



2021

秋号

No.246

# 橋

はし



山梨県 長潭橋

# BRIDGE

# 緑内障

## りよくないしょう

石切生喜病院 眼科 西野 智之



### 緑内障ってどんな病気？

眼の奥には視神経と呼ばれる神経の束があります。何らかの原因で視神経が傷害されることで、視野(見える範囲)が狭くなる病気です。その主な原因の一つに眼圧の上昇が挙げられます。

また、緑内障は日本の失明原因の3割近くを占めており第1位となっています。



### 眼圧って何？

眼の中には房水と呼ばれる液体が循環しています(図1)。房水による眼球内の圧力を眼圧と呼びます。何らかの原因で出口の部分が詰まり、循環している液体の流出が悪くなると房水は溜まる一方となり眼圧が高くなります。



### 視野障害の進行

視野のイメージ像 ※右眼で表示しています



実際には両目でカバーしたり、目を動かしたりするために気づかないことが多い。

目の中心をややはずれたところに暗点(見えない点)ができます。自分自身で異常に気づくことはありません。

暗点が拡大し、視野の欠損(見えない範囲)が広がります。しかし、この段階でも片方の目によって補われるため、異常に気づかないことが多いようです。

視野(見える範囲)はさらに狭くなり視力も悪くなって、日常生活にも支障を来すようになります。さらに放置すると失明に至ります。

©参天製薬

### どれくらいの人になるの？

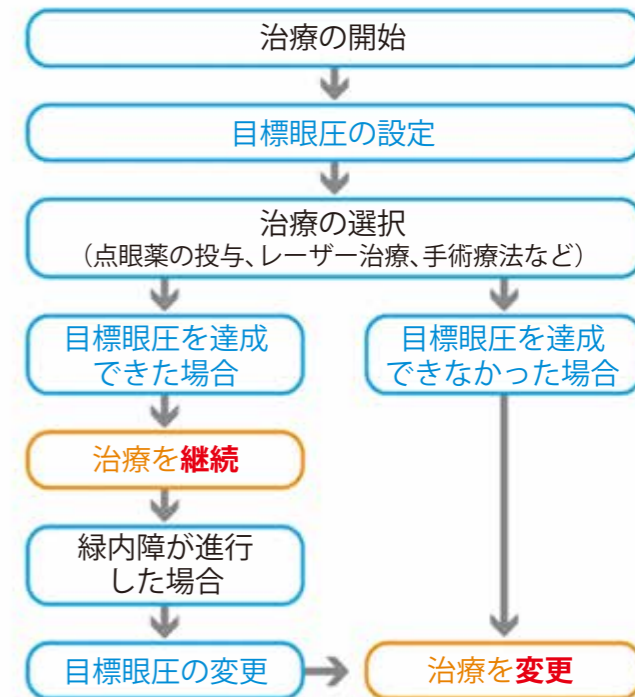
40歳以上の20人に1人が緑内障であるという国内の調査があります(図2)。

この調査の際に新たに緑内障と診断された方が89%と、未治療の緑内障患者さまが非常に多いことが分かっています。また、家族歴のある方、近視の方、2型糖尿病の方などは緑内障のリスクが高いとされています。

### 緑内障の症状って？

先述の通り、視神経が傷害されていくことで視野が狭くなり、視力の障害が起こることがあります。しかし、人間は片眼の見えにくい部分を反対側の眼で補っているため初期の段階では気づかないことが多いです。「見えにくい」「霧がかかって見える」などの自覚症状が出てきた頃にはかなり進行していた…ということも少なくありません(図3)。

### ◎緑内障の一般的な治療法



©参天製薬

### 緑内障の治療法は？

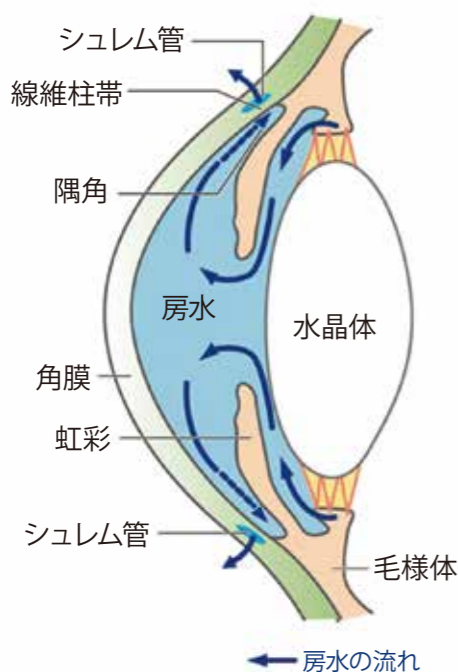
緑内障のタイプや進行の程度などによって治療法は変わりますが、一般的には点眼治療から開始されることが多いです。その他にもレーザー治療、手術などを選択する場合があります(図4)。

一度失われた視野は点眼や手術などで取り戻すことはできません。治療の目標は残された視野を維持し、緑内障の進行を抑制することです。よって早期発見・早期治療が非常に重要です。

