



ハーモニー だより



・第96号・

令和6年5月1日発行



医療法人 明医研



緑 区 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

南 区 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
中央区 アトリオ訪問看護ステーション



理事長あいさつ



医療法人 明医研
理事長 市川 聡子

新緑の息吹が心地よい季節となりました。皆様いかがお過ごしでしょうか？

年始の能登半島の地震により、多くの方が被災されました。被災者の皆様に心からお見舞い申し上げます。

復興の最中で、いまだ通常の診療が行えない医療機関もあると伺っております。毎年能登の病院にて、研修医の地域医療研修を行っているさいたま市立病院からの協力依頼があり、ハーモニークリニックでは、例年より多く研修医をお受けしています。診療に加え、様々な職種の役割や多職種連携についても研修しています。将来を担う若い医師の育成に皆様のご協力をいただきたく、どうぞよろしくお願いたします。

また、この4月から明医研に仲間入りした山本翔一先生は、循環器内科が専門ですが、循環器だけでなく、幅広い疾患知識や経験をお持ちです。主にハーモニークリニックにて、外来・在宅診療にあたります。どうぞよろしくお願いたします。

医療・介護の世界は日進月歩です。私たちも新たな仲間や研修医とともに学びながら、温かく信頼にかなう医療・ケアの提供に努めて参ります。

新任医師紹介



ハーモニークリニック
医師 山本 翔一

はじめまして。ハーモニークリニックに入職させていただいた山本翔一と申します。

10年以上前にはなりますが、さいたま市立病院の初期臨床研修医として地域医療の研修で、ハーモニークリニックの往診車に乗せていただいたことがありました。また、中学生の頃に与野に住んでいたこともあり、連携病院の立地・運営状況をはじめとしてこのあたりには土地勘がありますので、スムーズに診療を進めていけるとと思います。

最近では内科、とりわけ狭心症や心筋梗塞、不整脈や心不全といった命に関わる循環器疾患への対応、その原因となる生活習慣病への対応を中心としておりました。

医療従事者以外の方の頭の中にも絵が浮かぶ（実際に絵やメモも使います）説明をすること、出身が関西で笑い話好きなことも活かして少しでも皆様のお役に立てるよう努力していきたいと思えます。

医者だからと遠慮は要りませんので、どんどん教えて磨いてやってください。よろしくお願申し上げます。

トピックス



れんけい訪問看護ステーション
理学療法士 野村 晃裕

この度、2023年10月に開催された第42回関東甲信越ブロック理学療法士学会における発表で、学会奨励賞をいただきました。今回、仕事と研究活動を並行して行うこととなり、協力して頂いた上司や同僚にこの場を借りて謝意を表します。

本研究は、ある物体が動いた時の軸の精度を検証するといった基礎研究になります。今回の研究を行ったきっかけは、日々の臨床で利用者様の起き上がり動作を分析していく中で、脊柱の固さから効率よく動作が行えない方が多く見られたためです。

脊柱の固い方が、通常の方と同じ方法で起き上がろうとすると、うまく行えないため、別のアプローチが効果的となります。そこで、効率的な軸の位置や角度が明確になれば、起き上がる際の動作方法の選択や、介助指導を行っていく上で役立てていけるという仮説をもとに研究を続けております。

まだ臨床に活かせる段階ではありませんが、将来的に臨床場面で、利用者様の利便性向上に繋げていきたいと思えます。

部署紹介コーナー

ハーモニークリニック 秘書科

VOL.06



ハーモニークリニック秘書科スタッフ

ハーモニークリニック 秘書科

科長 向井 佳矢子

医療秘書科は中根晴幸前理事長が早くから取り入れた部署で、最近では他の医療機関でも医療クレーク等同じような業務を行うところも増えてきました。

業務としては、外来における診察の補助に加え、訪問診療に関わるものとして、在宅患者さんのお宅へお伺いする計画を立てたり、医師・看護師を往診車に乗せてルートを回るドライバーも担当しています。

