

## 原田病院外来診察担当表 (2020年4月～)

●診察時間:午前9時～12時 午後4時～6時 ●受付時間:午前9時～12時 午後3時30分～6時

☆当院では待ち時間短縮のため午前中の診察は予約制となっております☆

□一般内科外来 □糖尿病外来 □泌尿器科外来 □整形外科外来 □慢性腎臓病(CKD)外来 □在宅血液透析(HHD)外来

		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	1診	山下(和)	山下(秀)	重本	西澤	小野	重本
	2診	土井	西澤	水入(腎臓内科)	水入(腎臓内科)	山下(秀)	山下(和)
	3診	佐々木	大下	土井	小野	大下	佐々木
	4診 DM	内藤(則)	小林(貴)	内藤(則)	向井	向井	DM 広大
	5診	安達	原田	海老沢(初診)	小林(貴)	松坂	(第1・3・5週目) / (第2・4週目) 土井俊郎(整形) / 岡野(整形)
	6診 初診	森井	松坂	大久保	佐伯	長澤	小林(知)
	7診	血液内科 藤井	藤田	藤田	藤田	藤田	広大
	8診	—	—	—	—	—	長澤
	放射線科	石根	石根、広大	石根	石根、広大	石根、広大	広大
午後	1診	15:30～16:00(予約) /16:00～18:00 佐伯	16:00～18:00 長澤	16:00～18:00 土井	15:30～16:00(予約) /16:00～18:00 大久保	15:30～16:00(予約) /16:00～18:00 弓場	15:30～16:00(予約) /16:00～18:00 森本→森井(6月より)
	2診	14:30～16:30(不定期) 呼吸器 濱田	14:00～16:00/16:00～18:00 特定健診 海老沢/弓場 呼吸器/一般内科 宮本	14:00～15:00/16:00～18:00 特定健診 海老沢/弓場	14:00～16:00 PD 西澤	16:00～18:00 呼吸器 濱田	15:00～17:00 DM 広大
	3診	—	14:20～16:00 CKD 水入	15:00～18:00(第2・4週) 血液内科 医師	14:40～16:20 CKD 水入	14:30～16:00 CKD 西澤	—
	4診	14:30～18:00 中島	14:00～16:30(第2・4週) 循環器 中野	13:00～14:00 禁煙外来 内藤(則) 16:30～18:00 HHD 西澤	—	—	—
	5診	14:30～18:00 中島	15:30～17:30 原田	15:40～17:40 佐々木	—	—	—
	7診	13:00～16:00 フットケア 大下	13:30～16:30 リウマチ・膠原病 河野	14:00～17:00 循環器 秦	—	13:30～16:30 リウマチ・膠原病 須磨	—
		放射線科	石根	石根	石根	—	石根

※手術・救急・学会などにより担当医が予告なく変更になることがあります。

### 一陽会

**原田病院** 院長 重本 憲一郎

〒731-5134 広島市佐伯区海老山町7番10号  
TEL 082-923-5161 FAX 082-921-8035

**一陽会クリニック** 院長 碓井 公治

〒731-5133 広島市佐伯区旭園10番3号  
TEL 082-924-0033 FAX 082-924-0037

**デイケアあさひ** 所長 寺澤 由香

〒731-5133 広島市佐伯区旭園9番31号  
TEL 082-943-8610 FAX 082-943-8600

**イーストクリニック** 院長 有田 美智子

〒732-0814 広島市南区段原南1丁目3番53号 広島イーストビル6F  
TEL 082-506-0123 FAX 082-567-7115

**横川クリニック** 院長 内藤 隆之

〒733-0011 広島市西区横川町2丁目7番19号 横川メディカルプラザ3F  
TEL 082-231-0111 FAX 082-231-0155

**グランホームあさひ** 施設長 三上 タ子

〒731-5133 広島市佐伯区旭園9番31号  
TEL 082-943-7773 FAX 082-943-8600

**クローバー訪問看護ステーション** 所長 大泉 淳

**クローバー在宅介護支援事業所** 所長 平田 恵美

〒731-5134 広島市佐伯区海老山町7番10号(原田病院内)  
TEL 082-925-6222(訪問看護) 082-925-6221(在宅介護)  
FAX 082-925-6223(共通)

