



国際親善総合病院

病院だより

NO. 284
Autumn
2025.10



<特集>
尿路結石になったら

(泌尿器科医長)

手作りパン・お菓子販売のお知らせ・・・	2	みなさん教えて！	6
第13回キッズセミナー開催報告	3	あなたの街のお医者さん	7
看護フェスティバル開催報告	3	メディカルレシピ	7
【特集】尿路結石になったら	4	INFOMATION	8

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

人間ドック・脳ドックのご案内

当院では人間ドック・脳ドックを実施しております。
健康な毎日を送るために生活習慣病の予防と早期発見が大切です。
ぜひ当院のドックをご活用ください。

実施内容については、パンフレットをご参照もしくはお問い合わせください。

【ご予約・お問い合わせ】

電話予約：045 (813) 0221 (代表) 予約センター

窓口予約：予約センター窓口 ※他の検査予約をされる方もいらっしゃるため順番にご対応いたします。

予約時間：平日（月～金）10：00～16：00

※当院では検査結果について原則医師より直接ご説明をいたしております。そのため予約時に結果説明のご予約もお取りさせていただきます。

	人間ドック	脳ドック
実施日	月・火・水	金

HOME PAGE



BREAD

心とカラダが喜ぶ 手作りパン・お菓子の販売



当院で長年ご好評いただいているパン販売は、就労継続支援事業で働いている方々を応援し、地域社会との温かい交流を生み出す大切な取り組みです。

毎月毎週木曜日に新館2階フロアにてパン販売をしております。(11時～なくなり次第終了)
今回は10月分の販売日をお知らせします。(以降、毎週順番に販売日店が入れ替わります。)



特定非営利活動法人 夢の交差点 わいわいクラブ

〒245-0003 横浜市泉区岡津町 2147-4
TEL: 045 (811) 8989

バジル入りのソーセージを、カレー粉入りの生地で巻いたパンです。ランチにいかがでしょうか。

バジルソーセージパン 2日(木) / 30日(木)



特定非営利活動法人 ジョイカンパニー ジョイカンパニー J3

〒245-0014 横浜市泉区中田南 2 丁目39-10
TEL: 045 (805) 6624

忙しい日々でも心と体にやさしいひとときを☆
ジョイカンパニーの焼き菓子、シフォン、プリン、チーズケーキは1口食べたら元気になれる手作りスイーツです。

焼き菓子、シフォン、プリン、チーズケーキ

16日(木)



売切れ次第終了



焼きめんたいパン 11日(木)



社会福祉法人びぐれっと 多機能型事業所びぐれっと緑園 **びぐれっと 4**

〒245-0002 横浜市旭区柏町47-8 八番館ビル 1 F
TEL: 045 (442) 8818

びぐれっとでは、パンを溶岩釜で高温かつ短時間で焼き上げているため、より風味のある美味しいパンができあがります♪新作の『焼きめんたいパン』は、明太マヨネーズがアクセント! もっちりした食感がクセになること間違いなしです!

アップルパイ 23日(木)



特定非営利活動法人 ぶどうの樹 第2ぶどうの樹 (bread&cafeぶどうの樹)

〒245-0024 横浜市泉区和泉中央北 4 -33-12
TEL: 045-801-1090

当店人気 No.1 の商品! バターの香り豊かなサクサクが自慢のパイ生地になっぴりのリンゴを包みました。その他にも、定番のものから季節に合わせた商品までたくさんのパンを生地からこだわって作っています。



第13回 キッズセミナー開催報告



初開催から今回で13回目になる小学生対象のキッズセミナーを8月2日(土)に開催しました。

今回は32名の子供たちが元気に参加し、医師・看護師・救急医療・診療放射線技師・臨床検査技師のお仕事を4グループに分かれて体験してもらいました。医師体験では腹腔鏡手術で使用する鉗子を使って、サイコロを積み上げたり、輪ゴムをフックに引っ掛けたりといったゲームを行いました。

