

🕒 1分ちょっとで、大枠をつかむ!

# プライマリ・ケア

PRIMARY CARE



FREE  
PAPER

あさクリ

ASANO CLINIC IN SOJA

04

2025 No.109

年をとっても  
病を持っても  
今を生きる  
喜びの支援をする情報紙

## 何でも相談できる“町のお医者さん”

プライマリ・ケアは、昔でいうところの「町のお医者さん」。熱、腹痛、高血圧、糖尿病、足が痛い、腰が痛い、ちょっとしたケガなども診察します。専門医の診察や検査が必要な時には、適切な医療機関を紹介します。健康診断、健康相談、予防的な視点でのアドバイス、患者さん本人だけでなく、その家族からの相談にも応じています。

### 高齢者に優しいプライマリ・ケア

あさのクリニックでは、「時間」「能力」「機会」という3つのキーワードを軸に、高齢者に優しいプライマリ・ケアにも力を入れています。若い世代よりも、病気になりやすくなっている高齢者の方には、地域の保険・医療・福祉・介護のネットワークで地域生活の支援を行います。皆さんも地域の気軽に何でも相談できる医療であるプライマリ・ケアを行う、地域のかかりつけ医を活用しましょう。



### 「プライマリ・ケア」がカバーする範囲

#### あさのクリニックに相談できること

- 各種検査について
- 生活習慣の見直し
- 体調不調について
- もの忘れについて
- 在宅医療について
- 孫へのプレゼント等

### あさのクリニックのプライマリ・ケア 3つのキーワード



#### 時間

一人ひとりのニーズに合わせた医療を提供するために、以下のことを大切にします。

- 予防に努め、健康寿命を伸ばすこと
- 苦痛の少ない時間を増やすこと
- 限られた時間をより良いものにすること

#### 能力

加齢や障害があっても、残された能力（できること）の維持・向上に努めます。

- 運動や外出の推進
- 認知症の理解の促進

#### 機会

時間と能力の支援だけでは満たしきれないこと、特に関わりの機会を大切にします。

- 地域活動の推進
- 役割をもつことの啓発