### 心配になってきた、どうしたらいい？

ぜひ一度、眼科を受診してください。「緑内障が気になる」と仰っていただければ、視力や眼圧測定、必要に応じてさらに詳細な検査を致します。

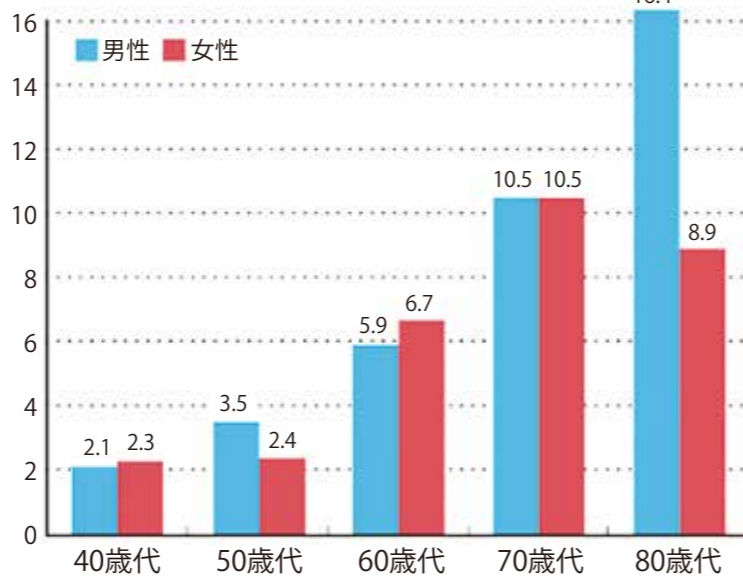
図1



©参天製薬

図2

◎全緑内障年代別有病率 (%)



「日本緑内障学会多治見緑内障疫学調査」報告：日本緑内障学会ホームページより一部改変

©参天製薬

図4

# 臨床検査室に最新の多項目自動血球装置と 生化学分析装置を導入

石切生喜病院 臨床検査室 津本 剣任  
藤本 智也

石切生喜病院の臨床検査室では、生理機能検査業務と採血・検体検査業務を行っています。

生理機能検査という業務は、直接患者さまと接して行う検査が中心となります。循環生理検査、呼吸生理検査、神経生理検査、超音波検査などを行っています。検体検査業務は、患者さまから採血した血液検体や尿・糞便、体腔液（胸水・腹水・心嚢液

等）、分泌物等を自動分析装置や、顕微鏡、測定キットなどを用いて分析し検査結果を報告します。

今年、石切生喜病院臨床検査室では検体検査業務の検査精度の向上と効率化を図るため、6月に多項目自動血球装置、8月に生化学分析装置が更新され最新の機器が導入されました。

## 多項目自動血球装置 XN-3000 XN-1000



この装置では血液中の細胞成分である赤血球、白血球および血小板の数や大きさを測ったり、ヘモグロビン濃度、ヘマトクリット値などの測定を行います（令和3年6月導入）。

## 生化学分析装置 LAboSPECT008α

この装置は主に血液の液体成分（血清）と尿中に含まれている成分を化学的に検査しています。この一台で現在41種類の検査項目を測定することが可能です（令和3年8月導入）。



## 代表的な検査項目

- ★肝臓の検査（AST、ALT、LDH、γ-GTP、ALP、ビリルビンなど）
  - ★腎臓の検査（尿素窒素、クレアチニン、尿酸など）
  - ★膵臓の検査（アミラーゼなど）
  - ★脂質の検査（総コレステロール、HDL（善玉）コレステロール、LDL（悪玉）コレステロール、中性脂肪など）
- これらを分析することにより、病気の診断、治療

の判定、炎症の程度、栄養状態などを推測できます。どちらの検査も病気の診断や治療をするうえで重要な検査です。

今回の多項目自動血球装置と生化学分析装置の更新により、検査精度の更なる向上を目指す一方、患者さまには待ち時間短縮を目指し、迅速な診療に貢献できるよう業務を遂行してまいりたいと思っております。



# 大東中央病院 X線CT装置の更新

大東中央病院

放射線科 顧問 白石 友邦  
放射線検査室 技師長 岩城 祥路

大東中央病院では令和3年9月にX線CT装置の更新を行いました。

今回導入した装置は、キャノン社製80列MDCT Aquilion Prime SP/i Editionです。X線検出器が80列のMDCT（多列検出器CT）で、今まで使用していたX線検出器の64列のMDCTよりも高性能な装置です。

X線検出器が多列化するほど、短時間でより詳細に多くの情報を得る事が出来ます。多くの情報を得ることにより、診断能力が飛躍的に向上します。また、短時間で撮影することによって、検査によるX線被ばくを低減する事が出来ます。

### 1) 被ばく線量の低減

今回導入した装置も前装置同様、逐次近似法と呼ばれる方法を応用し、AI技術を用いて設計された画像再構成法（AIDR-3D）を採用しています。被ばく線量を最大約75%、画像ノイズを最大50%低減する事が出来ます。

令和3年4月より、放射線業務従事者の被ばく線量の限度も引き下げられるなど、今後更に放射線被ばくが注目される中、装置による被ばく線量の低減は極めて重要になって来ています。

### 2) 金属アーチファクトの除去

新たに加わった機能の一つとして、人工骨頭や人工関節等の体内金属によって引き起こされるアーチファクト（画像上の雑音）を短時間で大幅に除去するSEMARと言う技術を採用しています。金属アーチファクトを効果的に低減する事で、金属周辺部の画質が飛躍的に向上します。

### 3) 新たな外装

外装にも息止めのタイミングをとりやすい息止め指示器（ルックガイド）を搭載し、患者さま目線のやさしい装置デザインになっています。

また、今回のCT装置更新に伴い、CT装置から得た情報を3D画像に再構築および解析するワークステーション装置Zio Station2の更新も同時に行われました。

大東中央病院放射線科・放射線検査室スタッフ一同は、迅速かつ正確な画像診断、短時間撮影、画質向上、被ばく線量低減など患者さまにやさしく、安心してCT検査が受けられるよう努めて参ります。



