



国際親善総合病院

病院だより

NO. 285
Winter 2026.1



(泌尿器科医師)

新年のご挨拶	2	みなさん教えて！	6
外来アンケート調査結果	3	あなたの街のお医者さん	7
皆さんからの声	3	メディカルレシピ	7
特集 過活動膀胱について	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

広がる前にしっかり予防 冬の感染対策

冬はインフルエンザや胃腸炎など、感染症が流行しやすい季節です。

日頃からできる予防の基本は、手洗いと十分な換気、そして体調が優れない時には無理をせず休むことです。また、37.5度以上の発熱や強いだるさ、咳が続く場合は早めの受診が大切です。小さなお子さんや高齢の方、持病のある方は重症化しやすいため特に注意しましょう。

病院では、皆さんが安心して受診できるよう、換気や院内動線の工夫、感染症状のある方の別導線でのご案内など、感染対策を強化しています。

感染対策は皆さんのご協力なしには成り立ちません。地域の皆さんが健康に過ごせるよう、日頃の予防を心がけていただければ幸いです。

HOME PAGE



迎春



病院長
清水 誠

新年あけましておめでとうございます。日頃より国際親善総合病院に格別のご理解とご支援を賜り、心より御礼申し上げます。

令和7年となり、新型コロナウイルス感染症の流行はようやく落ち着きを見せ、社会活動は平常を取り戻しつつあります。一方で、物価高騰が続き、市民生活の改善が実感しにくい状況が続いております。国内政治でも昨年

は、与党が衆参両院で大敗し政権体制の枠組みが変化するなど、日本全体が大きな転換点を迎えた一年でした。

医療を取り巻く環境も厳しさを増しています。物価上昇に見合う診療報酬の対策が追いつかず、全国の病院の6〜7割が赤字決算、特に急性期病院の多くが経営難に直面しています。当院も同様に、地域医療を維持しながら経営を安定させるという、困難な課題に

対応しております。

その中で昨年当院は、地域医療支援病院として、地域のニーズに応え地域連携を一層強化することを重視してまいりました。外部企業の手もお借りしながら、診療所・クリニックを訪問する取り組みは既に250回を超え、地域の先生方からの率直な声を病院運営に反映しております。また、救急患者の受け入れにも積極的に取り組み、救急車の応需率は着実に改善し、地域の救急医療を支える役割を強めています。

診療面でも、より質の高い医療提供に向けて進化を続けています。ダビンチを用いたロボット支援手術の件数が増加し、全体の手術件数も確実に伸びています。さらに、循環器内科ではアブレーション治療など新しい治療にも積極的に取り組み、患者さんの選択肢を広げています。今後医療DXへの取り組みも積極的に進めていく所存です。

昨年誕生した高市総裁が就任挨拶で述べた「働いて、働いて、働いて」と

いう言葉は議論を呼びましたが、私たちはこの言葉を「地域の期待に応えるために全力を尽くす」前向きな言葉として捉えていきたいと思っております。当院の理念である「良質・親切・信頼される医療」を実現するために、職員一人ひとりが誇りを持ち、積極果敢に行動し、成果につなげていくことが、地域の信頼される病院であり続ける力となると思います。

