

# みなみかぜ

2011. 秋季号



## 南ヶ丘病院のビジョン

地域の皆様に、  
急性期、慢性期、在宅医療において  
安全、安心を提供し、  
さらに感動していただける、  
笑顔をもたらえる医療を目指します。

### 《基本方針》

- 1 私たちは全ての人に敬意を持って接し、満足を得られるよう最大限の努力をします
- 2 私たちは説明と同意に基づき、良質な医療を提供します
- 3 私たちは職員一人一人の貢献とその成長を応援します
- 4 私たちは安全に対して細心の注意を払います
- 5 私たちは快適で暖かい環境づくりに努めます



### 目次

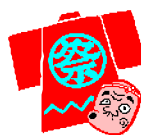
- P1 南ヶ丘病院のビジョン  
創立33周年記念 病院祭 のお知らせ
- P2 連載 1 DOCTOR'S INTERVIEW  
整形外科医師 宮崎 俊聡 院長
- P3 ロコモティブ・シンドローム予防体操  
リハビリ栄養
- P4 新しい内視鏡技術 N B I
- P5 各種健康診断のご案内
- P6 担当医表&診療時間&アクセス

news

## 創立33周年記念 病院祭

### 「質の良い医療をめざして」のお知らせ

特定医療法人 扇翔会 南ヶ丘病院は、今年で創立33年を迎えます。恒例の病院祭を今年も開催。日頃のご支援に感謝の気持ちを込めて、皆様をお迎えしたく存じます。たくさんの方々のご参加を心よりお待ちしております。



| 日時 | 9月18日(日) 10:00~14:00

| 場所 | 南ヶ丘病院&駐車場

| タイムスケジュール |

- |        |                                                                 |
|--------|-----------------------------------------------------------------|
| 10:00~ | 当院整形外科 植田医師 記念講演<br>「その時、医者は何を考えているのか? 整形外科編」<br>——腰痛・下肢痛を中心に—— |
| 11:00~ | 額中学校吹奏楽部 演奏                                                     |
| 12:00~ | 箏 ミニコンサート                                                       |
| 13:40~ | 豪華抽選会                                                           |
| 14:00  | 終演                                                              |

2年連続  
全国大会  
「普門館」  
出場!

#### 模擬店●11時~14時まで開催

焼きそば、うどん、カレー、フランクフルト、たい焼き、ベビーカステラなど。射的、スーパーボール他ゲームもご紹介します。

#### バザー●11時~、13時~ 開催

売上金は全額、東日本大震災の被災者の方々へ義援金として寄付いたします。ご協力お願い致します。

#### 豪華抽選会●13時40分~ 開催

自転車、任天堂DS、10万円相当の人間ドック無料券などを予定しております。

## 連載 1

## DOCTOR'S INTERVIEW

### DOCTOR'S INTERVIEW | 南ヶ丘病院の医師に直撃 Q&A

金沢市南部にお住まいの方々の健康を担う、かかりつけ医をめざしている「南ヶ丘病院」。急性期、慢性期、在宅医療において医療の質の向上はもちろんのこと、気楽に話せる診療を心がけています。当院の医師を毎回一名クローズアップ。



#### PROFILE

整形外科 医師  
みやざき としあき  
宮崎 俊聡 院長

昭和 60 年 信州大学医学部卒  
日本整形外科学会 整形外科専門医  
日本整形外科学会認定スポーツ医

#### オフの時間

##### | 休日の過ごし方 |

テレビを観てゴロゴロする。

##### | 趣味 |

特になし。

##### | ストレス解消法 |

お酒を飲むこと。  
でも最近は健康を考えて酒量を  
半分以下に減らしました。



毎年、病院祭で美味しい焼きそばを作る院長。今年は9月18日に開催。皆さま是非お越し下さい。

機動力や連携のよさが当院の特長。  
職員には、もっともっと幸せに  
なっていただきたいと考えています。

#### Q 医師を目指したきっかけは？

父の存在が一番です。直に父から医者になれ、と言われた事はありませんが、親類とか周りから知らず知らずの内に洗脳されていたようです。高校2年生になって医者になろうと決めました。希望する大学も早々に決め理科の選択科目を生物にしたんですが、同級生に生物を選択した者は誰もおらず、図書室で一人寂しく勉強した事は懐かしい思い出です。

