

国際親善総合病院
病院だより

NO. 286
Spring
 2026.4



眼科スタッフ一同

新任医師のご紹介 …………… 2	あなたの街のお医者さん …………… 7
～肥満症外来～ 開設にあたり …………… 3	メディカルレシピ …………… 7
特集 加齢黄斑変性とはどんな病気? … 4	INFOMATION …………… 8
スマートフォンのマイナ保険証利用について … 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

令和8年6月1日より医療費の金額が変更になります

令和8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、約15年後を見据えた地域医療圏での医療機能分化、医療機関連携を推し進めるためや人件費高騰・物価上昇等により多くの医療機関の経営が悪化し危機的状況に陥り医療機能を維持できなくなり閉院するなどの医療で起こっている課題に対応するために行われるものです。

<令和8年度診療報酬改定の基本指針>

1. 物価や賃金、人手不足等の医療機関等を取りまく環境の変化への対応
2. 2040年頃を見据えた医療機関の機能の分化・連携と地域における医療の確保、地域包括ケアシステムの推進
3. 安心・安全で質の高い医療の推進
4. 効率化・適正化を通じた医療保険制度の安定性・持続可能性の向上

★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、患者さんに対して行った診療行為や持ち合わせている医療機能による病院の評価を基に、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、重点課題に関する内容が、一部変更となります。

HOME PAGE



新任医師のご紹介

New doctors profile

この春から加わる新しい先生をご紹介します。

病院理念である良質・親切・信頼される医療の実施に努めてまいります。



- ① 渡部 衛
- ② わたなべ まもる
- ③ 消化器内科
- ④ 川崎医科大学
- ⑤ 平成28年



- ① 米井 翔一郎
- ② よねい しょういちろう
- ③ 消化器内科
- ④ 横浜市立大学
- ⑤ 平成30年



- ① 久米 菜緒
- ② くめ なお
- ③ 消化器内科
- ④ 横浜市立大学
- ⑤ 令和2年



- ① 平松 直樹
- ② ひらまつ なおき
- ③ 消化器内科
- ④ 琉球大学
- ⑤ 令和3年



- ① 山崎 皓平
- ② やまざき こうへい
- ③ 循環器内科
- ④ 横浜市立大学
- ⑤ 令和6年



- ① 橘 幸治
- ② たちばな こうじ
- ③ 内分泌・代謝内科
- ④ 筑波大学
- ⑤ 平成28年



- ① 奥村 悠
- ② おくむら ゆう
- ③ 腎臓・高血圧内科
- ④ 琉球大学
- ⑤ 令和6年



- ① 田邊 優
- ② たなべ まさる
- ③ 整形外科
- ④ 東邦大学
- ⑤ 平成30年



- ① 明石 光太郎
- ② あかし こうたろう
- ③ 整形外科
- ④ 琉球大学
- ⑤ 令和5年



- ① 井口 義人
- ② いぐち よしひと
- ③ 整形外科
- ④ 京都府立医科大学
- ⑤ 令和5年



- ① 三井 章平
- ② みつい しょうへい
- ③ 眼科
- ④ 杏林大学
- ⑤ 平成30年



- ① 玉木 京
- ② たまき きょう
- ③ 耳鼻咽喉科
- ④ 東京女子医科大学
- ⑤ 令和4年



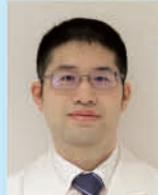
- ① 石橋 裕香里
- ② いしばし ゆかり
- ③ 泌尿器科
- ④ 横浜市立大学
- ⑤ 平成29年