**ケアレジデンス楽々園** 施設長 吉田 美幸

**デイサービス楽々園** 所長 西 幸子

**クローバーヘルパーステーション** 所長 甲斐 慎一郎

〒731-5136 広島市佐伯区楽々園3丁目14番3号  
TEL 082-943-8686(ケアレジデンス楽々園)  
082-943-8585(デイサービス楽々園)  
082-943-7088(ヘルパーステーション) FAX 082-943-8588(共通)

### 発行 一陽会広報委員会

〒731-5134 広島市佐伯区海老山町7番10号  
TEL 082-923-5161(代) FAX 082-921-8035  
ホームページ <http://www.icy.or.jp> E-mail [info@icy.or.jp](mailto:info@icy.or.jp) (一陽会 広報室)  
ご意見・ご質問があれば上記の一陽会広報室までご一報ください。

### 周辺地図



### あとがき

ムスカリの青とスギナの緑の中に茶色く育った表紙の“土筆(つくし)”の写真。近年、日常的にあまり見かけなくなりましたが、この写真を見ると、子供の頃、春になると河原に土筆を探りに行っていたことを思い出します。◆植物図鑑などによると土筆という植物名はなく、正式名称は“スギナ”です。スギナの地下茎は地中で長く伸び、畑を耕して切断してもすぐに再生し、人間の手による除去が困難なことから別名「地獄草」とも呼ばれています。土筆はスギナの地下茎から出てくる胞子茎の事で、文字通り土に筆を逆さに挿したような形状からついた慣用名だそうです。◆ただの雑草と思われるかもしれませんが、実は栄養価が高く、抗酸化成分・カロテンやビタミンEなどを多量に含む薬効を持つ立派な山菜です。抗アレルギー成分を持つ事でも知られており、近年では花粉症対策用のお茶や飴、サプリメントなどでも用いられているそうです。◆新型コロナウイルスの影響で、お花見など春を感じるイベントが軒並み規制される中、散歩がてら人気のない河原に出かけ土筆を採って料理するなど、今年の春の記憶に残しておくのも良いかもしれません。

# あさひ

一陽会広報誌

令和2年  
春号  
vol.64



題名「晩春」

撮影：一陽会クリニック 北森 初男

### 一陽会 基本理念

- 1 愛情ある奉仕の心を以て地域医療・介護に貢献する。
  - 2 和衷協同して技術の向上と人格の形成に努める。
  - 3 誠心と創意工夫を以てその職責を全うする。
- 一陽会職員は、「愛・和・誠」を是訓として、日々の診療にあたっております。

### 患者の権利

- 1 患者は人としての尊厳を維持する権利を有する。  
一陽会の職員は患者のプライバシーの保護に努めるとともに、人としての尊厳を重視する。
- 2 患者は納得できる医療を受ける権利を有する。  
一陽会の職員は患者に必要な情報提供を行い、インフォームドコンセント(説明と同意)に努める。
- 3 患者は医療機関選択の自由の権利を有する。  
患者にはいかなる治療段階においても他の医師等の意見をもとめる権利(セカンドオピニオン等)があり、一陽会はこれを支援する。

### 原田病院 基本方針

- 1 地域ニーズに応える地域密着型の病院をめざす。  
すなわち、高齢化が進む今日、高齢者の急性期医療を担うという当院の役割を明確にする。その為に、病診・病病連携を密にし、紹介患者の受け入れ、及び回復後の逆紹介を励行する。
- 2 医療、介護、福祉の関連機関と協力して、在宅医療を支援・推進する。  
また医療の質を高めることにより早期社会復帰、平均在院日数の短縮をはかり、急性期型病院を維持する。
- 3 腎疾患、糖尿病、透析を中心とした急性期医療を提供する。  
特に透析医療では、当地区において中心的役割を果たすよう努力する。
- 4 患者中心の医療を目指す。  
すなわち患者の権利、尊厳、利益、希望を尊重した医療を実現するため、相談窓口、検討機関を広く設け、積極的に実施する。

## 新理事長就任のご挨拶

令和2年3月1日より、原田知に代わり西澤欣子が医療法人社団一陽会の理事長に就任いたしました。

このたび医療法人社団一陽会の理事長に就任いたしました西澤欣子でございます。

当法人は前理事長の原田知が昭和62年に法人化を行い、原田内科病院から現在の原田病院へ改称、その後3つのクリニックと訪問看護、居宅介護、2つの高齢者住宅と2つの通所介護施設の開設を行うなど、地域の医療と介護に貢献することを目指して事業の拡充に取り組んで参りました。このたび理事長の任を引き継ぐこととなり、その責任の重さをひしひしと感じるとともに、地域の皆さまや当法人の職員のために全身全霊で与えられた職責を全うしようと決意を新たにしております。



