乱視があっても自然とピントを合わせようとしてしまいます。しかし、その機能が年齢により低下すると、

疲れ目からもっと進展し、見えづらさや痛みといった眼精疲労につながります。パソコンなどの普及に伴い増えているドライアイも、眼精疲労の原因です。

「ただの疲れ目」と放置せず、早めの受診をおすすめします。遠近両用コンタクトレンズの処方や、就寝時に専用のコンタクトレンズを装着して日中の視力を矯正する、オルソケラトロジーにも対応しています。緑内障の早期発見にも注力し、ハンフリー視野計など各種検査機器を完備。より専門的な治療が必要な場合は、近隣の医療機関とスムーズな連携をとっています。

約9年間診療していた本郷から淡路町に移転し、1年が経ちました。口コミで来院くださる方も多く、とても嬉しく思っています。これからも、目の悩みを何でも相談できる場所を目指し、患者さんに寄り添った医療を提供していきたいと思っています。

淡路町眼科

☎03-3526-6086

千代田区神田須田町1-2-7

淡路町駅前ビル2階

<http://www.awajichoganka.com>

先生のプライベート

◆走ることが好きで、これまでに何度かハワイのホノルルマラソンに参加しています。ホノルルマラソンでは、市民の方が沿道でフラダンスやブラスバンドの演奏、コーラスをしてランナーを応援してくれます。その心使いが嬉しくて、走っている途中は辛くても、完走できます。◆夏に、ボードに立ってバランスを取りながらパドルで水を漕ぐSUPにチャレンジしました。最初は何度も湖に落ちましたが、漕げるようになると楽しくて、またぜひ挑戦しようと思っています。



(上) “和”をテーマにした院内には、心地好いアロマの香りが漂い、ヒーリングミュージックが流れる。
(下) ドイツ・シロナ社製の治療ユニット。快適な座り心地を実現している。



また来たいと思っていただけるよう 親切で真心のこもった診療を実践

院長

金田 桂先生

【カナダ・かつら】千葉県出身。鶴見大学歯学部歯学科卒業。同大学附属病院研修医を経て同大学歯学部歯学科補綴学第一講座入局(現・有床義歯補綴学講座)。在職中に菊地歯科医院(大田区)や新キャタピラー三菱株式会社(現・キャタピラージャパン)健康管理室での診療や検診、口腔衛生指導にも携わる。平成20年9月、芝浦桂歯科診療所を開設。



TOPICS

院内の歯科技工所には CAD/CAMシステムを導入

新たに設置したCAD/CAMシステムは、コンピュータにより差し歯などの歯の設計や製作を行う最新の設備です。院内の通路には大きな窓が設置されており、製作の様子を間近で見ることができます。「一般的な歯科では、型を取った後は外注に出すことが多い中、院内で製作の全てがまかなえる現在の体制は、作り手が見えるので、患者さんにとって安心につながります」と院長。



扉を開けると、そこには癒しの空間が広がる。金田先生は歯科医療の枠を超えたヘルスケアで、患者さんの健康をサポートする歯科のホームドクターだ。

当院では、一般の保険診療からセラミックス、義歯やインプラントまで幅広く対応しています。両親共に歯科技工士であり、幼い頃より歯科に親しみを持っていました。患者さんの気持ちに寄り添う治療を実践するために開業、今年で10年目を迎えます。お一人おひとりに向き合うのが私の診療スタイルです。初診ではカウンセリングを含め1時間、2回目以降も最低でも30分の診療時間を確保。症状だけでなくライフスタイルなど幅広いお話を伺い、ベストな治療を提供しています。

あまり知られていませんが、院内には本格的な歯科技工所があり、専任の歯科技工士と連携しながら患者さんの要望に素早く応じています。

く心える体制を整えていることが大きな特徴です。今年の夏には新たに、差し歯などをデザイン、製作する最新のCAD/CAMシステムを導入しました。

実は私は学生時代に有名テーマパークでキャストとして勤務していました。その時に培ったおもてなしの心は歯科医師として今も大切にしています。クリニックでは珍しい和風なインテリアやアフタージング、待合室の庭園では季節の草花を植えているなど、治療の緊張感が少しでも和むよう工夫しています。

現在一般診療に加え、分子整合栄養医学に基づいた新しい予防歯科、歯周病治療の推進に尽力。採血によって得られる診断を元に食事指導や生活習慣の改善、栄養素の処方などを行い病態の改善を目指します。これからも従来の枠に捉われず口腔から始まる健康管理に貢献していきたいと考えています。

芝浦桂歯科診療所

☎03-5476-4618

港区芝浦3-11-8 ミナトヤビル2階
<http://www.shibaurakatsura.jp/>

歯科

水天宮前

小児歯科・矯正歯科・歯周病治療・インプラント治療・歯科口腔外科・審美歯科



患者様の悩みに向き合う真摯な治療 お子様から大人まで気軽に通える医院

院長 日本顎咬合学会認定医
池田 秀彦先生

【いけだ・ひでひこ】 日本大学歯学部卒業、同附属病院の口腔外科勤務。平成17年開業。◆日本顎咬合学会認定医 ◆臨床歯周病学会 ◆日本口腔インプラント学会 ◆JADS会員(米国の先端歯科医療を学ぶ会) ◆米国レーザー歯学会認定医



グリーンパーク歯科医院では「お口の健康は心の健康」を理念に、スタッフ一同皆さまのお口の健康を保つお手伝いをしたいと考えております。「歯で噛む」という動作は「食べる」動作に直接関わりますので、違和感や痛みを感じてしまうと、生活そのものが辛くなります。

歯を健康で正常な状態に近づけるために、まず患者様に治療へ向けて前向きな意識を持つていただきたいと思います。これらは歯の治療を進めていくうえで当院がもっとも重要視していることです。治療内容をしっかりと理解してもらうためにデジタル画像や

アニメーションで治療についての説明を行うなど、できるだけ患者さんへわかりやすく治療方針を伝えることで治療に対する不安を取り除けるように努めております。

よく噛んで食べられることは心と身体を健康にしますので、人生を豊かに楽しむためにも、お口の健康を保つことはとても大切です。できるだけ歯を残す治療を心かけ、最良の噛み合わせや歯肉の健康を提供いたします。

先生からのメッセージ



グリーンパーク歯科医院

☎03-5641-4618

中央区日本橋箱崎町20-7 ITOビル1階

http://www.g4618.com/

☞ 関連ページ 26

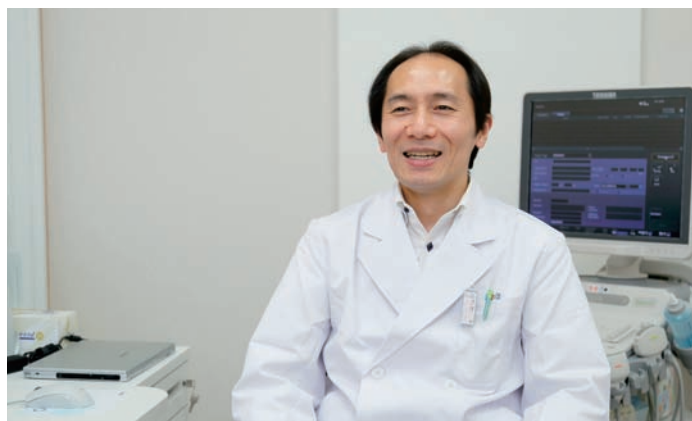
MAP D-2

0907470095001

内科

高輪台

糖尿病内科・内分泌内科・甲状腺・骨粗しょう症・生活習慣病



高水準な医療を身近に提供 糖尿病・内分泌疾患の専門医

院長 日本糖尿病学会認定糖尿病専門医
原田 剛史先生

【はらだ・たけし】 近畿大学卒業。同大学医学部附属病院内分泌・代謝・糖尿病内科などでの勤務を経て、平成29年10月に開院。◆日本内科学会認定総合内科専門医 ◆日本内分泌学会認定内分泌代謝科(内科)専門医・指導医 ◆日本消化器病学会認定消化器病専門医



大学病院では20年以上、糖尿病や内分泌疾患を専門に診療を行っていました。糖尿病も内分泌疾患も一朝一夕で改善できるものではなく、定期的な通院や健康管理が必要です。一人ひとりの患者さんにとって、一人ひとりに合った、最適な治療を行いたいと考え開院しました。診療ではできるだけ専門用語を使わず、分かりやすく丁寧な説明を心がけています。特に糖尿病の治療では、患者さんご自身にも食事や運動など生活習慣に気を配っていただかなければなりません。幅広い治療の選択肢から、その方の状態に合った、続けやすい治療法を提案しています。

また、甲状腺をはじめとする内分泌疾患は、検査の方法が不適切だと正しい診断ができません。症状から病気を発見することが難しいものもあるため、原因不明の体調不良が続くような場合は一度ご相談いただければと思います。即日結果が分かる血液検査や、緊張感を和らげるため壁をグリーンにしたレントゲン室など、受診しやすい環境を整えました。糖尿病も内分泌疾患も、専門医の数はまだまだ少ないのが現状です。培ってきた知識と経験を活かし、地域の皆様が「かがやき」に満ちた人生を送れるよう、力を尽くしていきたいです。

先生からのメッセージ

超音波検査装置など各種検査機器を揃え、頸動脈エコーによる動脈硬化の検査も行っています。動脈硬化は糖尿病のほか、血圧やコレステロールの高い方、喫煙習慣のある方にも起こりやすくなります。気になる方はぜひ一度検査にいらしてください。



かがやき内科・糖尿病クリニック

☎03-3441-0398

港区高輪3-8-17 メディカルプライム高輪6階

http://kagayaki-naika.jp/

☞ 関連ページ 26

MAP E-4

2017年
10月開院

0907470142001



最新機器を使った高度な治療を実施 患者さん想いの親しみやすい歯科医

院長
堀江 幹子先生

【ほりえ・みきこ】鶴見大学歯学部卒業。同大学研修医の後、鶴見大学歯学部第一口腔外科に勤務。その後研修医を積み、都内歯科医院の副院長を経て、平成26年4月に日本橋あみ歯科を開院。明るく朗らかな人柄でスタッフや患者さんに親しまれている。



慣れ親しんだ日本橋の、駅からすぐの場所で平成26年4月に開院しました。一般歯科治療から口腔外科、矯正歯科、小児歯科、審美、インプラントまで幅広く対応しています。歯医者は、皆さんにとってあまり行きたい場所ではありませんが、私も小さい頃、大嫌いでした。皆さんの気持ちにはよく分かりますので「少しでも来やすいクリニックを作りたい」と考えています。そのために心がけているのは「痛くない、怖くない治療」。例えば麻酔は表面麻酔の後、加圧にムラのない自動麻酔器を使用することで、あまり痛みのない注射が可能です。

最先端の歯科用CTによる画像診断や、レーザーを使った治療も保険適用で実施できます。治療方法は医師が押し付けるのではなく、多角的な診断をもとに選択肢をいくつか挙げて、患者さんに納得のいく方法を選んでいただくようにしています。忙しい方は短期間に集中して治療することもできます。

また、抜歯などの口腔外科手術は日本口腔外科学会専門医が担当し、専門性の高い治療が可能です。矯正治療は装置が目立たないマウスピース治療を行っていますので、人に分からず治療ができます。ぜひご相談ください。

先生と 一問一答

◆こんな資格も持っています／ダイビングライセンス ◆行ってみた場所／タヒチ ◆趣味／旅、海 ◆休日の過ごし方／2歳の娘と遊ぶ ◆この街の好きなところ／生まれも育ちも日本橋。古き良き部分と新しい部分が共存している素敵な街です