- ① 幸池 毅留
- ② こういけ たける
- ③ 泌尿器科
- ④ 東邦大学
- ⑤ 令和6年



- ① 森川 友郎
- ② もりかわ ともろう
- ③ 画像診断・IVR科
- ④ 愛媛大学
- ⑤ 平成29年



- ① 吉藤 正泰
- ② きとう まさやす
- ③ 麻酔科
- ④ 産業医科大学
- ⑤ 平成25年



- ① 大井 智
- ② おおい さとし
- ③ 麻酔科
- ④ 聖マリアンナ医科大学
- ⑤ 平成28年



- ① 氏名
- ② よみがな
- ③ 診療科
- ④ 卒業大学
- ⑤ 医師免許取得年



肥満症外来・タイカン外来へ開設にあたり

皆さんは肥満と肥満症との違いはお判りでしょうか。

肥満は体格の指標であるBMI (Body Mass Index) が25以上という状態を表す言葉です。肥満症とは、単に体重が多いただけではなく、肥満によって

健康上の問題が起きている状態を指します。ここで大切なのが

肥満症は、肥満が原因となって高血圧・脂質異常症・糖尿病・脂肪肝・睡眠時無呼吸症候群、膝や腰の痛みなどの健康障害がみられる、あるいは内臓脂肪の蓄積が強く将来の合併症リスクが高いために治療が必要な病気であるということです。★1)

肥満のメカニズムには、食事や運動などの生活習慣だけではなく、環境因子や、神経内分泌因子・代謝因子、遺伝的因子など様々な要因が関与しています。肥満は個人の意志の弱さの原因だ、という考えは今や誤った認識であるといえます。

肥満症は動脈硬化を進め、心筋梗塞や脳卒中のリスクを高めるため、循環器疾患の上流に位置する病態と捉え、その介入が重要であるため、私も循環器内科がその治療に取り組むこと

になりました。

当院では肥満症を対象とする外来を『血管を守る体重管理外来へタイカン外来』と呼称することにしました。問診・血液・画像検査・栄養相談を通じて患者さん個々人の現状を確認し、治療介入が必要な健康障害があればそれに迅速にアプローチを開始していき、栄養指導・個人面談を通じて体重管理を試みます。勿論食事・運動だけでなく、痩せないのは前述の通りです。その中で必要に応じた薬物療法も導入していきます。★2)

糖尿病治療薬として上梓されていたGLP-1/GIP受容体作動薬(ゼップパウンド®)という自己注射薬が肥満症に対する治療適応となり、その減量効果はエビデンスが豊富で生命予後の改善も多く認められています。

『肥満』になった貴方の意志

肥満症治療の目的と日本肥満学会が目指すもの



の弱さ・生活習慣だけが問題なわけではなく、『肥満症』は治療が必要な歴とした病気なのです。少しでも気になる方はどうぞお気軽にご相談ください。TOEIN (タイカンせよ)!!

- **肥満の定義**
脂肪組織に脂肪が過剰に蓄積した状態で、体格指数 (BMI = 体重(kg)/身長(m)²) ≥ 25 のもの。
- **肥満度分類の判定**
BMI に基づき表 1-3 のごとく判定する。また、BMI ≥ 35 (≧肥満3度) を高度肥満の定義とする。
- **肥満症の定義**
肥満にお因りし、関連する健康障害を合併するか、その合併が予測され、医学的に減量を必要とする疾患。
- **肥満症の診断**
肥満と判定されたもののうち、表 1-2 の 1) に示す「肥満症の診断に必要な健康障害」を合併する場合、肥満症と診断する。内臓脂肪型肥満と診断される場合は、現在健康障害をとらなくても、肥満症と診断する。

表 1-3 肥満度分類

BMI (kg/m ²)	判定	WHO 基準
BMI < 18.5	低体重	Underweight
18.5 ≤ BMI < 25	普通体重	Normal range
25 ≤ BMI < 30	肥満 (1度)	Pre-obese
30 ≤ BMI < 35	肥満 (2度)	Obese class I
35 ≤ BMI < 40	肥満 (3度)	Obese class II
40 ≤ BMI	高度肥満 (4度)	Obese class III

