

ハーモニー だよ



ポインセチア

第74号

平成28年12月1日発行

医療法人 明医研 広報誌



医療法人
明医研



WARM & RELIABLE

本

武蔵浦和支部

部 ハーモニークリニック
れんけい訪問看護ステーション
明(めい)サポートヘルパーステーション
デュエット内科クリニック
ケアメイト訪問看護ステーション
アトリオ訪問看護ステーション

『心のおきいん』考



医療法人 明医研
理事長 中根 晴 幸

うるう年の常でオリンピックや節目の選挙など話題の多かった一年も残りわずか、新年を迎える最終コーナーの鐘が鳴っています。深まる冬にも皆様の健康が保たれ、穏やかな年末となるよう願っています。

明医研も区切りの年、デュエット内科の大和院長新体制、新規の介護事業「みるくる24」とも順調に滑り出しました。10月からは新都心に第三の訪問看護ステーション「アトリオ」（入り口の意味）を、元々んけい訪問看護の中島悦子看護師が管理者を務めスタートし、従来対応できなかった市の中央部に明医研の在宅医療を提供し、さらに地域に貢献できる体制としました。

例年この時期には、過ぎた年月を思うものですが、今年はその総括のひと仕事をしたので報告します。20周年を迎えた昨年来、心にも記憶にも印象が明らかになうちにと、これまでの経験と思索を1年かけて290ページの本にまとめ、12月に刊行の予定です。医療・介護に関心がある方々に明医研の医療をやさしく解説しました。今しかできなかつた事と振り返っています。

改めて解ったのは、自分が皆さんと接し続ける日々には、病気を治し、予防するなどを越えた役割があることです。かかりつけ医としての最も大切な役割は皆さんとの「心の交流」だと自覚しました。長い年月には順調なことがばかりありません。診察のたびに皆さんの体調と同時に心の健やかさを推察し、その日の皆さんの状態に合わせて、自分の「心のおきどころ」を整えるのです。晴れ晴れした日、お疲れで不安のある日、それぞれにかかりつけ医として信頼され共感いただけるように努めています。

『第1回健康教室を終えて』



ハーモニッククリニック
医局長 中井 秀一

10月31日にハーモニッククリニックで第1回健康教室を開催しました。個々が直面している健康問題を解決するために必要な知識を得て、皆様自身で意思決定と解決に向けた実行力を身につけて頂くことが健康教室の目的です。今回私からは糖尿病の基礎知識のお話しをさせて頂きました。また、

理学療法士の村上先生からは、家でも職場でもできる運動療法を教えて頂き一緒に行いました。参加者の方と、とても有意義な時間を過ごすことができました。今後も皆様に役に立つ情報提供ができる場を企画していきたいと思いますので、どうぞお楽しみに。

『禁煙外来へのお誘い』



ハーモニッククリニック
医師 市川 聡子

去りゆく年の終わりや新しい年の初めには、「来年こそは」「今年こそは」と目標を立てる方も多いかと思えます。この節目に禁煙を思い立った方、ぜひ禁煙外来の門を叩いてみてはいかがでしょうか？ハーモニッククリニック・デュエット内科クリニックでは、禁煙外来を実施しています。8〜12週間、お薬を使いながら、タバコをやめるためのちょっとしたコツをアドバイスし、あなたの禁煙ライフをサポートします。禁煙外来について詳しくは、医師にお尋ねください。なお、喫煙と健康問題については、ぜひ前号のハーモニーだより（第73号・平成28年9月発行）のなるほど健康講座（松林先生監修）をお読みください。