# 大腿骨頸部骨折

だいたいこつけいぶこっせつ

石切生喜病院 リハビリテーション室 士長 田中 伸幸

高齢者の転倒により受傷するケースが多く、石切生喜病院リハビリテーション室でも担当する機会が多い大腿骨頸部骨折について紹介させていただきます。

## 概要

大腿骨は脚の付け根から膝までの太ももの骨で、付け根の部分は股関節を形作っています。股関節部分から膝に向かって骨頭、頸部、転子部、転子下と部位が分かれています。

大腿骨頸部骨折は大腿骨頸部で起こる骨折であり、高齢化の進む日本において、増加の一途をたどっており、転倒をきっかけとして骨折が生じその後、寝たきりになってしまう方も少なくありません。日本では年間10数万人が受傷しており、男女比では女性が2.6倍も多く、これは骨粗鬆症により骨の強度が低下していることが一因とされています。

年齢でみると70代以降に増加し、85歳以上では特に頻度が高くなっています。大腿骨頸部骨折を発症すると、日常生活に著しい障害を引き起こすことになるため、可能な限り手術的な治療介入を行い、機能回復を図ることが推奨されます。

とが推奨されます。

## 原因

大腿骨は体の中で最も大きな骨で、体を支えて移動する目的で頑丈にできています。しかし大腿骨頸部は湾曲しており、構造的に外からの力が加わりやすい弱点があります。骨粗鬆症などにより骨がもろくなると、軽く転んだだけ、ひねっただけといった些細なけがで骨折してしまいます。

## 診断

大腿骨頸部骨折の診断では、レントゲン写真、CT、MRIといった画像検査が重要になります。大腿骨頸部とは、大腿骨のなかでも股関節を形成する側の付け根に当たる部分です。大腿骨頸部と骨盤との間で構成される股関節は、可動性、安定性を高めるために関節包と呼ばれるもので両者が強化されています。大腿骨頸部の骨折が関節包の外側で生じたのか内側で生じたのかに応じて区別され、関節包の内側における骨折のことを大腿骨頸部骨折と呼びます。

一方、関節包の外側で頸部骨折を起こすこともあります。この場合は、大腿骨転子部骨折と呼びます。関節包の内外で骨に対する血液供給量に差があるため、このように分類されています。関節包の外側は血流が良いですが、内側は血流が乏しいためこの血液量の

差が骨折の治りやすさにも影響を与えており、血流の乏しい関節包内の骨折である大腿骨頸部骨折ではなかなか骨が治りません。逆に血流が豊富な関節包外の骨折である大腿骨転子部骨折では骨が治りやすいです。

## 治療

大腿骨頸部骨折を発症すると、日常生活において著しい質の低下を認める可能性があるため、基本的には手術によって治癒を目指します。手術方法としては、骨同士を金具で固定する骨接合術と大腿骨頭を取り替えて人工物で股関節を形成する人工骨頭置換術に大きく分けることができます。手術方法の選択については、年齢や普段の活動度、骨折の重症度などを考慮して適宜選択されます。

大腿骨頸部骨折では術後のリハビリも重要です。高齢者では骨折手術後に長期臥床の状態になると、急速に活動度が低下します。また認知症の進行がみられることもあります。こうしたことを防ぐためにも、適切なタイミングで活動度を上げるリハビリを実施することが必要です。

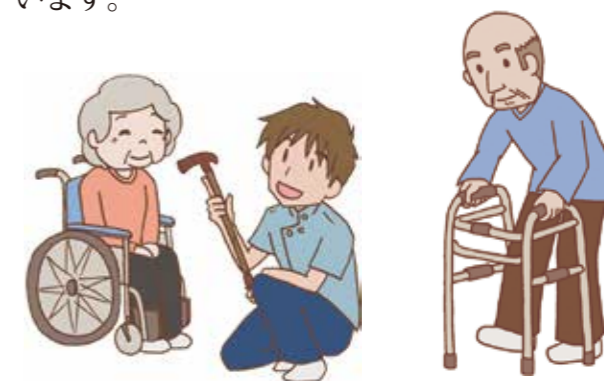
## リハビリテーション

手術後はベッド上で座る練習を始め、早い段階での起立・歩行を目指してストレッチ、筋力増強訓練などを行います。これらには寝たきりに伴う認知機能の低下や筋力の低下、



関節が硬くなることなど多くの合併症を防ぐ目的もあります。歩行訓練は、平行棒、歩行器、杖と段階的に進めていく

ことが多く、必要があれば階段昇降の練習や屋外での歩行訓練も行います。リハビリテーションでは骨折前の動作能力の獲得を目標とする場合が多いですが、場合によっては杖や歩行器などを使用するように説明しています。このほか日常生活動作の訓練として整容、着替え、排泄、入浴などの動作練習を行います。



## リハビリ・日常生活で注意すること

人工骨頭置換術の場合は股関節の脱臼です。手術方法によりますが、多くは股関節を深く曲げる、または内側に捻ることで脱臼します。特に手術後6ヶ月は注意が必要ですが、6ヶ月を超えても脱臼することがあります。

具体的には足を組む、横座り、低い椅子に座る、和式トイレにしゃがむ、靴や靴下の着脱の際に膝が内側に入るなどの動作があります。なお、手術の方法によっては、脱臼しやすい運動方向や程度が異なるため、主治医やリハビリ担当者に正しい動作方法を確認しておくことが大切です。



# 排尿自立ケアチーム

香芝生喜病院  
皮膚・排泄ケア認定看護師  
泌尿器科 部長 坂本 亘 主任 中村 順美



## 排尿自立ケアチームの活動内容

### 目的

排尿ケアチームとは、尿道カテーテルを使用した患者さまに対し、①尿路感染を予防し、②早期退院を促し、③寝たきりになるのを防ぐなどを目的として活動する医療チームのことです。