内臓脂肪型肥満の診断
ウエスト周囲長のスクリーニングにより内臓脂肪面積を調べ、腹部CT検査などによって内臓脂肪面積 ≥ 100cm² が測定できれば、内臓脂肪型肥満と診断する。

★ 1 日本肥満学会編：肥満症診療ガイドライン2022、ライフサイエンス出版、2022、P1-2

★ 2 日本肥満学会編：肥満症診療ガイドライン2022、ライフサイエンス出版、2022、P4

加齢黄斑変性とはどんな病気？

眼科部長 大西純司

はじめに

加齢黄斑変性は、加齢により網膜の中心部である黄斑に障害が生じ、見ようとするところが見えにくくなる病気です。欧米では成人の失明原因の第1位で、日本でも人口の高齢化と生活の欧米化により近年著しく増加しており、失明原因の第4位となっております。

黄斑とは

黄斑とは網膜の中心にある直径1.5mm〜2mm程度の小さな部分の名称です。黄斑の中心は中心窩と呼ばれ、黄斑にはキサントフィルという色素が豊富にある

ために黄色をしています。黄斑は大変小さな部分ですが、障害されるとそれ以外に網膜に異常がなくても視力が著しく低下します。網膜の下には網膜色素上皮という一層の細胞があり、その下に脈絡膜という血管に富んだ組織があります。網膜が正しく働くためには網膜の下にある網膜色素上皮やその下にある脈絡膜が正しく働く必要があります。

加齢黄斑変性とは

年齢を重ねるとともに網膜色素上皮の下に老廃物が蓄積してきます。それにより直接あるいは間接的に黄斑部が障害される

病気が加齢黄斑変性です。

加齢黄斑変性には大きく分けると萎縮型と滲出型の2つの種類があります。萎縮型は網膜色素上皮が徐々に萎縮していき、網膜が障害され視力が徐々に低下していく病気です。滲出型は異常な血管（脈絡膜新生血管）が脈絡膜から網膜色素上皮の下、あるいは網膜と網膜色素上皮の間に侵入して網膜が障害される病気です。異常な血管は血液の成分を漏出させ、破れて出血となり網膜を障害します。血液成分が漏出すると網膜がむくんだり、網膜下に液体が溜まるため、網膜が正しく働かなくなり視力が低下します。

加齢黄斑変性の症状

(1) 変視症

網膜の腫れや網膜の下に液体が溜まると網膜がゆがみます。ゆがんだフィルムで写すとゆがんで写るように、ゆがんだ網膜で見るとものがゆがんで見えます。中心の「黄斑部」は障害されませんが、周辺部は障害されないため、中心部はゆがんで見えても周辺部は正しく見えます。

(2) 視力低下、中心暗点

さらに黄斑部の網膜が障害されると、真ん中が見えなくなり（中心暗点）、視力が低下します（図1）。視力低下が進行すると運転免許の更新や字を読む

図1. 加齢黄斑変性の症状（中心部のゆがみと中心暗点）
出典／公益財団法人 日本眼科学会ホームページ参照



たりすることができなくなりま
す。通常、視力低下は徐々に進
行し、治療をしなければ多くの
患者さんで視力が0.1以下になり
ます。網膜下に大きな出血が起
こると突然、著しい視力低下が
起こることがあります。萎縮型
と滲出型を比べると、滲出型の
方が早く進行します。

(3) 色覚異常

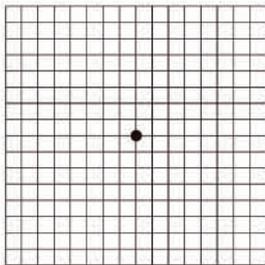
症状が進んでくると色が分か
らなくなってきました。

加齢黄斑変性の検査

(1) アムスラー検査

基礎の目のような図を見ても
らい、格子のゆがみを調べる検
査です。変視症を早くから検出
することができず。簡便な検
査ですので、自宅でもできます
（片眼ずつ検査する必要があります）（図2）。

