

今回の内容

👤 サルコペニア、フレイル、ロコモって？

👤 患者さまアンケート集計結果 など

最近のできごと

職員が接遇・コミュニケーション講座や療養指導、診療の質を高めるための研修を受けました。

職員一同、今後とも皆様に寄り添った診療を心掛けます。

栄養士コメント：

「相川みんなの診療所に通院してよかった」と思っていたけるような一人一人にあった療養指導・栄養相談を実施していきます。

事務コメント：

同じ言葉でも声のトーンや表情ひとつで伝わり方が違う。ということに改めて気づき、より一層丁寧な対応を心掛けるきっかけになりました。



職員のお子さんがアイロンビーズでバッチをつくってくれました！
とっても上手にできており、職員にも大好評です。
よく見ると、お鼻の部分がハートになっています♡
職員が制服につけていますので、探してみてください！



サルコペニア、フレイル、ロコモって？

11/29（火）に健康講座「サルコペニア、フレイル、ロコモって？」を実施しました。
聞きなれないこれらの用語、自分自身でチェックしながら、良く知って対策をとりましょう！

サルコペニア

加齢に伴い、全身の筋肉量、筋力、身体機能が低下すること。

フレイル

健康な状態から要介護状態に陥る中間的段階。
ストレスに対する脆弱性が亢進した状態。

ロコモ

（ロコモティブシンドローム）
運動器に障害が起こり、日常生活に影響がでつつある、または出ている状態

指輪っかテスト

ふくらはぎを自分の人差し指と親指で輪をつくり、
囲めるかチェックしましょう。
輪っかとふくらはぎの間に隙間ができると、
サルコペニアの可能性が高いです。

指輪っかテスト 両手の母指と示指で作った輪っかで下腿周囲の最大部分を囲う

低 ← サルコペニアの可能性 → 高



参考：Tanaka T. et al. Geriatr Gerontol Int 2018; 18: 224-232

椅子立ち上がりテスト

腕を前に組んで、できる限り早く椅子から立ち上がって下さい。
12秒間で何回立ち上がれましたか？
5回未満なら、サルコペニアの可能性が高いです。



対策

- ◆ 1日3食、主食・主菜・副菜・乳製品・果物のそろったバランスの良い食事を。
- ◆ たんぱく質をしっかりととりましょう（毎食均等に）
- ◆ 散歩、体操、筋トレなど、定期的な運動をしましょう
- ◆ 積極的に社会活動に参加しましょう
- ◆ 薬に頼り過ぎないようにしましょう
- ◆ 規則正しい生活をしましょう



* 患者さまアンケート 集計結果 *

当院は患者さまによりご満足いただけるクリニックとなることを目指し、サービスの改善に取り組んでいます。



7月に来院いただいた皆様にアンケートをお願いしました。
ご協力いただいた皆様、ありがとうございました。

アンケートの結果をもとに、サービスの改善に努めてまいります。
皆様から頂いたコメントは、HPにて公開しています。
右のQRコードからご覧ください。



回答数: 570 (回答率38.46%)

