

ハーモニー だより



・第99号・

令和7年10月1日発行



医療法人 明医研



Warm & Reliable

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

医療法人明医研は、本年8月に創立30周年を迎えることができました。これもひとえに、長きにわたる地域の皆さまの温かいご支援の賜物と、心より御礼申し上げます。

1995年、医療の高度化と高齢化の進行により、病院医療だけでは応えきれない支援が求められ始めた時代に、明医研は地域での医療とケアを担うべく歩みを始めました。今こそ当たり前となった在宅医療も、こうした時代背景のもとで取り組み始めたものです。

創設時に掲げた「WARM（温かく）& RELIABLE（信頼に足る）」という理念には、人を思いやる温かさ、医療・介護を担う者としての確かな知識・経験・技量をもって地域を支えるという意思が込められています。

この30年の歩みと経験を礎に、これから多職種で連携しながら、一人ひとりが安心して暮らせる地域社会の一助となるよう、職員一同精一杯取り組んでまいります。

今後とも変わらぬご支援のほど、よろしくお願い申し上げます。

永年勤続表彰



ケアメイト訪問看護ステーション

師長 鷹羽 佳美



明医研に入職し20年。長いような短いような色々あった20年でした。

前理事長である中根先生がいつも優しく温かく見守ってくださいました。お陰で今があると思っております。そして、いつも周りで支えてくれているスタッフの皆さんの存在も大きく感謝でいっぱいです。これからも地域の皆様のために役に立てるよう精進してまいります。

ハーモニークリニック

検査科 小林 恵子



2003年に入職し、出産・育児休暇を経て、20年間勤務させていただき感謝しております。2011年

に検査室が設立され、様々な健康診断、発熱外来検査、白癬菌検査、睡眠時無呼吸検査など、業務内容は多岐にわたっています。

これからも、自己研鑽に努め、地域の皆様の健康に携わってまいりますので、よろしくお願い申し上げます。



ハーモニークリニック

看護科 山口 みゆき



入職した当時2歳だった子どもも小学校卒業の年となり、長いようであつという間の10年間でした。

改めて感じるのには「人に恵まれ、支えられていた」という事です。自分が関わってきた方たちに心から感謝しております。これからも初心を忘れず成長していけるよう努めてまいります。

表紙より

- ① ハーモニークリニック渡邊ドクターと患者さんで一枚
- 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 ケアマネジャー向け勉強会「ハーモニークリニック在宅医療Labo」より一枚
- ④ ケアメイト訪問看護ステーションのスタッフ

師長 金久保 麻紀子

当ステーションは、おかげさまで10月に、設立30周年を迎えました。

現在は200名を超える患者さんにご利用いただき、スタッフも看護師・理学療法士・ケアマネジャー・事務など、総勢23名の大所帯となっております。

「訪問看護は在宅医療の要である」という

中根晴幸前理事長の言葉を胸に、ご自宅で

療養される

患者さんや

介護される

ご家族が安

心して日々

を過ごせる

よう、私た

ちは医療と

看護、そし

て元気をお

届けしてい

ます。

30年の歩

みの中では、

かつて訪問

させていた



だいた患者さんのご家族を再び訪問することもあり、患者さんからご近所の方をご紹介いただくことで、新たなご縁へとつながることもありました。こうした絆が広がっていくことを実感できるのは、私たちにとっても大きな喜びです。

これからも、長年の経験で培ったチームワークと、妥協しない向上心を糧に、成長を続けながら地域に貢献してまいります。

主任ケアマネジャー 配島 聡一

ケアマネジャーは、介護保険の認定を受けて在宅で何らかの介護サービスを利用された方やそのご家族に対し、自宅での生活における困りごとや心配ごとなどの相談業務を行っています。

また、介護保険の説明や各種書類の申請代行、介護サービスの利用条件・料金・サービス内容の説明、介護保険利用時の給付管理なども業務の一つです。

介護サービスを利用しながら、自分らしく住み慣れた地域で生活していきたい方、家族と一緒に自宅で暮らしたい方々の援助はもちろん、医師や看護師など多職種と連携することで、最後まで自宅で過ごすことを希望される方へのお手伝いもさせて頂いております。

まだ介護保険を申請していない段階の方

でも、これから介護保険を申請して、どのようなサービスが利用できそうかといったご相談を承ることもできますので、ぜひお声がけください。

理学療法士 野村 晃裕

理学療法士は、在宅生活に課題を抱えた利用者さんの目標達成に向けたリハビリを行っています。内容としては、①体調確認

②機能訓練（関節可動域訓練、筋力訓練など）
③基本動作訓練（起居動作、歩行など）

④生活動作訓練（食事、排泄、更衣、入浴など）

⑤介助指導 ⑥福祉用具の活用方法や住宅

改修に関するアドバイスなどが挙げられます。

訪問看護ステーションにおけるリハビリの特徴としては、看護的な視点を意識しつつ、身体の変化について小さなことでも気になる点があれば医師や看護師に報告し、その場での解決を心がけていることです。