正常な見え方



加齢黄斑変性症の場合の見え方

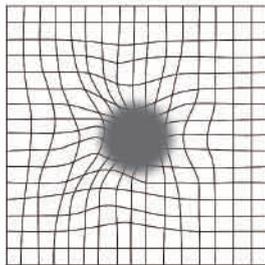


図2. アムスラー検査
出典／公益財団法人 日本眼科学会ホームページ参照

(2) 眼底検査

眼科医が網膜の状態を詳しく
観察する検査です。網膜の状態
が詳しく分かり、出血や新生血
管が分かります。（図3）。

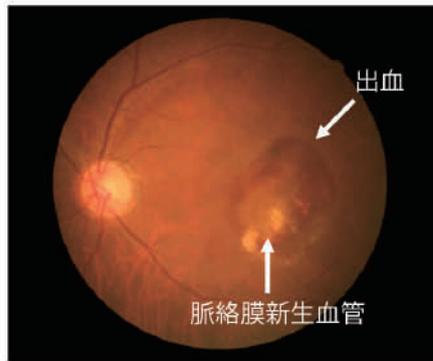


図3. 眼底写真でみる網膜の出血
出典／公益財団法人 日本眼科学会ホームページ参照

(3) 造影検査

蛍光色素を含んだ造影剤を腕
の血管から注射して、眼底の写
真や動画を撮影する検査です。
フルオレセイン造影検査とイン
ドシアニングリーン造影検査の
2種類の検査があります。新生
血管の位置やタイプ、広がり、
血管からの水分のもれ具合など
がわかります。

(4) 光干渉断層計

Optical coherence
tomography : OCT

網膜の層構造を断面的に詳しく
観察する検査です。新生血管
の性状や網膜のむくみの程度な
どを立体的に把握し、評価する
ことができます。短時間で検査
ができ、造影剤を使わないので
患者さんに負担が少ない検査で
あり、頻回に検査を行うことが
できます（図4）。

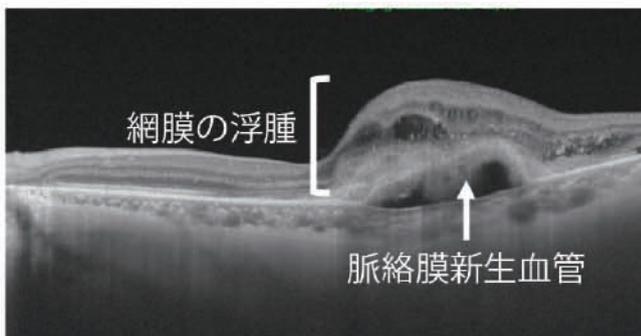


図4. 光干渉断層計
出典／公益財団法人 日本眼科学会ホームページ参照

スマートフォンのマイナ保険証利用について

2026年1月よりスマートフォンをマイナ保険証としてご利用いただけます。健康保険証の利用登録がされたマイナンバーカードをスマートフォンに追加することで、カードを取り出すことなく、スマートフォンをかざして、医療機関・薬局でご利用できます。スマートフォンのマイナンバーカードを追加した場合でも、実物のマイナンバーカードは引き続きご利用いただけます。

■スマートフォンへのマイナンバーカードの追加は任意です。

■ ■ ■ スマートフォンをマイナ保険証として利用するための事前準備・設定 ■ ■ ■

【事前に準備するもの】

- ① 実物のマイナンバーカード
- ② 最新のマイナポータルアプリ
- ③ 券面入力用暗証番号（数字4桁）※ iPhoneのみ
- ④ 署名用パスワード（英数字6～16文字）