子供たちは初めて体験することに真剣な眼差しで挑戦し、うまくいくと満面の笑みを浮かべる様子はとても印象的でした。

このセミナーを通じて将来子供たちが成長した時に医療に興味を湧いてくれることを楽しみにしています。



セミナー参加者の保護者アンケート



・実際に手や足を動かして経験でき、クイズ形式などで飽きさせない工夫がたくさんされていました。

・看護師さんがスムーズに案内して下さったり、先生が説明して下さいさったりと子供にとって楽しかったと思います。

・普段触れることのできない医療機器を使わせていただけて、子供が医療の仕事に興味をもつようになりました。



看護フェスティバル

開催報告 Festival 2025

神奈川県看護協会の「看護の日」イベントの一環として、今年度も「看護フェスティバル」を6月5日に開催いたしました。毎年実施している血圧測定や栄養相談のほか、初めての取り組みとして「人生会議」についての動画上映、「もしも手帳」の配布を行いました。もしものときに、どのような医療やケアを望むのか、前もって話し合いをするきっかけとなるよう、横浜市が作成したものです。100名近くの方に「もしも手帳」を手にとって頂き、お渡しする際には、ご家族以外に医療従事者とも内容を共有することが大切であると

お伝えしました。また、感染対策として手洗い方法が練習できるテアライトというA1チェックを体験していただきました。来年度もより興味を持っていただける内容を検討し、たくさんの方のお役に立てればと思っています。



尿路結石になったら

泌尿器科医長 森川 知治

はじめに

尿路結石とは、腎臓から尿管、膀胱、尿道に至る尿の通り道に石ができる病気です【図1】。結石が尿の流れを妨げると、激しいお腹や背中の痛み、吐き気、尿が赤くなる（血尿）などの症状が現れます。

検査について

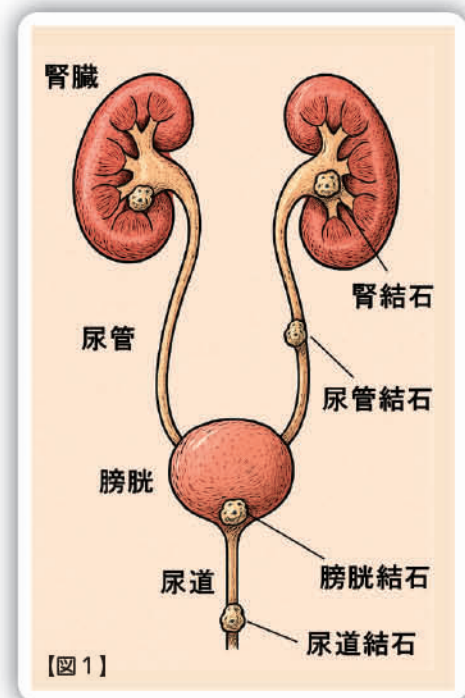
尿路結石の検査では、まず問診と尿検査、必要に応じて採血を行います。次に超音波検査やX線、CTなどの画像検査で結石の場所や大きさを詳しく調べます。特にCTは小さな結石も見つけやすく、診断精度が高いです。検査結果をもとに治療方針を決定します。

治療について

治療法は結石の大きさや位置、症状に応じて選択されます。結石が小さく、自然に排出される可能性が高い場合は、痛み止めを使いながら尿と一緒に結石が出るのを待ちます。結石が自然に出ない場合や、結石が大きい場合、感染や腎機能障害が起きている場合は結石を破碎する必要があります。

当院ではESWL（体外衝撃波結石碎石術）、TUL（経尿道的レーザー結石破碎術）、ECIRS（軟性尿管鏡補助下経皮的腎結石破碎術）といった治療法が可能です。ESWLは、体外から衝撃波を照射して結石を砕く方法で、小さな結石に適しています【図2】。体への負担が少なく、TULやECIRSと違

い、外来で行うことが可能です。ただし、複数回の治療が必要になることもあります。次にTULは、尿道から細い内視鏡を挿入して結石をレーザーで碎いて除去する方法です【図3】。ESWLよりも高い結石除去率が期待されます。当院では、最新の医療機器であるホルミウムやグレーザーというレーザーを用いています。レーザーの深達度が浅いため、組織を深く傷つけることなく手術が可能です。ECIRSは、TULの方法に加えて、背中から腎臓に器具を挿入し、腎臓側と尿道側の両方から同時にアプローチする複合的な手術です【図4】。大きな結石や複雑な形状の結石に対して推奨されます。これらの治療で結石が排出された場合、結石を検査に出し、石の成分を調べることができます。



【図1】

当院の診療実績

当院では年間ESWL95件、TUL117件、ECIRS14件行っています（2023年度調べ）。当院の手術件数は神奈川県内の病院でTUL7位、ECIRS7位であり、数多くの件数を行っています（2022年調べ）。