具体的には、一日でも早く尿道カテーテルを抜去する、自立して排尿できるよう支援する、スムーズに元の生活に復帰できるよう援助するなどの活動を行っています。

尿道カテーテルを長期間留置すると、自分で排尿する必要がなくなる為、ベッド上で生活する時間が多くなり、全身の筋力低下を引き起こします。また、尿道カテーテ

ルを長期に使用することでカテーテルを通して、普段は存在しない菌が膀胱内へさかのぼってしまい、尿路感染症を引き起こしてしまうことがあります。

香芝生喜病院では、尿道カテーテルを抜去した後の排尿困難・尿失禁・頻尿・残尿がある方を対象として、毎週火曜日に排尿自立ケアチームが院内回診を実施しています。

高齢の入院患者さまのなかには、入院中に全身の筋力が低下し元の生活に戻ることが困難な場合があります。そのような患者さまに対し、現在行っているリハビリテーションの内容から可能な排泄動作を検討し、トイレやポータブルトイレを出来るだけ使用し、排泄してもらえるように努めています。その行為を繰り返すことで、尿意がなかった患者さまでも次第に尿意がわかるようになりトイレやポータブルトイレで排泄することが可能となります。



### 活動内容

- ・病棟にリンクナースを配置し、ケアチームと連携して対象となる患者さまの情報を共有する
- ・治療計画書を作成、週に1回、チーム回診で、ケアの実施と評価を行う
- ・年1回排尿ケアに関する勉強会を開催

### 構成メンバー

- ・泌尿器科医師
- ・皮膚・排泄ケア認定看護師
- ・下部尿路障害に関する所定の研修修了者（令和3年秋以降）
- ・各病棟リンクナース
- ・地域医療連携室看護師
- ・理学療法士



退院後も継続支援 今後は退院後の外来患者さまに対する排尿自立支援も開始する予定です。

### お知らせ

当院では

## 前立腺肥大症の

新しいレーザー治療を開始しました!

こんな症状がありましたら、  
泌尿器科の医師にご相談ください

- ◆おしっこが出にくい
- ◆急に尿意をもよおす
- ◆夜間、おしっこに行きたくて何度も目を覚ます
- ◆前立腺肥大症用の薬を飲んでいるが改善しない



手術前：前立腺が肥大し尿道を圧迫



手術：レーザーを肥大した前立腺にあて蒸散



手術後：スムーズな排尿が可能に

当院で行うレーザー蒸散術（CVP）は短時間で安全に行う事ができ抗凝固薬を服用されていたり前立腺に結石があっても実施可能です

### 泌尿器科

	月	火	水	木	金	土
午前診	坂本	坂本	※山本	坂本	川中	※担当医

※水曜日・土曜日 診察受付は12時までとなります。

医療法人藤井会  
香芝生喜病院

【オンコロ】とは… オンコロジー (oncology)。腫瘍学のこと、がんを主体に腫瘍の原因や治療などを研究する学問を指します。この連載企画では、がん患者さまやご家族さまへさまざまな情報を発信していきます。

## 石切生喜病院 抗がん剤調製支援システムを導入

石切生喜病院 薬剤室 室長 野口 善久

近年さまざまな注射抗がん剤が開発され薬物治療が進歩する一方、投与量の算出や調製作業の複雑化も進んできています。抗がん剤の投与量を決める際に患者さまの体の大きさや体重などから複雑な計算が必要な場合があり、その調製工程は溶かしたり、薄めたり、必要量を秤取したりと複雑な作業が必要な場合があります。

日々進歩する抗がん剤治療に追従して、これらの作業をサポートする機器も進歩しており、正確かつ安全な抗がん剤治療には欠かせないものとなってきています。

石切生喜病院では入院・外来ともに非常に多くの患者さまが治療を受けていますが、これら一連の作業をより安全で確実なものとし、安心して抗がん剤治療を受けて頂くために抗がん剤調製支援システムを導入していますのでご紹介したいと思います。

### システムについて

医師が処方した抗がん剤に応じて「抗がん剤調製支援システム」が調製手順や秤取量を前面のモニターに映し出し、調製者である薬剤師がそれに従い調製作業を進めていきます。

従来であれば手作業で秤取量を計算し、手順も覚えたマニュアルに沿って調製を進めていましたが、音声と映像

で手順をアナウンスされつつ調製を進めていくことができ、マニュアルに沿う一定した作業を続けて行うことができます。

### 正確性と安全性、調製作業の記録について

抗がん剤は注射器を用いて必要量を調製します。しかし個々の注射器の目盛りは製造上どうしても小さな誤差があり、どれだけ目盛りを正確に合わせたとしても、処方された必要量丁度に取りれない場合があります。ただ、それらの誤差というのは極々微量であり、治療に影響が出るものではなく、肉眼で誤差を確認することができません。

抗がん剤調製支援システムでは、秤取した注射器の重量を測定することで極めて正確な量を秤取することができます。また、調製する抗がん剤の取り違いを防ぐため、処方された抗がん剤と今から調製する抗がん剤が一致しているかバーコード認証して整合性チェックを行ってから調製します。また、画像としても記録することができ、必要に応じて写真を撮って記録しています。

これらの作業記録はデータとして保管され、いつ、誰がどの患者さまのどの薬をどれだけ調製していたかを記録します。今までは調製された抗がん剤を目視で確認していましたが、それに加えてデータとしても確認できるようになり、より確実なチェックを行えるようになりました。

この優れたシステムを駆使して、より安全で確実な抗がん剤治療を提供しています。一方でこのシステムを操る薬剤師も進歩していかなければなりません。日々進歩する抗がん剤治療、機器に置いて行かれないよう精進していこうと思います。