日本橋あみ歯科

☎03-3275-8211

中央区日本橋1-3-8 ディアモンドビル2階

<http://www.amyshika.jp/>

📍 関連ページ 26

MAP D-3

0907470235001



良質な歯科医療を妥協なく追求し 「美しく、長く機能する歯」を目指す

院長 日本口腔インプラント学会専門医
佐藤 隆太先生

【さとう・りゅうた】東京歯科大学卒業、同大学院修了。インプラント治療を中心に歯科全般の臨床経験を積み、平成26年開業。◆日本口腔検査学会認定医 ◆東京歯科大学口腔インプラント学講座非常勤講師 ◆歯科医師臨床研修指導歯科医 ◆日本補綴歯科学会



当院が診療で目指しているのは、患者さんに、長く快適に使える美しい歯で人生を楽しんでいただくこと。患者さんにとって本当にメリットのある質の高い歯科医療を提供するため、自由診療を専門としています。保険外であれば制限なく最適な治療法や材料を選び、精密で妥協のない治療を行うことで、機能的にも審美的にも非常に質の高い仕上がりが実現できます。

治療前には時間をかけてカウンセリングを行い、必要に応じて唾液検査などの各種検査を実施。検査結果や画像とともに、模型などを使って丁寧に説明をしています。一人ひとりに最適な治療計画を立て、患者さんとゴールを共有することができれば、治療にも前向きに取り組んでもらえるようになります。

患者さん からの声

◆歯が悪くなり人前で口を開けるのも嫌なほどでしたが、今では自信をもって笑えるようになりました。(60代・女性)
◆インプラント治療を受けてしっかりと噛めるように。趣味の旅行や食べ歩きも思い切り楽しめます。(60代・女性)



SRデンタルクリニック

☎03-6420-0380

品川区大崎2-11-1 大崎ウィズシティテラス2階

<http://sr-dental.tokyo>

📍 関連ページ 26

MAP E-1

0907470032001

免疫力を高めて健康長寿な人生を！

体内に侵入するウイルスや細菌などから身体を守るシステム「免疫」。

加齢に伴って低下する免疫力を回復することは、アンチエイジングにも繋がります。



防衛医科大学、東京大学医学部附属病院などで、内分泌・代謝内科、腫瘍内科の臨床研究に従事。アンチエイジングのフィールドで活躍する抗加齢医学の第一人者。雑誌やテレビなどのメディア出演多数。

ラクリニク総院長
青木 晃 先生
(Akira Aoki)

元順天堂大学大学院
加齢制御医学講座准教授
日本内科学会認定内科医
日本抗加齢医学会専門医

健康な身体に欠かせない 免疫システムの働き

私たちには免疫という生体防御システムがあります。人間は自分の身体ではないもの(非自己)を外敵とみなしてそれらが身体の中に入ってくると排除しようとする能力を持っています。これが免疫です。外敵を抗原といいます。体内に細菌、ウイルスなどの抗原がはじめて入ってくると、血液の中の白血球という細胞がそれを認識し抗体というものを産生し、この抗原を記憶するのです。すると二度目にこの同じ抗原が侵入してきた際には1回目には比べるかに大量の抗体を産生し、抗原をすばやく排除します。これがいわゆる抵抗力といえるのです。

これまで免疫は細菌やウイルスなどの外敵退治が中心だと考えられていましたが、元々は自分の細胞であるがん細胞に対しても働くことが明らかになっています。また最近では栄養の偏り、運動不足、睡眠不足や極度のストレスなどによって生じる様々な体調不良に対しても防衛的に働くシステムと考えられてきており、当に健康に生きていくためには不可欠なものであることが明らかになってきました。

免疫は、喉、皮膚、腸など各臓器レベルでもそれぞれの免疫システムを働かせて外敵からの様々な攻撃を防ぎます。全身系では免疫を総括する白血球部隊(顆粒球、リンパ球、マクロファージなど)が常に監視しているのです。

免疫力の向上が アンチエイジングに繋がる

昨今、アンチエイジングという言葉がすっかり定着しましたが、アンチエイジングの本質は「健康長寿のための予防医学」です。実は、健康長寿を全うするためには免疫力を高く保っておくことが不可欠なのです。身体を守る機構の中心となる免疫力が落ちれば、風邪、インフルエンザなどの感染症にかかりやすくなり、かつ治りも悪くなります。高齢者は免疫力が落ちていくことが多く、風邪やインフルエンザに罹るとなかなか治らずじりじりしていき重症肺炎になって命を落とすとしてしまします。一方、40歳以降で免疫が極端に落ちていると、がんにかかり命を落とす率が高まります。免疫力に問題が生じると、このような死に関わる病気にもかかりやすくなり、健康寿命を損ねることになるわけです。免疫力は加齢とともに低下していくことがわかっていきます。ピークは思春期頃にあり、20歳を過ぎるとどんどん衰えます。50歳以降でがん患者が増えるひとつの要因は、この加齢による免疫力の低下があるのです。

逆もまた真なり！免疫力を高めておけば、こういった病気で命を落とす危険が低下します。アンチエイジングな生活を実現させ、健康長寿を全うするためには、免疫力を高く保つように心がけることが大切なのです。

外的刺激などのダメージに対抗！
身体の中から健やかな活力を
サポートします。

まもる×たたかう成分を配合

LPS

今、メディアも注目のLPSは、ダメージや外敵刺激に対する身体本来の防御力をサポートし、生命力に満ち溢れる毎日へ！

スマート乳酸菌

体内環境を整えることで、さまざまな刺激によるダメージからの身体を守るLPSの防御力をバックアップします。

ヒハツ抽出物

古くから体質をサポートする働きが注目されているコンショウ科の植物。近年の研究では、体内酵素(Tie2(タイツー))へのアプローチで注目されている。

LPSのバイオニア
"自然免疫応用技術(株)"
*スマート乳酸菌は、丸善製薬株式会社の登録商標です。



まもる たたかう LPS

通常価格：3,600円(税込)のところ
毎月お届けコース(30日毎のお届け)お申込みで

初回半額 **1,530円** (税込) **送料 無料**

1箱30粒(30日分) [1日の目安/1粒]
*初回限定1/2世帯様3箱まで定期便可能。特別価格の適用は、初回のお届けのみ。
2回目以降のお届けは、1箱3,060円/毎月となります。 *プレゼントは初回のお届け時に同梱いたします。

◎ご注文はこちらまで

無料電話 **0120-26-26-24**

受付時間 5:00~24:00/年中無休 ※オペレーターに上のキャンペーン番号をお伝えください。

防御力ダウンを内側から
ケアするサプリメント

「まもる たたかう LPS」

新発売!!

自然免疫
応用技術(株) 共同開発



身体をサポートする力
乳酸菌の
約1,000倍!

体外刺激から
身体をまもる力を
バックアップ!

体のたたかう力を引き出す「リポポリサッカライド」

LPS

ご存じですか?
今、メディアで話題の天然成分

人気情報番組で
紹介された
注目の成分です!

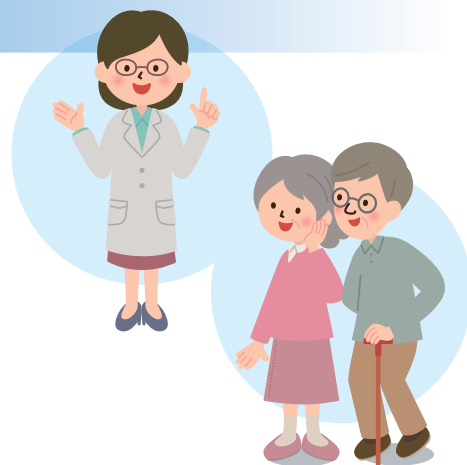
※1 LPSと乳酸菌をグラム数で比較した場合

■ポストイン対象商品について：ポストインとは、ご自宅のポスト(郵便受け・新聞受け)等に商品を投函するお届け方法です。ポストインでのお届けの場合、日時指定および代金引換はご利用いただけません。ただし、お届けする商品数などにより宅配便でのお届けとなる場合がございます。●お届けはお申込受付日より1週間前となります。●お支払いは、郵便振替、コンビニの後払い、クレジットカード払い、ご指定のない場合、郵便振替(コンビニの後払い)となります。●郵便振替(コンビニの後払い)の場合、商品到着後、同送の払込用紙にて1週間を目安にお支払いください。詳しくはオペレーターまでお問い合わせください。●2万円以上の場合は宅配便でお届け致します。その場合のお支払いはクレジットカード払いか代金引換をお選びください。●商品到着後8日以内、未開封に限り返品可。お客様都合の場合、返送料をご負担ください。 ※お客様の個人情報の取り扱いについて/お客様の個人情報は、商

品のお届け・お知らせ等に利用させていただきます。詳しくは弊社ホームページ(www.fracora.com)内の「プライバシーポリシー」をご覧ください。○本品は栄養補助食品としての健康食品であり、特定の薬やウイルスなどを防ぐ衛生用品ではありません。

株式会社 協和
www.fracora.com
〒160-0023 東京都新宿区西新宿1-22-2 新宿サンエール9F

上げよう!患者力 医療費節約の豆知識



医療費は様々な診療や投薬に対し細かく費用が決められていますが、これは全国一律で、どの医療機関に行っても同じ。
しかし、工夫次第で節約することができます。
かしこく医療機関を利用するための、ちょっとした知識をご紹介します。

1 同じ医療機関でも、 平日の日中にかかるほうがお得!

診療料は、深夜などの診療時間外(場合により診療時間内でも)や休日は割増料金があります。

医療機関が表示している診療時間内でも、平日夜18時(土曜は昼12時)以降や朝6時～8時に受診する際は「夜間・早朝等加算」が、また休日には、休日の「時間外等加算」がある場合があります。できるだけ、平日の日中に受診することで診療費の節約になります。なお、保険薬局の場合も同様なので、緊急でなければ割増のない時間帯に行くのもよいでしょう。ただし、無理はせず、緊急の場合は受診してください。また、処方箋は有効期限(発行日を含め4日間)があるので注意。

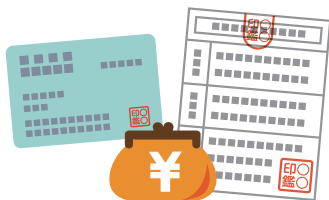


3 医療費が高額に…。 でも後でお金が戻ってくる!?

自己負担額が軽くなる、高額療養費制度があります。

高額療養費制度とは、医療機関の窓口で支払ったお金が、1か月の間で一定額(収入などにより異なる)を超えた場合に、その“超過分”が後から払い戻される制度です。確定申告の際に受けられる「医療費控除」とは別の制度ですので、あわせて地域の役所窓口や、加入している健康保険組合などに問合せしてみましょう。

※保険適用される診療に対し、患者が支払った自己負担額が対象です。
(先進医療にかかる費用などは支給対象外)



2 病院にかかるとき、 紹介状がないと損!

初診料のほかに特別料金(選定療養費)が必要な場合があります。

高度・専門医療を行う大病院(ベッド数が200床以上の病院)では、紹介状なく外来受診すると、特別料金(選定療養費)がかかることがあります。しかも保険適用外なので、全額負担。金額は1,000円～10,000円前後と病院により様々です。かかりつけ医に紹介状や検査結果などを貰う際も決まった医療費(保険適用)がかかりますが、総合的にみれば待ち時間なども含めて負担の軽減になります。



4 「かかりつけ医」って いたほうがいいの?