さて、医療と介護を取り巻く環境はここ数年大きく変化し、組織の運営も厳しさを増しております。そのような中、一陽会の是訓である「愛・和・誠」を常に念頭に置き、地域の皆さまのニーズにお応えできるよう、お一人おひとりに寄り添い、温かみのあるオーダーメイドの医療・介護を提供してまいりますと意を強くしているところでございます。

職員一同、さらに研鑽を重ね、質の高い医療・介護の提供をお約束いたしますとともに、前理事長に引き続き、ご指導ご鞭撻いただきますよう、なにとぞよろしくお願い申し上げます。

## 在宅事業部トピックス Vol.5

### デイサービス楽々園

デイサービス楽々園は、ケアレジデンス楽々園の2階に併設しています。平成25年の開設当時は20名にも満たなかった利用者さまも7年目を迎えた現在100名を超えました。

デイサービスでは、介護認定を受けた方ならどなたでも食事・入浴・レクリエーション等のサービスを送迎付きの日帰りで受けることができます。定期的に外出することで閉じこもりを防止し、生活のリズムを作ります。家族以外の他者との関わりを持つことで認知症予防になり、家族の介護負担軽減にもつながります。



当施設では、身体機能の維持と向上のため、原田病院のリハビリ科と連携を取りながら各種リハビリに力を入れています。筋力等身体機能そのものの向上を目的とした機能訓練Ⅰと、お風呂で体を洗う・トイレでズボンをおろす等、日常生活動作の機能向上を目的とした機能訓練Ⅱを行っています。排泄・入浴・食事の自立につながるリハビリをすることで、できるだけ長く在宅生活を継続していただくことができます。

また、運動会、文化祭、クリスマス会等、季節の行事をレクリエーションに取り入れたり、外部からボランティアを招いて音楽、ダンス、手品等の芸能鑑賞会も行っています。



明るくメリハリのある在宅生活を送るため、ぜひデイサービス楽々園をご活用ください。スタッフ一同お待ちしております。

デイサービス楽々園 所長 西 幸子

## 近隣医療機関のご紹介

## 明石内科クリニック (廿日市市山陽園)

### 「訪問診療と地域医療に注力しています」

### 今回は廿日市市山陽園にあります「明石内科クリニック」のご紹介です

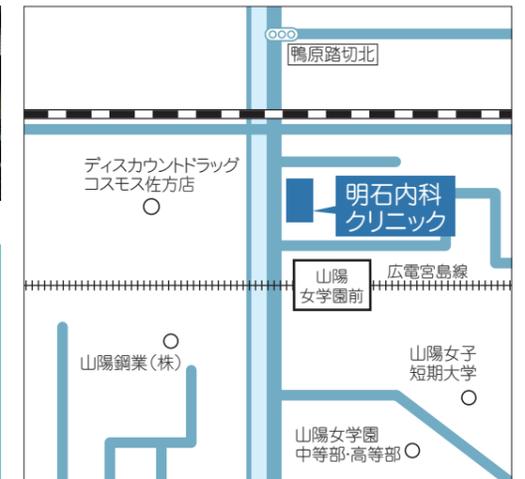
本院は廿日市の山陽園に平成4年4月に開設、現在に至るまで原田病院には何かとご助力頂き感謝しております。平成29年10月より腫瘍外科を専門としていた酒井亮先生に加わって頂き本格的に在宅医療、緩和医療に取り組んでおります。現在まで開院以来27年が経過していますが大きなトラブルもなく診療が続けて来られたのも近隣の病院のサポートのお陰と思えます。



最近の社会情勢の変化に伴い医療も何かと難しい時代になってきております。今後は患者さまとの信頼関係、地域の病院との緊密な連携が我々地域医療に携わる開業医にとって益々重要となると思われ、より良い病診連携の構築が望まれます。今までも原田病院には検査、入院と大変お世話になっておりますが、これからも一層病診連携の充実に取り組んでいって頂きたいと思えます。本院はこれからも消化器内科、在宅医療を中心に地域医療に取り組んでまいります。