また、在宅でのリハビリは年単位の長期スパンになることも珍しくないため、ご本人のモチベーションを維持することが大切です。利用者さんやご家族が日常生活の中で気づきにくい生活面や身体面のプラスの変化に目を向け、それをお伝えすることで、モチベーションの維持につなげていただこう努めています。

なるほど!

健康講座

血糖の流れを見える化するCGMについて



ハーモニークリニック
医師 伊藤 新

CGMとは

糖尿病治療において、血糖値をどのように管理していくかはとても大切な課題です。これまでは、通院時の採血や、ご自宅での血糖自己測定（SMBG：指先から少量の血液を採って測定する方法）が中心でした。しかし、これらの方法では一日のうち数回しか測定できず、「夜中に低血糖が起きていた」「食後に思った以上に血糖が上がっていた」など、大事な変化を見逃すこともありました。

そこで近年広まっているのが、持続血糖測定（CGM: Continuous Glucose Monitoring）です。腕やお腹に500円玉ほどの大きさのセンサーを装着すると、1〜5分ごとに自動で血糖値を記録し、スマートフォンや専用モニターで表示してくれます。指先に針を刺す必要がないため負担も少なく、1つのセンサーで10〜14日ほど使用できます。

CGMの最大の特徴は、血糖の「流れ」がわかることです。食後の血糖上昇、運動後の下がり方、夜間の安定性など、一

日の血糖パターンを丸ごと把握できるため、治療の改善点が具体的にみえてきます。また、患者さんご自身が食事や運動による変化を目で見て実感できることも、治療を続ける力につながります。

薬物療法との相性もよく、経口糖尿病薬やインスリン、GLP-1受容体作動薬など、それぞれの薬の特徴をCGMで確認できます。たとえば「この薬を飲むと食後の上昇が抑えられている」「インスリンの効果が夜間に強すぎる」といったことがわかり、治療内容の調整に役立ちます。

健康保険での利用と当院での取り組み

CGMは、インスリン治療を行っている方ではSMBGと同じ条件で健康保険の対象になります。一方で、経口薬やGLP-1受容体作動薬のみを使っている方は、原則として保険の対象には含まれません。ただし、低血糖が頻発する場合や、インスリン抵抗性が強いと考えられる場合には、当院では臨床検査として保険診療の範囲で短期的にCGMを実施できます。その結果を医師が解析し、治療方針の検討に役立てています。

また、保険の対象外であっても「まず

は自分の血糖の動きを知りたい」「薬の効果を詳しく確認したい」という希望がある場合には、選定療養（保険と自己負担を組み合わせる制度）を利用して短期測定を行うことも可能です。

一人一人に合わせた診療が可能になります

糖尿病治療は、血糖値だけで判断できるものではありません。体質、生活リズム、お仕事や家庭の状況、ご家族や介護者を含めた生活環境、さらには経済的な事情まで、多くの要素を考慮する必要があります。当院では患者さんと一緒に、無理なく続けられる方法を検討しています。糖尿病は「自己責任」で起こる病気ではなく、誰にでも起こりうる病気です。医療者と患者さんが協力し、必要に応じてCGMを取り入れることで、治療を前向きに続けられるよう支援してまいります。

「血糖の流れをもっと詳しく知りたい」「自分に合った治療を見つけない」と思われる方は、どうぞお気軽にご相談ください。



写真はイメージです

特集

知って安心!! 予防接種の基礎知識

当法人では、地域の皆さまの健康を支えることを大切に、日々の診療に取り組んでおります。今回は、病気から身を守るための一つの方法として、「予防接種」についてご紹介いたします。

■ 予防接種の目的とは? ■

体に「病原菌体と戦う力」免疫をあらかじめつけておくことで、病気の発症や重症化を防ぐことを目的としています。ワクチンは病原体の性質を弱めたり、無毒化したりした成分などをもとに作られています。