『今の高齢者は先代よりマシ』



医療法人 明医研
内 科 市 川 家 國
特 任 医 師

「世界に稀な高齢化社会」、「保険医療費の高騰」、「介護疲れ」といった語句がニュースに流れる度に肩身の狭い思いに駆られるのは古希に行き着いた私ばかりではないように思う。確かに費用と労力の面で若者達は負担を感じているのかも知れない。「そもそも、敗戦の廃墟から、こんなに暮らしやすい世界を若者に造ってやったのは我々だ」と気張ったところで、負い目の気持ちは一向に失せてくれない。確かに米国などに比べると、日本の政府予算の中の保険医療費の占める割合は断トツに大きい。以前、知人の厚生労働省医政局長に「多額の保険医療費のために、わが国では医学研究費が米国に比べて極端に少ないのだ」と言われたことがある。確かに米国政府は保険医療よりも医学研究へと税金投入の軸足を置いている。そうした研究の結果によって生まれる新しい医薬品を日本が多額の保険医療費を使って購入している、という構図が生まれている。その保険医療費と言えば、現役の連中が収めた税金。

さて、若者に対する負い目の気持ちを何

とか消し去りたい。それを日本から米国への資金の流れを抑えることによって：というなら、ともかくできるだけ特許が切れていないようなブランド薬を使わないこと。それには薬はできるだけジェネリックを処方するようにドクターを仕向けること。そして「お薬手帳」を持ち歩いて、受診の際に必ずドクターに見せること：そうすれば、複数の医療機関を訪れた際に重複して無駄に薬の処方されることはありません。

こうした若者への思いやりを私たちより前の世代はやっていませんでしたから、少し胸を張ることができます。

『迷宮入りしていた体重減少の原因は、まさかの・・・』



ハーモニッククリニック
内 科 松 林 洋 志

大病院の総合診療科にいた頃、様々な検査をしても体重減少の原因が特定できず、より精密な検査をするよう勧められ、近隣病院から転院してきた80代女性の患者さんがいました。原因はまさかの、入れ歯の不具合。病棟の看護師が気付きました。

歯科に入れ歯を作り直してもらった途端に食事を摂れるようになり、栄養状態も正常

化。認知症でうまく症状を説明できなかったのです。「症状の原因の9割は暮らしの中にある」というのは中根院長からの教えですが、病気を探すばかりでなく、薬を選ぶだけでなく、患者さんの暮らしを診るといふ視点を大切に、日々の診療に臨みたいと思います。

『あれ!? 認知症かも』



ハーモニッククリニック
神経内科 岡 安 裕 之

認知症の始まりは多くの場合物忘れがひどくなって気が付かれますが、後から家族の方に尋ねると物忘れ以外にも以前と比べてそういえば今迄と違った言動があったことに思い当たるとおっしゃることがしばしばあります。次に挙げるような症状があれば一度認知症の始めの可能性も考えてご相談ください。同じ質問を繰り返し尋ねてくる、鍵財布などの置き忘れしまいがちが増える、テレビの番組の筋が追えなくなる、今受けた電話の相手が誰か思い出せない、買い物に行つて必要なものが一度で買つてこれない、慣れた場所で迷う、怒りっぽくなる、短気・頑固になる、身だしなみに無頓着になる、趣味のことをしなくなる、

自分で頭がおかしくなったという。認知症であったとしても早い時期に診断して環境を整えることはその後の本人・家族の方の生活を大きく改善します。

各部門から

『デュエット内科クリニック紹介』



デュエット内科クリニック
院長 大和 康彦

平成12年にデュエット内科クリニックが開院して、お陰さまで16年目を迎えました。現在、院長ほか、木村淑子先生、ハーモニッククリニックから中根理事長先生をはじめとする先生方、大学から非常勤の先生方の力を借り、外来スタッフ12名のアットホームでこじんまりしたクリニックです。

ケアメイト訪問看護ステーションを併設し、質の高い地域医療・在宅医療を提供できるよう、日々努力しています。この度、アトリオ訪問看護ステーション開設に伴い、今後当院から北浦和や与野方面の訪問診療も可能になりました。

規模は小さなクリニックですが、地域基幹病院やがん診療病院からの在宅紹介も多く、訪問診療利用者も100名前後と忙しい毎日です。外来も増加傾向で、お待ちいた

くこともあり大変恐縮です。当医療法人の「温かく信頼にかなう医療」の理念を大切に、より良い医療を提供できるよう、スタッフ一同努力と工夫を重ねる毎日です。今後ともどうぞ宜しくお願い致します。