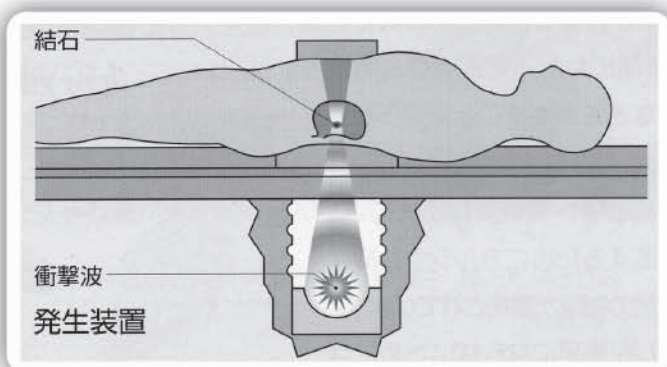
予防法について

尿路結石の予防には、生活習慣の見直しが重要です。2023年版「尿路結石症診療ガイドライン」によると、まず水分摂取が基本であり、1日2リットル以上の水を飲むことで尿量を増やし、結石が出来るようになります。結石を成分分析した

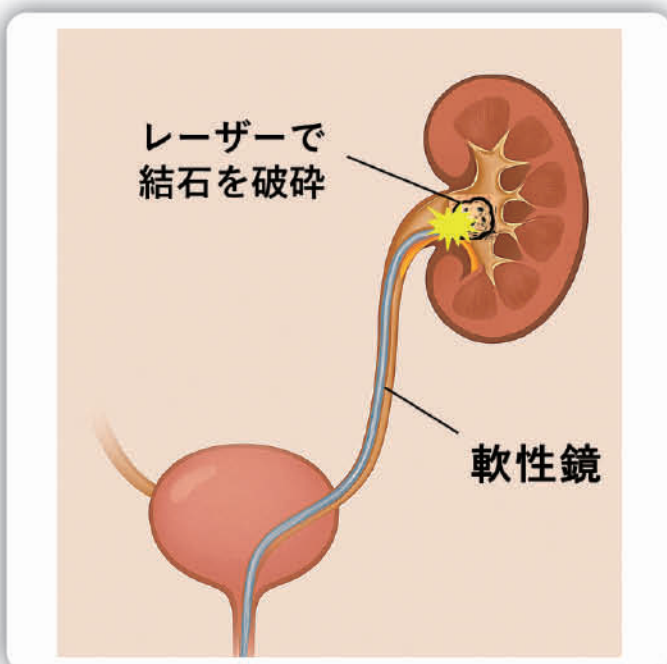
結果、それぞれの結石の種類に応じて食事面での予防も可能です。結石の中で最も多いタイプのシュウ酸カルシウムの場合、シュウ酸を多く含む食品（ほうれん草、チョコレートなど）を控え、カルシウムは極端に制限せず適量を摂取することが推奨されています。また、動物性たんぱく質や塩分の過剰摂取は避け、野菜

や果物を積極的に摂ることで尿のpHバランスを整えることができます。適度な運動を行うことも結石予防に繋がります。その他にも薬剤による予防など、結石の種類に応じた様々な予防法があります。

