

健康情報誌

BISHIN

ビ
シ
ン

TAKE FREE

ご自由
にお持
ち
くだ
さい

季刊

2016 Vol.117

夏号



Bishin

美心会マークの由来

美心会の「心」がモチーフです。

3つの楕円は、保健・医療・福祉、同時に過去・現在・未来も表しています。現状を打破して新しい未来に向かおうとする上昇志向＝「ブレイクスルー」を表現したマークです。

病院機能評価認定
ISO9001:2008認証取得
プライバシーマーク認定取得
人間ドック・健診施設機能評価認定
働きやすい病院評価認定

美心会

検索

<http://www.bishinkai.or.jp>

Features | 特集 |

患者さんが増加傾向!

尿路結石

[理事長あいさつ] 健康づくりは人生の基本



表紙: 尾瀬ヶ原

健康づくりは

人生の基本

超少子高齢化がますます進んでいます。皆さまも「今後何人の働き手が1人の高齢者を支える社会となるのか」を絵などで表現したものを、テレビや新聞などでご覧になったことがあると思います。私はその絵が好きではありません。若者にプレッシャーを与えたり、将来の夢を奪ったりしているような気がしてならないからです。残念ながら親だけでも介護するのが大変な世の中です。かつての日本のように3世代が一緒に暮らすことはもはや、社会の仕組み上、不可能に近いのです。



BISHIN

歳時記

4月

1金

入職式



入職式の様子

26火

美心会合同研修会

5月

22日

健康フォーラム2016
第24回美心祭



美心祭

では

どうしたら良いか。

それは健康管理を人任せ、医師任せにせず、日頃から自分の身体に関心を持ち、正しい情報のもと、主体的に自身の健康管理に取り込むこと以外にはないと思います。健康づくりには次のことを守ることでです。

運動すること

禁煙すること

毎年人間ドックを受けること

人間ドックの結果をよく読み、「要精密検査」があったら必ず病院へ行くこと

人間ドックで保健指導が必要との結果が出たら必ず受け改善の努力をすること

治療は途中で止めないこと

つまり自分自身の健康に気を付け、良い生活習慣を身につけるとが最も大切なことです。今がどんなに健康な人でも悪い生活習慣を続けていては、健康長寿を達成できません。自立して生涯健康に過ごし、長寿を目指しましょう。

また健康長寿を達成するためには、ストレス解消の方法を身につけることです。外に出てスポーツをしたり、歩いたりしましょう。そもそも人間は動物です。大昔から外で太陽の光と共に生活してきました。今こそ自然の恵みを楽しみましょう。当法人では庭の植物や院内の花など、いろいろな癒しの空間をつくる努力をしてきました。今後も「皆様の健康を守る」を目標に最高の総合医療サービスを目指します。



医療法人社団美心会
理事長 黒澤 功

理事長 黒澤功のふ・れ・あ・いエッセイ

老健くろさわを利用していらっしゃる方から、久しぶりに2階から出入りできる旧中里村の家の話を聞き、山での暮らし方を思い出した。蚕を飼う家も無くなり、桑畑もいつの間にか無くなってしまった。できるだけ体力を消耗しないで働ける2階から入る家、何百年もの生活が作り上げてきた山で暮らす多くの知恵を伝えていきたい。

ささやき

山の暮らし

その1

旧中里村の我が生家は、1階と2階に出入口がある。もちろん普段は1階玄関の土間が出入口である。土間から囲炉裏のある勝手口があり、台所仕事はほとんどを土間でおこなった。女性にとっては冬の寒さがきつかったと思う。私が子どもの頃、主な現金収入は養蚕と蒔蒔であったので、蚕の時期は家中が蚕棚となった。そんな時は出入りが2階からできた。

家は山の斜面に沿って作られたので桑畑から桑を運ぶのに大変便利に作ってあった。板を畑と屋根に渡し、そこを渡って桑を運んだ。合理的で女性に優しかったと思う。

25土

6月

黒沢病院院内コンサート



大人の食育教室

28土

大人の食育教室
く調理実習編く
「よく噛んで食べる」

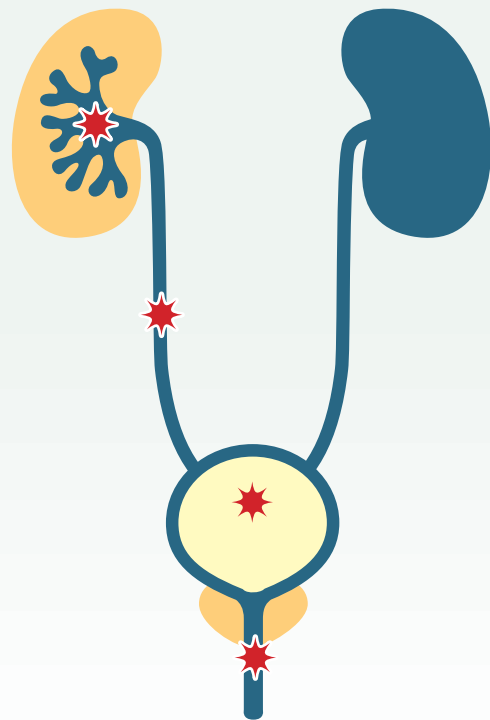
schedule

主な行事予定(7月1日～)

