



乾燥や寒さで肌の代謝が落ちる秋冬。血行が滞り、肌のくすみやごわつきを感じる方も多い季節です。
ジェネオX(エックス)は、炭酸の泡と温かな刺激で肌のめぐりを整え、うるおいとハリを感じやすい肌づくりをサポートする、医療発想のスキントリートメントです。肌を削ったり、照射で刺激したりせず、肌本来の働きを助け、肌のバリアと循環をやさしく整える「ジェネオX」を導入しました。マシニングケアでありながら、肌の自然なハリと透明感を引き出す——。そのしぐみを少しだけご紹介します。

1 炭酸の泡で肌を目覚めさせる

施術中、肌の上で生まれる微細な炭酸バブルが血流を促し、くすみや乾燥で疲れた肌をやさしくほぐします。まるで肌が深呼吸を始めのように、自然な明るさとツヤが戻ります。

2 RF(ラジオ波)の“温かさ”でハリを育てる

心地よい温熱が、肌の奥でコラーゲンをキュッと引き締め、新しいハリを生み出す準備を整えます。「気持ちいいのに、ふっくらする」——そんな不思議な感覚を味わえるのが、ジェネオXの魅力です。

3 美容成分で仕上げるうるおいのベール

施術の最後には、肌が吸い込みやすくなった状態で美容成分を導入。ヒアルロン酸やペプチドがうるおいを抱え込み、触れるたびにやわらかさを感じる肌へ。

3STEP全てを行うことも、1STEPのみ行うことも可能。お肌の状態に応じて相談していきます。

9,900円～22,000円/回、約1か月周期で3～5回がおススメです



院長 史子

私の携帯電話は、1年前の今日というテーマで、過去の写真を時折持ち受けて流してくれました。ある日ふと画面を開くと、そこにはごやかな林先生の横顔。林先生は今年4月から当院で診療を担当されていますが、実は1年以上前から打ち合わせと称して、診療の合間をぬって何度も足を運んでくださっていました。

当時パンフレット用に私が撮影した写真の中には、まだ患者さまのいない診察室で、スタッフと談笑する林先生の姿がありました。二田で診療をするということに真摯に向き合う林先生が、チームの要として1階で内科を率いてくださっています。

4月には電子カルテや予約システムが新しくなり、不慣れで効率よく動かさないことに頭がパンクしそうな私の隣で「これはこれで慣れるとさ」と使いやすさです。すねえとほっと笑顔の林先生。いつもポジティブな先生に私まで助けられています。確かに今ではだんだんと使いやすくなってきました。