現在、ハーモニークリニックでは10名のスタッフが在籍しており、診察室で皆様とお会いすることが多いかと思えます。昨年、制服が新しくなり、ピンクの制服が目印となっております。

地域の皆様が安心して当院をご利用いただけるようスタッフ一同力を尽くして参りますので、今後ともよろしくお願いいたします。

部署紹介コーナー

VOL.07

デュエット内科クリニック 秘書科

デュエット内科クリニック 秘書科

主任 神戸 志穂美

デュエット内科クリニックの医療秘書科は4名のスタッフで、日々の外来業務や訪問診療のドライバーをやっている部署です。

外来では医師の診察がスムーズに進むように血圧を測ったり、次回の診察予約を入れたり、時には病院への入院手続きを進めたりしています。患者さんとも近い距離で接する事が多いので、毎月いらしている患者さんのちょっとした変化にも目を配るよ

うにしています。外来が忙しくても、患者さんとのちょっとした会話で元気をもらっています。

患者さんには時々「看護師さん」と声を掛けられることもありませんが、実は看護師ではなく医療秘書なので、ハーモニーだよりを機に覚えていただけたら幸いです。

受付や診察の中で言い忘れてしまったことがあれば、私達、医療秘書へお気軽にお声がけください。

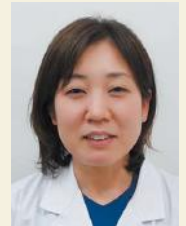


デュエット内科クリニック秘書科スタッフ

なるほど!

健康講座

頭痛の誘因と非薬物的対処方法について



ハーモニークリニック
医師 小野 さやか

頭痛は「頭が痛い」という自覚症状の総称ですが、医学的には一次性的頭痛、二次性的頭痛、有痛性脳神経ニューロパチー・他の顔面痛と分類されます。一次的頭痛は片頭痛や緊張型頭痛、群発頭痛などが含まれ、いわゆる一般的な頭痛です。二次性的頭痛は外傷や感染などの他の疾患によって生じる頭痛であり、原因疾患の治療をする必要があります。

日本では片頭痛の有病率は8.4%ですが、20〜40代の女性に多く、30代女性では有病率は20%です。片頭痛は、日常生活が大きく阻害され、経済的損失は年間3600億円〜2兆3000億円と推計されています。緊張型頭痛は、有病率22%と、最も多い頭痛です。群発頭痛は、10万人当たり50〜400人程度で、男性が女性の3〜7倍多く、20〜40代が多いです。

①片頭痛

1207名の片頭痛患者を調べた調査では、ストレス(79.7%)が最も多く、次に女性ホルモン(65.1%)、絶食(57.3%)、天候(53.2%)、睡眠障

害(49.8%)、香水や匂い(43.7%)、頸部の痛み(38.4%)、光(38.1%)、アルコール(37.8%)、煙(35.7%)、夜更かし(32.0%)、暑さ(30.3%)、食品(26.9%)、運動(22.1%)、性的活動(5.2%)で、平均6.7個の誘因が報告されました。そのほかに、音、疲労、脱水、旅行、カフェイン、食品添加物、過食、ストレス後のリラックスなどが報告されています。

すべてを避けるのは難しく、誘因への対処法を学ぶ行動マネジメント(例えば眩しい日はサングラスや日傘をさすなど)が適しています。頭痛ダイアリーをつけることにより、誘因を同定することが大事です。加齢に伴い軽快します。マグネシウム、ビタミンB2、コエンザイムQ10なども複数の試験で有効性が確認されました。

②緊張型頭痛

最も多い頭痛ですが、正確な発症機序はいまだ不明とされています。頭頸部や肩回りの筋肉が緊張して固くなることで、圧痛を感じやすくなり、俗に肩こり頭痛と言われます。発痛物質が慢性的に刺激することで、さらに痛覚過敏になるという悪循環に陥ります。