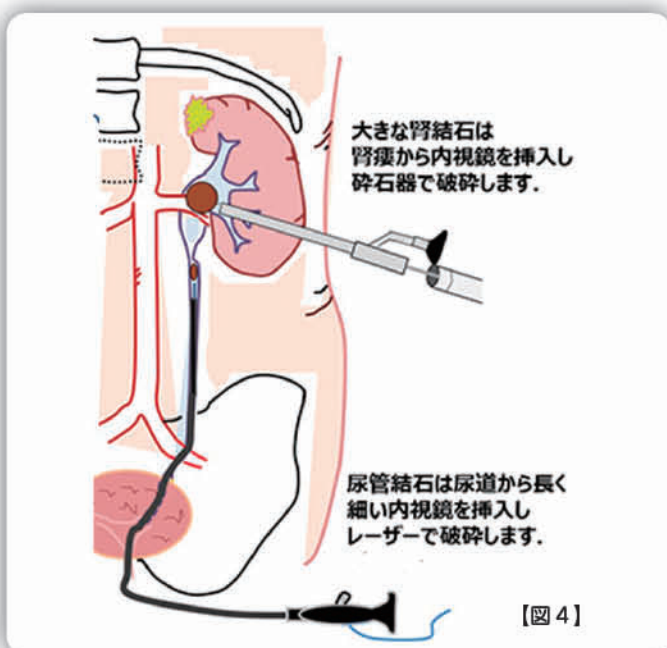
医師と相談してなるべく結石再発予防に努めていきましょう。



【図2】ESWL（体外衝撃波結石破碎術）



【図3】TUL（経尿道的腎尿管結石砕石術）



【図4】

【図4】ECIRS（軟性尿環境補助下軽波的腎結石術）

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。

循環器内科医長 碓井 硯川 佳祐

Q 1. なぜ医師になろうと思ったのですか。

最初に医師を目指そうと思ったのは小学校2年生の頃です。それまではウルトラマンなどの正義のヒーローになりたかったのですが、気管支喘息が酷くて病院で治療を受けた際に「苦しかったのを助けてくれた！ヒーローみたいでお医者さんってかっこいい！」と思ったのがきっかけで医師を目指し始めました。



Q 2. 循環器内科を選んだきっかけを教えてください。

医師を目指したきっかけのこともあり、学生時代は小児科医になろうと思っていました。初期研修医で循環器内科を回った際に、循環器疾患のダイナミックな病態や、救急・集中治療から慢性期、終末期まで関わることでできる幅広さに魅力を感じて循環器内科を専攻することにしました。

Q 3. これから頑張りたいことを教えてください。

循環器疾患では心不全診療に最も興味を持って取り組んでいます。心不全をお持ちの方が安心して日々を過ごせるような診療やシステム作りを頑張りたいです。また心臓以外のことも何でも相談いただけるような、頼れる医師になれるよう頑張ります！

救急外来看護師 碓井 藤本 健太

Q 1. なぜ看護師になろうと思ったのですか。

私は高校を卒業してからアメリカの語学学校に通っていました。そこで出逢った日系人の看護師が海外青年協力隊で活動されていた話をしてくれました。そこで興味を持ち発展途上国に行ってみたいと思い看護師になろうと思いました。

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。

感謝される事が多いため仕事でも自分の存在意義や他者とのつながり、もっと役に立ちたいと思う前向きな気持ちになります。最近は日本語が話せない外国人の方が時々受診される事があります。異国の地で受診される外国人の気持ちに寄り添いながら慣れない医療英語が通じたときです。そして安心して医療が受けられ感謝された時です。

Q 3. これから頑張りたいことを教えてください。

- ・スタッフが心身ともに健康で働けて、かつパフォーマンスを最大限発揮できる職場環境に力を注ぎたいです。
- ・日本国際看護師の資格を習得して外国人の患者さんに安心できる看護をしたいです。
- ・子育てと仕事をうまく両立したいです。





当院は横浜市営地下鉄ブルーライン踊場駅から徒歩5分の場所にあり、地域の皆さまの身近なかかりつけ医として、高血圧・糖尿病・脂質異常症など生活習慣病の管理に力を入れ、風邪や発熱など一般的な症状にも幅広く対応しています。生活習慣病は自覚症状が乏しく、未治療のままだと心筋梗塞や脳卒中など重篤な合併症を引き起こす可能性があり、定期的な検査と早期医療介入が、健康的な人生をおくるカギとなります。健康診断や予防接種に加え、エコー検査や胃カメラ検査を行い、病気の早期発見と予防に努め、丁寧でわかりやすい診療を心がけています。

院長 角田 剛一郎

	月	火	水	木	金	土	日	祝
午前 9:00～12:00	●	●	●	—	●	●	—	—
午後 14:00～17:30	●	●	●	—	●	—	—	—

※原則予約制です。事前に予約をしてからご来院ください。

※休診日：木曜、日曜、祝日

医療法人社団 小林内科クリニック

所在地：〒245-0024 横浜市泉区中田南2-2-2

電話番号：045-801-2551

045-801-7522 [外来自動予約専用]