本年も、地域の皆さんに安心と希望を届ける医療を目指し、たゆまぬ努力を重ねてまいります。引き続きのご支援とご指導を、何卒よろしくお願い申し上げます。

皆さんのご健康とご多幸を心より祈念し、新春のご挨拶とさせていただきます。

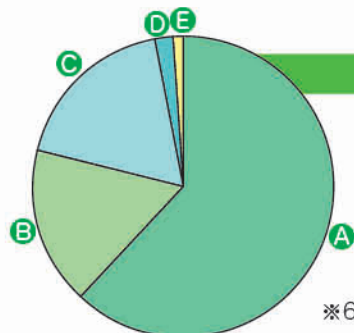


2025年度

外来アンケート調査結果

2025年11月1日～30日に外来アンケートを実施いたしました。ご協力いただきました皆さんに御礼を申し上げますとともに、その一部結果を報告させていただきます。

いただいたご意見は今後の改善につなげていくとともに一部外来掲示板に掲載させていただきます。



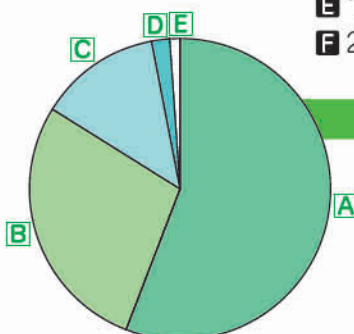
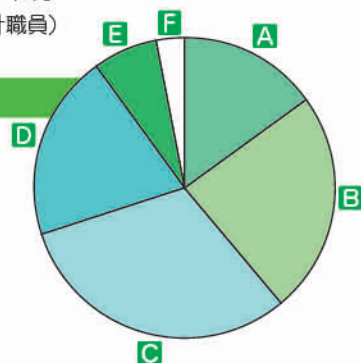
職員の対応についてお伺いいたします。

- A 満足 [1,164] 62%
- B やや満足 [309] 17%
- C どちらともいえない [345] 18%
- D やや不満 [31] 2%
- E 不満 [18] 1%

※6職種合計(医師、看護師、各科受付、放射線技師、臨床検査師、会計職員)

診察までの待ち時間についてお伺いいたします。

- A 15分未満 [40] 15%
- B 15～30分未満 [63] 24%
- C 30分～1時間未満 [82] 31%
- D 1時間～1時間30分未満 [53] 20%
- E 1時間30分～2時間未満 [19] 7%
- F 2時間以上 [10] 3%



病院全体の評価についてお伺いいたします。

- A 満足 [183] 56%
- B やや満足 [92] 28%
- C どちらともいえない [42] 13%
- D やや不満 [8] 2%
- E 不満 [2] 1%

皆さんからの声



いつもマイナンバーカードを入口で通すのですが、必ず各受付で「カードを通しましたか?」と聞かれます。毎回です。なぜですか?



マイナンバーカードを使用し、医療情報提供に同意いただくことで、患者さんの医療情報が共有され、重複投薬の防止やアレルギー・薬の飲み合わせの確認など、より適切な医療をご提供することが可能となります。また、保険資格の確認も即時に行えるため、スムーズな受付につながるため確認しております。

なお、病院側が患者さんの医療情報を閲覧できるのは、同意後24時間以内に限られております。そのため、ご来院の際は毎回マイナンバーカードをご持参くださいますようお願い申し上げます。

当院では、地下1階の再来機の並びに1台、1階の新患受付前に2台の専用端末を設置しております。ご来院の際は、こちらの端末をご利用ください。



過活動膀胱について

泌尿器科部長 滝沢明利

過活動膀胱（OAB） について

過活動膀胱（OAB）は、「急に尿がしたくなる（尿意切迫感）」を中心とした「頻尿」を特徴とする病気です。膀胱が過敏になり、十分に尿がたまっていないのに突然収縮してしまうことが原因とされます。女性では加齢や出産によって骨盤底筋が弱くなること、男性では前立腺肥大による尿道圧迫で膀胱に負担がかかることが主な発症要因です。年齢の影響で起こりやすくなりますが、若い方でもストレスや生活習慣により症状が強くなることがあります。

2024年に22年ぶりに実施された大規模な疫学調査では、40歳以上の過活動膀胱の有病率は13・8%、推定1080万人に上ることが明らかとなりました。これまでの報告より高く、日本で非常に多い病気であることが分かります。一方で、症状を自覚している人も医療機関を受診している人はわずか4・9%にとどまり、「年齢のせいだから仕方ない」「恥ずかしい」とあきらめてしまう方が多いことも示されました。しかし、適切な治療により多くの方が症状改善を得られ、生活の質（QOL）向上が期待できます。

