

国際親善総合病院  
**病院だより**

NO. 268  
*Autumn*  
 2021.10



理事長就任のご挨拶 …………… 2	メディカルレシピ …………… 6
専門性を活かして皆様のご相談にお応えします … 3	産婦人科病棟の取り組み …………… 7
新棟レストランのご紹介 …………… 3	地域医療支援病院承認のお知らせ …………… 7
特集 高血圧の治療 …………… 4	【10月】外来診療担当表 …………… 8
あなたの街のお医者さん …………… 6	

**病院の理念**  
 良質な医療の実施  
 親切な医療の実施  
 信頼される医療の実施

**県内の施設で利用できる遠隔手話通訳サービスについて知っていますか？**

神奈川県内の県の合同庁舎や県税事務所などの施設において、お持ちのタブレット型端末やスマートフォンと神奈川県聴覚障害者福祉センターとを結んだテレビ電話を活用した手話通訳サービスが利用できます。

ご利用方法は、サービスを利用される方がお持ちのタブレット型端末やスマートフォンに、施設にある二次元バーコードを読み込むことで、サービスを利用できます。ご利用日時は、火曜日から金曜日の午前8時30分から午後5時15分となります。(ただし、国民の祝日及び12月29日から1月3日を除く)

なお、以前タブレット型端末が配備されていた施設でも引き続きサービスが利用できますので、ご活用ください。

また、新型コロナウイルス感染症に感染または感染の疑いがある場合に医療機関等を受診等される際の遠隔手話通訳サービスも実施していますので、併せて御利用ください。(事前予約制：日時は火曜日から土曜日で時間帯は県内施設に同じ)



# 理事長就任のぐい挨拶

理事長 水地 啓子



理事長 水地 啓子  
すい ち けい こ

この度社会福祉法人親善福祉協会の理事長に就任いたしました。

山下光前理事長と同じく弁護士をしております、事務所が隣内にありますので、相生町にあった旧病院の前を通ることもあり、その後役員をお引き受けしたりして、昔からこの病院とは関わってきております。

「存じ」の方も多いかと思いますが、当法人の中心である国際親善総合病院は、1863年に横浜の外国人居留地にできた病院がル-

ツで、その後長く山手、関内にございました。1990年にこの弥生台に移転しましてからは、病院ばかりでなく、福祉施設を運営することとなり、現在は、医療機関として、当院と弥生台駅前の「しんぜんクリニック」を、また福祉施設として、病院に隣接する「特別養護老人ホーム恒春ノ郷」、戸塚区舞岡町の「特別養護老人ホーム恒春の丘」、「老人保健施設リハパーク舞岡」のほか、「しんぜん訪問センター」、「横浜市芹が谷地域ケアプラザ」を運営しております。当院は、平成2年5月に弥生台に移転してまいりましてから、地域医療の中核病院として信頼にこたえる医療を提供すべく努めてまいりましたが、昨年来のコロナ禍にあつては、それに加えて、神奈川

県の新型コロナウイルス重点医療機関協力病院として、発熱外来、中等症患者の入院受け入れ、さらにワクチン接種と、可能な限りの対応を、安藤暢敏病院長を中心として職員皆が力を合わせて行っております。

長い歴史を有する国際親善とい

う名前にふさわしく、また、地域の皆さま、そして近隣の医療・福祉機関の皆さまのご信頼にこたえていくため、今後とも一層の努力を続けてまいりたいと思っております。皆さまには、これまでと変わらぬご支援とご協力を心からお願い申し上げます。



旧国際親善総合病院（中区相生町）

# 専門性を活かして 皆様のご相談にお応えします



小児科部長  
和田 宏宏  
わだ ひろき

今年4月より小児科部長職を拝命しました和田宏宏と申します。

国際親善総合病院には2年前の2019年4月に赴任し、今年で医師として18年目になります。それ以前は卒業した母校である筑波大学の関連病院で研鑽を積ませていただきました。