**かかりつけ医なら、ムダな検査もなく
費用や時間の節約に。**

今までの治療歴などを知っているかかりつけ医ならば、的確な判断で病院への紹介をしてくれるうえ、検査や投薬が重複する心配もなく、最低限の負担で済みます。病気を治すためには、できるだけ自分も積極的に治療に参加することが大切です。偏った情報を鵜呑みにしたり、勝手な自己判断をせずに、なんでも聞ける・相談できるかかりつけ医を見つけましょう。

「未病」を制して実年齢より若々しく！ ミネラルヘルスで妊娠基礎力アップ！

私たちの体内は、精密機械と同じように機能している

検査を受けても異常がない。でも体調がすくれない。年齢を重ねるほどにそんな状態が増えてきます。体調が悪いのに検査では異常が出ない。この状態を「未病」といい、病気はこの「未病」の段階を経て発症するので、「未病」を制することは病気になるにくく老化のスピードを遅らせることにつながります。

私たちの身体は、鉄でできた精密機械と同じです。精密機械を作るには、材料から部品を作り、組み立てるための道具や職人、動力や油も必要になります。私たちの身体は、口からとった食物(材料)を消化・吸収して部品を作る、骨・筋肉などの身体の組織やホルモンなどを作ります。これら二連の体内反応が代謝です。精密機械は部品や材料があっても、道具や職人がいなければ完成しません。体内では道具や職人、動力や油の役目を全て

「酵素」が担当し、この「酵素」の働きを支えているのがミネラルとビタミンです。特にミネラルは体内で働くことができないため、食事やサプリメントとして口から摂取する必要があります。ミネラルアンバランスで「酵素」が働かないと、原因がはっきりしない様々な症状「未病」となってしまうのです。

未病↓酸化↓糖化↓病気の段階でケアする

精密機械は動力や油が不足すると動きが悪くなり、放置すれば金属に錆が出ます。早く気付けば錆を落とし元の状態に戻せますが、進行すると腐食が起きます。この段階でも早く気付けば多少問題は出るもののまだ修復は可能です。人間の身体も同じで、機械に錆の出た状態を「酸化」、腐食した状態を「糖化」といい、早めのケアが重要です。「酸化」はミネラルアンバランスやストレス過剰、睡眠

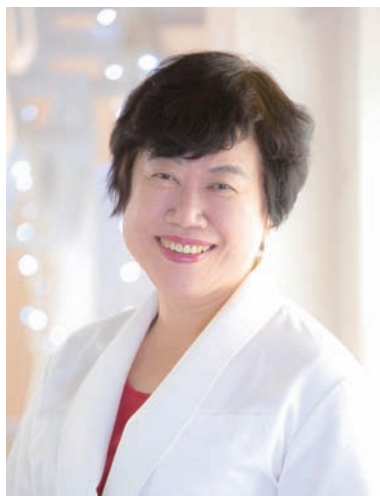
不足からも起こります。「糖化」はタンパク質(アミノ酸)が過剰な糖とアマルリ化合物が、熱と時間経過によって酸化・脱水・縮合反応を起こし、AGEs(糖化終末物質)となり、このAGEsの蓄積が、タンパク質でできている人間の組織やホルモンを劣化させてしまうのです。AGEsが増加する要因は、飲酒・喫煙・脂質や糖質の過剰、酸化ストレス、そして糖尿病や腎臓病の場合にはさらに増加しやすくなります。

自分の身体が今どの状態にあるかを、知って、最適な未病ケアをすることが大事です。早期対策がベストですが、この時点からでもある程度の効果を上げることが出来ます。高齢だから、病気があるからとあきらめる必要はありません。同院では、妊娠基礎力をアップする未病ケア「ミネラルヘルス」サポートを含めて、さまざまなケアを実施していますので、お気軽にご相談ください。

<病気になるまでの身体の状態>



当然のことですが、健康な状態から病気になるまでには時間の経過に比例した体調の変化があります。ミネラルバランスが崩れると、身体は「未病」というシグナルを発し、そして糖度が高くなり「病気」を発症します。常に身体が発するシグナルに敏感でいることが大切です。



医療法人 淳信会 理事長

登坂 正子先生

MASAKO TOSAKA

食生活・栄養素バランスの重要性を唱え、「予防」を軸に診療を行っている。昨年12月に未病患者専門の「ホリスティック メディカルクリニック」を中野区に開業。医師が自身や家族を受診させたい医師を選ぶ、「2014 Best Doctors in Japan」に選ばれる。日本循環器学会認定循環器専門医 日本抗加齢医学会専門医 米国コロラド州認定栄養学校NTI 認定栄養コンサルタント

あなたの 糖化度 チェック

- ☐ 早食いである
- ☐ 朝食は食べない
- ☐ 定食では、まずご飯から手を付ける
- ☐ タバコを吸う／過去に吸っていた
- ☐ アルコール類をよく飲む
- ☐ 野菜はあまり食べない
- ☐ パンや麺類をよく食べる
- ☐ 丼ものをよく食べる
- ☐ 甘いもの(スイーツ)をよく食べる
- ☐ 清涼飲料をよく飲む
- ☐ つい食べ過ぎてしまう
- ☐ 飲んだ後によくラーメン(麺類)を食べる
- ☐ ストレスが多い
- ☐ 運動はあまりしない
- ☐ スナック菓子をよく食べる

- 2個以下...リスクは低い
- 3～5個...リスクは中程度
- 6～8個...リスクが高い
- 9個以上...リスクが極めて高い

6個以上の方は専門の医療機関で検査を受けましょう！

取材・企画: GH企画 0834-32-7572

医療法人 淳信会 ホリスティック メディカルクリニック

未病のうちに相談できる自由診療クリニック
“未病”のうちに診断・予防・治療をスタートできる、完全予約制・自由診療のクリニックです。肌トラブルや抜け毛、不眠・集中力の低下など、サプリや食育の相談にも応じます。

完全予約制 ☎03-5356-8170

診療時間/水・木・金・土曜日 10:00～15:00(祝日は除く)
http://www.holisticure-clinic.jp/

住所: 中野区鷺宮3-9-27

ホリスティック栄養ケアスタンド®

併設の栄養ケアスタンド®では、医師監修のもと、栄養士・栄養コンサルタントによる栄養素バランスチェックに基づいた「大人の食育」やセルフメディケアのアドバイスをしています。いきなり医療機関での検査・受診に抵抗のある方にもおすすめです。

■オリゴキャン検査

- ・ミネラルバランス
- ・有害金属の蓄積を検査

13,000円(税別)

■糖化度チェック

- ・体内の糖化度(AGEs)チェック
- ・老化度を推測

4,000円(税別)

■酵素体質チェック

- ・4つの酵素タイプを分類
- ※オリゴキャン検査とのセット価格あり

4,000円(税別)

営業時間: 10:00～19:00

定休日: 火曜日・他不定休

☎03-5356-8117

http://www.holisticure.jp

完全予約制

エステティック

日本抗加齢医学会専門医監修
「美肌エステ+栄養ケアプログラム」スタート！
酸化・糖化した肌をしっかりとケアして美肌に導きます！

西武新宿線「都立家政駅」より徒歩3分



保険薬局&お薬活用術

私たちの身近にある保険薬局。薬の専門家である薬剤師が在籍し、医師からの処方せんに基づいて薬剤を調合するほか、私たちの健康を支えてくれる幅広いサービスを展開しています。もっと保険薬局と薬を活用し患者力を上げるための、ちょっとしたコツをご紹介します。

1 かかりつけ薬局を持つべし

身近で相談しやすい保険薬局を見つけ、健康をサポートしてもらいましょう。

近頃、処方せんが必要な医薬品の受付はもちろん、一般用医薬品(※)の購入相談や販売、体調管理支援など、地域の医療拠点としてさまざまなサービスを行う保険薬局が増加しています。薬に関する疑問や悩みに限らず、ちょっとした身体の不調についても気軽に相談でき、過去の薬歴などをふまえた上でのアドバイスがもらえます。かかりつけ医にプラスして、かかりつけ保険薬局をみつけておくことで安心です。

※一般用医薬品(OTC医薬品)…医師による処方せんを必要とせずに購入できる医薬品。ドラッグストアやコンビニなど身近な生活の場で購入可能。第1類、第2類、第3類、医薬部外品/指定医薬部外品という区分があり、主な成分やリスクによって販売方法が決められています。



2 お薬手帳を活用すべし

お薬手帳はいわば「薬の履歴書」。薬の安全な服用や、いざというときの備えのため、持ち歩くようにしましょう。

保険薬局に処方せんと共にお薬手帳を提出すると、薬の名前や分量、飲み方、服用上の注意点などを細かく書き込んでくれます。また、一般用医薬品やサプリメントを購入した際は自分で記録しておくことで、飲み合わせの影響や薬の重複がないかチェックしてもらえます。

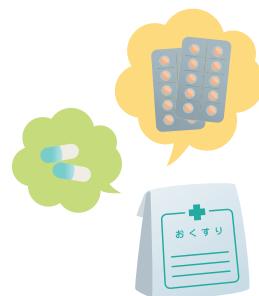
旅行や災害時に急に具合が悪くなったときなどにも、手帳をみれば薬歴が分かり、的確な治療が速やかに受けられる可能性が高まるので、常に携帯するようにしましょう。近頃は、より活用しやすい財布に入る小型サイズのお薬手帳や、電子版お薬手帳も登場しています。



3 ジェネリック医薬品に注目すべし

新薬(先発医薬品)よりも開発にかかる費用が少ない分、低価格なジェネリック医薬品(後発薬)。上手に利用できるとお得です。

ジェネリック医薬品は、新薬の特許が切れた後、同じ有効成分で作られたもの。新薬と比べ研究開発にかかる研究費用などが抑えられる分、金額が約2〜7割ほど安く設定されています。新薬と後発薬の薬価の差額分、薬代を抑えられるので、複数の薬を服用している方や、長期間の服用が必要な方は利用を考えてみましょう。なお、後発薬に変更できるかどうかは処方薬によって異なるので、医師や薬剤師に相談が必要です。



知っておきたい お薬Q&A

Q. 薬を水以外で飲んで大丈夫ですか?

A. 薬の効果を低下させたり、吸収を妨げる場合があるので避けましょう。コップ一杯の水、または湯冷まして飲むのがベストです。

お茶 基本的には問題ないとされていますが、濃いお茶は薬の成分を変化させ、効果を低下させるおそれがあります。

牛乳 一部の抗菌剤や便秘薬の場合、牛乳に含まれるカルシウムと結合して吸収されにくくなり、効き目が弱まります。

Q. 解熱剤を処方されましたが使わなかったで、次回使っても良いですか?

A. 必ず医師に相談を。使い残り・飲み残した薬は、原則として処分したほうが無難です。

通常、医療機関で処方された薬は使用期限が書かれていませんが、患者さんのそのときの症状に一番合うように処方されています。また、同じような発熱でも、病気によって使用できない解熱剤があります。必ず医師に相談してから、使用するようにしましょう。

Q. 薬を飲んだら全身がかゆくなり、めまいがします。どうすれば良いですか?

A. ふだんと違う症状が出たら、できるだけ早く医師や薬剤師に相談してください。

副作用が起きたら、早期の対応が非常に大切。病院・診療所で処方された薬、薬局で購入した薬を適正に使用したにもかかわらず、副作用による一定の健康被害(死亡・入院など)が生じた場合、医療費や年金などの給付が受けられる「医薬品副作用被害救済制度」もあります。