受診時の検査

過活動膀胱の診断は、症状の評価と、他の病気が原因でないかを丁寧に確認することから始まります。

●OABSS（過活動膀胱症状スコア）（表1）

症状の強さを数値化する質問票で、治療前後の変化を客観的に把握できます。

過活動膀胱症状質問票 (Overactive Bladder Symptom Score; OABSS)

以下の症状がどれくらいの頻度でありましたか。この1週間のあなたの状態にもっとも近いものを、ひとつだけ選んで、点数の数字を○で囲んで下さい。

質問	症 状	点数	頻 度
1	朝起きた時から寝るまでに、何回くらい尿をしましたか	0	7回以下
		1	8～14回
		2	15回以上
2	夜寝てから朝起きるまでに、何回くらい尿をするために起きましたか	0	0回
		1	1回
		2	2回
3	急に尿がしたくなり、我慢が難しいことがありましたか	3	3回以上
		0	なし
		1	週に1回より少ない
		2	週に1回以上
		3	1日1回くらい
4	急に尿がしたくなり、我慢できずに尿をもらすことがありましたか	4	1日2～4回
		5	1日5回以上
		0	なし
		1	週に1回より少ない
		2	週に1回以上
		3	1日1回くらい
		4	1日2～4回
		5	1日5回以上
合計点数			点

過活動膀胱の診断基準

尿意切迫スコア（質問3）が2点以上かつOABSS合計スコアが3点以上

過活動膀胱の重症度判定

OABSS合計スコア 軽症 : 5点以下
中等症 : 6～11点
重症 : 12点以上

※あくまで指標ですので、点数に関わらず症状のある方は受診してください。

【表1】 OABSS

●尿検査・超音波（エコー）検査

尿路感染症、前立腺肥大、残尿、悪性腫瘍など、似た症状を生じる病気を除外します。

●排尿日誌（表2）

数日間、排尿時刻、尿量、尿意の強さ、失禁の有無などを記録します。

1回尿量（正常150〜300mL）、日中と夜間の尿量比

就寝時刻： 時 分 翌日の就寝時刻： 時 分
起床時刻： 時 分 就寝時から翌日の就寝前までの1日分を記入してください。

時間	排尿時刻	尿量 (mL)	切迫感	漏れ	memo
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					

（排尿回数）夜間： 回 日間： 回

①夜間尿量 (mL) + ①+② 1日尿量 (mL) × 100 = 1日尿量に対する夜間尿量の割合 (%)

【表2】排尿日誌 引用：夜間頻尿.com

治療

■生活指導

症状が軽い方では生活習慣の見直しで改善する場合もある。

（通常2…1）、1日尿量（1000〜2000mL）などの情報から、症状のタイプを把握し、治療方針を決める上で非常に重要な資料となります。

ります。

・カフェインやアルコールを控える

・夕方以降の過剰な水分摂取を控える

・便秘の改善
・骨盤底筋体操

これらは薬と併用することでより高い効果が得られます。

■薬物療法（効果・副作用）

①β3作動薬

膀胱をゆるめ、尿をためやすくする働きがあります。

効果…尿意切迫感、頻尿、夜間排尿の改善

善

副作用…動悸、血圧上昇

比較的小さい副作用が少なく、安全性の高い薬として広く使用されています。

②抗コリン薬

膀胱の過剰な収縮を抑える薬です。

効果…急な尿意や尿漏れの改善に有効

副作用…口の渇き、便秘、目のかすみ

高齢の方では副作用が生活の質を下げることもあるため注意が必要です。緑内障の方は眼圧上昇のリスクがあるため、必ず主治医に相談してください。

■ボトックス膀胱壁注入療法

薬で十分な改善が得られない場合に行います。鎮静下を経尿道的に行う約15分の処置です。念のため1泊入院いただきます。膀胱の過敏な動きを抑え、3〜9か月効果が持続します。再発時には繰り返し治療も可能です。