小児消化器疾患の専門医は全国的にも少数で、当院のよきに常勤医2名とも消化器専門の病院は珍しく、その特長

を生かした診療をしていきたいと思っております。また、専門に限らずどのような相談にも乗ることが出来る医師になりたいと思っておりますので、些細なことでもお気軽にお話しただけですと幸いです。より専門性が高いと判断した場合は近隣の高次医療機関に紹介させていただいております。

世の中には育児に関する情報がありふれていますが、何を取捨選択していけばよいの

か迷うことも多いかと思えます。自分も子育て中の父親として、共に悩み、少しでも心が楽になっていただけような存在になりたいと願っております。

現在の常勤医はわずか2名となりますが、力の限り地域の皆様のお役に立てるよう頑張りたいと思っておりますので、よろしく願いいたします。



## 新棟レストランのご紹介

いつもご利用ありがとうございます。

レストランでは定食が3種類と丼 or カレー、日替り麺のメニューをご用意しております。



おすすめは定食のカラダよろこぶメニューで「健康寿命を延伸するバランスの良い食事」をコンセプトにしており、各栄養素の基準を設けた弊社独自の健康メニューとなっています。

職員の方に向けテイクアウトも承っておりますので、ぜひご利用ください。ご来店を心よりお待ちしております。



# 高血圧の治療

腎臓・高血圧内科医長 毛利 公美

## 治療の目的

高血圧の持続によってもたらされる脳心血管病の発症・進展・再発の抑制とともに、それらによる死亡を減少させること。

### 高血圧とは??

家庭血圧……135／85mmHg以上  
診察室血圧……140／90mmHg以上

## 降圧目標（表1参照）

▽75歳未満＋危険因子なし  
140／90mmHg未満で脳心血管イベントが減少する。  
130／139／80～89mmHgであれば生活習慣の修正を行う。

▽75歳未満＋危険因子あり

降圧薬治療を開始し、130／80mmHgを目指す。

▽高齢者

130mmHg未満への降圧で腎機能障害などのイベントへの注意が必要。  
目標血圧は140／90mmHg未満。

## 治療の実際

①生活習慣の修正（表2参照）

高血圧は生活習慣病の1つであり、生活習慣の修正により高血圧の予防および降圧効果が期待できます。降圧薬の効果を高め、薬剤数と用量を減じること

ができるので、降圧薬治療を開始しても生活習慣の修正は重要となります。

②降圧薬治療（表3参照）

血圧が高くなるほど、生活習慣の改善のみでは目標血圧に達することは難しくなります。そのため降圧薬による治療が必要になります。血圧を下げることに伴う脳心血管病の発症予防は降圧薬の種類に依らず、降圧度の大きさに比例することがわかっています。個々の高血圧患者さんに対しては、最も降圧効果が高く、合併する種々の病態に適した降圧薬を選択しています。