## 奈良県・三郷町に サービス付き高齢者住宅を開設へ

法人本部 企画管理部 副部長 戸崎 隆宏

奈良県・三郷町が実施した「奈良学園大学跡地活用事業者募集事業」において、医療法人藤井会が、優先交渉権者に選定されました。

同事業は、令和4年3月移転予定の奈良学園大学三郷キャンパス跡地を、三郷町が学校法人奈良学園

から譲渡を受け、町が目指す全世代・全員活躍型「生涯活躍のまち」として活用するために、活用案の公募を行ったものです。

今後、同地区は「F S S 35キャンパス(奈良学園大学跡地)」として、高齢者住宅・保育施設・商業施設・サテライトオフィスなどの設置が計画されています。

医療法人藤井会は、大学校舎を改修、名称を「藤井会ケアガーデン三郷」として、サービス付き高齢者住宅や訪問看護・通所介護などを行う複合型介護施設の事業実施を計画しており、令和5年春の開設を予定しています。

また10月1日より王寺駅前に準備室を設け、求人・広報活動を行っています。



藤井会ケアガーデン三郷 開設準備室  
〒636-0002 奈良県北葛城郡王寺町王寺2-7-14 喜泉ビル502号室  
TEL 0120-599-019



## 第22回 大東消化器病わからん会開催

大東中央病院 総務課 課長 山本 寿成

大東中央病院では、令和3年9月4日(土)に第22回大東消化器病わからん会を開催しました。

今回は、コロナの影響で緊急事態宣言発令中のためWEB形式(ZOOMにて配信)での開催となりました。

当会は、大東市近隣地区の病院連携の活性化を目的として平成16年より、毎年定期的で開催されています。

医師、コメディカルなど40名程の参加がありました。

### 特別講演

座長：大東中央病院 病院長 梶山 雄司

演者：関西医科大学 外科学講座

主任教授 関本 貢嗣 先生

内容：「大腸癌診療の意識改革」

予防、治療、血栓凝固異常との関連



# 藤井会新石切デイサービス

## 夏祭り



藤井会新石切デイサービス 尾崎 嘉則

令和3年8月2日、3日に藤井会新石切デイサービスで夏祭りが開催されました。朝に利用者さまが来られた時に「今日は夏祭りですよ♪」と伝えると「やあ～楽しみやね♪」

と笑顔で応えてくれました。夏祭りのスタートは輪投げや射的などの遊戯で楽しんでいただきました。1位には豪華景品が用意されているので、みなさま真剣!! 身体を動かした後は、たこやきや水ようかんなど、美味しい食べ物がたくさん。特にたこやきは人気でした。

食後にはハズレなしのくじ、「千本引き」をしました。先っぽに景品の付いた紐を持ってもらい、「せーのっ」で一斉に引き当てたらなんと、この日誕生日の方が一等の景品を獲得しました!! 他の方々も景品を獲得して楽しんでいただけました。コロナ禍でさまざまな制限がありますが、「利用者さまに楽しんでいただくには?」と限られた状況でスタッフ一同、工夫しながら夏祭りを企画しました。利用者さまのマスクの上からでも伝わる笑顔を見て、これからも楽しんでご利用いただけるよう、最善を尽くしていこうと思います。



射的ゲーム♪当たるかな

と笑顔で応えてくれました。

夏祭りのスタートは輪投げや射的などの遊戯で楽しんでいただきました。1位には豪華景品が用意されているので、みなさま真剣!! 身体を動かした後は、たこやきや水ようかんなど、美味しい食べ物がたくさん。特にたこやきは人気でした。

食後にはハズレなしのくじ、「千本引き」をしました。先っぽに景品の付いた紐を持ってもらい、「せー



春の壁画 鯉のぼり



## 壁画制作

藤井会新石切デイサービス 武原 亜莉純

藤井会新石切デイサービスでは、四季に合わせて壁画製作を行っております。

大きな作品の為、3ヶ月前から準備に取りかかり利用者さまと一緒に作製していきます。皆さん作業がお好きで積極的に行って下さいますが、中には細かい作業と聞くと「難しいわ。できない。」と言われる方も見られます。夏の壁画では、ひまわりと花火を作製しました。ひまわりは2色の折り紙を切って重ね、花火は折り紙を輪にして繋げ大きい物にしました。ハサミを使っ

大きな作品の為、3ヶ月前から準備に取りかかり利用者さまと一緒に作製していきます。

皆さん作業がお好きで積極的に行って下さいますが、中には細かい作業と聞くと「難しいわ。できない。」と言われる方も見られます。

夏の壁画では、ひまわりと花火を作製しました。ひまわりは2色の折り紙を切って重ね、花火は折り紙を輪にして繋げ大きい物にしました。ハサミを使っ

た作業が一番難しいのでスタッフと協力して頑張っておられました。今年は花火を見ることが出来なかったため、紙いっぱい広がる、ひまわりと花火を見て夏らしさを感じ、皆さんには喜んでいただけました。ハサミで切る、のりで貼るなどの細かい指先運動や他者との交流を楽しみながら、現在も冬号に向けて頑張っております!完成した作品は大切に壁に飾らせて頂き、今後も季節感のあるデイサービスをお届けしたいと思います。



壁画

## 薬局通信 65

# 脂質異常症治療薬について

香芝生喜病院 薬剤室 岸田 貴大

日本人の死因の第2位は心筋梗塞などの心疾患、4位は脳梗塞などの脳血管疾患となっています。この2つを合わせると20%強もあり、およそ5人に1人がこれらの疾患で死亡していることになります。

ている方が多くいらっしゃいます。実は、これが脂質異常症の怖いところで、気がつかないうちに動脈硬化が進んでしまう危険性があります。

今回は、これらの疾患の原因のひとつである脂質異常症の治療薬について紹介します。

### 【脂質異常症の治療】

脂質異常症の治療は通常、食事療法と運動療法から開始します。薬物療法は、食事療法と運動療法を行っても脂質管理の目標値が達成できない場合や、他の危険因子が多く、動脈硬化や動脈硬化による疾患を起こすリスクが高い場合に開始されます。