過活動膀胱は生活の質に大きく影響しますが、治療で改善が期待できます。症状が気になる場合は、どうぞお気軽にご相談ください。

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。

薬剤部 川島 由樹

Q1. なぜ薬剤師になろうと思ったのですか。

幼いころ喘息を患っており薬の服用をしていましたが、「なぜ、胃に入れた薬が喘息に効くのか。喉に塗るのではいけないのか。」と、不思議に思っていました。その疑問を解決するために、薬学を学ぶことにしました。

また、分包機（薬を袋分けする機械）を使っている薬剤師をみて、純粹にかっこいいと思ったのもきっかけです。

Q2. 薬剤師の仕事をしていて良かったと思うことを教えてください。

薬は病気を治療するうえで欠かせないものですが、その反面、副作用というリスクも気をつけなくてははいけません。患者さんとコミュニケーションをとり、検査値を確認することで、そういった副作用の可能性を発見し、安全に、よりよい薬物治療を支援できたときは、薬学を学んでよかったと思います。

Q3. これから頑張りたいことを教えてください。

私は一般的な薬剤師としての仕事の他に、栄養サポートチームという医療チームの一員としても活動をしています。チームの中で、薬剤師としての立場から患者さんのサポートをできるよう、研鑽を積んでいきたいです。



臨床検査科 佐々木 陽菜

Q1. なぜ臨床検査技師になろうと思ったのですか。

母が看護師として働く姿を見て自分も医療に携わる仕事がしたいと考えました。心電図などの波形や、検査結果の数字をみて考える方が好きで自分に合っていると思い臨床検査技師を選びました。

Q2. 臨床検査技師の仕事をしていて良かったと思うことを教えてください。

まだ働き始めて半年ほどで技師としてはまだまだですが、自分とった心電図や検査結果が医師の診断や治療方針の決定に役立っていたり疾患の早期発見につながっていたりすると臨床検査技師になってよかったなと思います。

Q3. これから頑張りたいことを教えてください。

検査科の一員としてより正確で迅速な検査が行えるように知識、技術の向上に努めます。特に心電図判読スキルを磨くために積極的に経験を積んで頑張りたいです。



☒胃腸科
 ☒肛門科
 ☒内科
 ☒外科
☒整形外科
 ☒リハビリテーション科
 ☒循環器科

医療法人 山中クリニック

相鉄いすみ野線
緑園都市駅
より徒歩1分



当院は相鉄線緑園都市駅西口のロータリーに面したビルの2階にあります。平成5年の開院以来、内科・外科・整形外科など幅広い診療を行っております。

病気は早期発見・早期治療が大切と考え、健康診断を積極的に実施しています。特に悪性腫瘍の早期診断に力を入れており、胃内視鏡検査、腹部エコー検査、大腸がん検診、肺がん検診、前立腺がん検診などを行っております。検査は安全かつ苦痛の少ない方法を心がけ、必要に応じて専門病院に紹介しております。また高血圧症、糖尿病、脂質異常症などの慢性疾患の治療や、風邪、外傷などの一般診療も行っており、地域の皆様の健康維持に努めております。

院長 山 中 康

診療時間	時 間	日	月	火	水	木	金	土	祝
午 前	8:50~12:30	×	●	●	●	●	●	●	×
午 後	15:00~18:30	×	●	●	×	●	●	—	×
午後(土)	14:00~16:00	×	—	—	×	—	—	●	×