① 実物のマイナンバーカード



② 最新のマイナポータルアプリ



③ マイナンバーカード券面
入力用暗証番号
（数字4桁）



④ マイナンバーカードの
署名用パスワード
（数字6～16文字）

【設定】 ステップ1、ステップ2の設定を行ってください。

・ステップ1 健康保険証の利用登録

※スマートフォンからマイナポータルにログインして、マイナンバーカードの健康保険証の利用登録を行ってください。

・ステップ2 マイナンバーカードをスマートフォンに追加する

※最新のマイナポータルアプリから、スマートフォンのマイナンバーカードの利用申請・登録を行ってください。（すでにマイナポータルアプリをダウンロード済みの場合も、最新のバージョンにアップデートしてから利用申請・登録を行ってください）



マイナポータルアプリ

1. マイナポータルアプリのダウンロード
マイナポータルアプリのダウンロード・最新のバージョンへのアップデート
2. マイナンバーカードをスマートフォンに追加する利用申請・登録
※対応している機種：iPhone / Android



☑内 科 ☑消化器内科 ☑内視鏡内科

いずみゆめが丘内科クリニック

横浜市営地下鉄
下飯田駅
より徒歩20秒

当院は消化器・内視鏡内科とかかりつけ内科として、日々診療にあたっています。

① 消化器・内視鏡内科

消化器癌の早期診断・見過ごせない脂肪肝等の診療に尽力しています。『内視鏡検査をもっと身近なものに』を掲げてWEB予約、鎮静剤、女性医師在籍、週末検査などの取り組みをしています。

② かかりつけ内科

当院ではバックグラウンドの異なる複数の医師（女性医師も在籍）で、幅広く内科疾患に対応しています。

消化器や呼吸器疾患の専門の医師が在籍しています。日常の体調不良、健診異常や生活習慣病についてもお気軽にご相談ください。

院長 猪 聡 志

いずみゆめが丘内科クリニック

所在地：〒245-0019 横浜市泉区ゆめが丘61-4
ゆめが丘クリニックモール1F

TEL：045-392-8208

ホームページ：

<https://izumiyumegaoka-naika.com/>



クリニックモールに隣接する駐車場があります。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00	○	○	○	★	○	○	—
12:00~13:00	◆	◆	◆	◆	◆	◆	—
13:30~17:00	○	○	○	—	○		—

○：外来と検査 ◆：検査のみ ★：第1木曜日は定期休診日
午前は11：30までに、午後は16：30までに受付をお願いします。
※金曜日・土曜日は12：00までに受付をお願いします。
※女性医師による内視鏡検査は第3土曜日に実施予定です。
休診日：第1木曜日、日曜日、祝日

管理栄養士の



Recipe No. 35

作り方

- ① 白玉粉に絹ごし豆腐を加えてよく練り、耳たぶくらいのかたさにする。
- ② 1/2大に丸め、真ん中を少しくぼませる。
- ③ 沸騰している湯の中に入れ、浮き上がるまで茹でる。
- ④ 浮き上がりから1~2分茹でた後にすく、上げ、氷水で冷やす。水気を除き、器に盛り、きな粉と砂糖をかける。

低カロリー甘味、豆腐白玉きなこ

栄養価（1人前）／エネルギー：77kcal 蛋白質：2.5g
脂質：1.2g 炭水化物：14.9g 塩分：0.0g

材 料（1人前）

★絹ごし豆腐：15g ★白玉粉：15g
★砂糖：小さじ2/3（2g） ★きなこ：小さじ1弱（2g）

気温も暖かくなり桜が綺麗な季節となりました。今回はお花見シーズンに低カロリーで楽しめる「豆腐白玉きなこ」をご紹介します。

「畑のお肉」と称される大豆は良質なたんぱく質が豊富で、必須アミノ酸をはじめ、脂質、ビタミン、ミネラルなどをバランスよく含んでいます。加えて、更年期障害の予防や緩和、骨粗鬆症の予防などに期待できるイソフラボンや抗酸化作用のあるサポニン、細胞膜などの体内に広く構成されているレシチンも含んでいる特徴があります。

◇白玉粉と豆腐を半量ずつにすることで、通常の半分程のエネルギー量となります。間食のエネルギーを控えたい方、たんぱく質を補給したい方におすすめです