神戸市立医療センター中央市民病院で研鑽を積まれた林先生が二田の「守り手」としてこの地で診療してくださっている一縁に、心から感謝しています。

日曜・祝日・年末年始も1階内科は診療しています。体調のことでお困りの際はどうぞお気軽にご来院ください。

院長 田場 史子

史子先生の
院長ノート

午前 9:00～13:00 午後 15:00～18:00

水曜午後・土曜午後・日祝は休診

予約専用

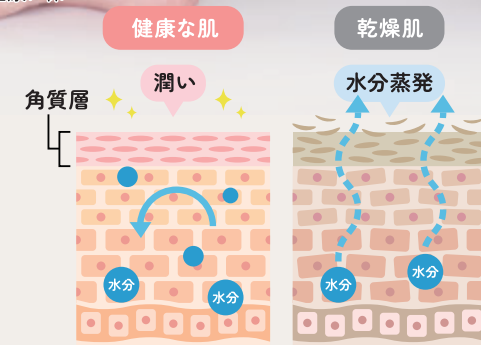
050-5533-3470



肌正しいケアで健康に

1. バリア機能とは

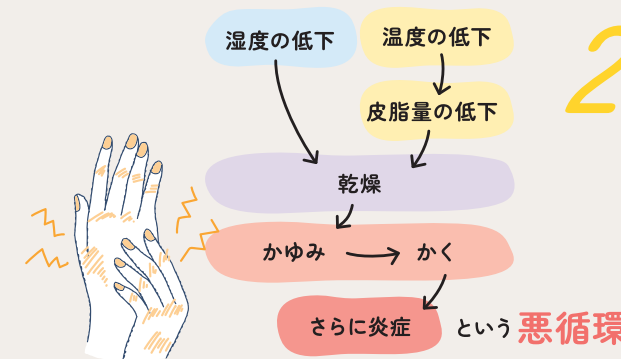
肌のいちばん外側にある「角層」は、レンガの壁のような構造で、角質細胞が密に並び、外からの刺激を防ぎます。ここには皮脂や角質細胞間脂質、天然保湿因子が存在し、皮膚のうるおいを保っています。この角層が整っていれば、肌はなめらかでしっとり。一方、乾燥や摩擦で隙間ができると、水分が逃げ、カサカサ肌に。するとアレルギー物質や細菌・ウイルスが皮膚の深部に入ってきてかゆみや炎症を引き起こします。



バリア機能を整えるシンプルケア

秋冬の乾燥から「肌を守る」

冷たい空気と暖房の風にさらされる季節。肌のかさつきやかゆみを感じる方が多いのは、気温や湿度の低下だけでなく、肌の「バリア機能」が弱まっているサインです。バリアを守るとは、肌を美しく、そして健康に保つ第一歩。



2. 秋冬の肌に起きていること

温度が低下すると皮脂の分泌量が減り、水分が蒸発しやすい状態になります。さらに湿度の低下も加わり水分蒸発量はさらに増えます。刺激が入りやすいお肌はかゆみを感じ、気づかないうちにひっかき傷だらけになっていることも。

この季節こそ、保湿と環境調整が鍵になります。

3. バリアを整えるための冬のポイント

・やさしく洗う

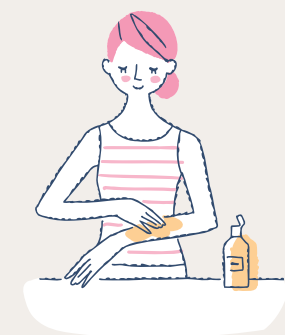
熱すぎのお湯やナイロンタオルでのゴシゴシ洗いはNG。
ぬるま湯でやわらかい泡を作り、手でなでるように洗いましょう。

・すぐに保湿する

入浴や洗顔のあとは5分以内に保湿を。水分が蒸発する前に油分の「フタ」をして、角層を守ります。

・環境を整える

加湿器を使って湿度40～60%を保ち、肌と呼吸のしやすい環境を。寝室に濡れタオルを下げるだけでも効果があります。



4. バリアを守ることは「美容」だけでなく「健康」

皮膚のバリアは、外からの異物や病原体の侵入を防ぐ“防御壁”。小さな乾燥トラブルも、体からのサインと受け止め、季節に合わせたスキンケアで整えていきましょう。



訪問診療とは、通院が困難な方のご自宅や施設に医師が定期的に訪問し、診察・治療・健康管理などを行う医療サービスです。病院に行かなくても安心して継続的な医療を受けることができます。患者さまやご家族の不安に寄り添い、心身共に穏やかに過ごせるように尽力いたします。

このような方々にご利用いただいています
～幼児からご高齢の方まで幅広く対応可能です！～

- 慢性疾患 ● 高齢者心不全 ● 認知症 ● 医療的ケア児
- 緩和医療 ● 神経難病（パーキンソン病、筋萎縮性側索硬化症など）ほか



訪問診療での診療内容

- 定期的な診察と健康チェック ● 点滴、投薬などの治療 ● 痛みや症状の緩和
- 必要に応じた緊急時の往診 ● 採血・エコー（心エコー、胸腹部エコー）などの検査

中尾 真一郎 なかお しんいちろう

在宅診療部で月曜日を担当しております、中尾と申します。専門は総合診療、緩和ケア、漢方の3つで、それぞれ病棟や病棟の外、クリニックで勤務させていただいております。特に緩和ケアについては大阪の病院で専門的に従っており、普段から癌の方、また心臓や腎臓、肺などが悪い方を看取りも含めて数多く診させていただいております。なぜ今回訪問診療で働かせていただきたと思ったのは、「もっと患者さまの生活を診てケアに関わりたい」と思ったからです。病院では患者さまの生活をイメージはできても、実際ご自宅に伺うと、「普段楽しみにしているとおっしゃっていたのはベッドからの景色だったんですね」「病院では大丈夫そうだったけれど、ご自宅に帰られるとこの段差は転びそうだな」と患者さまに開く沢山のことを体感することが出来ます。患者さまがどんな方で、どんな人生を歩んでこられて、どんなことを楽しんでおられるのか、ご自宅で実際に感じる事ができます。患者さまの「人となり」を知りながら、ご自宅での生活を今後も支えさせていただきたいと思ひます。また、漢方については専門医として、普段から診療させていただいております。通常の治療がうまくいかないケースでも漢方治療は有効なことはたくさんありますので、在宅でも活用していきたいと思ひます。いつでもお気軽にご相談ください。