緊張型頭痛の患者さんの84.4%で心

理的ストレスや精神疾患を合併しており、不安症、抑うつ、パニック症などの共存がある方ではその治療やリスク因子の除去も必要とされています。その他、リラクゼーション法や頭痛体操、マッサージ、電気刺激、姿勢矯正、温冷パックなども有効とされています。

③群発頭痛

数週間〜数か月間の一定期間、2日に1回から1日8回、頭痛が群発し、特に夜間・睡眠中に目を中心にくぐられるような激しい頭痛が起きます。ヘビースモーカーや大酒家に多く、禁酒が予防に役立つとされています。

現在は頭痛に対する予防薬の知見や開発も進んでおり、非薬物療法で治らない場合は、お気軽にご相談いただければと思います。

(出典:頭痛の診療ガイドライン2021)



特集

明医研の訪問介護

当法人は、外来診療、訪問診療、訪問看護サービスに加え、20年以上にわたり訪問介護サービスも提供しております。

今回は、訪問介護を提供している「明サポートヘルパーステーション」「みるくる24」についてご紹介したいと思います。

ぜひ、わたしたちの訪問介護についてもご理解を深めて頂ければと思います。

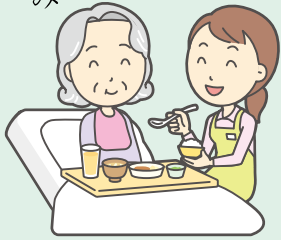
訪問介護とは？

ご利用者様が可能な限り自宅で自立した日常生活を送ることができるよう、ホームヘルパーがご自宅を訪問し、身体介護や、生活支援を行うサービスです。

当法人の訪問介護

■身体介護■

- 吸引・経管栄養等
 - 坐薬挿入等
 - オムツ交換（陰臀部洗浄含む）
 - トイレ介助
 - 全身浴又はシャワー浴・手足浴
 - 食事介助・水分補給・服薬介助
 - 洗髪・清拭・更衣介助
 - 口腔ケア・身体整容 等
- 生活支援■
- 掃除機掛け
 - 雑巾掛け
 - 洗濯干し・取り込み・たたみ



- お食事作り・配膳・下膳・後片付け
- 買い物
- 布団干し取り込み
- その他の家事等

当法人の訪問介護の特徴

特徴①

■信頼と実績■

2000年に開設し、地域の皆様に安心してご利用して頂ける訪問介護をお届けしてきました。これからも温かく信頼して頂けるケアを提供して参ります。

特徴②

■クリニック、訪問看護ステーション併設■

医師、訪問看護師、ケアマネージャーなど多職種と密に連携してサービスを提供しています。

特徴③

■吸引・経管栄養 実施認定事業所■

埼玉県の実定事業所として医療との連携を図りながら吸引・経管栄養を実施しており、ご家族の負担軽減となるよう支援しています。

特徴④

■医療依存度の高い利用者への対応も可能■

ご利用者様の生活リズムに合わせて訪問し、24時間365日緊急コールにも対応可能な定額制のサービス（定期巡回・随時対応型訪問介護看護「みるくる24」）を提供し、

医療依存度の高い利用者様への身体介護サービスにも対応可能です。

みるくる24とは？

特徴①

■定期巡回サービス■

あらかじめ作成された介護計画に基づき、一日何回かの定期訪問にてサービスを提供します。

特徴②

■随時対応サービス■

転倒など突発的な事故が起きた際など、ご利用者様やご家族様からの相談等をオペレーターがお伺いし、訪問等適切な対応を行います。

特徴③

■訪問看護サービス■

看護が必要な方に対して、主治医の指示のもと訪問看護サービスを行います。

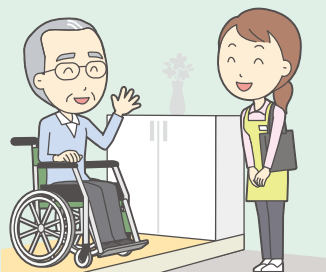
特徴④

■緊急用コール体制■

ボタン一つで連絡ができる緊急コール端末「みまもりケータイ」をお渡しし、スピーカーフォンで通話ができます。通話料無料。

併設のハーモニー

クリニックにて訪問診療、れんけい訪問看護ステーションで訪問看護を実施しておりますので、併せてご相談・お問い合わせください。



i 明医研INFORMATION

南区

デュエット内科クリニック

デュエット内科クリニックの木村院長が、テレビ取材を受けました。BS-TBSの「元気の守り神」という番組です。今年の2月に放送されましたが、木村先生のインタビューや訪問診療の様子が映されております。