## どんな降圧薬があるの？

様々な薬剤がありますが、表3に示すような合併症のない高血圧患者さんに対しての第一選択薬は次の3つになります。

### ○カルシウム拮抗薬

血管を拡げて、心臓を休める薬です。グレープフルーツなどの柑橘系果物により作用が増強してしまうので注意が必要です。



【例】アムロジン、アダラートCR、アテレックなど。

○RAS系阻害薬

血圧を上げるホルモンを抑制する薬です。腎機能が悪化したり、血中のミネラルバランスが崩れているときには内服を中止してもらったことがあります。

【例】ニユーロタン、オルメテック、アジルバなど。

○利尿薬

身体の水分を尿として排泄させる薬です。飲水不良や下痢・嘔吐があるときには脱水に注意が必要です。

【例】フルイトラン、ラシックス、ダイアートなど。

最後に

高血圧治療は薬物治療だけでは成り立ちません。患者さんの生活習慣の修正が薬剤の効果発揮に重要であり、医療従事者と患者さんの二人三脚が治療の望ましい形となります。

【表1】	診察室血圧 (mmHg)	家庭血圧 (mmHg)
<b>75歳未満の成人*<sup>1</sup></b> 脳血管障害患者 (両側頸動脈狭窄や 脳主幹動脈閉塞なし) 冠動脈疾患患者 CKD疾患(蛋白尿陽性)* <sup>2</sup> 糖尿病患者 抗血栓薬服用中	<130/80	<125/75
<b>75歳以上の高齢者*<sup>3</sup></b> 脳血管障害患者 (両側頸動脈狭窄や脳主 幹動脈閉塞あり、また は未評価) CKD疾患(蛋白尿陰性)* <sup>2</sup>	<140/90	<135/85

【表2】
<ol style="list-style-type: none"> <li>食塩制限 6 g/日未満</li> <li>野菜・果物の積極的摂取* 飽和脂肪酸、コレステロールの摂取を控える 多価不飽和脂肪酸、低脂肪乳製品の積極的摂取</li> <li>適正体重の維持：BMI (体重 [kg] ÷ 身長 [m]<sup>2</sup>) 25未満</li> <li>運動療法：軽強度の有酸素運動(動的および静的筋肉不可運動)を毎日30分、または180分/週以上行う</li> <li>節酒：エタノールとして男性20~30mL/日以下、 女性10~20mL/日以下に制限する</li> <li>禁煙</li> </ol> <p>生活習慣の複合的な修正はより効果的である *カリウム制限が必要な腎障害患者では、野菜・果物の積極的摂取は推奨しない 肥満や糖尿病患者などエネルギー制限が必要な患者における果物の摂取は80kcal/日程度にとどめる</p>

【表3】	C a拮抗薬	ARB/ACE 阻害薬	サイアザイド系 利尿薬	β遮断薬
左室肥大	●	●	—	—
LVEFの低下した心不全	—	●* <sup>1</sup>	●	●* <sup>1</sup>
類脈 (非ジヒドロピリジン系)	●	—	—	●
狭心症	●	—	—	●* <sup>2</sup>
心筋梗塞後	—	●	—	●
蛋白質/微量アルブミン 尿を有するCKD	—	●	—	—

参考文献：高血圧治療ガイドライン2019(表1・2・3)

✓内科

✓脳神経内科

# はきいクリニック

神奈中バス  
領家中学校前下車  
徒歩1分



診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~ 12:00	○	○	○	—	○	△	—
14:00~ 18:00	○	○	○	—	○	—	—

△…9:00~13:00

休診日…木曜、土曜午後、日祝日

## はきいクリニック

〒245-0004 横浜市泉区領家4-2-1 メイプル7-102

TEL: 045-392-7340

ホームページ: <https://hakii-clinic.com>

当院は、開院して丸3年を経過しました。脳神経内科を専門としていますが、一般内科も診療しております。

脳神経内科としては、頭痛・めまい・しびれ、他に認知症やパーキンソン病、脳卒中全般などを扱っています。

当院の特徴として、MRIを備えているため、随時MRIの検査が行え、当日に結果説明ができる点です。頭痛やめまい、しびれなどがあり、脳疾患が心配な場合は、受診していただければと存じます。何か緊急性のある疾患が発見された場合は、総合病院に至急ご紹介いたしますのでご安心ください。



はきい やすひと  
波木井 靖人 院長

管理栄養士の



Recipe No. 22

## 作り方

人参…拍子木切り ブロッコリー…小分け

- ① 塩麹と酒を混ぜ、ぶりの表面に塗る。
- ② 冷蔵庫で半日程度漬け込み焼く。
- ③ 人参は出し汁・砂糖・醤油で甘煮にする。
- ④ ③と塩麹をしたブロッコリーを付け合わせる。