明石内科クリニック 院長 明石 陽三郎



- 所在地 〒738-0002 廿日市市山陽園8-19 ステイツ野村1F  
TEL:(0829)32-1911 FAX:(0829)32-8400
- 診療科目 内科・消化器内科・漢方内科・緩和ケア内科
- 診療時間 午前 9:00~12:30  
午後 14:30~18:00
- 休診日 木曜日午後、土曜日午後、日曜日、祝日
- 駐車場 6台

## 横川クリニック フリーWi-Fiスポット設置



横川クリニックでは、このたび長時間専用透析室にフリーWi-Fi(無線LAN無料接続サービス)スポットを設置しました。お手持ちの無線LAN機能(Wi-Fi)を搭載したスマートフォン、タブレット端末、パソコン等の機器を使って無料でインターネットに接続できます。



### ※ご利用上の注意事項

- ・利用可能時間：7時30分~19時
- ・利用に必要な機器は、ご自分でご用意ください。クリニックからの貸し出しは致しません
- ・接続や設定方法など、利用に関する技術的な対応や個別のサポートは行っておりませんのでご了承願います
- ・心臓ペースメーカーなどの植え込み型医療機器の装着部位付近に、電波を受信する端末を近接しなければ基本的に影響はありません。※影響が確認された場合は即座にサービスを停止いたします。上記、利用上の注意事項に則り適切にご利用くださいようお願いいたします。



# 腎臓リハビリテーションについて

現在、我が国が超高齢社会に向かっていることは皆さまもご存知と思います。近年の医療の発展、透析技術の進歩により腎不全患者さんの長期延命が可能になってきた一方で、腎不全患者さんの健康寿命が喫緊の課題となっています。そういった中で注目されているのが腎臓リハビリテーション(以下:腎リハ)です。腎リハとは『腎疾患や透析医療に基づく身体的・精神的影響を軽減させ、症状を調整し、生命予後を改善し、心理社会的ならびに職業的な状況を改善することを目的として、運動療法、食事療法と水分管理、薬物療法、教育、精神・心理的サポートなどを行う、長期にわたる包括的なプログラム』と定義されています。つまり腎リハを行うことで症状を改善し生活の質を高め、健康寿命を延ばすだけでなく、生命予後まで改善することも可能ということです。

## 【腎不全と運動療法】

ひと昔前の腎不全は運動制限をされることが多く、身体活動量の低下がさまざまな合併症を引き起こす要因となっていました。それが最近の研究では適切な運動であれば腎機能の悪化がみられないことがわかり、さらには合併症の予防効果や腎代替療法の導入を遅らせることができると期待されています。

## 【運動方法】

運動には有酸素運動とレジスタンス運動の2種類があります。

有酸素運動：基本的には20～60分程度のウォーキングやジョギングが主となり、連続した運動が困難な場合は5～10分程度からスタートしトータルで20～60分としても良いとされています。有酸素運動はすでに筋力・体力が低下していても可能です。最近では座ったままペダルを漕いで有酸素運動を行うことができる機器もあり、当院でもリハビリに取り入れています。(写真1)



写真1

レジスタンス(筋力増強)運動：ゴムバンドや重りを使用して筋力トレーニングを行います。

何もなければ自重でも構いません。日常生活で使用頻度の高い大腿部や殿部の筋肉からトレーニングを始めることが勧められています。(写真2)

有酸素運動やレジスタンス運動の負荷量についてはボルグ指数というものを使用します(図1)。これは運動強度を自覚的に測る指数で11～13から始め、最終的には15～16を目安とします。

指数	自覚的運動強度	運動強度(%)
20	もう限界	100
19	非常に辛い	95
18		
17	かなり辛い	85
16		
15	辛い	70
14		
13	やや辛い	55
12		
11	楽である	40
10		
9	かなり楽である	20
8		
7	非常に楽である	5
6		

図1



写真2

## 【身体活動量の把握】

腎不全、特に透析患者さんであれば、透析による時間的拘束を受けることで身体活動量の低下を来します。そのため有酸素運動やレジスタンス運動の他、身体活動量について把握することは非常に大切と思われます。私達は腎不全だけでなく糖尿病患者さんなどでも歩数計を使用して身体活動量の確認を行なっています。歩数計は安価で導入しやすく、最近ではスマートフォンや携帯電話にも機能が内蔵されていることがあるので、実際に使用している方も多いためです。方法としては、①朝起きてから入浴以外、就寝まで常に装着。②何も意識せずに1週間程度普段通りの生活を行う。その際に毎日の歩数を日記やカレンダーに記録しておき、その1週間の平均歩数を基準値とする。③そこから500～1000歩の上乗せを目標とし身体活動量の増加を目指します。できれば1日の歩数を記録し、その日の出来事や運動内容について書くモチベーションの維持に繋がるかもしれません。1日の目標は一般的には6000～10000歩ですが、腎不全患者さんでは1日の平均歩数が4000歩を下回ると生命予後が悪くなるといった研究結果もあるため、活動量の少ない方はこの辺りを目標にしてみてもいいかもしれません。

