

 国際親善総合病院
 病院だより

 NO. 279
Summer
 2024. 7


《循環器内科スタッフ》

親善福祉協会の看護担当について	2
臨床研修医の一日	3
第12階キッズセミナーのお知らせ	3
健康懇話会のお知らせ	3
【特集】よりよく歩くために	4

みなさん教えて！	6
あなたの街のお医者さん	7
メディカルレシピ	7
【7月】外来診療担当表	8

病院の理念

良質な医療の実施
 親切的な医療の実施
 信頼される医療の実施

令和6年6月1日より医療費の金額が変更になります。

令和6年6月1日より診療報酬改定に伴う医療費の会計窓口での負担金額が変わります。入院、通院共に医療費が変わりますので、ご了承ください。今回の診療報酬改定は、下記の医療を取り巻くさまざまな課題に対応するために行われるものです。

1. 物価高騰・賃金上昇、経営の状況、人材確保の必要性、患者負担・保険料負担の影響を踏まえた対応
2. 全世代型社会保障の実現や、医療・介護・障害福祉サービスの連携強化、新興感染症などへの対応など医療を取り巻く課題への対応
3. 医療DXやイノベーションの推進等による質の高い医療の実現
4. 社会保障制度の安定性・持続可能性の確保、経済・財政との調和

★診療報酬改定とは・・・2年に1度、治療内容、検査等の内容毎に厚生労働省による価格改定が行われます。医療機関は、患者様に対して行った診療行為を基に、治療費を請求させていただいております。全ての価格が変わるわけではなく、医療情勢、重点課題に関した内容が、一部変更となります。

HOME PAGE





国際親善総合病院



しんぜんクリニック



恒春ノ郷



恒春の丘



リハパーク舞岡



横浜市芦が谷地域ケアプラザ



しんぜん訪問センター

親善福祉協会の

看護連携について

私は、本年3月まで国際親善総合病院の看護部長を務めておりました。定年を機に4月より当法人（社会福祉法人親善福祉協会）の看護担当部長の任務に就かせていただきました。

当法人には、7施設の医療・介護・福祉施設があります。その施設は、国際親善総合病院、しんぜんクリニック、特別養護老人ホーム2施設（恒春ノ郷、恒春の丘）、介護老人保健施設（リハパーク舞岡）、芦が谷地域ケアプ

ラザ、しんぜん訪問センター（訪問看護ステーション・訪問介護ステーション・ケアプランセンター）で構成されています。

先日、当法人の介護福祉施設の看護管理者会議に参加し、情報交換や施設での研修、また恒春ノ郷で開催している介護職員対象の「喀痰吸引等研修」の打合わせ等を行いました。看護担当部長として、同法人内施設の看護職の連携を強化し、それぞれの専門分野を共有し、患者さんにご利用者、ま

た地域の皆さまへの看護サービスの充実を図っていけたらと考えております。また、法人施設の看護職が、病院・訪問看護ステーション・施設での看護を経験し、キャリアアップを図ることができる研修体制づくりを検討していきたいと考えております。

社会福祉法人 親善福祉協会

法人本部 看護担当部長

認定看護管理者 楠田 清美



臨床研修医の一日

● 循環器内科 一日の流れ ●

- 07:30 ~ 循環器内科勉強会
- 08:00 ~ 病棟でカンファレンス
- 08:30 ~ ICUでカンファレンス
- 08:45 ~ 病棟回診
- 09:00 ~ 血管造影室で処置
- 12:00 ~ 昼休憩
- 13:00 ~ 血管造影室で処置
- 17:00 ~ 病棟回診
- 17:15 ~ 帰宅



当院循環器内科では、カテーテルを用いた検査や治療、他にはペースメーカーの留置など多岐にわたる処置を行っております。

上記の合間に、入院患者様の検査結果の確認や評価を行い、上級医と共に今後の方針などを検討します。その際に、新たな検査や治療の必要が生じた場合は適宜対応します。救急外来を受診された緊急性の高い方へは昼夜問わず処置を行っており、泉区の医療を支える中核病院としての役割を担っております。