## 麹パワー！ ぶりの塩麹漬け焼き

栄養価(1人前) エネルギー: 215kcal 蛋白質: 16.5g  
脂質: 12.5g 炭水化物: 7.0g  
塩分: 1.2g

材 料(1人前) ★ぶり: 70g ★塩麹: 7g ★酒: 3g  
(付け合わせ) ★ブロッコリー: 20g ★塩: 0.1g ★人参: 20g  
★砂糖: 2g ★醤油: 0.5g ★出し汁

このところ発酵食品が取り上げられることが多くなり、意識して摂取している方も多く見受けられます。発酵食品も色々ありますが、今回は「塩麹」に注目したいと思います。

まず「麹」とは、米・麦・大豆など穀物に麹菌を繁殖させ発酵したものです。酵素の働きによってオリゴ糖が作られ、これが腸内で善玉菌のエサとなり、腸内環境が改善されます。腸内環境が整うと、免疫細胞が刺激され、感染などに対する免疫力がアップします。そして「塩麹」は、麹に塩・水を混ぜて発酵させた調味料です。

肉や魚を漬けると、蛋白質がアミノ酸へ分解されるため、食材のうまみが増し柔らかくなります。

使いすぎは塩分過多に繋がりますので、食材の10%を目安にしてください。



栄養科長(管理栄養士)  
高澤 康子

# 産婦人科病棟 の取り組み

秋涼のみぎり、皆さま健やかにお過ごしでしょうか。  
国際親善総合病院産婦人科病棟では、日々あたらしい命が生まれています。

当産婦人科病棟ではスタッフ全員が新生児蘇生法を取得し、適宜資格の更新をしています。新生児蘇生法は周産期・新生児医学会の認定によるものです。スタッフがこれを習熟しておくことによって、産まれたばかりの赤ちゃんが安全に胎外環境に順応できるようサポートしています。

今後もお母さんと赤ちゃん、そしてそのご家族さまが健やかでいられるよう、スタッフ一同努めてまいります。



## 地域医療支援病院承認のお知らせ

当院は、2020（令和2）年11月12日付で、医療法に基づく「地域医療支援病院」の承認を受けております。

### 【地域医療支援病院の役割】

- ・紹介患者に対する医療の提供を行います
- ・急性期治療を当院で実施し、症状が安定された患者さんを地域のかかりつけ医にご紹介し、患者の紹介・逆紹介を通して地域医療を推進します
- ・登録医の先生方は、医療機器などの共同利用を行う事ができます
- ・二次救急拠点病院として救急医療の提供をし、スムーズな治療・手術等の医療を行います
- ・地域の医療の質の向上の為、医療従事者に対する研修の実施を行います

### 【紹介患者の受入れ】

初診において、紹介制を推進しております。また、事前予約も行っておりますので、かかりつけの先生へご相談ください。

初診時に紹介状がない場合、選定療養費として5,500円（税込）の負担があります。また、当院がかかりつけ医等へ逆紹介を申し出ても当院の受診を継続される患者さん（再診時）には、別途、選定療養費としてのご負担があります。

厚生労働省推進  
かかりつけ医  
あなたや家族の健康のことをいつでも、何でも気軽に相談できるお医者さんそれがかかりつけ医です。  
病状の状態に応じて病院を紹介してくれるので安心です。  
当院は急性期医療を支える地域医療支援病院です。  
「かかりつけ医」と紹介状を通じて診療情報を「共有・連携」し、専門性の高い医療を提供・治療にあたります！

厚生労働省の推進している「かかりつけ医制度」に基づき、症状の安定している患者さんについては、「かかりつけ医」の先生のとこで治療を続けていただくよう、ご協力をお願いします。