よくある症状に潜む病気
ほったらかしにいませんか？

Medical Topics

カラダの赤信号チェック

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

※当ページは、医師による診療行為ではありません。あくまでも目安として考え、心身に不調を覚える方は、すみやかに医療機関での診療を受けることをおすすめします。

日常の不調の陰に潜む 病気の兆候を見逃さない

頭痛や肩こり、便秘など日常よくある不調。「放っておけば治る」と軽く考えていませんか？例えば、ただのめまいや立ちくらみと思っていたところ、実は高血圧の症状だったなど、実はそれらの症状には重大な病気が隠れていることもあります。必要以上におびえることもありませんが、不調がある際はかかりつけ医に相談しましょう。原因を確認することで安心できます。

また、日ごろからかかりつけ医に相談していれば、体調の変化にも気が付きやすくなります。かかりつけ医がいけないという方は、いざ病気になる前に日ごろの健康相談ができる「かかりつけ医」を探しておくことも大切です。

頭が痛い

日常におこる頭痛の原因には、アルコールによる二日酔い、急な天候の変化、ストレス、睡眠不足などがあります。これらの軽い頭痛は問題ありませんが、頭痛を伴う病気は多数あるので、自己診断は禁物です。

Case.1

⚠ 急で激しい痛み

急な痛みで、吐き気、嘔吐、痙攣を伴う場合は大変危険です。くも膜下出血、脳出血など重大な病気が考えられます。重度の時は迷わず救急車を。症状が落ち着いた場合でも受診することをおすすめします。

慢性的な痛み

周期的にこめかみなどがズキズキ痛む片頭痛、頭全体が締め付けられ重たく感じる緊張型頭痛、季節の変わり目などに強い痛みが発生する群発頭痛などがあげられます。痛みが強い場合は我慢せずに医療機関へ。



肩こり

首から肩、背中にかけての筋肉の緊張や血行不良により発生する肩こり。姿勢の悪さ、長時間のデスクワークなど原因はさまざま。ストレッチなどで緊張した筋肉をほぐすと楽になりますが、思わぬ病気が隠れていることも。

指や腕のしびれ

肩こりだけでなく、指や腕にしびれを感じている場合は、神経に異常がある可能性があります。一般的なセルフケアでは解消できないばかりか、悪化させる可能性もあるので、整形外科などで相談をしましょう。

Case.2



⚠️ 左肩だけに激しい痛み

まれに狭心症、心筋梗塞発作の前兆として、左肩に激しい肩こりを発生することがあります。高血圧、喫煙者、肥満など狭心症リスクが高い方で、左肩にだけ痛みやしびれを感じる場合や、胸の痛みが併発する場合は一度検査をしてみましょう。

いびき

Case.4

日中の強い眠気

睡眠中に呼吸が停止し、日中の活動に影響を及ぼす睡眠時無呼吸症候群(SAS)の可能性があります。起床時に頭痛などの症状があり、日中の強い眠気を感じるという方は、医療機関で検査を。

鼻炎による鼻詰まりや飲酒などが原因でいびきを起すことがあります。慢性的にいびきをしてしまう場合は赤信号。周囲からうるさいといわれるだけでなく、自らの身体に大きな負担をかけている可能性も。

Case.3

便秘

⚠️ 下痢と便秘を繰り返す

ストレスが原因の過敏性腸症候群の場合が多いですが、これまで快便だった方が急に下痢と便秘を繰り返すようになったなど、排泄の習慣に変化があるときは注意が必要です。一度検査をおすすめします。

便秘が3日以上無い状態。主な症状は、大腸の運動が低下している弛緩性便秘、腸管が緊張しすぎて便が運ばれない痙攣性便秘、直腸で便が停滞してしまう直腸性便秘の3つ。続く場合は原因を検査しましょう。

疲労感

Case.6

休んでも回復しない

長引く、熱がある、汗が多くなったor汗がでない、体重の増減などがある場合には病気の兆候かも。女性の場合は更年期障害、甲状腺の異常などが影響していることも。また、うつ病などメンタル面での病気も考えられます。

忙しさや睡眠不足、不摂生からくる疲労感。一定の休息をとると回復しますが、きちんと睡眠をとっているのに全身の倦怠感が抜けないということもあります。疲労の原因が不明な時や、長引く場合は医師に相談してみましょう。

Case.5

足がつる

⚠️ 頻繁に起きる

足の血管の動脈硬化が進行し、十分な血液が流れなくなる閉塞性動脈硬化症の症状として発生する場合があります。喫煙者や高血圧が指摘されている方で、頻繁に足がつる場合は専門機関を受診しましょう。

運動している途中や就寝中に、ふくらはぎやふとももなどの筋肉が激しい痛みを伴い急激に収縮するこむら返り。冷え、運動不足、脱水などが主な原因で、妊娠中の急激な体重増加で血管が圧迫されて起こることもあります。

目がかすむ

Case.8

時間がたっても改善しない

老眼で視力が落ちている場合は、白内障、緑内障などの検査を定期的に受けましょう。また、コンタクトの方は、長期間の使用で角膜が傷ついていることも。しばらく様子を見て症状がおさまらない場合は、眼科で検査を。

長時間のデスクワークで目がかすむということはよくあります。ピントを合わせる筋肉が緊張状態になり起きる現象で、時間をおくと回復します。が、年齢や病気が原因の場合もありますので、気になる方は受診を。

Case.7

尿の回数が多い

水分摂取の調整で改善しない

過活動膀胱は日本で800万人以上の罹患者がいるといわれています。頻尿の原因は男女でも違い、高齢の男性の場合は膀胱のコントロールが効かなくなる前立腺肥大症、女性の場合は膀胱炎が原因で頻尿になることも。

一般的には1日8回以上の場合を頻尿と呼び、頻尿の症状に困っている方は多くいます。利尿作用のあるお茶やコーヒーの摂りすぎが原因の場合もありますが、頻尿に続く場合は重大な病気が隠れていることも。





平日21時までの診療なので、お仕事帰りの受診も可能です。うつ病・統合失調症・パニック障害・不登校・認知症などあらゆるメンタルヘルスに関する診療に対応。診療は完全予約制。

	月	火	水	木	金	土	日	祝
10:00～13:00	○	○	○	○	○	—	—	—
14:00～21:00	—	—	○	○	○	○	—	—

※17:00～18:00は休診

新橋ガーデンクリニック

☎03-6205-4991 

 港区白根1-3-1 西新橋スクエア3階内幸町メディカルモール
 西新橋駅徒歩1分・新橋駅より徒歩6分

<http://shimbashi-sga.den.com/>



眼精疲労やドライアイ、アレルギー性結膜炎(花粉症)などの診療から、健診二次検査(網膜・緑内障ほか)まで対応。最新式の無散瞳・散瞳眼底カメラやOCTなど設備の充実に努めています。

	月	火	水	木	金	土	日	祝
10:00～13:00	○	○	○	○	○	—	—	—
14:30～18:30	○	○	○	○	○	—	—	—

富永クリニック眼科
☎03-6206-6693 

 港区西新井 4-1-1 西新井スクエア73階
 有明駅西4出口徒歩5分、または新橋駅比谷口より徒歩5分

<http://www.eyewell.org/>



開院して16年。患者様目線を重視して、待たせない・予定通りの時間で治療終了を心がけ、実践しております。また、医科との連携も図り、患者様の全身の健康を考えた治療を行っています。

	月	火	水	木	金	土	日	祝
10:00～13:30	○	○	○	○	○	○	○	—
15:00～19:30	○	○	○	○	○	○	○	—

※土曜日は月1回診療

歯科オノザワ

☎ 03-3506-8241

〒市川田区内連野2-1-1 日本プレスセンタービル818号
 内野町駅A7 / 日比谷公園方面より徒歩2分

<http://www.dental-o.com/>



平日はお昼の時間帯も休み無く診療していますので、ご都合にあわせて予約が可能です。専門医による親知らずの抜歯や、ホワイトニング相談をはじめとした審美歯科までも対応します。歯科CT完備。

日比谷通りスクエア歯科クリニック
 **03-3597-7666** 
 港区西新橋 1-1 西新橋スクエアビル3階
 西新橋駅前より徒歩5分
<http://www.hibiyaaduri-dc.com/>

眼科 東京
MAP A-15

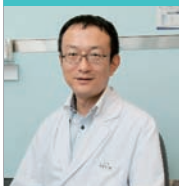


より良い検査が受けられるよう皆さまの立場に立った診療を心がけ、設備や環境を整えています。予約可能ですが、予約なしの診療も可能です。初診の1日予約も承ります。
■関連ページはP10

八重洲大島眼科
☎03-6262-3996 P
■中央区八重洲2-1 八重洲地下街33階段 地下2階
■東京駅八重洲南口より徒歩3分
http://www.yaesuoshima.com/

0907470125001

皮膚科・美容皮膚科・アレルギー科 東京
MAP A-16



皮膚科全般から美容まで、皮膚科専門医による診察を実施。患者さんにとってのベストな治療を心がけています。会社帰りの利用しやすいさも考え、夜19時半まで診療。
■関連ページはP11

やえす日本橋ヒフ科
☎03-6202-1200 P
■中央区八重洲1-5-17 八重洲西川ビルディング3階
■東京駅八重洲北口より徒歩3分、日本橋駅B3出口より徒歩5分
http://www.hibiya-skin.com/yaesu/

0907470018001

歯科・矯正歯科・歯科口腔外科 東京
MAP A-17



歯が痛む、銀歯が取れた等のトラブルから顕微鏡を使用した虫歯治療、予防・歯周病・咬合・矯正・いびき・無呼吸、審美的セラミック・インプラント相談に対応。総合的な診療を行っています。

丸の内デンタルオフィス
☎03-5220-5501 P
■千代田区丸の内1-8-1 丸の内トラストタワー2階
■東京駅日本橋口より徒歩1分
http://www.marunouchi-dental.com/

0907470089001

産婦人科・産科・婦人科 勝どき
MAP A-18

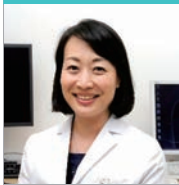


2015年11月に継承開院致しました。分娩施設や近隣の病院と連携し、妊婦健診や婦人科のプライマリケアを行います。前任の愛育病院では分娩業務にも一部引き続き携わり、研鑽してまいります。

勝どきウィメンズクリニック
☎03-3536-7723 P
■中央区勝どき2-10-4 宮野海運ビル4階
■勝どき駅より徒歩2分
http://www.kachidoki-women.com/

0907470136001

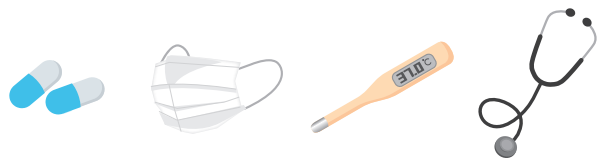
内科・消化器内科・婦人科 月島
MAP A-19



患者様のお話を耳を傾け、納得いただけるまでご説明することを心がけています。一般内科の他、専門医による経鼻内視鏡検査及び超音波検査、女性医師による婦人科の診療にも力を入れております。

リバーシティクリニック東京
☎03-6219-7771 P
■中央区佃1-11-8 ビアウエストスクエア2階
■月島駅A6出口より徒歩6分
https://rivercity-clinic.jp/