私が当院で勤務して一年が経過しました。当院に勤める多くの医療従事者が、来院される患者様のために全身全霊で医療に取り組む姿を見て尊敬の念を禁じ得ない思いです。また、医師として長い人生を歩んでいくうえで目標となるような先生にも巡り合うことが出来ました。

まだまだ医師としても人間としても未熟ではありますが、日々の診療を通して成長し、精進していきたいと思ひます。そして多くの患者様のために最善の医療を実施していきたいと思ひます。

研修医 荻堂 祐司



INFORMATION 国際親善総合病院よりお知らせ

健康懇話会

日時：2024年7月23日(火) 15:00~16:00
場所：国際親善総合病院 新館棟2階 講堂
講師：眼科部長 大西 純司

加齢黄斑変性ってどんな病気？



年齢を重ねれば誰にでも起こりうる目の病気に「加齢黄斑変性」があります。

ものがゆがんで見えたり、中心がぼやけたり黒く見えたりしたら要注意です。そのままにしておくと失明という非常に深刻な事態を招きかねないため、「おかしいな」と思ったら早めの受診が大切です。

発症予防には生活指導や禁煙、サプリメントなどが有効です。治療には抗血管内皮増殖因子（抗VEGF）薬の硝子体注射や、PDT（光線力学療法）があります。また、自己チェックもできるので、まずは症状を知り、早期発見・早期治療につなげてください。

発症予防には生活指導や禁煙、サプリメントなどが有効です。治療には抗血管内皮増殖因子（抗VEGF）薬の硝子体注射や、PDT（光線力学療法）があります。また、自己チェックもできるので、まずは症状を知り、早期発見・早期治療につなげてください。

Kids Seminar Kids Seminar Kids Seminar Kids Seminar



第12回キッズセミナーの開催



小学生の皆さんに医師や看護師をはじめ、病院にはさまざまな医療に携わる職業を知っていただきこの体験が将来の夢につながり夏休みの良い思い出となることを願い、第12回キッズセミナーを開催いたします。

日時：2024年8月3日(土) 13:30~17:30 (予定)
場所：国際親善総合病院 外来フロア
内容：医師の体験・看護師の体験・救急体験・診療放射線技師の体験・リハビリの体験
定員：40名

* お申込みの詳細につきましてはホームページをご覧ください。



よりよく歩くために 間欠性跛行とは

循環器内科部長 永嶋 善幸

歩くということ

歩くということは人生において非常に重要な動作です。これまでの種々の報告からWHOや厚生労働省は1日8,000歩以上（高齢者は6,000歩以上）の歩行を毎日行っていくとその身体寿命・健康寿命が延伸することがわかっており、推奨されています。

しかしながら年齢が進むにつれ徐々に歩くことは大変になっ



ていくのは皆さんも経験の通りです。今回はその歩く際の問題の一つとしての間欠性跛行について述べたいと思います。

間欠性跛行とは

間欠性跛行とは安静時には強い症状はないけれどある一定の距離を歩くと足に痛み・しびれが出現し歩くのが難しくなり、休むことにより症状が軽減する症状です。

原因としては整形外科的な疾患である腰部脊柱管狭窄症が有名ですが動脈硬化や血管炎などが原因による下肢末梢動脈疾患（LEAD・リード：と読みます）

が存在します。

下肢末梢動脈疾患とは

下肢末梢動脈疾患とはいわば足の狭心症です。足に栄養を補給している動脈が色々な原因により狭窄・閉塞を起こしてしまうことによって筋肉に必要なだけの酸素が適切に供給されない状態によって引き起こされる病態のことを指します。

その原因としては血管炎や塞栓症（他の場所から来た血栓が詰まること）、外傷などもまれにあります。がほとんどは動脈硬化によるものです。

そのため、他の動脈硬化性疾患

患を合併されている方（心筋梗塞・狭心症・脳梗塞など）や高血圧症・糖尿病・脂質異常症・喫煙者はリスクが高まります。

その頻度は一般の成人で1〜3%程度ですが65歳以上の高齢者では3〜6%、糖尿病患者では5〜10%、血液透析患者では10〜20%、心疾患・脳血管疾患患者では10〜20%と想定されており決して珍しい病気ではありません。