かかりつけ医  
国際親善総合病院

かかりつけ医と当院は病診連携で「患者さんの健康」を守ります

# 外来診療担当表

2021年10月1日現在

		月	火	水	木	金	土	
内科	総合	AM	中山理一郎 交代	中山理一郎 交代	中山理一郎 交代	中山理一郎 交代	交代(新患のみ)	
		PM	中山理一郎	中山理一郎	中山理一郎	中山理一郎	-	
	循環器	AM	清水 誠 高村 武	高村 武	飯沼 直紀 植村 祐公	清水 誠 安田 章沢 (心臓血管外科)	植村 祐公 (1,3,5週) 植村 祐公 (2,4週)	-
		PM	ペースメーカー(清水) 門屋 芽以	清水 誠	高村 武	清水 誠 飯沼 直紀	園谷 祐乃 松田 督	-
	消化器	AM	猪 聡志	城野 文武	小林 智 (1,3,5週) 上野 誠 (2,4週)	宮尾 直樹	日引 太郎	-
		PM	-	猪 聡志	日引 太郎	-	宮尾 直樹	-
	腎臓・ 高血圧	AM	堀米 麻里	安藤 大作	毛利 公美 豊田 一樹	安藤 大作	森 梓	交代(2,4週予約のみ)
		PM	腹膜透析外来	-	-	-	-	-
	糖尿病・ 内分泌	AM	本間 正史	金澤 昭雄	本間 正史	栗田 実佳	本間 正史	-
		PM	本間 正史	金澤 昭雄	本間 正史	栗田 実佳	本間 正史	-
呼吸器	AM	中田 裕介	-	林 玲奈	西井 康人	田中 克志	-	
	PM	中田 裕介	-	-	中田 裕介	-	-	
脳神経	AM	-	三富 哲郎	-	-	三富 哲郎	-	
	PM	三富 哲郎	三富 哲郎	-	-	三富 哲郎	-	
緩和ケア (完全予約制)	PM	-	村井 哲夫 (2,4週) 江口 研二	-	-	日引 太郎 (1,3,5週)	-	
膠原病・ リウマチ	PM	-	井畑 淳 (14:00~)	-	-	-	-	
脳神経外科	AM	谷崎 義徳 (~11:30)	秀 拓一郎 (~13:00)	飯田 秀夫 (~11:30)	手術日	飯田 秀夫 (~11:30)	谷崎 義徳 (~11:00)	
	PM	谷崎 義徳	-	-	-	-	-	
外科	外一般	AM	安藤 暢敏	富田 真人 高木 知聡	佐藤 道夫 徳田 敏樹	富田 真人	高木 知聡 佐藤 道夫	百瀬ゆづこ
		PM	-	(富田 真人)	佐藤 道夫(内視鏡外来)	(徳田 敏樹)	(佐藤道夫/徳田敏樹)	-
	乳腺	PM	-	-	-	-	川口 正春 (2,4週)	-
	WOC	PM	WOC外来	-	-	WOC外来	-	-
呼吸器外科	AM	-	-	-	-	成毛 聖夫	交代	
	PM	-	成毛 聖夫	-	大塚 崇 (2,4週)	-	-	
整形外科	初診	AM	石原 啓成	梅澤 仁	三宅 敦	時枝 啓太	吉川 泰弘	交代(新患のみ)
	一般	AM	-	-	石原 啓成	-	-	-
		PM	装具外来	-	-	装具 外来	-	-
	脊椎	AM	山下 裕	-	-	三宅 敦	山下 裕	-
	膝・肘	AM	川崎 俊樹	-	-	川崎 俊樹	-	-
	PM	-	森田 晃造	森田 晃造	-	梅澤 仁	-	
泌尿器科	AM	滝沢 明利 横井 勇毅	野口 和美 石橋裕香里	水野 華子	滝沢 明利 河部樹里衣 野口 剛	山下 大輔 岩佐 絵連 入部 康弘	交代	
	PM	滝沢 明利 山下 大輔 河部樹里衣 (2,4週)	野口 和美	村井 勝 (名誉院長) 上村博司 (前立腺2週) 三好康秀 (前立腺4週)	滝沢 明利 横井 勇毅	山下 大輔 河部樹里衣 横井 勇毅 (2,4週)	-	