『アトリオ訪問看護ステーション!』



アトリオ訪問看護ステーション
訪問看護管理者
中島 悦子
居宅支援事業所管理者
柳澤 昭子

「訪問看護」「居宅介護支援事業所」が与野本町にオープンしました。

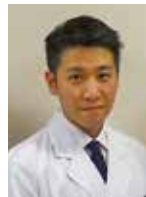
平成28年9月1日、埼京線与野本町駅より徒歩7分、さいたま芸術劇場前の道路に面しガラス張りに大きく描かれたピンクの笑顔のハートマークが目にとまります。住み慣れた場所で心ゆく過ごす日々を支えるために、訪問看護と居宅介護支援事業所を兼ね備え、一人一人の人生に寄り添えるようにと目指しています。また、地域のコミュニティ・スペースとして、退院後の介護のことや、この所家族の様子が心配、介護はまだ先だけども今から準備することは：などの相談スペースを設けています。まだ、少ないスタッフですが、思いは大きく頑張つて参りたいと思いますので、今後と

もどうぞよろしくお願い申し上げます。

アトリオ訪問看護ステーション 新職員紹介

- 訪問看護師
戸ヶ崎 愛美 (とがさき まなみ)
橘 弘子 (たちばな ひろこ)
- 理学療法士
中島 拓馬 (なかじま たくま)

『4週間の研修を終えて』



慶應義塾大学病院
研修医 伴 圭吾

10月に地域医療研修をさせていただいた、慶應義塾大学の初期研修医の伴圭吾です。総合病院とクリニックをつなぐ在宅医療は、今後益々注目されていくと思われま

す。その現場の全てで研修ができたこと、真に幸運でした。
チームで運営する診療所は、行政を志す私にとって、地域医療の理想像でした。その理想が既に現実に存在していたことは、喜びと同時に驚きであり、また己が見識の狭さを痛感させられるものでした。

医学から接遇に至るまで、様々な業種の方からご指導を受け、研修が終了した時の、名残惜しさと達成感が共存した心地は、大きな財産になりました。

なるほど健康講座

『インフルエンザ』



医療法人 明医研
呼吸器内科 阿部 直
特任医師

インフルエンザは流行性感冒とも言われますが、重症化しやすく、感冒（一般のかぜ）とは区別すべき病気です。乳幼児では、年間数百例の急性脳症が発生しています。また、気管支喘息、心不全、糖尿病、免疫不全などの病気がある方や、65歳以上の高齢者では重症化しやすく、日本では、インフルエンザによる直接的・間接的死亡者数は年間1万人と推計されています。

症状：典型的症状は、38度以上の熱と共にかかる、筋肉痛、関節痛などの強い全身症状が急に出来ますが、症状が軽く感冒様の症状のみの場合もあります。

診断：鼻の粘液を綿棒でぬぐい取ってインフルエンザウイルスの有無を検査します。測定原理は抗原抗体反応でA型かB型かの判定ができます。10分前後で判定できますが、インフルエンザの発症後12時間以内ではウイルス量が少なく、診断が困難です。

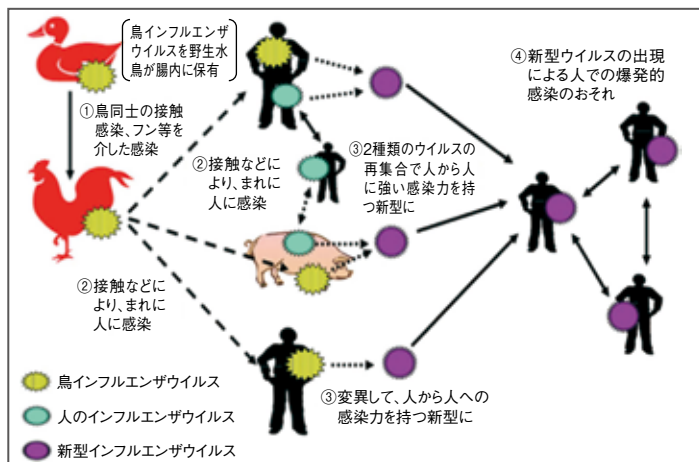
予防接種：はしかのワクチンのように、発病を確実に阻止することはできませんが、重症化や合併症を減らします。高齢者に対しては、死亡の危険を $\frac{1}{2}$ に、入院の危険を $\frac{1}{3}$ にまで減らせます。さいたま市在住の65歳以上の方は補助が受けられます。予防接種の効果が出るまでに2週間かかりますので、早めに予防接種を受けて下さい。