その映像を外来待合室の院内モニターにて流しておりますので、ご受診の待ち時間の際に是非ご視聴いただければ幸いです。

緑区

ハーモニークリニック

来月2024年6月から医療費が変わります。2年に1度行われる診療報酬改定ですが、その時期が今年から6月1日に変更となりました。また、今年は3年に一度の介護報酬も改定されます。

それに伴いまして、患者さんの医療費も6月以降変更となる箇所があります。ご不明な点についてはお気軽に医事科までお問い合わせください。

南区

ケアメイト訪問看護ステーション

当ステーションでは、4月より居宅介護支援事業所の管理者が宮崎明音ケアマネジャーに変更となりました。

昨年、新たに社会福祉士の資格も取得し、広い見聞で利用者様の力になりたいという強い思いを持っております。

困りごと等ありましたらいつでもご相談ください。皆様の笑顔が増えるお手伝いを心待ちにしておりますのでよろしくお願い致します。

緑区

れんけい訪問看護ステーション

4月から看護記録の新システムを導入し、記録時間の短縮等によって、利用者様への看護ケアの充実、継続性が図れるよう努めて参ります。

より良いケアの提供は、利用者様が安心して在宅療養が出来る事に繋がってまいりますので、今後も更なる向上を目指してまいります。

緑区

明サポートヘルパーステーション

シリーズ「手伝ってヘルパーさん」その①

同居の母が転んじやって、骨折で長く入院していました。いよいよ来週は退院。仕事もあるし、母一人にさせるのが心配……。

そんな時でも仕事を辞める必要はありません。明医研には留守を見守ってくれているヘルパーさんがいます。お気軽にご相談ください。次回その②お楽しみに。

中央区

アトリオ訪問看護ステーション

一時、居宅介護支援事業所の営業を休止しておりましたが、1月に中村容子ケアマネジャーが就職し、居宅介護支援事業所を再開しております。

介護と医療、福祉のサービスを総合的一体化し提供できるように努め、利用者様、ご家族様等のよりよい在宅療養生活を支援させていただきます。

ふれあいホームページ

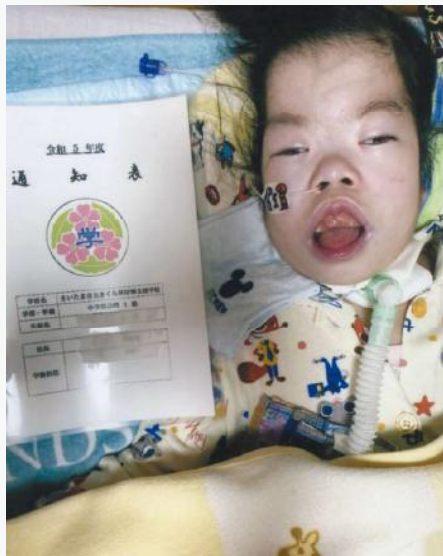
『お姉ちゃんを追いかけて』

緑区在住 心睦ちゃん(13歳) 母

春から中学二年生になったみっちゃん。凄いなあ。偉いなあ。頑張ってくれて嬉しいよ。

振り返ってみると、重度の病気をもって生まれてきて、最初は在宅酸素と心拍や酸素の値を見るモニターだけ持ち帰ってきました。状態と共に人工呼吸器など諸々の機材が徐々に増えてきて、在宅での療養生活となりました。