休診日：日曜・祝日

医療法人 山中クリニック

所 在 地：〒245-0002 横浜市泉区緑園3丁目2-8

アーカス2F

TEL：045-812-6670 / FAX：045-812-2171



胃の検査（内視鏡）を安全に留意し、患者さんに苦痛を与えないように行っています。

管理栄養士の



Recipe
No. 34

作り方

ヤリイカ…内臓を取り除き、胴は1.5cm幅・足は吸盤を取って1本ずつ切り離す
大根…1.5cm幅の、ちよう切り
生姜…薄切り

- ① 大根は米のとぎ汁で下茹でをする。
- ② 鍋に出し汁・清酒・みりん・醤油を入れ煮立て、ヤリイカをさっと煮て取り出し、大根を入れる。
- ③ 煮立ったら弱火にし、落し蓋をして15分煮る。
- ④ ③にヤリイカを戻して、煮汁が少なくなるまで煮詰める。

疲労回復にお役立ち！イカ大根

栄養価（1人前）／エネルギー：164kcal 蛋白質：16.2g
脂質：1.0g 炭水化物：16.0g 塩分：1.8g

材 料（1人前）

★ヤリイカ（小1/2杯）：80g ★大根：150g
★生姜：2g ★出し汁：120cc ★酒：大さじ1
★みりん：大さじ1 ★醤油：大さじ1/2

タウリンについて

タウリンは肝臓でLDLコレステロール（悪玉コレステロール）の取り込みを促進し、低下させます。又、肝細胞の再生を促し肝機能を高めます。肝機能が安定していると、代謝がスムーズに行われるため、疲労回復に役立ちます。

年末年始にアルコールを飲み過ぎて肝臓がお疲れ気味の方にもお勧めです。

食品では魚介類に多く含まれますが、今回は産卵期前の冬に身が引き締まって、特に美味しく食べられるヤリイカを使用しました。



1
info

健康懇話会

日時：2026年2月12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：泌尿器科医長 三留 拓



皆さん、こんにちは。人生100年時代を迎え、泌尿器科領域の病気、特に「癌」について関心をお持ちの方が増えています。今回の健康懇話会では、男性に最も多い「前立腺癌」と、男女問わず注意が必要な「膀胱癌」について、最新の知見を交えてわかりやすくお話しします。まず前立腺癌については、採血検査で行う「PSA検査」による早期発見の重要性と、MRI検査について解説します。また、最近の話題としてMRI画像を活用して癌を正確に特定する「MRI融合生検」という新しい検査法をご紹介します。治療に関しては、手術支援ロボットを用いた「RARP（ロボット支援前立腺全摘除術）」が主流となり、体への負担が大幅に軽減されている現状をお伝えします。次に膀胱癌については、痛みのない血尿などのサインを見逃さないための知識や膀胱癌の治療法を解説します。こちらでも、繊細な操作で合併症を減らす最新のロボット手術「RARC（ロボット支援膀胱全摘除術）」が普及し始めています。「最新の手術はどんなもの?」「検診はいつ受けるべき?」といった皆様の疑問や不安を解消できるよう、丁寧に解説いたします。

2
info

2 B病棟患者さんの作品



今月の「作業活動」のモチーフは「柿」としました。折り紙を使用し切る、折る、貼るという作業を通して、「手指の巧緻性（手先や指先を器用に動かす能力）向上」、「注意力の向上」、「記憶力の向上」、「両手の協調性の向上」を目的に行っています。

また「干された柿」ということから季節感を感じることができ、それぞれ個性のある「柿」に「おいしそうね」「ずいぶん上手にできたわね」などのコミュニケーションが生まれる場面も見られました。

集団で行うことで「楽しみながらリハビリをする」
ことで自然と体も元気になっていくことはとても
大切なことです。

3
info

当院での出産を予定されている方へ

分娩費用の価格改定のお知らせ

光熱費を含め、分娩に使用する医療器材や衛生材料費などの価格高騰に伴い、分娩予定日が2026年5月1日以降の方より分娩費用を改定することいたしました。

出産を予定されている方やご家族にはご負担をおかけいたしますが、今後も安心安全な分娩体制を維持してまいりますので、何卒ご理解賜りますようお願い申し上げます。

【改定前】 565,000 円～

【改定後】 590,000 円～



※出産費用は出産方法、
治療内容等により変わります。

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4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