検査

足・上腕血圧比（ABR）検査という両腕と両足で同時に血圧を測定する検査が簡便かつ有

用です。腕の血圧より足の血圧の方が10〜20%程度高いのが正常なのですが足の血管が狭いかたはその狭い血管の側の血圧が下がります。これをみて疑いがあつた時に血管エコー・血管MRI・造影CT・カテーテル検査などを行うようになります。

治療法

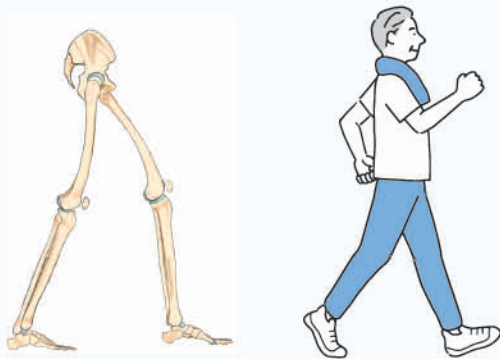
治療は内服・リハビリテーション・カテーテル手術・外科手術があります。内服処方ではサラサラにして血の流れを良くしたり間欠性跛行を感じる距離を延ばすことが分かっていて薬剤を用います。また、痛みを感じる距離から徐々に歩く距離を伸ばしていくと痛みを感じるまでの距離が徐々に伸びていくということもわかっています。

しかしながら内服やリハビリでも改善傾向を得られず歩行が出来ない、ということなら血管

内をカテーテルで掘ったり、外科的に人工血管置換や内膜摘出などを行うことがあります。

最後に

歩くときに足の痛みでお悩みの方は必ずしも整形外科的疾患だけではないことをお判りいただき、必要があるようでしたらかかりつけの先生にご相談のうえで循環器内科の受診もご考慮ください。



対象者※1	身体活動	座位行動
高齢者	歩行又はそれと同等以上の (3メッツ以上の強度の) 身体活動を 1日40分以上 (1日約 6,000歩以上) (=週15メッツ・時以上)	座りっぱなしの時間が長くなりすぎないように注意する (立位困難な人も、じっとしている時間が長くなりすぎないように、少しでも身体を動かす)
成人	歩行又はそれと同等以上の (3メッツ以上の強度の) 身体活動を 1日60分以上 (1日約 8,000歩以上) (=週23メッツ・時以上)	
子ども (※身体を動かす時間が少ない子どもが対象)	(参考) ・中強度以上(3メッツ以上)の身体活動(主に有酸素性身体活動)を1日60分以上行う ・高強度の有酸素性身体活動や筋内・骨を強化する身体活動を週3日以上行う ・身体を動かす時間の長短にかかわらず、座りっぱなしの時間を減らす。特に余暇のスクリーンタイム※3を減らす。	

- ※1 生活習慣、生活様式、環境要因等の影響により、身体の状態等の個人差が大きいことから、「高齢者」「成人」「子ども」について特定の年齢で区切ることは適当でなく、個人の状況に応じて取組を行うことが重要であると考えられる。
- ※2 負荷をかけて筋力を向上させるための運動。筋トレマシンやダンベルなどを使用するウエイトトレーニングだけでなく、自転車で行う腕立て伏せやスクワットなどの運動も含まれる。
- ※3 テレビやDVDを観ることや、テレビゲーム、スマートフォンの利用など、スクリーンの前で過ごす時間のこと。

図：身体活動・運動の推奨事項一覧

※ 健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023より抜粋

みなさん教えて！

当院で働いているスタッフへ自身の職業に就いた理由やこれから頑張っていきたいことなどインタビューしてみました。

腎臓・高血圧内科 島田 悠史

Q 1. なぜ医師になろうと思ったのですか。

父が同じく医師であったことから医師という職業が比較的身近に感じていたことがまずありますが、大きなきっかけとなったのは、小学生時に『職業調べ』という課題で父を介して臨床医の先生にお話を聞く機会があり、その際に医師というものが実に人間味あふれた素晴らしいお仕事であると感じたからです。