0907470119001



耳鼻いんこう科 銀座
MAP A-9



鼻水、鼻づまり、花粉症から、耳鳴りやめまい、難聴、のどの痛み・異物感、声嘎れまで耳・鼻・のどの疾患に対応。耳やのどが悪くても、鼻に原因があることもあります。お悩みの方はご相談を。

岡添耳鼻咽喉科クリニック
☎03-3573-5487
■中央区銀座6-9-4 岩崎ビル5階
■銀座駅より徒歩2分、新橋駅より徒歩5分
http://www.okazoe-jibika.com/

0907470129001

歯科・内科・漢方内科 銀座
MAP A-10

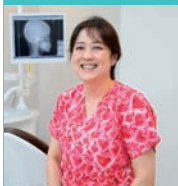


2017年6月開院。歯周病専門医として、レーザーやマイクロスコープを用いて重症な歯周病患者さんに専門治療を行うほか、歯周病の方に対するインプラント治療(自費1本45万円～)にも対応します。

誠敬会クリニック銀座
☎03-6264-6901 P
■中央区銀座6-7-16 岩月ビル地下1階
■銀座駅B5出口より徒歩5分
http://www.seikeikai-ginza.tokyo/

0907470100001

矯正歯科・小児矯正歯科・歯科 銀座
MAP A-11



矯正の専門医が患者さんの笑顔をサポート。小児のほか成人矯正にも尽力し、咬み合わせ等の機能面だけでなく、小顔効果など美容面にも配慮した矯正治療を行っています。

銀座並木通りさゆみ矯正歯科クリニック
☎03-5568-7118 P
■中央区銀座7-5-5 長谷第一ビル6階-B
■新橋駅銀座口より徒歩6分、銀座駅B6出口より徒歩4分
http://ginza-soc.com

0907470110001

皮膚科・形成外科・美容外科 目黒区
MAP A-12



一般保険診療から手術対応も可能な皮膚科です。予約優先ですが、ご来院された患者様は必ず診療致します。土曜日は休診なく18時まで診療しています。ニキビ専門外来も行っております。

有楽町皮膚科
☎0120-353-908 P
■千代田区有楽町1-5-2 東宝ツインタワービル2階
■日比谷駅A5出口より直結
http://my-hi-fuka.com/

0907470167001

内科・呼吸器内科・循環器内科・アレルギー科・外科 京橋
MAP A-13



京橋駅から徒歩1分の医院。呼吸器、循環器、アレルギー、がんなど今迄の経験を生かして、分かりやすい説明と丁寧な診察を心がけています。健診や予防接種、にんにく注射等の相談も応じます。

京橋クリニック
☎03-3563-5011
■中央区京橋2-3-22 キムラヤビル2階
■京橋駅西出口より徒歩1分
http://kyobashi-clinic.com/

0907470111001

漢方内科・リハビリテーション科 宝町
MAP A-14



慢性症状、痛み、がん治療に特化したクリニック。からだの周波数を調整したり、漢方や手技、温熱など様々な治療を行っています。一人でも多くの方に良くなっていただけたら、サポートします。

ワンネスクリニック
☎03-6262-8675 P
■中央区八丁堀3-2-5 八丁堀医療ビル3階
■宝町駅A2出口より徒歩3分
http://oneness-clinic.jp/

0907470126001

ご近所ドクターBOOKの使い方

先生のことを知る

HELLO!ご近所ドクターでは、先生のプロフィール、専門分野はもちろん、診療のモットー、ときには趣味の話(!?)まで、先生の素顔に迫る詳細なインタビューを掲載しています。

地図／沿線で探す

地図から医院を探し、掲載ページをチェック!さらにページ内のドクターガイドを併用すれば、診療時間、駐車場、女性医師在籍の有無やWEB予約の可否など、基本情報を知ることができます。



ご近所ドクターBOOKは、かかりつけ医を見つける情報源のひとつとして、夜間診療や休日診療の有無など、さまざまな情報を掲載しています。目的に合わせて、本誌をご活用ください。

診療科目から探す

あらかじめかかりたい診療科が決まっている場合は、巻末の診療科目別INDEXをチェック。各科目内は、駅ごとにリストアップされています。

インターネットでもご近所ドクターBOOKが読めます!

「会社の近くで探したい」「両親が住んでいる地域のお医者さんが知りたい」…インターネット環境があれば、現在発行されている各地のご近所ドクターBOOKを丸ごと読むことができます。タブレットやスマートフォンでも閲覧可能です。



ご近所ドクター エリア 検索

泌尿器科・内科



前立腺がんや膀胱がんの
フォローアップに力を入
れ、膀胱鏡検査や、外来
で行う多部位前立腺生検
も行っています。また尿
もれや頻尿の治療や、骨
盤ケアも取り入れていま
す。性病検査も可能です。

月	火	水	木	金	土	日	祝
○	○	○	○	○	△	—	—

※土曜日は9:00～13:00まで

きつかわクリニック
☎03-3451-1731

■港区芝5-31-16 YCC田町ビル4階
■田町駅西口より徒歩1分
<http://kitsukawa-clinic.jp/>

歯科・矯正歯科・歯科口腔外科



一般歯科の中でも特に歯
周病治療に尽力。また、
事前に審査診断を行い、
カウンセリングを重視し
た治療計画をご提示しま
す。皆さんに寄り添う治
療を心がけています。

月	火	水	木	金	土	日	祝
○	○	○	○	○	△	—	—

※土曜日は10:00～13:00、15:00～19:00

芝浦桂歯科診療所
☎03-5476-4618

■港区芝浦3-11-8 ミナトヤビル2階
■田町駅（芝浦口）より徒歩3分
■関連ページはP13
<http://www.shibaurakatsura.jp/>

歯科・小児歯科・矯正歯科・小児矯正歯科・歯科口腔外科



当院は、患者様にとって
機能性・審美性・経済性
・時間的効率性・その他
の全てにおいて高い満足
をいただける医療サー
ビスをご提供できるよう、
スタッフ一同で取り組ん
でおります。

月	火	水	木	金	土	日	祝
○	○	○	○	○	△	—	—

※土曜日は14:00まで

芝パークタワー デンタルクリニック
☎03-3452-2248

■港区芝3-34-2 芝パークタワー2階
■田町駅より徒歩5分
<http://www.shiba-dent.com/>

歯科・歯科口腔外科・小児歯科・矯正歯科



歯の治療を通して健康で
快適な人生を送って頂
きたいという信念に基づ
き診療。一般歯科治療のほ
か、歯周治療、メンテ
ナンスにも力を入れていま
す。専門医としてイン
プラントの相談も応じます。

月	火	水	木	金	土	日	祝
○	○	○	○	○	△	—	—

※土曜日は15:00まで

中川歯科クリニック
☎03-3455-8218

■港区芝浦4-12-44 芝浦TMCビル3階
■田町駅、または三田駅より徒歩6分
<http://naka-d-c.com/>

矯正歯科・小児矯正歯科



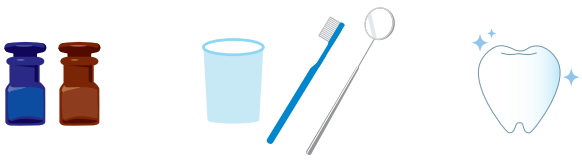
小児から成人まで対応す
る歯列矯正専門医院。特
に見た目に配慮した裏側
（舌側）矯正治療に力
を入れています。三田駅、
田町駅から徒歩5分圏内。
初診相談は無料です。

月	火	水	木	金	土	日	祝
○	○	○	○	○	△	—	—

※土曜日は10:00～13:30、14:30～18:00

ルフレ矯正歯科クリニック
☎03-6453-7748

■港区芝5-29-20 クロスオフィス三田1階
■田町駅より徒歩5分
<http://www.reflet-ortho.com>



お医者さん用語解説 カタカナ語編

ぜひ覚えていただきたいお医者さん用語を簡単に解説します。
ここでは本誌でもよく登場する言葉を集めました。

インフォームド・
コンセント

医師をはじめとした医療スタッフが、治療前に危険性などを分
かりやすく説明し、患者さんに同意を得ること。

セカンド
オピニオン

主治医の治療や方針に不安がある、他の医師の意見も聞きたい
という場合に、別の医療機関を受診すること。

QOL
(クオリティ・オブ・ライフ)

『Quality Of Life(生活の質)』の略。その人が心身ともに納得で
きる生活を送れるようにする考え方。

プライマリ・ケア

病気になったときに最初にかかる初期診療のこと。主に地域の
開業医(かかりつけ医)が担当が多い。



B 芝公園・田町

婦人科



不妊治療と一般婦人科を
中心とするクリニックで
す。医療機器の充実もも
ちろん院内の雰囲気にも
気を配り、安心して治療
に専念頂けるよう努めて
います。不妊相談および
婦人科は電話予約制です。

月	火	水	木	金	土	日	祝
○	○	○	○	○	△	—	—

※診察時間の詳細はP参照

芝公園かみやまクリニック
☎03-6414-5641

■港区芝2-9-10 タイコビル1階
■芝公園駅A1出口より徒歩3分
<http://www.s-kamiyamaclinic.com/>

内科・精神科・心療内科



睡眠時無呼吸症候群の診
療を中心に行っています。
診療は夜20時まで。夜間
に入院し翌朝退院できる
睡眠ポリグラフ検査も実
施しています。JR大森駅
に分院もございます。

月	火	水	木	金	土	日	祝
○	○	○	○	○	△	—	—

※土曜日は16:00～19:00まで

グッドスリープ・クリニック
☎03-5733-3251

■港区芝大門2-10-1 第一大門ビル1階
■浜松町駅・大門駅・芝公園駅より徒歩5分
<http://www.good-sleep.gr.jp/>

お医者さん用語解説 難解語編

ぜひ覚えていただきたいお医者さん用語を簡単に解説します。
ここでは本誌でもよく登場する言葉を集めました。

誤嚥(ごえん)

食べ物などが食道ではなく気管に入ってしまうこと。有害・
危険な異物を飲み込むことを指す「誤飲」とは意味が異なる。

診療連携
(しんしんれんけい)

各々の医療機関(かかりつけ医)が、専門分野を中心として他
の診療所と連携しながら診療にあたること。

補綴(ほてつ)

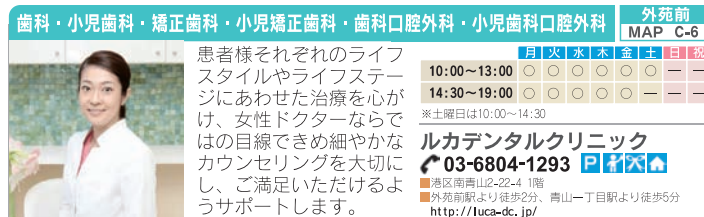
歯が欠けたり、なくなった場合に、クラウンや入れ歯などの
人工物で補うこと。

低侵襲医療
(ていしんしゅういりょう)

患者の身体への負担をできるだけ少なくする医療。歯科の分
野では、できるだけ歯を削らずに、ダメージを最小限に抑え
るミニマルインターベンション(MI)という言い方もある

マップ番号の順番は右上から左下

アイコンの説明
P 駐車場あり
B バリアフリー
K キッズスペースあり
F 女性医師在籍
H 在宅医療
W WEB予約可





品川・大崎

歯科・歯科口腔外科・矯正歯科 **大崎 MAP E-1**

美しく長く機能する歯を目指して、自由診療のみの診療を行っています。矯正、インプラント無料相談も受付。患者さんにとってメリットの多い治療の提供に努めています。

SRデンタルクリニック
☎03-6420-0380
品川区大崎2-11-1 大崎ウズシティテラス2階
大崎駅より徒歩4分
<http://sr-dental.tokyo/>