#### Q 医師として最も心がけていることは？

知識や技能の習得はもちろんですが、なにより倣岸不遜にならないよう一番気を付けています。誰とでも同じ目線で接するよう心がけています。

#### Q 院長として目指している病院のあり方とは？

私が院長となった時に作った南ヶ丘病院のビジョンそのものです。そして職員にはもっともっと幸せになっていただきたいと考えています。職員の皆さんが元気になれば、病院はもっと良くなります。

#### Q 南ヶ丘病院の特長は？

私はこじんまりとした病院であるが故の機動力や連携のよさだと考えています。でも未だ十分に使いこなせていない所があり、今までにない新しい発想が必要なのかもしれません。

#### Q 運動器障害の傾向と対策、予防について 教えてください

日本整形外科学会は運動器障害による要介護状態や要介護リスクの高い状態をロコモティブシンドロームと名づけ提唱しています。メタボに比べるとまだまだ浸透していませんが、高齢化社会の今、健康寿命を考えると運動器障害の予防は非常に大切なことです。

#### Q 23年度における職員増員の目的とは？

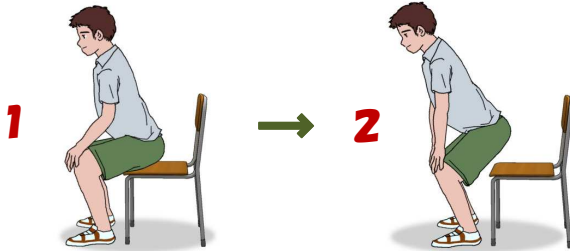
前の質問と関係しますが患者さんの高齢化がどんどん進んでいます。そこでロコモ対策としてリハビリスタッフの充実が必要となっています。さらに医師の獲得に伴いコメディカルの補充も不可欠で、努力をしているところです。

## ロコモティブ シンドローム 予防体操

### ロコモティブシンドローム(運動器障害)予防 | 南ヶ丘病院の理学療法士推薦

運動器障害による要介護状態や要介護リスクの高い状態をロコモティブシンドロームと名づけ提唱しています。メタボに比べるとまだまだ浸透していませんが、高齢化社会の今、健康寿命を考えると運動器障害の予防は非常に大切なことです。当院の理学療法士 山岸 元が薦めるスクワットをご紹介します。是非実践してください。

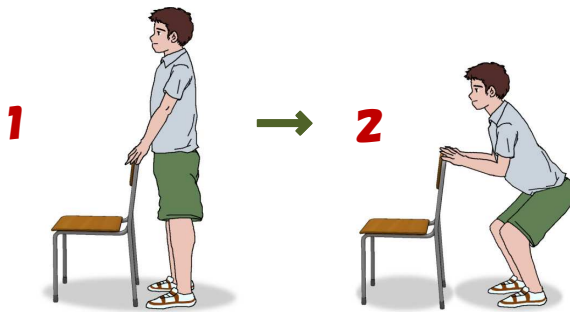
#### 初級編



- 1 椅子に浅く腰かけます。手は膝のうえ、身体は、前に少し倒しましょう。
  - 2 上半身はそのまま、お尻を椅子から少し浮かせて、5秒から10秒ほど静止。椅子に腰かけて元の姿勢に戻しましょう。
- 10回1セット、1日に2~3セットが基本

運動の前は、必ず準備運動をしましょう！ 転倒に注意し、痛みのない範囲で行ってください。

#### 中級編



- 1 椅子の後ろに立ち、背もたれに両手をおきます。足は肩幅に、背筋を伸ばしましょう。
  - 2 股関節で手のひらを挟みこむようなイメージで、お尻から腰を落としていきます。5秒から10秒ほど静止。元の姿勢に戻しましょう。
- 10回1セット、1日に2~3セットが基本

## リハビリ栄養

### リハビリテーションと栄養の関係 | 南ヶ丘病院の理学療法士・管理栄養士に直撃

リハビリの成果をあげるために、栄養とリハビリテーションの相乗効果を考えながら診療を行う「リハビリ栄養」が注目されています。当院でも、各部署が緊密に連携しながら取り組んでいます。



リハビリテーション科  
理学療法士

山岸 元

#### Q 理学療法士という視点から考える 「リハビリ栄養」とは？

介護予防通所リハビリで高血圧、糖尿病など内科的合併症を持つ高齢の患者様を指導した際、どの程度負荷をかけた運動が最適か悩みました。筋力トレーニングやバランス練習で身体機能が改善しないことも多く、運動を行うより栄養状態をみなおした方が成果があがるのではないかと感じました。