## 【透析中の運動療法】

ここ数年、透析中の運動療法が各施設で導入されてきています。当院でも少数ではありますが透析中の運動療法を行っている患者さんがおられます。

## 【フレイル】について

日本老年医学会はフレイルを、「加齢とともに、心身の活力が低下し、生活機能障害、要介護状態、そして死亡などの危険性が高くなった状態」と定義しています。一方で「適切な介入・支援により生活機能の維持向上が可能な状態」とも定義しています。つまり、「良くなる可能性がある」ということです。

病状やステージによる個人差があるため一概には言えませんが、透析患者さんはエネルギー・たんぱく質ともに健常者より摂取量が少なく、先述したフレイルに陥りやすいといわれています。腎リハを実施する際には、ぜひともご自身の栄養状態にも着目していただきたいと思います。まずは、医師や看護師、管理栄養士の指導の下、ご自身の適正体重や必要栄養量などを再確認してみてください。また、栄養摂取量や食事バランス以外にも、口腔内の問題もフレイルと関連があると報告されています。義歯の調整や口腔ケアをしっかりと行っていくことも重要になってきます。

## 【おわりに】

最近では腎リハがメディアに取り上げられることも多くなってきましたが、それでもまだ比較的新しい分野であり他の分野と比べると認知度は不十分といえます。また、腎不全患者さんにも運動について否定的な方もおられ、医療者側の促しも十分とはいえない現状があります。私も日々の業務でその難しさを痛感する一方で、腎リハが腎不全患者さんにおいて有益であると確信しています。

今後、当たり前のように腎リハが行われるようになり、少しでも多くの方がより良い生活が送れるようになることを願ってやみません。またそうなるように我々医療者も日々研鑽を積んでいかなければならないと感じています。

## 参考：

腎臓リハビリテーションガイドライン(2018)；日本腎臓リハビリテーション学会(南江堂)  
CKD(慢性腎臓病)・透析患者の食事療法と運動療法(2016)；中尾 俊之(医療ジャーナル社)  
臨床透析：2018 Vol.34 No.5, 2018 Vol.34 No.11

原田病院 リハビリテーション科  
言語聴覚士 難波江 経史  
理学療法士 飯村 哲也

# 連携病院のご紹介 Vol.10

地域連携室 課長 佐々木 章

## 医療法人和同会 広島パークヒル病院

このコーナーは、医療連携を結んでいる病院の連携担当者としてご活躍されている職員の方にスポットを当ててご紹介させて頂くコーナーです。今回は、医療法人和同会 広島パークヒル病院の地域医療連携室のご紹介です。宮迫看護部長、松島入退院支援看護師長、品川広報担当にお話を伺いました。

### ○広島パークヒル病院の病床数、地域医療連携室の職員構成などを教えてくださいませんか？

(宮迫看護部長) 回復期リハビリテーション病棟が46床、医療療養病棟が50床、緩和ケア病棟が18床と、合計114床の病床があります。地域医療連携室には総勢10名のスタッフが在籍しており、入退院支援師長や前方連携担当者、各病棟に社会福祉士を配置しています。スムーズに連携が図れるよう併設の介護老人保健施設西広島幸楽苑の相談員やケアマネジャーも同室に配置しております。



広島パークヒル病院

### ○地域連携業務の中で意識されていることは何ですか？

(松島師長) 地域のニーズに応えられるよう急性期病院だけでなく、地域包括支援センターや居宅介護支援事業所などにも出向き、困っているケースや案件等に対応することで地域の人を支えていくことが出来ればと考えています。



地域医療連携室の皆さま

(品川広報担当) パークヒル病院に相談して良かった、入院して良かった、と言われるような病院を目指して日々努力していきたいです。地域の人達に何度も利用してもらえるよう、とにかく敷居を低く出来るよう頑張りたいと思います。