三歳、七歳の七五三、小学校入学、中学校入学、十三詣り、こんなにたくさんイベントを迎えることができるなんて想像していま



せんでした。

来年は、お姉ちゃんが成人式を迎えるため、先日前撮りをしてきました。この勢いで、みっちゃんも中学校卒業、高校入学、高校卒業、そして成人式まで頑張ってもらいたいです。

そのためにも、ハーモニーの先生方、れんけいの訪問看護師さん、これからも私たちのわがままにどうぞお付き合ってください。



表紙より

- ① れんけい訪問看護師ステーション看護師と利用者さん・ご家族で一枚
- ② デュエット内科クリニック木村院長と患者さんで一枚
- ③ れんけい訪問看護師ステーション看護師と利用者さん・ご家族で一枚
- ④ ケアメイト訪問看護師ステーションのスタッフ

職員募集

・ハーモニークリニック(医療事務・医療秘書)
 ・アトリオ訪問看護ステーション(訪問看護師)
 ・明サポートヘルパーステーション(訪問ヘルパー)

詳細についてはこちらまでご連絡ください。
048187517884
 法人本部 採用担当 宛



編集後記

今年、天災や事故が多い幕開けとなっており、先行きが不安視されましたが、皆様はお変わりなくお過ごしでしょうか。

辰年は、変革や激動の年と言われており、古くは戊辰戦争(1868年)や日露戦争(1904年)、昭和に入ってから、東京オリンピックの開催(1964年)、ロッキード事件(1976年)など、社会的に大きな出来事が起こっています。前回2012年の東京スカイツリー開業は、皆様の記憶に新しいところではないでしょうか。

さて、2024年は、わたしたち医療・介護業界においてもキーポイントになる年であり、大きな変革が求められております。

世の中の情勢は日々変化しておりますが、皆様安心して暮らせるようサポートさせて頂くことが我々の役割です。お困りのことがございましたらご相談ください。

これから気温がどんどん上昇して参りますので、熱中症にお気を付けください。では、次号をお楽しみに。

(法人本部 横田)

ご案内

**ハーモニー
クリニック**

さいたま市立病院
三室中学
バス停
バス停
ヨークマート
サン&グリーン薬局
コモディイイタ
至新見沼大橋
浦越線
コナカ
東浦和
至南浦和
グルメシティ

外来診療
一部オンライン診療
在宅医療
各種健診

〒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

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前9:00~13:00	○	○	○	○	○	13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・日曜日・祝日

診療内容

- 内科
- 消化器内科
- 呼吸器内科
- 脳神経内科
- 小児科
- 整形外科

**デュエット内科
クリニック**

別所沼公園
埼玉建産
連合会
武蔵浦和
保育園
花と緑の
散歩道
ファーストタワー
浦和大里
小学校
南区役所
郵便局
田島通り
三井リハウス
ラムザタワー

外来診療
一部オンライン診療
在宅医療
各種健診

〒336-0021 さいたま市南区別所6-18-8

TEL 048-866-7350

※武蔵浦和駅より徒歩 5 分 ※第2・第3駐車場あり

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前9:00~12:00	○	○	○	○	○	13時まで	休
午後2:30~ 6:00	○	○	○	○	○	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】土曜日午後・日曜日・祝日

診療内容

- 内科
- 消化器内科
- アレルギー科
- 呼吸器内科
- 脳神経内科

●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

●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

●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

●明(めい)サポートヘルパーステーション
(ハーモニークリニック2F)
TEL 048-875-7874

●みるくる24(定期巡回)
(ハーモニークリニック2F)
TEL 048-767-3101

※当法人の訪問看護ステーションは
居宅介護支援事業所を併設して
います。

- 明医研ホームページ
- e-mail(代表)
- Facebook

<https://meiiken.or.jp>

info@meiiken.or.jp

<https://facebook.com/meiiken>



発行
医療法人 明 医 研
さいたま市緑区松木3-16-6
TEL 048-875-7884
FAX 048-875-7833