治療：抗ウイルス薬が何種類かありますが、いずれも発症後48時間以内に治療を始めることが重要です。従って、インフルエンザを疑ったら、早めの受診が必要です。

注意点：治療薬のタミフル服用後に、異行動による転落死の報道が以前にありました。その後、他の治療薬でも異常行動が生じ、インフルエンザ自体に伴って起きる場合があることがわかりました。発症から2日間は、保護者は小児・未成年者が一人にならないよう配慮すべきです。

新型インフルエンザと鳥インフルエンザ：新型インフルエンザは、これまでのインフルエンザウイルスとは性質（抗原性）が大きく異なり、ヒトが免疫を持っていないために、爆発的に流行する可能性があるものを指します。鳥インフルエンザウイルスは、遺伝子の変異によって、新型インフル

エンザウイルスになる可能性があり、その仕組みは、2つ考えられています。ひとつは、鳥インフルエンザウイルスがヒトや鳥類の体内で変異すること、もうひとつは、ヒトや豚に、ヒトのインフルエンザウイルスと鳥インフルエンザウイルスが同時に感染し、それぞれが混ざり合って、ヒトからヒトへ感染する新型インフルエンザウイルスになることです。（図参照）。



(厚生労働省ホームページ (HP) より引用)

勤続10年職員紹介

『感謝の気持ち』



ケアメイト訪問看護ステーション
事務 田 上 育代

ケアメイトの事務として入職し、本年10年を迎えることができました。

前職は運送業で働いていましたので、男性の多い職場から、全員女性という全く反対の職場環境に入職当時は戸惑いました。

また、医療について、訪問看護について、何もわからず経験もない状態でしたが、明医研のたくさんの方に指導を受け、支えてもらい、今日までこれれたのだと改めて感謝の気持ちを感じています。

入職時に、家庭で例えたら「お母さん」の立場でステーションを支える役割だと言われ自分に務まるだろうかと不安でしたが、10年たった今は自分に与えられた仕事を一杯やりとげること、その役割に近づいてこれたのではないかと思います。

これからもケアメイトの女房役として精一杯努めていきたいと思っています。



『明医研を追いかけて』



デュエット内科クリニック
診療放射線技師
田 本 卓 也

短くもあり長くも感じる10年間でした。楽しく充実したことがばかりではなく辛く悲しいこともありましたが、それを乗り越え10年間明医研で過ごすことができたのは、中根理事長をはじめ明医研スタッフ、そして地域の皆様のおかげと思います。心より感謝いたします。

入職時に明医研の医療は10年先を進んでいると聞きました。当時はあまりピンと来なくて比喩的な表現なのかと思っていましたが、実際にその通りなんだということを実感し、あれから10年経った今も10年先にいるそれは変わりません。私も実力は付いてきたと思いますが、肩を並べるにはほど遠いです。なかなか追いつくことはできないかもしれないですが見失わないように明医研の医療に見合うように検査の技術を磨き努力してまいります。

表紙写真紹介

- ① 第1回ハーモニッククリニック健康教室
(中井医局長・村上理学療法士)
- ② アトリオ訪問看護ステーション
- ③ 小児在宅診療(吉田Dと心睦ちゃん)
- ④ 症例カンファレンス

明医研 ニュース

● 平成28年9月1日アトリオ訪問看護ステーション(さいたま芸術劇場前)を開設致しました。(詳しくは4ページの記事をご参照下さい)

● 伴 圭吾先生(慶應義塾大病院)、萩原 佑佳先生(さいたま市立病院)、須永 将梧先生(慶應義塾大学医学部)が研修にいらっしゃいました。

● ハーモニッククリニック第1回健康教室『糖尿病』を開催致しました。(詳しくは中井医局長の記事をご参照下さい)