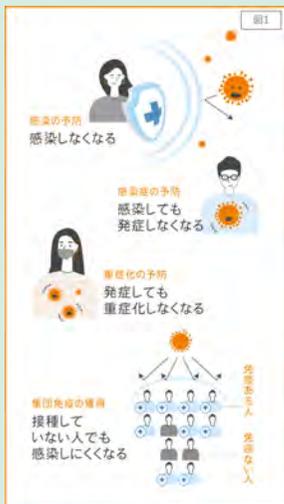
■ 個人免疫 ■

まず、予防接種はご自身の体を感染症から守るうえで重要です。免疫力を高めることで、「感染そのものを防ぐ効果」と「万が一かかっても重症化を防ぐ効果」の両方が期待できます。ご自身の健康維持はもちろん、感染症による重い症状や入院のリスクを減らすことができます。

■ 集団免疫 ■

また、予防接種には、ご自身だけでなく社会全体を感染症から守る「集団免疫」という重要な役割があります。多くの人が接種することで、地域の中で感染症が広がりにくくなり、結果として、より多くの人の健康を守ることにつながります。

※出典：Health Annet(編集部)「7×知」(Covid-19情報サイト)



(参考) 個人免疫と集団免疫

■ 最後に ■

ハーモニークリニック、デュエット内科クリニックでは、子どもから高齢者まで、さまざまな予防接種を実施しています。接種可能な予防接種についてはホームページをご確認ください。(一部は予約なしで接種可能です)

接種に関してご心配な点やご不明な点がございましたら、医師やスタッフへご相談ください。

クリニックの予防接種ページはこちら



ハーモニー
クリニック



デュエット内科
クリニック

トピックス

特定行為研修了!

患者さんにより良い医療を届けるために

ケアメイト訪問看護ステーション

看護師 武井 恵理子



こんにちは、特定行為看護師の武井と申します。私は、在宅で療養される方々を支えるために、状態に応じた専門性の高いタイムリーなケアが提供したいと考え、約1年間の特定行為研修を受講し、今年の六月に特定行為看護師になりました。

「特定行為」とは厚生労働省の定める38個の診療の補助行為です。私はその中の5行為(気管カニューレの交換、胃瘻カテーテルの交換、脱水症状に対する点滴、高カロリー輸液の調整、褥瘡または慢性創傷の治療)が実施できる在宅・慢性領域の特定行為看護師です。

例えば、褥瘡ができてしまった、傷がなかなか治らない、水分や食事が取れないと言った場合、主治医が定めた病状の範囲内であれば、その場でお身体の状態を判断し、医師の指示を待たずに必要な処置や点滴を実践いたします。

在宅で療養される皆様が安心してご自宅で過ごせるようこれからも精進してまいります。特定行為について聞きたい、相談したい時はいつでもご連絡ください。



明医研INFORMATION

南区

デュエット内科クリニック

いつもマイナ保険証をご利用いただきありがとうございます。

マイナ保険証をお持ちでない方は資格確認書での受診も可能ですが、マイナ保険証の作成をお勧めいたします。

また、マイナンバーカードの有効期限が近づいている方も増えてきています。更新通知書は有効期限の2～3か月前に届きますので、お早めに更新手続きをお願いいたします。

緑区

ハーモニークリニック

当院では、肺炎球菌ワクチン（ニューモバックス）、带状疱疹ワクチン（水痘・シングリックス）、子宮頸がんワクチン（シルガード9）が、予約不要で当日接種可能となりました。

ご希望の方は、ホームページで持ち物や注意点をご確認のうえ、受付時間内に直接受付へお越しください。

ご不明な点がございましたら、お気軽に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、武井恵理子看護師が今年の5月末に特定行為研修を無事修了することができました。実地研修の際は、利用者さんをはじめ多くの皆様のご協力ご支援を頂きました事、改めて感謝申し上げます。

9月には理学療法士1名が新たに入職し、更にケアや質の向上に努め尽力してまいりますのでよろしくお願い致します。

※武井看護師の記事は5ページに掲載

緑区

れんけい訪問看護ステーション

当ステーションでは、看護学生を対象に訪問看護の1日体験を行っています。今年も夏休みを利用して、将来看護師を夢見る高校生が来てくれました。

研修等のご相談がございましたら、お問い合わせ願います。



緑区

明サポートヘルパーステーション

定期巡回訪問介護では、ご本人様、ご家族様の生活時間に合わせて訪問いたします。1日に複数回の排泄介助や、暑い日が続く際の熱中症安否確認、水分補給のための訪問も可能です。

また、定期的なお薬の内服時間に合わせた訪問にも対応いたします。ご家族様のライフスタイルを変えることなく、ご自宅での生活を支援させていただきます。

どうぞお気軽にご相談ください。

中央区

アトリオ訪問看護ステーション

当事業所では、毎年9月の防災月間に合わせて、災害時にも業務を継続できるよう策定した業務継続計画（BCP）の読み合わせ、防災訓練を行っています。

今年もトカラ列島の群発地震や台風等による集中豪雨、雷雨による停電等の自然災害が発生しています。訪問時に避難場所や災害時の行動等を確認させていただき、必要な対応を多職種と共有し災害に備えていきます。