ホームページ：http://kobayashinaika.jp/



心からだあたたまる 豆乳シチュー

栄養価（1人前）／エネルギー：313kcal タンパク質：19.5g
脂質：17.4g 炭水化物：24.9g 塩分：2.1g

材 料（1人前）

鶏もも皮付き：70g （下味）料理酒：10g（小さじ2）
かぼちゃ：40g ブロッコリー：30g 玉葱：25g 椎茸：20g
人参：15g バター：8g 薄力粉：9g（大さじ1） 水：100ml
顆粒コンソメ：1.5g（小さじ1/2） 無調整豆乳：100ml 塩：
1.0g

- ・南瓜は、ビタミンA（主に皮膚や粘膜を乾燥から守る）、ビタミンC（主に細菌から身体を守る白血球の機能を高める）ビタミンE（主に老化を防ぐ抗酸化作用）
- ・椎茸は、ビタミンD（主に骨の成長促進、免疫機能の向上）や食物繊維（主に腸内環境を調べて便秘コントロールを促す）

豆乳は、牛乳よりも低糖質、低脂質であり、鉄分を含むことなどが特長です。豆乳や南瓜の甘みが旨味となり塩分調整の必要なかたにも、おすすめです。

管理栄養士の



Recipe No. 33

作り方

- ① 鶏肉は一口大に切り料理酒につけ、フォークで穴を開けておく。南瓜と人参は乱切り、玉葱は薄切り、ブロッコリーは小さめの一口大、椎茸は一口大に切る
- ② 鍋にバターを入れ、鶏肉を中火で炒める。鶏肉の色が変わったら南瓜、ブロッコリー、玉葱、椎茸、人参を加えて炒めなじんだら、薄力粉を少しずつ加え粉っぽさがなくなるまで炒める
- ③ ②に水とコンソメを加えて、具材に火が通まるまで弱火で約10分程度煮る
- ④ 豆乳を加えて弱火でゆっくりと温め、塩こしょうで味をととのえて鍋に盛り付ける。

※ ポイント：豆乳は、沸騰させないようにするとクリーミーな食感で仕上がります。



1
info

健康懇話会

日時：2025年10月9日(木) 15：00～16：00
場所：国際親善総合病院 新館棟2階 講堂
講師：耳鼻咽喉科部長 福生 瑛

アレルギー性鼻炎に対する治療戦略 ～小児から大人まで～



花粉症を含む鼻アレルギーは年々有病率が高まり、2019年の疫学的調査では国民の約半数が罹患しているという結果になっています。中でもスギ花粉症の増加率は著しく1998年に

は2割弱だったものが2019年には4割に達する勢いで増加しています。

アレルギー性鼻炎の増悪はＱＯＬの低下を引き起こし、仕事や家事効率の低下、学力・記憶力の低下をもたらす研究調査もあります。

そのため治療の必要性からもアレルギー診療の進歩はめざましく頻繁にアップデートされています。今回は2024年に4年ぶりに鼻アレルギー診療ガイドラインが改訂されたため、ガイドラインに沿って新たに得られた知見を当院の治療法と合わせて発表させていただきたいと思います。

2
info

2 B病棟患者さんの作品



リハビリテーションを強化する患者さんが多く入院されている「地域包括ケア病棟」では手先の細かい作業を訓練するために折り紙をとりいれています。この写真は、夏をイメージした花火をモチーフに作成されたものです。夜景に花火が打ち上げられている場面をきれいに表現しています。患者さんから「様々な年齢の人たちと協力して作ることは刺激になった」「リハビリテーションへの活力になった」などの声が聞かれました。リハビリテーションは術後の痛みと共に行う事も多く大変な場面もありますが、楽しみながら出来る事は嬉しいことです。

3
info

中学校職場体験



当院では毎年中学生の職場体験として受け入れを行っています。

薬剤部、臨床検査科、放射線画像科、リハビリテー

シオン科の 4 職種の仕事現場の体験と医師、看護師の座談会が開かれます。



この体験学習が
将来の進路を決め
る良いきっかけに
なることを期待し
ています。

今後の予定

11月18日 横浜市立義務教育学校 緑園学園
11月20日 横浜市立岡津中学校

4
info

国際親善総合病院
診療のお知らせ

【診療受付時間】
8:15~11:00

【休 診 日】

土曜日午後・日曜・祝日、年末年始
(12月29日午後～1月3日)

【救急受付】

救急患者さまは24時間受付しています。

【外来担当表】

最新の外来担当表は当院ホームページから
ご参照ください。

病院ホームページ



日本医療機能評価機構



ECO 活動推進



● 敷地内全面禁煙