### 【脂質異常症の診断】

表-1は、脂質異常症の診断基準です。この内のいずれかが当てはまると、脂質異常症と診断されます。

表-2は代表的な脂質異常症の治療薬です。治療薬にはそれぞれ違った働きや、目的とする効果が異なりますので、個人個人の原因や症状に合わせて最も適しているものを使用することになります。

表-1

血液検査項目	血液検査数値	働き
LDL-コレステロール (悪玉コレステロール)	140mg/dl以上	過剰になるとコレステロールが血管中に溜まり、血管が狭くなる。
HDL-コレステロール (善玉コレステロール)	40mg/dl未満	血管やいろいろな臓器で使いきれずに余ったコレステロールを回収して肝臓に運ぶ。
トリグリセリド (中性脂肪)	150mg/dl以上	活動のエネルギー源の一つ。過剰になると血管中に溜まり、血管が狭くなる。

表-2

分類	薬の名称	脂質に対する作用
HMG-CoA 還元酵素阻害薬	アトルバスタチン ピタバスタチン ロスバスタチン プラバスタチン	コレステロールを合成する酵素を阻害してLDL-コレステロール・トリグリセリドを低下させHDL-コレステロールを上昇させる。
小腸コレステロールトランスポート阻害薬	エゼチミブ	小腸でのコレステロールの吸収を阻害して血液中のコレステロールを低下させる。
フィブラート系薬	ベサフィブラート フェノフィブラート	PPARαという受容体を活性化してトリグリセリドを低下させ、HDL-コレステロールを上昇させる。
多価不飽和脂肪酸	イコサペント酸エチル オメガ-3脂肪酸エチル	肝臓からのトリグリセリド分泌を抑制し、さらに血中のトリグリセリドを促進させて血液中的トリグリセリドを低下させる。
ニコチン酸系薬	トコフェロール ニコチン酸エステル	Pコレステロールの代謝を高めて血中のコレステロールを低下させる。

### 【脂質異常症の原因】

脂質異常症の発症には、過食、運動不足、肥満、喫煙、アルコールの飲みすぎ、ストレスなどが関係しているといわれています。特に、お腹の中に脂肪がたまる「内臓脂肪型肥満」の方はLDLコレステロールや中性脂肪が多くなり、HDLコレステロールが少なくなりやすい傾向があります。

健康診断などでコレステロールの値が気になった方は、ご自分が治療を受けるべきかどうか、病院でご相談いただくことをお勧めします。

また、遺伝的な要因によって起こる「家族性高コレステロール血症」と呼ばれているものもあります。このタイプは、遺伝性ではないタイプのものに比べてLDLコレステロール値が著しく高く、動脈硬化が進行しやすいことが知られています。

もし、お薬を服用することになったら、たとえ一時的に検査値が正常に近づいたとしても、それはお薬の効果によるもので、お薬をやめれば元に戻るケースがほとんどです。医師や薬剤師の指示通りに服用することが大切です。

### 【脂質異常症の症状】

多くの場合、脂質異常症は症状が現れることはありません。健康診断で「検査値がよくないですよ」といわれても、自覚症状がないので放置してしまっ

遠くにお出かけ出来ないいま、  
近くのキラッとスポットを再発見!

# 枚岡公園

## HIRAOKA PARK

法人本部 広報課 甲斐 美代子

自然あふれる枚岡公園  
で、森林浴はいかがで  
しょう?

東大阪市東部、生駒山  
地の裾野にある枚岡公園  
は、昭和13年に開設さ  
れ、額田山地区および枚  
岡山地区の2つの尾根からなり、その中央部を暗  
溪（豊浦川）が流下している自然を生かした金剛  
生駒紀泉国定公園の一部で、面積が約43.8haと広  
大です。東大阪市有数の桜の名所ですが、これか  
らの季節は何と言っても紅葉!

森林浴を楽しみながら、子供たちにはローラー  
すべり台などのたくさんの遊具が揃った「森のお  
もちゃ箱」などの遊戯施設もあり、おもいっきり  
身体を動かして遊べます!

額田山展望台や枚岡山展望台まで足をのぼせ  
ば、大阪平野を一望出来るだけでなく、お天気に  
恵まれれば、遠くに淡路島や明石海峡大橋が望め  
るスポットがあるなど、枚岡公園には魅力がいっ  
ぱい詰まっています!



### 森のおもちゃ箱

2016年6月にリニューアルオープンした  
児童遊戯場は標高100~120mの勾配  
にあり、高さを利用した長いローラー  
すべり台が子ども達に大人気です。



### 桜広場

東大阪市有数の桜の名所と言われ  
る「桜広場」では、約100本のソメイ  
ヨシノが咲き誇り、一面がピンク色  
に染まります。



### ぬかた 額田山展望台

額田山展望台からは、東大阪市  
街の街並みを望むことができ  
ます。夕日もきれいです。



### 豊浦橋

公園の中央を流れる暗溪にかかる  
真っ赤なパイプアーチ。春から初夏  
には新緑・秋には紅葉を楽しめる絶  
好のロケーションです。



### あんけい 暗溪

くらがねばし  
豊浦橋から椋ヶ根橋にかけての暗  
溪(豊浦川)沿いは、マイナスイオン  
を感じるスポットです。



### まつおばし 松尾芭蕉句碑

松尾芭蕉が最後の旅の途中、暗峠を越  
えた際に詠んだ「菊の香にくらがり登  
る節句かな」の碑があります。この句  
碑は明治時代に再建されました。



### 枚岡山展望台

眺望はすばらしく、晴れた日には、  
淡路島や明石海峡大橋を望むこと  
ができます。お弁当を食べながら眺  
めるにもいいポイントです。



### かみつだけ 神津嶽

枚岡公園に隣接して、枚岡神社の起  
源である「神津嶽」があります。



秋になると  
たくさんの  
どんぐりが  
落ちてます!