Q 2. 腎臓・高血圧内科を選んだ理由を教えてください。

私が腎臓・高血圧内科を選んだ理由は、初期研修1年目の時に腎臓・高血圧内科を研修で回った際に、透析による体液・溶質の管理という腎臓内科特有の強みに漠然とした興味心を感じたこと、また当時の指導医の先生から手厚く指導をしていただいた経験から、同局の一員として働きたいと考えたからです。

Q 3. これから頑張りたいことを教えてください。

専攻医として働き始めて1年が過ぎましたが、日々の臨床の中でまだまだ勉強不足と感じる場面が多く、さらに『病気を診ずして病人を診よ』という言葉がありますように、ただ疾病の治療をするだけでなく、患者さんの社会背景なども考慮して診療計画を立てていくというのは、教科書では学ぶことのできない実臨床特有の問題であり、その難しさを日々痛感しています。腎臓・高血圧内科医として以前に、まずは一人に臨床医・内科医として早く一人前となれるように精進していきたいです。



憧憬

看護部 4A 病棟主任 長谷部 弓

Q 1. なぜ看護師になろうと思ったのですか。

祖母が、助産師（看護師）をしていたことへの憧憬があり、高校の担任の先生に看護学校に行ってみてはどうかと勧められたことがきっかけです。幼い頃から健康優良児で、医療や看護に縁がなかった自分でした。看護学校に入り、患者さんと向き合い感じたことや、同じ志を持った仲間がいたことも本格的に目指そうと思った大きな理由の一つです。

Q 2. 看護師をしていて良かったと思うことを教えてください。

患者さんや家族に、心から「ありがとう」と言ってもらえた時は、少しでも力になれたと感じます。また看護を通して「生」を考え、人間の力や命の尊さを身近で感じ、自分自身を成長させてもらっています。患者さんが元気に退院していく姿をみられることが病棟看護師の醍醐味だと感じています。

Q 3. これから頑張りたいことを教えてください。

病棟主任として、現場をよく理解し、自分たちは病棟看護師としての役割をどう果たしていくのかを常に考え、後輩指導に努め、最終的にはよりよいケアを提供し続けたいと思います。そしてその後輩たちの成長する姿を傍らで見守っていききたいと思います。





横浜市営地下鉄ブルーライン中田駅2番出口徒歩1分、長後街道『中田町根下』交差点すぐのクリニックです。

当院では尿路性器系の癌及び、尿失禁・前立腺肥大症などの排尿障害をはじめ、泌尿器疾患の全般についての診療をおこなっております。また、一般内科の疾患はもちろん、生活習慣病、健康診断、各種予防接種についても、お気軽にご相談下さい。

	診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
午前	9:00～12:00	●	●	●	—	●	●	—	—
午後	15:00～18:30	●	●	●	—	●	—	—	—

— 医療法人社団 水尾会 みずおクリニック —

所在地：〒245-0014 横浜市泉区中田南3-9-1 ウィステリア館1F

電話番号：045-805-3081

ホームページ：<https://www.mizuo-clinic.com/>



みずお としお
水尾 敏彦 院長

管理栄養士の



Recipe
No. 28

作り方

- ① わさび菜を一握のサイズにすぐり、分量の水に漬けておき水を切る
- ② 器にわさび菜とツナ、ミックスビーンズを混ぜ合わせ盛り付ける
- ③ ☆を順にふりかけ、最後に焼のりをちらして完成!