#### Q 今後の抱負

栄養と運動は身体機能にとって、車の両輪のようなものだと思います。転倒予防に関しては、30~40年前から生活様式が劇的に変化。栄養や運動の考え方も変える必要があります。それは高齢者から働き盛り、小児にまで大きな変化をもたらしており、リハビリ栄養という観点から今やらなければならないことがたくさんあると思います。



栄養科  
管理栄養士

本間 郁子

#### Q 管理栄養士という視点から考える 「リハビリ栄養」とは？

1日中臥床していても身体の維持には1日あたり、およそ1000~1200kcalのエネルギーが必要です。更に、リハビリを行なうことにより個々に必要なエネルギー量は異なります。リハビリの効果を上げるために個々の活動強度に応じた食事の提供が必要です。

#### Q 今後の抱負

嚥下障害のある方には、その評価結果を受けて適切な食形態の提供を行ない、口から食べることで機能低下の抑制につなげていきます。又、食事をされておりリハビリを行なっている方には、リハビリの強度も加味した栄養量の提供・モニタリングを行ない、リハビリの効果を上げるにつなげていきたいと思っています。



# 新しい 内視鏡技術 NBI

がんの早期発見につながる NBI | 南ヶ丘病院の消化器外科 矢崎医師に直撃

がんを治すには早期発見が重要です。今回は、初期のがんの特徴的な変化を見つけやすくする新しい内視鏡技術「NBI」に注目。当院の、消化器外科 矢崎 潮 医師に教えていただきました。



消化器外科  
矢崎 潮 医師

## Q「NBI」とは？

Narrow Band Imaging (狭帯域光観察)の略称を言い、特殊な光を使って粘膜表面を観察する、内視鏡の新しい技術のひとつです。がんの早期発見につながる技術として注目を集めています。

## Q なぜ「NBI」は早期発見につながりやすいのか？

がん細胞は血管から栄養を補給して増殖するため、がんの始まりには近くに小さな血管が集まりやすくなります。NBIはこうした特徴に強く反応する特殊な光の力で初期がんの特徴的な変化をわかりやすく照らし出します。そのため通常での観察より早期発見につながりやすいと言われています。

## Q「NBI」は、大変な検査なのか？

NBIを用いる検査は、内視鏡の画像をボタンひとつで切り替えるだけなので、通常の内視鏡検査と全く同じです。また、食道・胃・十二指腸・大腸・気管支など幅広い領域でNBIを使うことができます。もちろん当院においてもNBIの検査を導入しております。

### NBI観察により各臓器別に可能となること

- 咽喉頭部・・・咽喉頭がんの同定、深達度診断
- 食道・・・食道がんの同定、深達度診断、パレット上皮（腺がん）の同定、異型度診断
- 胃・・・demarcation line の同定→内視鏡治療の範囲を決定する、組織型診断、胃炎診断
- 大腸・・・上皮性腫瘍の組織型診断、深達度診断

■大腸



通常画像 (拡大)

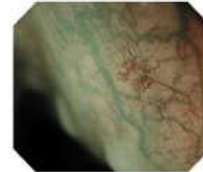


NBI画像 (拡大)

■食道



通常画像 (拡大)



NBI画像

■食道



通常画像

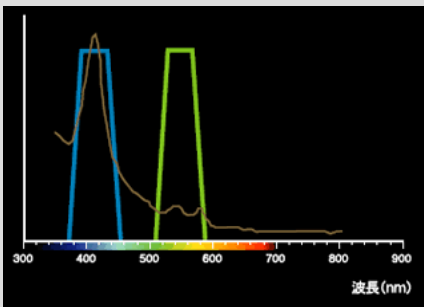


NBI画像



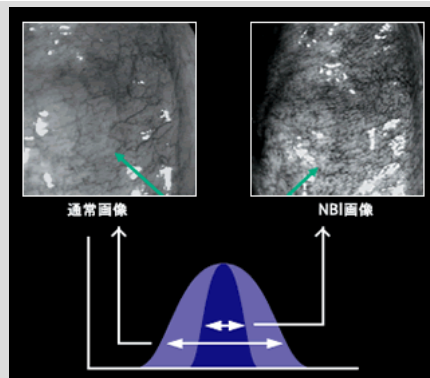
染色画像

## NBIの原理



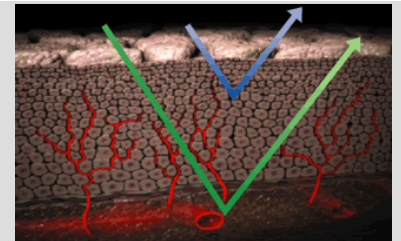
### ① ヘモグロビンの吸収特性

光学フィルタにより、狭帯域光を発生させることができ、この狭帯域光は415nmと540nmの光から構成されています。これらはヘモグロビンに強く吸収される波長であるため、血管像の描写には最適な光となります。