**姥ヶ池の伝説**  
約600年前、生活に困っていた老婆が枚  
岡神社の御神燈の油を盗んで売ってしまいま  
そのことが村中に広まり、老婆は池に  
げ、亡くなりました。村人は、誰も同情  
んでした。その後、雨の晩になると青白  
現れ、村人を悩ましたと伝えられてい  
ます。

### みんなの広場

大阪平野を一望しながら多彩な使い  
方のできる広場です。地下には防災施  
設として、プール跡地を有効活用した  
防火水槽があります。



公共交通機関でお越しの場合は

- 近鉄奈良線「枚岡駅」(東へ約300m、徒歩約6分)
- 近鉄奈良線「額田駅」(東へ約550m、徒歩約8分)

駐車場

R308号から近鉄ガードを越えて左へ、次の角を右へ曲  
がり道なりに山を登って行き、芝生広場を駐車場とし  
て開放しています。  
台数に限りがあるため、公共交通機関でのご来園を願  
います。(ご利用時間 9:00~17:00)  
例年、行楽シーズンには午前中の早い時間に満車に  
なっています。お車でお越しの方はご注意ください。

※緊急事態宣言等で閉鎖している場合があります。



# 災害時の食事

準備できていますか?

非常用

藤井会リハビリテーション病院 栄養管理室 小田垣 奈緒子

近年、豪雨や台風などの水害、自然災害が絶えません。いつ何が起きても、「食べるものがない!」とならないために日頃から備えておくことが大切です。今回は「災害時の食事」について紹介します。

Q どんなものを用意していたらいいの?

A 災害時に備えて、最低でも3日分の食料の備蓄があると安心です。

水	1人1日、約3ℓ(飲料水+調理用の水)
主食	★炭水化物(身体のエネルギー源になる) 米、パックご飯、乾パン、もち、乾麺(うどん、パスタ、そうめん)、カップ麺
主菜	★たんぱく質(身体をつくるもとになる) 肉、魚などの缶詰、レトルト食品、乾物(高野豆腐、かつお節など)
副菜	★ビタミン・ミネラル・食物繊維(身体の調子を整えてくれる) 日持ちする野菜(玉ねぎ、じゃがいも等)や、野菜や果物の缶詰 海藻類(のり・乾燥わかめなど)、インスタント味噌汁や即席スープ、野菜ジュース
その他	調味料・嗜好品・菓子類

## ポリ袋で作る トマトカレー (2人分)



◎材料◎

- 【ごはん】・米：1合 ・水：180ml
- 【カレー】・ツナ缶(サバ缶や焼き鳥缶なども可)：2缶
  - ・たまねぎ(みじん切り)：1/2個
  - ・トマト缶：1缶
  - ・カレールー：2かけ(40g)

エネルギー：477Kcal  
たんぱく質：17.8g 脂質：22.3g 塩分：3.4g (1人分)

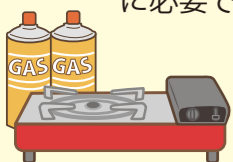
◎作り方◎

- ①米と水をポリ袋に入れ、30分ほど置いておく。(米はとがなくてもOK)
- ②カレーの材料を米とは別のポリ袋にすべて入れる。
- ③それぞれの袋をねじりながら中の空気を抜き、袋の上の方を固く結ぶ。
- ④鍋に水を入れ、袋が鍋底の熱でやぶれないようにお皿を1枚入れて火にかける。沸騰したらお湯に袋を沈めて30分ほど茹でる。

※ポリ袋は、ポリエチレン製(厚さ0.01mm以上)のものを使ってください。

### カセットコンロのご準備を!!

災害時はライフラインが停止する可能性が高いです。熱源は、食品を温めたり、簡単な調理に必要です。カセットボンベも忘れずに準備しておきましょう。



受付



リニアック室



心臓リハビリテーション室



病室



化学療法センター

(石切生喜病院の例)



## Googleストリートビューははじめました

法人本部 総務部 野田 智也

石切生喜病院、香芝生喜病院の院内をGoogleストリートビューでご覧いただけます。

Googleストリートビューとは、インターネットを使い世界中の都市や名所などを実際に歩いているかのように360度見渡すことができるツールです。

石切生喜病院の場合、玄関や受付はもちろん高気圧酸素治療室(HBO)やリニアック室やPET室など、一般患者さまでも普段なかなか見ることが出来ない診療室を360度見渡すことができます。

ご興味ございましたらホームページまたはGoogleから「石切生喜病院」「香芝生喜病院」と検索してください。





石切生喜病院では、HCU（高度治療室）開設に伴うスタッフ（看護師・看護補助など）を募集しています。

石切生喜病院だけでなく、医療法人藤井会各施設でも業務拡大につき一緒に働く仲間を募集しています。

ご興味や、お心あたりのある方は、人事担当までご連絡ください。

**HCU**  
開設に伴い  
スタッフ大募集!!

HCU  
2022年  
1月中旬  
OPEN 予定

**看護師募集**  
看護補助・医療スタッフ募集

医療法人藤井会  
**石切生喜病院**  
— 愛情・信頼・奉仕 —

お問い合わせ 人事担当：河村・土井・野田  
☎ 072-988-3037  
<http://www.ishikiriseiki.or.jp/>



員叩き、リンゴジュースを貰って大喜びでした。

ボーリングでは、坂の上からボールを転がし、一回目で全部倒す子どもや、何回もボールを転がして頑張って倒す子どももいて、とても楽しんでいました。

お菓子つかみでは、保育者が手作りしたアンパンマンの巾着袋に、つかんだお菓子を入れていき、巾着袋とお菓子

を貰えたことに喜んでいる姿がとても可愛かったです。

夏祭りという行事をみんなで楽しみ、笑顔が絶えない一日となりました。



**にこにこ保育園 夏祭り**

● にこにこ保育園 植村 歩

令和3年7月8日（木）に令和3年度の夏祭りを開催しました。昨年に引き続き、今年も新型コロナウイルス感染症予防のため在園児のみとなりましたが、甚平姿の子どもたちがとても可愛らしく似合っていて、夏祭りを盛り上げてくれました。

開始早々、夏祭り名物ミルクせんべいを美味しく食べて、何度もおかわりをする子どもたち!!