090747003001

内科・眼科 **品川 MAP E-2**

品川イーストクリニック
内科・眼科の一般保険診療の他、健康診断や海外渡航時の予防接種も行っております。英語・中国語での診療も可能。品川駅南口から徒歩5分。雨の日も濡れずに来院できます。

品川イーストクリニック
☎03-5783-5521
港区港南2-15-2 品川インターシティB棟2階
品川駅南口より徒歩5分
<http://www.e-clinic.gr.jp/>

0907470157001

産婦人科・不妊治療産婦人科 **品川 MAP E-3**

不妊治療や体外受精を中心とした診療を行っています。そのほか、一般婦人科や子宮がん検診、避妊相談などにも対応。受診してよかったと思えるような、心の通う診療に努めてまいります。

城南レディースクリニック品川
☎03-3440-5562
港区高輪4-24-58 サマセット品川東京1階
品川駅高輪口より徒歩5分
<http://www.johnan-clinic-s.com/>

0907470157001

内科・糖尿病内科・内分泌内科 **高輪台 MAP E-4**

2017年10月開院。最新の知識にもとづく診療に努め、専門医として、内科全般、糖尿病をはじめとする代謝疾患、甲状腺などの内分泌疾患を中心に診療いたします。

かがやき内科・糖尿病クリニック
☎03-3441-0398
港区高輪3-8-17 メディカルプライム高輪6階
高輪台駅より徒歩1分
<http://kagayaki-naika.jp/>

0907470130001

内科・消化器内科・胃腸内科・肛門外科・内視鏡内科 **高輪台 MAP E-5**

ハーバード大学でも医学を学び、東大大学院卒業後は痛みに配慮した質の高い内視鏡検査に尽力し、国内外で指導してきました。安全で上質な医療を提供し、患者様にご満足頂ける医院を目指します。

品川胃腸肛門内視鏡クリニック
☎03-3447-6337
港区高輪3-8-17 メディカルプライム高輪 (TK高輪ビル) 2階
高輪台駅より徒歩1分
<http://www.gut-clinic.jp/>

0907470168001

眼科 **高輪台 MAP E-6**

2017年10月に開院しました。目のかかりつけ医として尽力し、小児眼科・緑内障・白内障など眼科全般に対応しているほか、視能訓練士が常勤。お気軽にご相談を。24時間オンライン予約可能。

高輪台眼科クリニック
☎03-6277-2460
港区高輪3-8-17 メディカルプライム高輪/階
高輪台駅より徒歩1分
<http://takanawada-eyeclinic.com/>

0907470169001



日本橋・水天宮前

小児科 **水天宮前 MAP D-1**

院内感染を防ぐ為、診療と健診・予防接種の時間を分け、予約制導入。乳児の鼻吸引を行います。女性心理士によるカウンセリング、プレイセラピー(自費50分3千円)も対応。朝8時より電話受付。

水天宮前小児科
☎03-3639-0021
中央区日本橋人形町2-12-11 水天宮M・Yビル3階
水天宮前駅7番出口より徒歩1分、人形町駅A1出口より徒歩3分
http://www.i-jin.jp/tokyo/16_chuu/85_sui_tengu-shonika/

0907470173001

歯科・矯正歯科・小児矯正歯科・歯科口腔外科・小児歯科 **水天宮前 MAP D-2**

予防に重点を置く矯正や、長く安定する咬み合わせを考慮した歯周病治療、審美治療を実施。歯周病のお悩みや矯正、インプラントなどのご相談を受け付けております。

グリーンパーク歯科医院
☎03-5641-4618
中央区日本橋箱根町20-7 110ビル1階
水天宮前駅2番出口より徒歩1分
<http://www.g4618.com/>

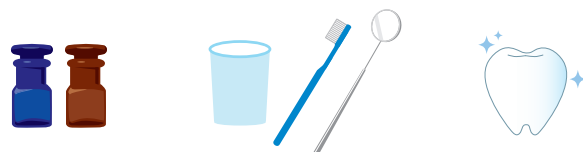
0907470096001

歯科・小児歯科・歯科口腔外科・矯正歯科 **日本橋 MAP D-3**

一般歯科診療から矯正や審美、親知らず抜歯、インプラント相談まで対応。「痛くない、怖くない」治療を目指しています。短期集中治療、1 day治療も相談に応じます。

日本橋あみ歯科
☎03-3275-8211
中央区日本橋1-3-8 デイアモンドビル2階
日本橋駅9番出口隣り
<http://www.amyshika.jp>

0906470097001



多様化する医療のお仕事

医療技術が高度化してきた近年は、以前にも増して「チーム医療」が重視されています。そんな医療の現場を支える様々な国家資格の専門職をピックアップして、ご紹介します。

1 看護師

「がん看護専門看護師」や「小児看護専門看護師」といった、より専門的な「資格」があり、多岐にわたって活躍中。医師と患者を繋ぐ、最も身近な存在で、近年では、男性看護師も増えてきている。

2 理学療法士 Physical Therapist(PT)

病気やケガで困難になった日常動作能力の支援をする、「動作」の専門家。リハビリテーション医学はもちろん、解剖学、生理学、運動学などの知識も必要。病院や介護の場だけでなく、プロスポーツチームに所属する人も。

3 歯科技工士

歯科医師の指示のもと、補綴物や矯正装置などを製作・修理・加工し、口腔機能の回復を目指す。高度な知識や技術とともに、精緻さが必要な専門職。多くはいくつかの歯科医院から依頼を受け、義歯などを製作している。

マップ番号の順番は右上から左下

アイコンの説明 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

109060080060



六本木・麻布十番



歯科・矯正歯科



根管治療を得意としており、できるだけ歯を守り、神経を残すミニマムな治療を痛みのない状態で受けて頂けるよう努めています。一時帰国など短期集中治療のご相談やセカンドオピニオンも対応。

麻布十番
MAP G-6

	月	火	水	木	金	土	日	祝
10:00~12:00	○	○	○	○	○	○	○	—
15:00~21:00	○	○	○	○	○	△	△	—

※最終受付は各診療終了30分前。土曜午後の診療は13:00~16:00

麻布小川歯科医院
☎0120-096-118

- 港区麻布十番3-4-5 アクアコート麻布1階
- 麻布十番駅1番出口より徒歩1分

<http://azabuogawadental.tokyo/>

0907470134001

歯科・小児歯科・矯正歯科・歯科口腔外科



個室ユニットで、女性院長が対応。保険診療を中心にお口の様々な悩み、全身状態をサポート。痛いのが苦手な方、セカンドオピニオンだけでもどうぞ。事前連絡で保育も可能です。ネット予約可。

麻布十番
MAP G-7

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

※木・日曜は不定休

麻布十番はな歯科
☎03-6453-6033

- 港区麻布十番4-6-8 3階
- 麻布十番駅2番出口より徒歩2分

<https://www.hanadac.jp/>

0907470098001

矯正歯科・小児矯正歯科



お子さまからご高齢の方まで自慢の笑顔にする為に、指導医としての経験を活かし、精密で目立たない矯正に尽力。一生ご自身の歯で過ごせる歯並びを目指しています。今までの症例もHPに掲載中。

麻布十番
MAP G-8

	月	火	水	木	金	土	日	祝
10:00~13:00	○	○	○	○	○	○	○	—
14:00~18:00	○	○	○	○	○	○	○	—

※水曜日の午後は20:00まで

UC矯正歯科クリニック麻布十番
☎03-3408-5079

- 港区麻布十番1-5-19 ラトリエ・メモワールビル3階
- 麻布十番駅7番出口より徒歩2分、4出口より徒歩4分

<https://www.uc-ortho.com/>

0907470103001

歯科



歯周病は日本人成人の9割が罹患している国民病です。院長、副院長は日本歯周病学会専門医ですので、歯周病でお困りの方はお気軽にご相談を。分かりやすく、納得頂ける治療に努めています。

赤羽橋
MAP G-9

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

※土曜日は10:00~13:00まで

栗原歯科医院
☎03-3451-4238

- 港区芝3-28-2 カスターニ芝2階
- 赤羽橋駅赤羽橋口より徒歩5分

<http://kurihara-dental.com/>

0907470116001

精神科・心療内科・内科



通常の一般外来に加え、再診の方には遠隔(オンライン)診療を実施。働く人のストレス外来として、心身の回復は勿論、悩みを断ち切る技術・力の底上げができるよう支援します。禁煙外来あり。

六本木
MAP G-1

	月	火	水	木	金	土	日	祝
10:00~14:00	※	○	○	○	※	—	—	—
16:00~20:00	※	○	○	○	※	—	—	—

※月、金曜は完全予約制

新六本木クリニック
☎03-6455-5176

- 港区六本木7-15-17 ユニ六本木ビル6階
- 六本木駅2番出口より徒歩30秒

<https://www.shinroppongi-clinic.com/>

0907470085001

婦人科・内科・形成外科・皮膚科



2017年11月開院。個々に合わせた医療の提供がモットーです。女性ならではの悩みから婦人科健診、ピル処方、ホルモン治療、皮膚形成外科全般、美容分野、GIDまで専門医による診療も実施。

六本木
MAP G-2

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

※月曜は11:30~。土曜は11:00~15:00まで

ジェネラルクリニック
☎03-3401-0333

- 港区六本木6-1-8 クリーンビル8階
- 六本木駅3番出口より徒歩1分

<http://general-clinic.tokyo/>

0907470146001

肛門外科・胃腸外科・内科



医師、スタッフ全て女性のクリニック。おしりやおなかの悩みや不安に対してひとり一人の方に合わせ、丁寧な診療、分かりやすい説明を心がけています。お気軽にご相談を。手術・検査は予約制。

麻布十番
MAP G-3

	月	火	水	木	金	土	日	祝
10:00~13:00	○	○	○	○	○	○	○	—
14:30~18:30	○	○	○	○	○	○	○	—

※水曜不定休/土曜PM4:30~17:00。初診受付は終了30分前迄

草間かほるクリニック
☎03-5730-1926

- 港区麻布十番3-5-1 パルコ麻布ビル5階
- 麻布十番駅1番出口より徒歩3分

<http://www.kahoru-kl.com/>

0907470141001

不妊治療婦人科



不妊治療専門クリニック。体外受精や顕微授精といった高度生殖医療を中心に、人工授精などの一般治療にも携わっています。悩んでいるご夫婦にとっての最善を考えながら診療に従事しています。