		満足	ほぼ満足	普通	やや不満	不満	非該当	無回答
1.1	予約時のスタッフの態度・言葉遣いはいかがでしたか	277	187	94	0	0	7	5
1.2	予約はスムーズでしたか	272	184	93	9	3	6	3
1.3	受付時のスタッフの態度・言葉遣いはいかがでしたか	294	192	82	1	0	0	1
1.4	受付はスムーズでしたか	270	192	93	7	1	0	7
1.5	会計時のスタッフの態度・言葉遣いはいかがでしたか	263	170	105	5	1	1	25
1.6	会計はスムーズでしたか	213	178	125	23	2	1	28
1.7	待ち時間に対する説明や配慮についてはいかがでしたか	161	158	165	34	11	19	22
1.8	費用についての説明やアドバイスはいかがでしたか	163	142	156	16	4	44	45
2.1	医師の態度・言葉遣いはいかがでしたか	210	217	125	9	2	0	7
2.2	医師の知識や技術はいかがでしたか	244	210	98	1	0	7	10
2.3	医師の病状や検査結果の説明はいかがでしたか	229	190	115	14	2	4	16
2.4	診察時間の長さや丁寧さについてはいかがでしたか	185	198	153	25	4	1	4
2.5	看護師の態度・言葉遣いはいかがでしたか	252	203	100	4	2	2	7
2.6	看護師の知識や技術はいかがでしたか	215	199	122	10	2	8	14
2.7	看護師の説明はいかがでしたか	216	191	115	9	0	10	29
2.8	栄養士の態度・言葉遣いはいかがでしたか	141	123	70	1	0	115	120
2.9	栄養士の知識や技術はいかがでしたか	133	121	75	1	0	116	124
2.10	検査や処置などのスタッフの態度・言葉遣いはいかがでしたか	219	191	105	2	0	24	29
2.11	検査や処置などのスタッフの知識や技術はいかがでしたか	187	179	123	7	2	31	41
2.12	検査や処置などのスタッフの説明はいかがでしたか	191	167	131	6	0	29	46
2.13	治療や検査のスムーズさについてはいかがでしたか	181	181	121	16	2	24	45
2.14	治療への自分の考えの反映についてはいかがでしたか	165	163	150	10	4	25	53
2.15	医師や看護師、スタッフ間の必要な情報伝達についてはいかがでしたか	165	158	152	11	3	28	53
2.16	プライバシー配慮についてはいかがでしたか	181	161	150	8	2	13	55
3.1	当院の施設や設備についてはいかがでしたか	235	225	83	2	1	2	22
3.2	当院の清掃状況はいかがでしたか	281	210	53	2	0	1	23
3.3	院内掲示やパンフレット、ホームページでの情報についてはいかがでしたか	172	183	119	4	0	27	65
3.4	Twitter(SNS)での診察の空き状況の案内についてはいかがでしたか	103	109	98	5	1	117	137
4.1	総合満足度はいかがですか	209	253	85	1	1	1	20
4.2	また当院を利用したいと思いますか	228	222	81	5	1	3	30

当院を知人や家族に勧めたいと思いますか	勧めたい										勧めない
	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	
	104	54	100	51	34	102	2	2	1	1	4

性別	男	女
	229	238

年齢	0-9歳	10-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70-79歳	80歳以上
	0	5	5	14	39	84	144	139	88

受診期間	初回	半年未満	1年～半年	1年以上	2年以上
	5	66	55	53	308

LINE	友達になっている		知らない または わからない
	友達には なっていない	友達には なっていない	
	65	95	36



患者さまの声



当院では引き続き、皆様からのご意見、ご要望、お叱りなどをいただいています。どんなことでも、「患者さまの声」よりお送りください。



10月にはたくさんの学生実習もありました。
ご協力いただいた皆様、ありがとうございました。

連絡掲示板



お知らせ

◆マイナ保険証

マイナンバーカードを保険証として利用していただけます。
受付にご提示ください。

◆LINE@おともだち募集中

ワクチンやイベントの案内などを配信しています。

LINE おともだち
登録はこちら



ID : @ivt6144q

イベントのお知らせ

1月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
12/29~1/3		休診				
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				
		健康講座				

2月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28				

相川みんなの健康講座

『食事バランスガイドを使って、あなたの食事をチェックしよう！』

日時：1/31（火）午後3時から当院待合室にて 講師：管理栄養士

ZOOM 配信：ミーティング ID：752 8359 2003 パスコード：92JuDD

感染症対策のため、ZOOMにて同時配信いたします。

半角で、アルファベットは大文字・小文字の区別にご注意のうえご入力ください。

食事はそもそも何をどのくらいとったら良いのか悩みませんか？

食事バランスガイドを使って、あなたの食事バランスをチェックしてみましょう。



相川みんなの診療所

内科 糖尿病内科 消化器内科 小児科

各種検診 特定健康診査など

月～金 午前9時～12時 午後4時～7時

土 午前9時～13時（午後は休診）

名古屋市緑区相川三丁目 246-2

TEL：052-875-3792 FAX：052-875-3790