### ○皆さんにお伝えしたいことはありますか？

(宮迫看護部長) 当院では前方連携にも力を入れております。地域の開業医の先生方とも積極的に連携を図り、緩和ケアを含めた看取りにも取り組んでおります。どうぞご相談ください。

(松島師長) 法人内に複数の事業所があることを期待してご相談される方もいます。なるべくお断りすることがないよう受け入れ体制をしっかりと整えたいと思います。

(品川広報担当) 急性期病院等から転院のご相談があれば、紹介元にお伺いします。そして本人家族さんには当院の機能や役割についてわかりやすく説明させて頂きます。事前見学をご希望の方は送り迎えを致しますのでお気軽にご一報頂ければと思います。

○本日はお忙しい中ありがとうございました！これからも密に連携を図っていきたく思いますのでよろしくお願い申し上げます。

## 食事について連携を深めませんか？ 原田病院栄養サポートチーム(NST)

昨年12月7日 当院大会議室にて「食事について連携を深めませんか？」と題し、周辺地域の病院・施設を招いた勉強会を開催しました。

当院で提供している食事の試食会を中心とし、①嚥下調整食の説明②食形態比較表の作成・修正③嚥下造影検査の説明を実施しました。参加は病院・施設10か所から計30名。職種は相談員・管理栄養士・看護師・ケアマネジャー・ケアワーカー・介護士など多岐にわたり、食事連携に関する興味の高さがうかがえました。



当院NSTでは、患者さんが住み慣れた環境で一日でも長く過ごせるよう「食」を通じた支援を引き続き行っていきたくと考えています。食事・食事連携に関するお問い合わせは、当院栄養科まで。

リハビリテーション科 技術主任 言語聴覚士 難波江 経史

コラム

## いきいきさん

原田病院 臨床工学科 中段 沙緒里



日々勉強させていただいています

原田病院に入職して11年が経過し、臨床工学技士として透析業務を中心に職務に専心しております。入職してからの9年半は一陽会クリニックで維持期の外来透析治療を中心に職務にあたりましたが、平成30年10月より原田病院透析室に異動となり、入院・



外来・透析導入など様々な患者さんの治療に携わっています。外来とは異なり、入院や透析導入の患者さんへの関わり方に戸惑う点も多く、日々勉強をさせて頂いています。入院された患者さんが治療を通して元気になって退院していく姿をみてやりがいを感じています。

これからも患者さんに「原田病院でよかった」と言って頂けるような治療を提供するために努力してまいります。

## 健康レシピ

### セロリと豚肉の炒めもの



エネルギー：204Kcal/たんぱく質：12.2g/塩分：1g

#### 《材料(2人分)》

- 豚肩ロース 薄切り ……100g
- 肉下味用
  - 酒 ……4g (小さじ1弱)
  - 塩 ……0.4g (少々)
- セロリ(茎の部分使用) ……80g (1本分)
- 玉ねぎ ……40g (中1/4玉)
- 卵 ……50g (Mサイズ1玉)
- 油 ……適量
- 調味料
  - 塩 ……0.6g (ひとつまみ)
  - こしょう ……適量
  - 醤油 ……6g (小さじ1)
  - 水溶き片栗粉 ……適量

今回は、当院で提供しているメニューの紹介です。セロリは独特の香りとシャキシャキした食感が魅力的な野菜です。セロリの旬は11月～5月です。セロリはスティック野菜やサラダなど生食されることが多いですが、炒めものにする事で独特の香りが苦手な方でも食べやすくなると思います。旬のセロリを使って調理してみたいかがですか？

#### 《作り方》

- ①セロリの茎は筋を取って斜めに薄切りにする。玉ねぎは0.5cm幅に切っておく。豚肩ロースは一口大に切り、下味用の塩と酒をまぶしておく。
- ②卵はボウルに割り、溶きほぐしておく。
- ③火にかけてフライパンに油を入れ温まってきたら②を入れ、混ぜながら炒り卵にする。出来上がったものはボウルに取り出しておく。
- ④火にかけてフライパンに油を入れ、豚ロースを炒める。火が通ってきたら、玉ねぎ・セロリを加え、しんなりするまで炒める。③の炒り卵、調味料を加え、味が馴染むまで炒める。
- ⑤水溶き片栗粉を少量ずつ加え、全体にまとまりと照りがつくまで炒める。
- ⑥器に盛りつける。

栄養士 渡邊 梨乃