麻布十番
MAP G-4

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

※不定休。火、木曜の午後は20:00迄。土曜の午後は16:00迄

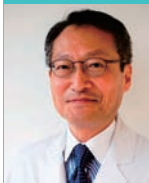
オリブレディースクリニック麻布十番
☎03-6804-3208

- 港区麻布十番1-5-18 カートプラン麻布十番3階
- 麻布十番駅より徒歩3分

<http://olive.ladies.com/azabu/>

0907470117001

泌尿器科・女性泌尿器科・内科



専門医が、前立腺検診、排尿トラブル、血尿、ぼうこう炎、女性泌尿器、性感染症などの診療に対応。患者さんのプライバシーや心のケアにも十分な配慮をまいります。

麻布十番
MAP G-5

	月	火	水	木	金	土	日	祝
10:00~13:00	○	○	○	○	○	○	○	—
15:00~18:00	○	○	○	○	○	○	○	—

※水曜日は10:00~12:30。土曜日は10:00~14:00まで

なかむらそうクリニック
☎03-6434-7828

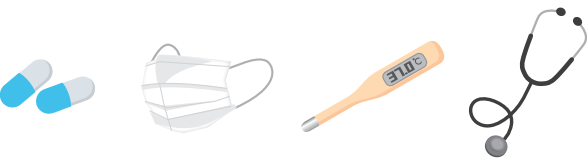
- 港区麻布十番1-7-1 M3麻布十番5階
- 麻布十番駅より徒歩3分

<http://www.nakamura-so.com/>

0907470174001

マップ番号の順番は右上から左下

アイコンの説明
P 駐車場あり
B バリアフリー
K キッズスペースあり
F 女性医師在籍
H 在宅医療
W WEB予約可





0 麹町

内科・循環器内科・呼吸器内科

麹町
MAP I-1



麹町界隈に根差した医療で培った、各専門病院との連携をさらに充実させ、循環器・呼吸器内科の専門性も併せ持ちながら、総合的な内科診療を心がけております。AGAなどの相談にも応じます。

9:30~12:30
14:00~17:30

※全曜日の午後は呼吸器専門医

紀尾井町内科
 ☎03-6265-6500
 ■千代田区紀尾井町3-1 KKDビル1階
 ■麹町駅、または赤坂見附駅より徒歩6分
<http://kioichonaka.jp/>

0907470156001

皮膚科・内科・外科・アレルギー科・漢方皮膚科・漢方内科

麹町
MAP I-2



麹町・半蔵門の地で400年続く医院。19代目の現在は専門医による皮膚一般を中心に、内科全般も診療。漢方薬を用いた治療(保険適応)も行っており、患者さんの立場に立つ治療を心がけています。

9:00~12:30
14:30~17:00

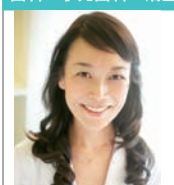
※予約優先制(当日ネット予約も可能)

浅井医院
 ☎03-3261-0453
 ■千代田区麹町3-7-24
 ■麹町駅A1番出口、または半蔵門駅2番出口より徒歩3分
<http://www.asai-lin.com/>

0907470161001

歯科・小児歯科・矯正歯科・小児矯正歯科・歯科口腔外科・小児歯科口腔外科

麹町
MAP I-3



一般的な歯科治療のほか、口腔外科専門医によるインプラント(自費、30万円~)に力を入れています。見た目だけではなく機能の面も考えた、美しい口元のための審美歯科のご相談にも応じます。

10:00~13:00
14:00~19:00

※木・土曜日は隔週診療

デンタルサロン 麹町
 ☎03-6268-9810
 ■千代田区二番町3-11 パシフィックスクエア麹町3階
 ■麹町駅より徒歩1分、半蔵門駅または四ツ谷駅より徒歩7分
<http://www.dental-salon-k.com/>

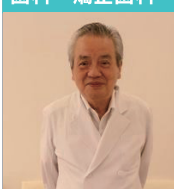
0907470149001



J 飯田橋

歯科・矯正歯科・歯科口腔外科

飯田橋
MAP J-1



飯田橋で開業して半世紀、地域の皆様のおかげで診療を続けてこられました。このたび院内をリニューアルしました。今後も皆様のニーズを第一に考える信念を守り、診療を続けていきたいと思います。

10:00~13:00
14:00~20:00

しばやま歯科診療所
 ☎03-3262-2073
 ■千代田区飯田橋4-7-11 カクタス飯田橋ビル1階
 ■飯田橋駅A4出口より徒歩2分(RJは東口より徒歩4分)
<http://shibayama-fai-th.jp/>

0907470150001



H 豊洲・国際展示場

乳腺外科・形成外科・肛門外科・美容外科・皮膚科・内科・美容皮膚科

豊洲
MAP H-1



外科系の保険診療を中心に診療。美容の分野と薄毛治療にも力を入れています。地域に根差したクリニックを目指すとともに、"美と健康"を考えたオールマイティな診療に対応していく所存です。

11:00~19:45

※土曜日は18:45まで。日曜日は12:00~18:45まで。臨時休診あり

豊洲佐藤クリニック
 ☎03-5859-0732
 ■江東区豊洲4-1-2 豊洲TOSビル502
 ■豊洲駅4番・5番出口より徒歩10秒
<http://www.toyosu-sato-clinic.com/>

0907470144001

小児科・アレルギー科・小児皮膚科・小児循環器内科・小児腎臓内科

豊洲
MAP H-2



土・日も診療している小児科。ベビーカーのまま入れるバリアフリー設計、100冊以上の本など、待ち時間の間にも落ち着いて過ごせるよう様々な配慮。小児科全般・小児の心臓疾患まで対応します。

9:00~12:00
14:00~18:30

※土曜の午後は17:00まで。14:00~15:00は健診・予防接種

豊洲小児科醫院
 ☎03-3533-7733
 ■江東区豊洲6-29 パークホームズ豊洲サレジデンス1階
 ■豊洲駅より徒歩4分
<http://www.toyosu-shounika.com/>

0907470104001

皮膚科・美容皮膚科・アレルギー科

豊洲
MAP H-3



一般皮膚病やアレルギーから美容医療まで、お子様からご年配の方の皮膚に関するあらゆるお悩みに対して皮膚科専門医・レーザー専門医が診療します。親身で誠実な対応に努めております。

10:00~13:00
15:00~19:00

※土曜日は9:30~13:00

豊洲パークシティ皮膚科
 ☎03-5547-1221
 ■江東区豊洲2-5-3 パークシティ豊洲棟1階 医療モール内
 ■豊洲駅2番出口より徒歩5分(晴海通り沿い、1H向い)
<http://www.toyosu-hifuka.com/>

0907470113001

歯科・小児歯科・小児矯正歯科・歯科口腔外科

国際展示場正門
MAP H-4



患者様一人ひとりの要望に応えられること、患者様本位の治療を行うことを特に大切にしております。また、できるだけ歯を守る治療を心がけており、安易に「歯を抜く」とは選択致しません。

10:00~13:30
15:00~19:20

※第2、4土曜日は休診(診療日についてはP参照)

TFTビルオリオンデンタルオフィス
 ☎03-5530-5676
 ■江東区有明3-6-11 TFTビル東館3階
 ■国際展示場正門駅直結、または国際展示場駅より徒歩5分
<http://www.tft-ori-dental.com/>

0907470126001

贅を尽くした本格イタリアン

青の洞窟



青の洞窟 PREMIUM
熟成ベーコンのカルボナーラ
マスカルポーネチーズソースと共に



青の洞窟
香味野菜とハーブ引き立つ
ボロネーゼ



青の洞窟
ペンネ&アラビアータ
ソースセット





休日

夜間

医療機関情報



受診の際は必ず電話連絡のうえ、お出かけください。なお、健康保険証・医療証などは必ず持参しましょう。

中央区

中央区休日応急診療所

☎03-3533-3136 中央区佃2-17-8
診療科目／内科・小児科
診療時間／土曜日 17:00～22:00、日・祝日・年末年始 9:00～22:00

京橋休日応急診療所

☎03-3561-5171 中央区銀座1-25-3 京橋プラザ2階
診療科目／内科・小児科
診療時間／日・祝日・年末年始 9:00～17:00

日本橋休日応急診療所

☎03-5640-2570 中央区日本橋久松町1-2
診療科目／内科・小児科
診療時間／土曜日 17:00～22:00、日・祝日・年末年始 9:00～22:00

中央区休日応急歯科診療所

☎03-3541-5420 中央区明石町12-1 中央区保健所内
診療科目／歯科
診療時間／日・祝日・年末年始 9:00～17:00

日本橋休日応急歯科診療所

☎03-5640-5256 中央区日本橋久松町1-2
診療科目／歯科
診療時間／日・祝日・年末年始 9:00～17:00

平日準夜間の小児科診療

☎03-5550-7040 中央区明石町10-1 聖路加国際病院小児総合医療センター
診療科目／小児科※対象は中学生まで(15歳以下)
診療時間／月～金曜※祝日、年末年始を除く19:00～22:00
(受付は18:45～21:45)



救急車を呼んだほうがいいか判断に迷ったとき 東京消防庁救急相談センター (24時間対応・年中無休)

東京消防庁救急相談センターでは、相談医療チーム(医師、看護師、救急隊経験者等の職員)が、24時間年中無休で対応しています。

※緊急で病院に行く必要があると思ったときは119番を利用してください

東京版 救急受診ガイド パソコンやスマートフォンの画面上で、
急な病気やけがの緊急性を確認できます。

東京版 救急受診ガイド | 検索



携帯電話は上記
QRコードからも
アクセスできます

#7119 (携帯電話、PHS、プッシュ回線)

ダイヤル回線電話やつながらない地域からは
23区:03-3212-2323

港区

休日診療

休日(日曜・祝日・年末年始)の急病患者を対象に休日診療を当番医療機関で実施。
歯科は、みなと保健所内の休日歯科応急診療所でも実施。

診療科目／内科・外科・歯科
診療時間／日・祝日・年末年始 9:00～17:00、
(夜間)17:00～22:00※夜間は内科のみ
休日診療当番医療機関は港区のホームページまたは広報誌参照
港区ホームページ <http://www.city.minato.tokyo.jp/>

休日固定診療所 港区休日歯科応急診療所(港区口腔保健センター)

☎03-3455-4927 (休日のみ)
港区三田1-4-10 みなと保健所2階
診療時間／日・祝日・年末年始 9:00～17:00

小児初期救急「みなと子ども救急診療室」

☎03-6453-7302 港区芝浦1-16-10 社会福祉法人恩賜財団
母子愛育会 総合母子保健センター愛育病院1階
診療科目／小児科※対象は中学生まで(おおよそ15歳未満)
診療時間／平日(月～金曜) 19:00～22:00(受付は21:30まで)

千代田区

千代田区休日応急診療所・千代田区休日歯科診療所

☎03-5211-8202(内科・小児科)／03-5211-8203(歯科)
千代田区九段北1-2-14 千代田保健所2階
診療科目／内科・小児科・歯科 開設日／日・祝日・年末年始(12/29～1/3)
受付時間／(内科)9:00～12:30、14:00～17:30、19:00～21:30(診療は22:00まで)
(歯科)9:00～16:30(診療は17:00まで)
※受診時はあらかじめ電話で問い合わせ。健康保険証・子ども医療証を必ず持参

ちよだこども救急室

☎03-3293-1711(代) 千代田区神田駿河台1-6 日本大学病院1階救急室
診療科目／小児科※対象15歳以下の子ども(中学生まで)
開設日／月～金曜※国民の祝日・年末年始及び日本大学病院休診日は除く
受付時間／19:00～21:45(診療は22:00まで)
※受診の判断に迷う際は電話相談もできます。
※健康保険証・子ども医療証を必ず持参

江東区

江東区休日急病診療所

☎03-3645-3109 江東区東陽5-31-18(江東区医師会館内)
☎03-3637-4531 江東区大島4-5-1(総合区民センター内)
診療科目／内科・小児科
受付時間／土曜18:00～21:30、休日9:00～11:30、13:00～21:30

休日歯科応急診療

日・祝日・年末年始の歯科の急病は、区内の当番医が診療に対応しています。
詳細は区ホームページの休日・急病診療医療機関を参照
受付時間／9:00～11:30、13:00～16:30
江東区ホームページ <https://www.city.koto.lg.jp/>