すぐに完売してしまいました。

魚釣りでは、子ども達が上手に作ったにじみ絵の魚や手形のカニなどを並べて釣り竿で

沢山釣り上げていました!! 色とりどりの綺麗な海の生き物ばかりでより楽しんでくれました。

た。

ボール投げでは、動物の口にめがけてボールや果物を投げ入れ、上手に入ると飛び跳ねて喜んでいました。

ワニワニパニックでは、次々と出てくるワニをハンマーで叩いていく子どもたち。大当たりのピンクのワニを全



**リレー 随筆**



このリレー随筆が掲載されている頃には、過ごしやすい時期になっているのでしょうか？ 暑がりや寒がりのわたしとしては、夏冬どちらもそれなりに過ごしにくい時期です。

ので、秋が一番過ごしやすく好きな季節です。

さて、深江クリニックは透析患者さま専門の施設です。体感的に過ごしやすくなっていくこの時期は注意喚起がたくさんあり、毎年耳にタコが出来て、嫌がられるくらいに耳元で囁いて(?) いる言葉があります。それは「食べ物の誘惑にいつも以上に負けないで!」というニュアンスの言葉です。食欲が無くなる夏が過ぎ、涼しくなって過ごしやすいくると食欲も復活する方が多い印象ですが、『食欲の秋』と言われるだけあって、旬の食べ物や夏にはのどが通らなかったもの、鍋料理やおでん、温かい

飲みものなど体重管理や血液検査の数値が上がりやすい食べ物の誘惑が多い時期です。全く食べてはいけないわけでは勿論ないですが、月2回行われる採血の結果や、普段測定されている体重や血圧、ご自身の体調をしっかり鑑みて楽しんでいただきたいのはスタッフ一同の願いです。

涼しくなるのでいつもより動く量を増やすのもいいかも知れません。人より繊細なお身体だという自覚を持っていただきながら、この季節を楽しんでいただきたいなと思っております。そしてこれからも耳にタコができるまで注意喚起をしながら、コロナに負けることなく一緒に新しい季節を迎えたいです。



深江クリニック K



医療法人 藤井会

シンボルの由来

全体のイメージは藤井会のF。愛情・信頼・奉仕を表現しています。

医療法人藤井会 <http://www.fujiikai.jp/>

石切生喜病院	〒579-8026 東大阪市弥生町18番28号 TEL 072(988)3121 <a href="http://www.ishikiriseiki.or.jp">http://www.ishikiriseiki.or.jp</a>
大東中央病院	〒574-0042 大東市大野2丁目1番11号 TEL 072(870)0200 <a href="http://daito-central-hp.com/">http://daito-central-hp.com/</a>
香芝生喜病院	〒639-0252 奈良県香芝市穴虫3300番地3 TEL 0745(71)3113 <a href="http://www.kashibaseiki.fujiikai.jp">http://www.kashibaseiki.fujiikai.jp</a>
北河内藤井病院	〒575-0003 四條畷市岡山東3丁目1番6号 TEL 072(879)5311 <a href="http://www.kitakawachi.fujiikai.jp/">http://www.kitakawachi.fujiikai.jp/</a>
藤井会リハビリテーション病院	〒579-8026 東大阪市弥生町17番6号 TEL 072(983)7811 <a href="http://www.fujiikai-reha.jp">http://www.fujiikai-reha.jp</a>
藤井外科	〒579-8004 東大阪市布市町3丁目6番21号 TEL 072(985)3051 <a href="http://www.fujiigeka.fujiikai.jp/">http://www.fujiigeka.fujiikai.jp/</a>
みくりや診療所	〒577-0034 東大阪市御厨南2丁目6番3号 TEL 06(6787)2508 <a href="http://www.mikuriya.fujiikai.jp/">http://www.mikuriya.fujiikai.jp/</a>
深江クリニック (人工透析センター)	〒537-0002 大阪市東成区深江南3丁目22番13号 布施口ビル2階・3階 TEL 06(6977)2955 <a href="http://www.fukaclinic.jp/">http://www.fukaclinic.jp/</a>
住道クリニック (人工透析センター)	〒574-0046 大東市赤井1丁目13番1号 ポップタウン住道1番館1階 TEL 072(872)9555 <a href="http://www.suminodoclinic.jp/">http://www.suminodoclinic.jp/</a>
藤井会新石切デイサービス	〒579-8014 東大阪市中石切町1丁目8番22号 TEL 072(987)5005 <a href="http://www.shinishikiri.fujiikai.jp/">http://www.shinishikiri.fujiikai.jp/</a>
藤井会ケアプランセンター	〒579-8026 東大阪市弥生町17番6号 藤井会リハビリテーション病院1階 TEL 072(983)7806 <a href="http://www.shinishikiri.fujiikai.jp/care/">http://www.shinishikiri.fujiikai.jp/care/</a>
藤井会訪問看護ステーション	〒579-8026 東大阪市弥生町20番20号 TEL 072(983)7622 <a href="http://www.houmonkango.fujiikai.jp">http://www.houmonkango.fujiikai.jp</a>
看護多機能施設さくら	〒579-8026 東大阪市弥生町20番20号 TEL 072(983)7633 <a href="http://www.kantaki.fujiikai.jp">http://www.kantaki.fujiikai.jp</a>

藤井会グループ案内図