今井 信成 いまい のぶしげ

私は医師になる前、工場で働く会社員でした。医師の家系でもなく、エリート道歩んできたわけではありません。そのせいか訪問診療で出会う高齢者の方々には、どこか親近感を抱きます。長年の仕事や家庭の歴史、体調を崩してから戸惑い——それらは「病氣」以上にその人の「人生」そのものを映し出しています。とりわけ高齢者医療は、若い患者さまとは異なります。同じ心不全や糖尿病であっても、併存疾患や生活環境の違いによって治療方針は大きく変わります。薬を一つ増やすことが命を守る鍵になることもあれば、逆に生活の質を下げてしまうこともある。「医学的な正解」だけではなく「その人にとっての最適解」を探る、オーダーメイドの視点が欠かせません。診察室を離れ、居間や寝室で向き合う訪問診療だからこそ、生活の中に潜むヒントを拾うことができます。かつて労働して汗を流した経験を持つ自分にとって、この現場は「病氣を診る」だけでなく「人生を支える」医療の原点だと感じています。社会の高齢化が進む今日、こうした視点はさらに重要になります。だからこそ、私はこれからも真摯に訪問診療に向き合っていきたいと考えています。

訪問診療について気になることがあれば、お気軽にご連絡ください!!

〒669-1322 兵庫県三田市すずかけ台1-12
まんかいメディカルクリニック＜訪問診療部＞

090-4985-1083

往診受付時間 平日9:00～17:00 ※土日祝休診

＜担当＞
片岡・安川・平野



こどもからおとなまでの 総合診療

内科・小児科・救急科・呼吸器内科

ひとりの力ではできない、
支え合うことの大切さ



総合診療部長
林 卓郎
はやし たくろう

気付けば朝晩が涼しくなり、秋の気配を感じるようになりました。皆さまのおかげで、まんかいメディカルクリニックも新たな船出から半年を迎えようとしております。皆さまにも様々な迷惑をおかけしながらも、暖かく見守っていただき、つかまり立ちからよちよち歩きを始めております。近頃本当に実感するのは、私個人もクリニックも決して一人やひとつのクリニックの力では何もできないということ。近隣の三田市民病院、済生会兵庫病院やクリニックの皆さまにはもちろん、患者さま一人ひとりに温かい支援をいただきながら、安定した歩みができよう日々精進してゆきたいと考えております。これからもどうぞよろしくお願い致します。まんかいメディカルクリニックチームのメンバーや青山会の仲間との助けをもらいつつ、少しでも皆さまのお役に立てることが私たちの喜びです。日曜日も祝日も、受診先にお困りの際にも、まんかいメディカルクリニックへぜひご連絡ください。



いのちを支える スタッフたち



統括主任
増田 安奈
ますだ あんな

私たちは、9月9日「救急の日」に合わせて、地域密着型の病院救急車を活用した独自の救急隊サービスを開始しました。「080-8303-0119」へご連絡いただければ、救急救命士が緊急性を判断し、出動の可否を判定します。消防行政の支援と地域医療の充実を目的とした取り組みです。ぜひご利用ください。

おかげさまで、新部署開設から半年を迎えることが出来ました。開設当初は慣れない点も多く、ご迷惑をおかけすることもあったかと思いますが、皆さまのご理解やご協力に支えられて、少しずつですが体制も整ってまいりました。スタッフ一同心より感謝しております。地域の皆さまには、「土日祝も診療している」という認識を持っていただけるようになり大変うれしく思っております。これからも、「何かあれば受診しよう」と思っただけのクリニックを目指してまいります。寒い季節は、体調を崩される方が増えるため、混雑緩和の為に予約番号を確認しながらのご来院にご協力をいただけると助かります。