○ポイント○

わさび菜を水に漬けることでシャキッと食感が良くなります。

わさび菜を使用したレシピ
わさび菜のさわやかサラダ

栄養価 (1人前) / エネルギー132kcal 蛋白質9.1g
脂質8.2g 炭水化物6.4g 塩分0.7g

材 料 (1人前)

★わさび菜：約30g ★ツナ(油漬缶)：35g (1/2缶)
★ミックスビーンズ：20g ★レモン汁：小さじ1
★黒酢：小さじ1/2 ★岩塩：ひとつまみ
★ブラックペッパー：適量 ★焼のり：お好みで



わさび菜は、九州のからし菜を品質改良した葉物野菜でわさびのようなピリッとしたさわやかな辛味とシャキシャキとした食感が特徴です。葉がフリルのようになっているので味が絡みやすく、緑の鮮やかさが食欲をそそります。シンプルにサラダがおすすですが、おひたしや炒め物など様々なメニューとも合います。栄養面では、ビタミンC、ビタミンB2、βカロテンなど

を含み、①抗酸化作用(老化

予防) ②皮膚や粘膜の健康維持 ③免疫力を高めるなどの働きがあります。辛味成分であるアリルイソチオシアネートには、食欲増進、抗菌作用、血栓や動脈硬化予防などの働きがあります。さっぱりといただけるサラダで元気に夏をのりきりましょう!