● さいたま市インフルエンザ予防接種公費対象期間は12月末までとなっております。ご希望の方は受付までお声かけ下さい。

● 12月30日から1月4日まで冬季休業となります。

新入職員紹介

- 明医研 事務局管理室
人事労務担当責任者
鈴木 伸司(すずき しんじ)
- 明医研 企画室
次 長
渡部 直洋(わたなべ なおひろ)
- ハーモニッククリニック 秘書科
佐々木 秋一(ささき しゅういち)
- れんけい訪問看護ステーション
ケアマネージャー
配島 聡一(はいじま そういち)
- 明サポートヘルパーステーション(みるくる24)
角田 美智枝(つのだ みちえ)
- 吉野 美恵子(よしの みえこ)

ふれあいホームページ

『友達との楽しい日々』

緑区在住 山口 智恵子さん (86歳) に伺う



笑顔が素敵な山口さんは、40年以上前から親しくされているお友達と毎月逢ってお話しながら食事やショッピングを楽しんでいます。ほぼ同じ時期に浦和に移り済み、ご近所同士仲良く時を共に過ごされ、お互い引越されてからもお家を行き来されていました。だんだんと逢う回数は減りましたが、毎月逢う日を心待ちに過ごされています。

現在のご自宅には、3世帯で生活されています。洗濯は、山口さんが毎日担当！「私は洗濯おばあさん」と明るく話され、お嫁さんも「おばあちゃんが元気でいてくれるから助かる。洗濯をしてから家ですると仕事に間に合わない。」夕食はお嫁さんが担当。「とても、手際がよくあつという間に作ってしまう。」と山口さん。お二人共気遣い思いあっています。夕食も息子さんやお孫さんと和気あい合いの雰囲気との事。

5年前山口さんは、80歳を過ぎて心臓の

バイパス手術をすることに消極的でしたが、医師や周りの家族の支えもあり、無事手術をされました。「今は、手術をして良かったあ」と話されます。以前自宅で書道を近所のお子さんに30年も教えていただけあつて、今も何事にも前向きで、毎月お友達と逢うことをとても楽しみに過ごされています。

インタビュアー 福田

『今年も色々な事があった一年』

緑区在住 心睦ちゃん (6歳) 父母



3月末は念願の広島県、山口県に行き錦帯橋に厳島神社にも行き、家族でまた一ついい思い出ができました。6月の外来は発作が多くそのまま救外へ、そして入院になりました。点滴で薬を使うが呼吸が悪くなつてしまい病院の呼吸器を付ける事となりました。薬の調整が始まり、みっちゃんは心臓病もあり、なかなか思うように薬が使えなくなり、また発作が難治性なのでコントロールが上手いかず、できたら離脱への練習の繰り返しが大変でした。頭では必要な事って分かっているけど、気持ちがついていけなかったのです。それでも結局は、呼吸器付けると楽になる姿を

見ると、やっぱりこの子には必要なんだと実感して持つて帰る事にしました。

親である私は、毎月ハーモニーに通院している中、外来に来ると先生や看護師さん達に「みっちゃん調子どう？」毎回気にして聞いてくれて、今年は誕生日月も入院だったから、ハーモニーの先生は6年分のカルテをさかのぼって見てくれて、成長をみてくれると思つたらとても嬉しかったです。在宅やる不安やケアの心配はあるけれど、お家に居てくれるのが一番良い。これからも訪問看護師さんや先生達と一緒に色々考えて一日一日を楽しんで過ごしたいです。

『手作り大好きOさん (74歳)』

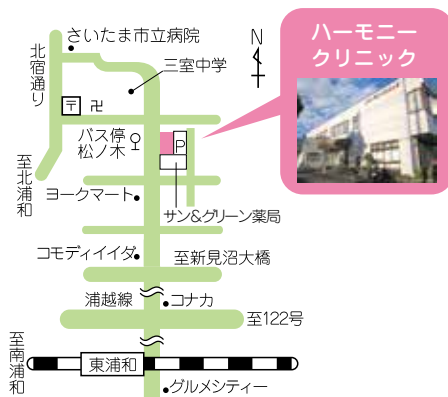


最初は出来なかったことも段々と填まり、「人が出来て自分が出来ないのは悔しい」と、今まで色々なことにチャレンジされてきたOさん。写真の作品をハーモニークリニックスの受付に飾らせていただいています。