接種予約はこちら

三田市助成対象 令和7年度 接種期間：令和7年10月1日(水)～令和8年1月31日(土)

インフルエンザワクチンの予約受付中

毎年秋から冬にかけて流行するインフルエンザの予防接種の予約を開始いたしました。注射が苦手なお子さまには点鼻薬ワクチン「フルミスト」も実施しております。

1回目	3,500円(税込)	65歳以上のみ 1,500円(税込)
2回目	2,500円(税込)	

※当院で2回目のみ接種される方は3,500円(税込) ※家族やご兄弟で接種される場合も必ず1枠ずつ予約をお取りください。



診療時間

平日(火曜休診) 9:00～20:00
土日祝 9:00～17:00

まんかい
救急ホットライン

上記診療
時間内のみ

080-0803-0119

WEB診療予約

LINE診療予約



児童発達支援事業

ぞうさんの足音

お家de療育

「療育」と聞くとなんだか難しそうですが、お家にあるものや100円均一アイテムを使って取り組めるものをご紹介します。楽しく簡単にお家で療育を始めてみませんか？

01 指先を使う細かい動きを練習します。
つまんだり握ったりしてペットボトルに入れていきます。まんまるビー玉やごつごつ小石、細長いストローなど様々な形があるのがポイントです。



02 色の名前を覚えるために、まずは色分け遊びで学習します。お家にあるものを、色別に分けてみましょう。



03 100均で揃うアイテムで作れます。指定された色のコットンボールを入れていきます。前方→下→前方→下と視線が繰り返し動くので板書の練習にも◎



04 ペットボトルのキャップを足の指で握みます。足の指がしっかりと使え、血液循環が良くなり脳への血流が活発になり集中力UPにもつながります。



むかし遊びが最強!?

だるまさんがころんだ

止まったり動いたりをくり返して体を思い通りに動かせるようになり、どうしたら鬼にタッチできるか考えながら遊ぶことで、先を考える力や予想する力も育ちます。

めんこ遊び

目でねらった場所に手を合わせて投げる遊びです。力や角度を工夫することで、手と目をあわせて動かす力が育ち、字を書くことや道具を使うことも上手になります。

じゃんけんグリコ

じゃんけんグリコは、言葉を音ごとに分けて数えながら進む遊びです。遊びの中で自然に音のまとまりや長さに気づき、音を聞き分ける力が育つため、音韻学習につながります。

ご利用・見学は随時受付中です。いつでもお電話ください！

TEL 079-564-7785



▶まんかい校

〒669-1322
兵庫県三田市すすかけ台1-12

▶えるむプラザ校

〒669-1322
兵庫県三田市すすかけ台2-3-1



リハビリスタッフ 新登場

朝あした
まんかいリハビリテーション

リハビリは おまかせください

経験豊富でプロフェッショナルなリハビリスタッフを含め5名新たに迎え、これまで以上に万全の体制で皆さまのサポートができるようになりました！



島尾 信康
管理部



福山 有紀
理学療法士



佃 英明
管理者代行 / 作業療法士

スタッフ体制も新たに、より専門性を高めたリハビリを提供し、皆さまの日々の暮らしに寄り添ってまいります。



齋木 望
理学療法士

あなたらしい生活を支えるリハビリを提供していきます。



岡本 健
作業療法士

「楽しくリハビリ」をモットーに、皆さまの健康で安全な生活が送れるようにサポートします。



見学・無料体験
も受付中!

短時間通所リハビリテーション朝

☎ 079-564-7788

<担当> 作業療法士 岡本

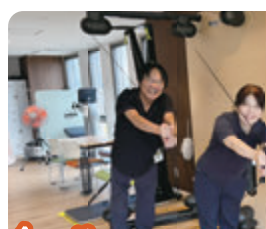
月~土 8:00~17:00 日・祝 定休



朝比奈 豊
責任者 / 理学療法士

これからも サービス向上を目指して

地域に根ざした朝(あした)として、一人ひとりの生活に寄り添った支援を大切にしています。心も体も豊かな時間を提供できるよう、スタッフ一同力を合わせて取り組んでまいります。



みんなでおまじないします!