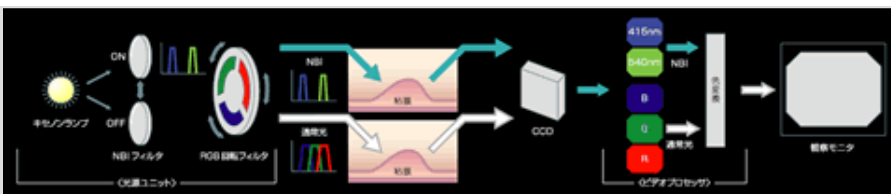
### ② 狭帯域化の効果

波長を415nmと540nmに最適化した上で、そのスペクトル幅を狭帯域化することにより、粘膜表層の血管の走行状態を顕在化させることができます。



### ③ NBI画像について

415nmと540nmでは粘膜組織への伝播深度が互いに異なります。415nmの狭帯域光は粘膜表層の血管像を茶系の色調で、540nmの狭帯域光は表層下の血管像を青系の色調で描写されます。この色調の違いによって血管の走行状態の表現が可能となります。



### ④ NBIのイメージングプロセス

光路上に狭帯域の光を通す光学フィルタを挿入し、その反射光を処理回路により画像化します。

## 各種 健康診断の ご案内

### 人間ドック、生活習慣病予防健診、すこやか検診 | 南ヶ丘病院の場合

疾病の早期発見と健康管理を目的とした各種健康診断。定期的に受けていれば、万が一の病気も早期に発見でき、早い段階での治療が可能、治癒率も高くなります。16列マルチスライスCT、MRIなど高機能な機器に加え、高度な技能で信頼される内視鏡検査など、当院では質の高い健康診断が可能です。



**| 16列マルチスライスCT |**  
全身の断層面をごく短時間で複数枚撮影することが可能。放射線被曝も低量で検査できます。



**| MRI |**  
磁気を利用して身体のあらゆる断面を撮影することができます。



**| 内視鏡室 |**  
高度な技能で信頼される当院の内視鏡は、常時3台稼働が可能です。

### 人間ドック | 1泊2日・1日・半日コース

#### 全コースに含まれる項目

総合診断、身体計測、データ管理、尿検査、血液学的検査、生化学的検査（Ⅰ）、生化学的検査（Ⅱ）、免疫学的検査、CT検査、胸部レントゲン検査、超音波検査（頸動脈含）、内視鏡検査（胃）、甲状腺ホルモン、心電図検査、肺機能検査

※ その他コースにより

便検査（2回法）、MRI検査（MRA含）、糖負荷試験、個室・必要物品のご利用、食事

※ オプション

PSA精密、マンモグラフィー、乳腺超音波、骨密度検査、眼底・眼圧検査、ABI検査

**料金** 【1泊2日コース】 52,000円～  
【1日コース】 50,330円～  
【半日コース】 40,097円～

協会けんぽご加入者の受診に対し、**年度内1回の補助**があります。  
充実した内容の健診が以下の負担金で受診できます。

### 生活習慣病予防健診

#### 実施項目 ※35歳～74歳の方が対象

問診、触診、身体計測、胸囲、視力、聴力、血圧、理学的検査、尿検査（蛋白・尿糖・潜血）、血液学的検査（ヘマトクリット値・血色素・赤血球数・白血球数）、生化学的検査（血糖値・総コレステロール・HDLコレステロール・LDLコレステロール・中性脂肪）（GOT・GPT・γ-GTP・クレアチニン・尿酸）（アルカリフォスファターゼ）、心電図検査（12誘導）、胸部レントゲン検査、胃部レントゲンもしくは内視鏡検査、便潜血（2日法）その他、眼底検査、40歳・50歳の方が対象の付加検診、乳がん検診、子宮がん検診、肝炎ウイルス検査などもございます。