ご案内

医療法人 明医研 常勤医師 中 根 晴 幸 (理事長・ハーモニークリニック 院長)
 大 和 康 彦 (デュエット内科クリニック 院長)
 市 川 聡 子 (ハーモニークリニック 内 科・総合内科)
 中 井 秀 一 (ハーモニークリニック 医局長・総合内科)
 松 林 洋 志 (ハーモニークリニック 内 科・総合内科)
 特任医師 阿 部 直 (ハーモニークリニック 内 科・呼吸器科)
 特任医師 市 川 家 國 (ハーモニークリニック 内 科・小 児 科)

● ハーモニークリニック



〒336-0918 さいたま市緑区松木3-16-6

TEL 048-875-7888

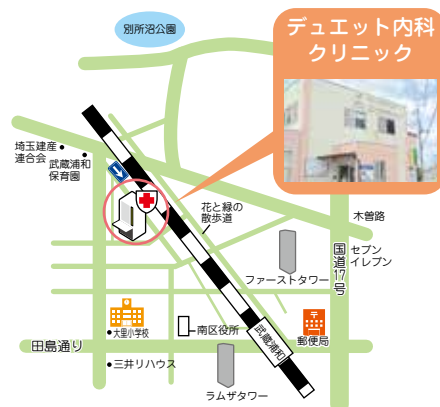
※松ノ木東公園バス停下車徒歩 1 分

ハーモニー診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前9:00~12:30	○	○	○	○	○	1時まで	休
午後2:00~ 6:00	○	○	○	○	○	休	休

午前 受付 8:30~12:00 (土曜日は12:30) 午後 受付 1:30~5:00
 【休診日】 土曜日午後・日曜・祝日

診療内容	内 科 呼吸器科 消化器科 小 児 科 総合診療科	専門 外来 予約診療 神経内科 整形外科 リウマチ・膠原病科 血液内科
------	---------------------------------------	---

● デュエット内科クリニック



〒336-0021 さいたま市南区别所6-18-8

TEL 048-866-7350

※武蔵浦和駅より徒歩 5 分 ※臨時駐車場もございます。

デュエット診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前9:00~12:00	○	○	○	○	○	1時まで	休
午後2:30~ 6:00	○	○	休	○	○	休	休

午前 受付 8:30~11:30 (土曜日は12:30) 午後 受付 2:00~5:00
 【休診日】 水曜日午後・土曜日午後・日曜・祝日

診療内容	内 科 呼吸器科 消化器科 総合診療科	専門 外来 予約診療 内 科 神経内科
------	------------------------------	---------------------------------

● れんけい訪問看護ステーション

(ハーモニークリニック2F)

TEL 048-875-7898

管 理 者 金久保 麻紀子

● 明(めい)サポートヘルプステーション

(ハーモニークリニック2F)

TEL 048-875-7874

管 理 者 相 賀 正 子

● 在宅療養相談センター さいたま南

TEL 0120-373-173(無料) 電話受付時間 平日 9:00~17:00 土曜 9:00~12:00

センター長 原 田 雅 子 e-mail: soudan@meiiken.or.jp

● ケアメイト訪問看護ステーション

(デュエット内科クリニック2F)

TEL 048-866-7351

管 理 者 鷹 羽 佳 美

● みるくる24(定期巡回)

(ハーモニークリニック2F)

TEL 048-767-3101

管 理 者 舟 津 和 江

● アトリオ訪問看護ステーション

さいたま市中央区上峰4-8-18

TEL 048-762-3623

管 理 者 中 島 悦 子

■ 明医研ホームページ — <http://meiiken.or.jp/>■ e-mail(事務局) — info@meiiken.or.jp

発行
 医療法人 明 医 研
 さいたま市緑区松木3-16-6
 TEL 048-875-7888
 FAX 048-875-7885