産婦人科	初診	AM	坂本 理恵	多田 聖郎 (2,4週) 中野 真 (1,3,5週)	交代	李 麗姫	中野 真	交代
	婦人科	AM	-	與那嶺正行 李 麗姫	多和田哲雄	地主 誠	安藤奈々子 坂本 理恵 (1,2,3,5週)	交代
		PM	地主 誠/安藤奈々子 坂本 理恵	小関 聡 (特殊外来)	安藤奈々子	地主 誠 李 麗姫	西井 文乃	-
	産科	AM	多田 聖郎	安藤奈々子	李 麗姫	與那嶺正行	地主 誠	交代
	PM	多田 聖郎 2週間健診	安藤奈々子 1ヵ月健診	西井 文乃 (2,4週) 交代 (1,3,5週) 1ヵ月健診	與那嶺正行 2週間健診	多田 聖郎	-	
産科	AM	渡邊 佳子 木川 智博 塚本まどな	木川 智博 (2,4週) 岡田 浩幸 (1,3,5週) 山田香代子	大西 純司 渡邊 佳子 長野 綾子	大西 純司 渡邊 佳子 木川 智博	大西 純司 (2,4週) 渡邊 佳子 (1,3,5週) 岡田 浩幸 (2,4週) 非常勤	渡邊 佳子 (2,4週) 立石 守 (1,3,5週) 岡田 浩幸 渡藤 和人	交代
	PM	立石 守 岡田 浩幸	大西 純司 渡邊 佳子 岡田 浩幸	大西 純司 渡邊 佳子 木川 智博	木川 智博 立石 守	立石 守 岡田 浩幸	-	
耳鼻咽喉科	AM	福生 瑛	福生 瑛	松島 康二	福生 瑛	松島 康二	交代	
	PM	福生 瑛	-	-	福生 瑛	福生 瑛 (1,3週)	-	
皮膚科	AM	松井矢寿恵 李 民	松井矢寿恵 李 民 (2,4週)	松井矢寿恵 李 民	松井矢寿恵	李 民	交代(新患のみ)	
	PM	手術 予約	予約	手術 予約	手術 予約	手術	-	
形成外科	AM	-	-	-	-	浅野さおり	-	
	PM	-	-	梅田 龍 (1,3週) 田村詩保子 (2,4週) 交代 (5週)	-	浅野さおり	-	
小児科	AM	及川 愛里	和田 宏来 非常勤	及川 愛里	及川 愛里	和田 宏来 愛里 (2,3,4,5週)	和田 宏来	
	PM	及川 愛里 稀代雅彦 (心臓1,3週) 高橋 健 (心臓2,4週)	和田 宏来 非常勤	及川 愛里	及川 愛里	和田 宏来 及川 愛里 (2,3,4,5週)	-	

健診・予防接種(完全予約制)

※最新情報はホームページでご確認ください。

- ◆受付時間：初診 8:15~11:00 ・午後は原則、予約外来となっております。
- 呼吸器内科：火曜日は呼吸器内科医師が不在です。月曜・水曜~金曜のご受診をお願いいたします。
- 腎臓・高血圧内科：土曜日は、再診予約のみ診察。紹介状をお持ち頂いた場合も基本的に総合内科での診察となります。
- 脳神経外科：木曜日の診察は月間問い合わせください。
- 耳鼻咽喉科：午後の診察(月曜・木曜・金曜 [1,3週])は外来へお問い合わせください。
- 午後初診受付可能外来：14:00~15:30 膠原病リウマチ内科(心)・乳腺外科(金)・呼吸器外科(木2,4週)・小児科(月~金)
- 緩和ケア内科：完全予約制。予約は「がん・緩和相談室」(月~金：TEL 045-813-0221) にお願ひします。

◆休診 土曜午後・日曜・祝日・年末年始(12月29日午後~1月3日)

◆救急外来は24時間受付



日本医療機能評価機構



ECO活動推進



敷地内全面禁煙