ふれあい広場

『社交ダンスのすすめ』

南区在住 中井 寿夫さん(95歳)



私は中井寿夫95歳です。毎月、デュエット内科クリニック木村先生の診察に通っております。

私の人生と共に歩んでいるのは社交ダンスです。20歳の時に始めて約75年ずっと踊ってきました。今習ってる渡辺花音先生と8年前に知り合い、念願であったシンデレラの王子様の役や、映画ムーランルージュのロクサーヌをホテルで踊ったり、技術向上のレッスンをしたり、毎日がダンスと向き合ってきました。

ただ、2年前に、道を歩いていたところ、転倒により肋骨4本と右手首を骨折して、肺気胸になり手術入院しました。退院した日に迎えに来てくれたのは花音先生でした。そのまま家に帰るかと思いきや、ダンスホールに連れて行かれ退院したその日から踊り出しました。そして今健康にまた踊れています。

社交ダンスは、体を動かすだけでなく大変頭も使います。高齢者の認知症抑止に大変良いと思います。95歳で、少し若い頃よりは動きが遅くなりましたが、頭は20歳のままほとんど変わっていない気がします。

そして今日も明日もダンスができることがとても幸せです。ぜひ高齢者の方に社交ダンスをお勧めします。

トピックス

ハーモニックリニック渡邊仁医師がトライアスロンレースで完走!



去る令和7年9月14日、北海道の函館市などで開催されたトライアスロンレース「アイアンマンジャパンみなみ北海道2025」に、ハーモニックリニックの渡邊医師が出場し、見事完走いたしました。(スイム3.8km/バイク180km/ラン42.2km/合計226km)記録:11時間55分
総合順位223位(1044人中)

渡邊医師には、完走者としての称号「アイアンマン」が与えられましたので、受診の際にぜひお気軽にお声がけください。

●渡邊医師のコメントはこちら

『『Anything Is Possible (不可能はない)』世界中で開催されているアイアンマンレースに共通するテーマです。このテーマに魅せられ、いつか自分もゴール前のレッドカーペットを走りながら『You are an IRONMAN!』

のコールを聞く。そんな目標を持って、日々のトレーニングを重ねてきました。波は高く、風は強くタフなレースでしたが今の自分の力は出し切れませんでした。最高に楽しい、夢のような226kmでした!!」

職員募集

- ・ハーモニックリニック(医療事務・医療秘書)
- ・デュエット内科クリニック(看護師)
- ・れんげい訪問看護ステーション(訪問看護師)
- ・ケアメイト訪問看護ステーション(訪問看護師・ケアマネジャー)

詳細についてはこちらまでご連絡ください。

048-1875-17884

法人本部 採用担当 宛



▲採用HPはこちら

編集後記

皆さまいかがお過ごしでしょうか。今年6月から35度を超える猛暑日が続く、暑さ対策にご苦労されたこと存じます。体調がすぐれない場合は、どうぞお早めにご来院いただき、医師にご相談ください。

ハーモニックリニックでは、このたび糖尿病内科を新たに標榜いたしました。糖尿病専門医の伊藤新医師が、本号4ページの「なるほど健康講座」に寄稿しておりますので、ぜひ一読ください。

本誌も次号で通算100号を迎えます。次号もどうぞお楽しみに。

(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
コモディイタ
至新見沼大橋
浦越線
コナカ
至122号
東浦和
グルメシティ

北宿通り
至北浦和
至南浦和

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9:00~12:30 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | 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



HP

診療内容

- 内科/家庭医療・総合診療科(院内標榜)
- 糖尿病内科
- 呼吸器内科
- 小児科
- 消化器内科
- 脳神経内科
- 整形外科

**デュエット内科
クリニック**

別所沼公園
埼玉健康・総合会
武蔵浦和保育園
花と緑の散歩道
ファーストタワー
浦和大学
南区役所
郵便局
三井リハウス
ラムザタワー

木曾路
国道14号
田島通り

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



HP

診療内容

- 内科/家庭医療・総合診療科(院内標榜)
- 呼吸器内科
- アレルギー科
- 消化器内科
- 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



HP

● 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



HP

● 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



HP

※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(めい)サポートヘルパーステーション
みるくる24(定期巡回)
(ハーモニークリニック2F)
TEL 048-767-3101



HP

■ 明医研ホームページ

<https://meiiken.or.jp>

■ Facebook

<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