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 MAP番号

内科

東銀座	銀座医院	22	A 5
銀座	ヴェスタクリニック銀座 2017年 4月開院	22	A 7
銀座	クリニック ル・ギンザ	22	A 8
京橋	京橋クリニック	23	A 13
月島	リバーシティクリニック東京	23	A 19
浜松町	グッドスリープ・クリニック	24	B 2
赤坂見附	薬師堂クリニック	25	C 1
赤坂	赤坂一ツ木通りクリニック	25	C 3
品川	品川イーストクリニック	26	E 2
高輪台	かがやき内科・糖尿病クリニック 2017年 10月開院	14・26	E 4
高輪台	品川胃腸肛門内視鏡クリニック	26	E 5
麴町	紀尾井町内科	29	I 1

循環器内科

小伝馬町	日本橋循環器科クリニック	27	F 10
------	--------------	----	------

漢方内科

宝町	ワンネスクリニック	23	A 14
----	-----------	----	------

肛門外科

麻布十番	草間かほるクリニック	28	G 3
------	------------	----	-----

乳腺外科

豊洲	豊洲佐藤クリニック	29	H 1
----	-----------	----	-----

心療内科

内幸町	新橋ガーデンクリニック	22	A 1
六本木	新六本木クリニック	28	G 1

婦人科・産婦人科

勝どき	勝どきウィメンズクリニック	23	A 18
芝公園	芝公園かみやまクリニック	24	B 1
赤坂	美馬レディースクリニック	25	C 4
品川	城南レディースクリニック品川	26	E 3
六本木	ジェネラルクリニック 2017年 11月開院	28	G 2

不妊治療婦人科

麻布十番	オーリーレディースクリニック麻布十番	28	G 4
------	--------------------	----	-----

小児科

水天宮前	水天宮前小児科	26	D 1
豊洲	豊洲小児科醫院	29	H 2

泌尿器科

田町	きつかわクリニック	24	B 3
麻布十番	なかむらそうクリニック	28	G 5

眼科

内幸町	富永クリニック眼科	22	A 2
東京	八重洲大島眼科	10・23	A 15
表参道	南青山アイクリニック	25	C 8
岩本町	秋葉原のだ眼科 2017年 1月開院	27	F 1
秋葉原	森山眼科医院	27	F 2
高輪台	高輪台眼科クリニック 2017年 10月開院	26	E 6
淡路町	淡路町眼科	12・27	F 8

駅名 医院名 ページ数 MAP番号

耳鼻いんこう科

銀座一丁目	銀座コレージュ耳鼻咽喉科	6・22	A 6
銀座	岡添耳鼻咽喉科クリニック	23	A 9

皮膚科

日比谷	有楽町皮膚科	23	A 12
東京	やえす日本橋ヒフ科	11・23	A 16
神田	内神田皮膚科	27	F 3
豊洲	豊洲パークシティ皮膚科	29	H 3
麴町	浅井医院	29	I 2

歯科

内幸町	歯科オノザワ	22	A 3
内幸町	日比谷通りスクエア歯科クリニック	22	A 4
銀座	誠敬会クリニック銀座 2017年 6月開院	23	A 10
東京	丸の内デンタルオフィス	23	A 17
田町	芝浦桂歯科診療所	13・24	B 4
田町	芝パークタワー デンタルクリニック	24	B 5
田町	中川歯科クリニック	24	B 6
赤坂見附	難波歯科医院	25	C 2
溜池山王	M&Uデンタルクリニック	25	C 5
外苑前	ルカデンタルクリニック	25	C 6
表参道	表参道HAKUデンタルクリニック	25	C 9
水天宮前	グリーンパーク歯科医院	14・26	D 2
日本橋	日本橋あみ歯科	15・26	D 3
大崎	SRデンタルクリニック	15・26	E 1
神田	神田中央通りいけむら歯科	27	F 4
御茶ノ水	吉岡デンタルオフィス	27	F 5
新御茶ノ水	平山歯科	27	F 6
淡路町	淡路町デンタルクリニック	27	F 9
馬喰町	日本橋江戸通り歯科	27	F 11
馬喰横山	マーレ日本橋デンタルクリニック	27	F 12
麻布十番	麻布小川歯科医院	28	G 6
麻布十番	麻布十番はな歯科	28	G 7
赤羽橋	栗原歯科医院	28	G 9
国際展示場正門	TFTビルオリオンデンタルオフィス	29	H 4
麴町	デンタルサロン麴町	29	I 3
飯田橋	しばやま歯科診療所	29	J 1

矯正歯科

銀座	銀座並木通りさゆみ矯正歯科クリニック	8・23	A 11
田町	ルフレ矯正歯科	24	B 7
外苑前	青山外苑矯正歯科	25	C 7
表参道	青山表参道桜井矯正歯科クリニック	25	C 10
表参道	大坪矯正歯科医院	25	C 11
表参道	表参道ヒカリデンタル矯正歯科	25	C 12
新御茶ノ水	お茶の水矯正歯科	27	F 7
麻布十番	UC矯正歯科クリニック麻布十番 2017年 6月開院	28	G 8

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



下記のアンケートにお答えいただいた方の中から抽選で、百貨店・スーパーなどで使える
ギフトカード3,000円分を5名様に
プレゼントいたします！

応募方法

■ 下記アンケート及び次ページに必要事項をご記入の上、
✂ マークに沿って切り取り、
封筒の形にしてご応募ください。
※切手不要

応募締切
2018年
1月31日(水)
当日消印有効

※表面の差出有効期間とは
異なります。ご注意ください。

インターネット・携帯電話からも応募できます
※通信費及び接続料はお客様のご負担です。

パソコン ▶ <http://pado.me/toshin91>

スマートフォンははこちらから▶▶▶▶▶



※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。

谷折り線▶

Q1. 本誌をどちらで入手しましたか。
差し支えない範囲で名称などもご記入ください。

- A. 自宅のポスト
- B. 駅ラック 駅名[]
- C. 医療機関 名称[]
- D. その他[]

■よくなかったページ

理由: ページ: P

**Q3. 今号の中で、もっと知りたい(知れてよかった)・
受診したいと思った医院や医師はいましたか？**
いる場合は理由などもご記入ください。

※いない場合は空欄

医院・ドクター名など:

Q2. 今号でよかったページ・よくなかったページを教えてください。
よろしければ具体的な医院名や医師名、
ページ数などとともに理由もご記入ください。

■よかったページ

A. HELLO! ご近所ドクターインタビューページ

医院名: ページ: P
理由:

医院名: ページ: P
理由:

B. 知っておきたい治療&検査法 ※掲載のないエリアもあります

医院名: ページ: P
理由:

C. その他の記事[ページ: P]

[理由:]

D. とくにない

Q4. 本誌を読んだ感想を自由にご記入ください。

料金受取人私郵便

神奈川県承認

1482

差出有効期間
平成30年1月31日
まで

切手不要

神奈川県横浜市神奈川区金港町3-1 コンカード横浜13階

株式会社 ばど

『ご近所ドクターBOOK』編集部

「読者プレゼント」応募係行



221-8790

山折り線②

お名前

電話番号

ご住所 〒

のりしろC

山折り線①

アンケートにご回答いただいた、あなた自身について教えてください。

■性別 男性 ・ 女性	■未婚 未婚 ・ 既婚	■職業
■本誌をどういうところに置いて欲しいですか？	■年齢 1. 10代 2. 20代 3. 30代 4. 40代 5. 50代 6. 60代 7. 70代 8. 80代～	1. 学生 2. 会社員 3. 自営業 4. 主婦 5. パート・アルバイト 6. その他()
■本誌で取りあげてほしい医院があれば教えてください		■家族構成 1. 単身世帯 2. 夫婦2人世帯 3. 子どものいる核家族世帯 4. 二世帯家族 5. その他()

※G91都心版応募締切/2018年1月31日(水)(当日消印有効)

ご協力ありがとうございました。

■弊社における個人情報の取扱いについて ◎お預かりした個人情報はプレゼント発送及びアンケート集計、当社からの各種情報のお知らせメール送信、新商品・新サービス・各種キャンペーン・特集等に関するご案内、アンケート調査のお願い、グッズ発送、メールマガジンの送信、を目的とした範囲内に限定して利用いたします。 ◎お預かりした個人情報は、ご本人様の同意なく第三者に提供することはありません。ただし、法令などにより個人情報の提供を求められた場合は除きます。 ◎プレゼントの発送を外部に委託する場合があります。 ◎個人情報をお預け頂くことはご本人様の任意ですが、住所、氏名、電話番号にご記入漏れがあると、抽選の対象から外れます。 ◎当社が保有する応募者ご本人様の個人情報の開示、内容の訂正、追加又は削除、利用の停止、消去及び第三者への提供の停止のお申し出には適切に対応いたします。ただし必要に応じて、追加書類の提出を伴う厳正な本人確認への協力をお願いする場合があります。あらかじめご了承ください。 ◎個人情報保護管理者代理/株式会社ばど カスタマセンター長 ◎個人情報に関する苦情・問合せ窓口/株式会社ばど カスタマセンター 045-277-8101(受付時間/平日10:00~17:00・土日祝を除く) ◎応募などに関する問合せ:ばど編集部(080-4632-3657)

※山折り線①～③の順に折り込むとスムーズです

24時間365日、
全てのお部屋を一定温度に保ち
温度・湿度・空気をコントロールして
電気代も節約。

※一般的な住宅に個別エアコンと比較した場合。

洗面所との
温度差がなくなりました。

ヒート
ショックから
守る

暮らし継がれる家

三井ホーム

愛犬も心地良く
留守番してくれます。

熱中症
防止

花粉の時期の症状が
軽くなりました。

花粉・PM2.5
を90%カット

結露がなくなりました。

カビ・ダニの
繁殖を制御

ペットの臭いが
気になりにく
くなりました。

脱臭効果

掃除機の
フィルター交換が
減りました。

ホコリが少なく
お掃除ラク

家の中の空気を 住まいづくり

三井ホームはドクターも認める健康住宅
健康全館空調「スマートブリーズ」で

※2015年2月～3月「ドクターに対するアンケート調査」（三井ホーム実施）による。※本評価は医師の方々の印象であり、住宅効能等を保証するものではありません。

住まいづくりの
ご相談・資料請求は

三井ホーム 東京南支店 ☎03-4218-2435

渋谷区恵比寿南
3丁目5-7

三井ホーム

検索

開業・改築をお考えのお医者様に

三井ホームグループ医院開業バックアップシステム「ドクターズプラン」は、
基本構想から開業後の経営に至るまでキメ細かにサポート。

戸建医院・医院併用住宅の新築はもちろん、医院の建替え、リフォーム
さらにビル内診療所の開設、レントクリニックまで総合的に承ります。

4000件の建築実績

医院開業に総合的に対応

三井ホームのドクターズプラン

1 資産運用のこと

2 保険のこと

3 相続・贈与のこと

4 遺言信託のこと

5 ローンのこと

6 事業継承のこと

7 不動産のこと

それ、野村にきいてみよう。

野村證券株式会社 渋谷支店

〒150-0002東京都渋谷区渋谷1-14-16

Tel.03-3400-7111(代)

窓口受付【平日】9:00～15:30

電話受付【平日】8:40～17:10

■野村證券ホームページ <http://www.nomura.co.jp/>

野村コールセンター

0120-00-8657

【平日】8:40～20:00【土日】9:00～17:00（祝日・年末年始を除く）

※ご利用の際には
電話番号をお間違え
のないようご注意
ください。

野村證券 渋谷 検索