**料金** 一般健診6,270円

受診期間は、10月末で終了です。  
10月は、たいへん混み合いますので、お早めに受診下さい。

### すこやか検診

#### 特定健診（900円）

問診、身体計測、胸囲、理学的検査・血圧測定、尿検査、血液検査、循環器検査、ECG（眼底）、胸部レントゲン検査

**肝臓検診（700円）** 免疫学的検査

**前立腺がん検診（400円）** 生化学検査

**肺がん検診（800円）** 胸部レントゲン検査

**肺がん検診（500円）** 喀痰細胞診検査（ハイリスク該当者のみ）

**胃がん検診（1500円）** 胃部レントゲン検査、胃部内視鏡検査

**大腸がん検診（400円）** 便ヒトヘモグロビン検査（2日法）

**乳がん検診（800円）** 問診、視診、触診、マンモグラフィ検査

**骨粗しょう症検査（300円）** DXA

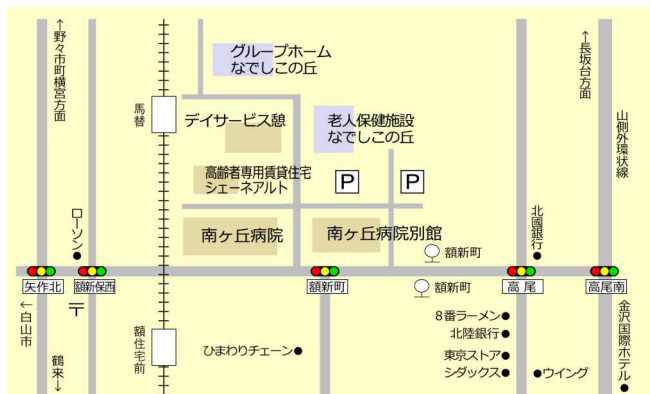
# 南ヶ丘病院 診療担当医表

内視鏡検査、午後からも可能です。

平成23年9月1日現在

午前: 9:00~12:30 午後: 14:00~18:00	内科						形成外科	外科				整形外科		リハビリテーション科	脳神経外科	
	呼吸器	一般	血液免疫	循環器	呼吸器	一般		呼吸器 消化器	消化器	消化器	消化器	6	9			
診察室	5	4	3		2	別館	14	15	16	19	20	6	9	別館	21	
月	午前	向坂	瀬澤		石田	地引	牧野	辻		森永	川尻	矢崎(新患)	院長(再来)	植田(新患)	桜井	山嶋
	午後	向坂	瀬澤					辻		森永	川尻	矢崎(新患)		菅沼	桜井	
火	午前	向坂	瀬澤	森下		地引	牧野	辻		森永(新患)	川尻	矢崎	院長(新患)	植田(再来)	桜井	
	午後		瀬澤	森下		地引		辻		森永(新患)	川尻	矢崎	院長		桜井	
水	午前	向坂	瀬澤			地引	牧野	辻		森永	川尻	矢崎(新患)	院長(再来)	植田(新患)	桜井	
	午後	休診														
木	午前	向坂	瀬澤			地引	牧野	辻	林	森永(新患)	川尻	矢崎	院長(新患)	植田(再来)	桜井	
	午後	向坂	瀬澤			地引		辻	林	森永(新患)	川尻	矢崎		中瀬	桜井	
金	午前	向坂	瀬澤			地引	牧野	辻		森永	川尻	矢崎(新患)	院長(再来)	植田(新患)	桜井	
	午後	向坂		高松	藤野 (第4週 16時~18時)	地引		辻		森永	川尻	矢崎(新患)		植田	桜井	
土	午前	向坂	瀬澤		藤野	地引	牧野	辻		森永(新患)	川尻	矢崎		出村(奇数週) 丹沢(偶数週)	桜井	山嶋
	午後	休診														

## 【病院までのアクセス】



- 北陸鉄道石川線  
馬替駅下車 徒歩約3分
- 北鉄バス (四十万行)  
光が丘口下車 徒歩約10分
- 北鉄バス (額住宅前行)  
額新町下車 徒歩約2分
- お車  
JR金沢駅より 約20分  
※駐車場あり 収容台数193台

## 【診療時間と休診日】

診療担当医のスケジュールは、ホームページでもご覧になれます。学会や手術などにより、休診もしくは診察時間が変わることがございます。詳しくは、お電話にてご確認ください。

■診療時間	平日	AM 9:00~AM 12:30 PM 2:00~PM 6:00
	水・土曜日	AM 9:00~AM 12:30
■休診日	日・祝祭日・8月15日 12月30日午後~1月3日	



〒921-8141 石川県金沢市馬替2丁目125番地  
TEL (076) 298-3366 (代) FAX (076) 298-9276  
<http://www.minamigaoka-hp.or.jp>  
編集・発行 ● 企画広報室 (内線153)