管理栄養士
遠藤 路子

		月	火	水	木	金	土
内 科	総 合	AM 島田 悠史(1・3・5週) 秋月 裕子(2・4週)	清水 誠	竹之内陽子	毛利 公美 松田 督	上江洲佑樹(1・3・5週) 池上 充(2・4週)	交 代(新患のみ)
		PM 清水 誠	—	—	毛利 公美	—	—
	循環器	AM 清水 誠 高見澤 啓	永嶋 善幸	永嶋 善幸 瀬川 知	永嶋 善幸 安田章沢(心臓血管外科)	高見澤 啓(1・3・5週) 山本 信慶(2・4週)	—
		PM ベースメーカー (石川 利之)	清水 誠	清水 誠	清水 誠 瀬川 知	山本 信慶 松田 督	—
	消化器	AM 森川 吉英	城野 文武	小林 智(1・3・5週) 上野 誠(2・4週)	古川 拓人	日引 太郎	—
		PM —	—	日引 太郎	—	古川 拓人	—
	腎臓・ 高血圧	AM 池上 充	安藤 大作	上江洲佑樹 秋月 裕子	安藤 大作	島田 悠史	交 代 (2・4週 再診予約のみ)
		PM 腹膜透析外来	—	—	—	—	—
	糖尿病・ 内分泌	AM 本間 正史	早稲田直子	本間 正史	福元 麻葉	本間 正史	—
		PM 本間 正史	早稲田直子	本間 正史	福元 麻葉	本間 正史	—
	呼吸器	AM 金子 彩美	—	小山 薫	西井 康人	田中 克志	—
		PM —	—	小山 薫	—	—	—
	脳神経	AM 三富 哲郎	三富 哲郎(再診のみ)	古田みのり	—	栗田瑛里子	—
		PM 三富 哲郎	三富 哲郎	古田みのり	—	栗田瑛里子	—
	緩和ケア (完全予約制)	PM —	江口 研二	岩崎 誠	—	村井 哲夫	—
外 科	緩和ケア (完全予約制)	PM —	—	—	—	井畑 淳	—
	漢 方	AM —	—	—	—	—	谷崎 義徳
	脳神経外科	AM 谷崎 義徳	秀 拓一郎	飯田 秀夫	手術日	仁木 淳	交 代
		PM 谷崎 義徳	秀 拓一郎	—	—	仁木 淳	—
	外 科 一 般	AM 安藤 暢敏	富田 真人 杉田 篤紀	佐藤 道夫 徳田 敏樹	高木 知聡	佐藤 道夫	佐藤 社泰
		PM —	(富田 真人)	佐藤道夫(内視鏡外来)	高木 知聡(2・4週)	—	—
	乳 腺	PM —	—	—	—	川口 正春(2・4週)	—
	WOC	AM —	—	—	WOC外来	—	—
		PM WOC外来	—	—	WOC外来	—	—
	呼吸器外科	AM —	—	—	—	成毛 聖夫	—
		PM —	成毛 聖夫	—	大塚 崇(2・4週)	—	—
	整形外科	AM 田邊 春子	御子柴直紀	三宅 敦	小池 一康	吉川 泰弘	交 代(新患のみ)
	一 般	AM —	田邊 春子	御子柴直紀	—	小池 一康	—
	PM 装具外来	—	—	—	装具外来	—	—
	脊 椎	AM 山下 裕	—	—	三宅 敦	山下 裕	—
泌尿器科	膝・股	AM 川崎 俊樹(膝)	城本雄一郎(股関節)	城本雄一郎(股関節)	川崎 俊樹(膝)	—	—
	手・肘	—	御子柴直紀	御子柴直紀	—	—	—
	泌尿器科	AM 滝沢 明利 森永 徳本 芽以	野口 和美 小林 幸太	水野 華子	滝沢 明利 竹部 慎一 米山 侑子	三留 拓 野口 剛 徳本 芽以(2・4週)	交 代
		PM 滝沢 明利 竹部 徳本 芽以(1・3・5週) (2・4週)	野口 和美	村井 勝(名誉院長) 上村博司(前立腺2週) 河原崇司(前立腺4週)	滝沢 明利 森永 亮太 三留 拓(2・4週)	三留 拓 森永 亮太(2・4週) 竹部 慎一 芽以(1・3・5週)	—
	初 診	AM 交 代	交 代	交 代	坂本 理恵	中野 真	交 代
	婦人科	AM —	多田 聖郎 與那嶺正行	多和田哲雄(1・3・5週)	地主 誠	交 代	交 代
		PM 地主 誠 坂本 理恵	小関 聡(特殊外来) 與那嶺正行	西井 文乃(2・4週)	地主 誠 坂本 理恵	西井 文乃	—
	産 科	AM 多田 聖郎	交 代	交 代	與那嶺正行	坂本 理恵	交 代
		PM 多田 聖郎 2週間健診 土間 智博	交 代 1ヵ月健診	1ヵ月健診	與那嶺正行 2週間健診	多田 聖郎 坂本 理恵	—
	初 診	AM —	松浦飛夢磨	渡邊 佳子	大西 純司 鎌田 晃広	鎌田 晃広	—
	再 診	AM 近川 黎 鎌田 晃広	木川 鎌田 智博(2・4週) 晃広(1・3・5週) 山田香代子	大西 純司 松浦飛夢磨(2・4週) 近川 黎(1・3・5週)	渡邊 佳子 松浦飛夢磨(1・3・5週) 鎌田 晃広(2・4週)	木川 智博(1・3・5週) 近川 黎(2・4週) 遠藤 和人	交 代
		PM 松浦飛夢磨 近川 黎	大西 純司 渡邊 佳子 木川 智博	大西 純司 渡邊 佳子 松浦飛夢磨	木川 智博 鎌田 晃広	木川 智博 近川 黎	—
	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(新患のみ)
		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	手 術	予 約	手 術	—
小 児 科	形成外科	AM —	—	—	—	—	—
		PM —	—	中野 生順	—	—	—
	小 児 科	AM 和田 宏来	和田 宏来 原田こと葉	来住 修	和田 宏来 来住 修	来住 修 原田こと葉	和田 宏来 来住 修/原田こと葉 (2・4・5週)/(1・3週)
		PM 和田 宏来 稀代 雅彦(心臓1・3・5週) 松井こと子(心臓2・4週) 原田こと葉	和田 宏来 原田こと葉	原田こと葉 来住 修	和田 宏来 来住 修	和田 宏来 原田こと葉	—
	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14:00~15:30 原則、予約外来となっております。
- 腎臓・高血圧内科：土曜日(2・4週)は、再診予約のみとなります。
 - 脳神経外科：木曜日の診察はお問い合わせください。
 - 外科：金曜日の診察は9:30~になります。
 - 午後初診受付可能診療科：小児科(月~金)・乳腺外科(金2・4週)・膠原病リウマチ内科(金、紹介状必須)
 - 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)をお願いします。
- ◆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