- 7月9日(土) 大人の食育教室 ～調理実習編～
- 7月10日(日) 日曜ドック
- 8月21日(日) 日曜ドック
- 9月4日(日) 日曜ドック
- 9月10日(土) 大人の食育教室 ～調理実習編～

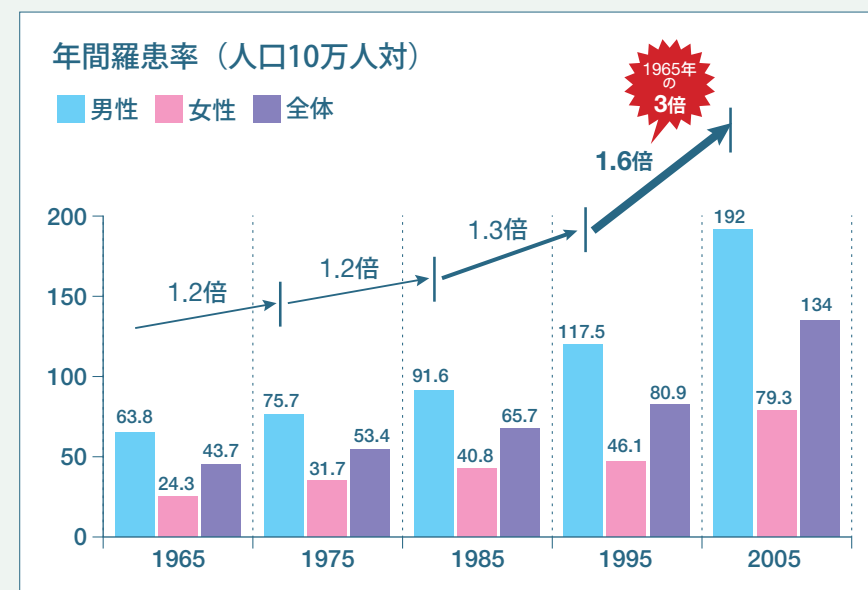
ヴァレオプロ

- ・ハイキング…第1日曜
 - ・ボウリング…第2火曜
 - ・ゴルフ……………第3金曜
- 各種イベントを実施中



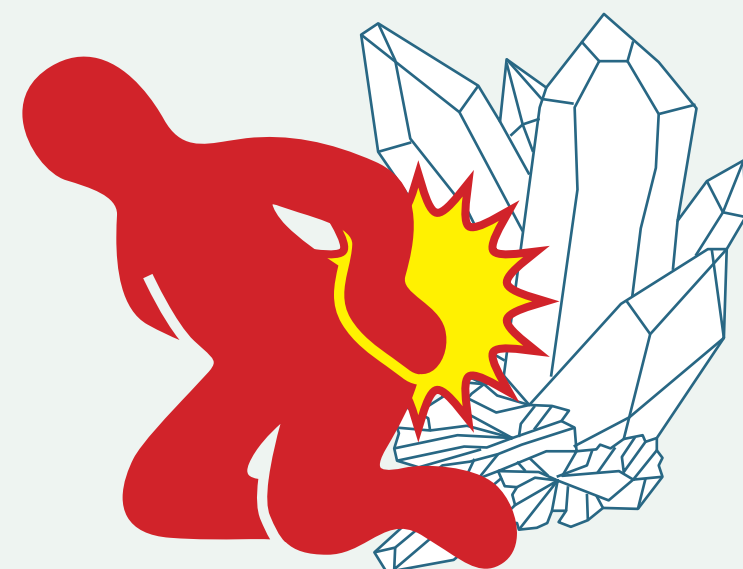
尿路結石の患者さんは 増加傾向！

日本尿路結石症学会の2005年の調査では、腎・尿管結石の年間罹患率は人口10万人対134人(男性:192人、女性:79人)で、1965年と比べて約3倍、1995年調査時と比べて約1.6倍に増えています。食生活や生活様式の欧米化が原因の一つと考えられています。



尿路結石症診療ガイドライン第2版より

尿路結石



尿路結石 Q&A

01 遺伝性はある？

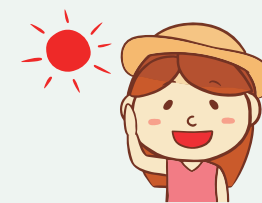
尿路結石は主な成分がカルシウムであるものが70～80%を占めます。尿中カルシウム排泄量に遺伝が関与するとの報告があります。それよりも生活習慣病、特に肥満との関連が強く、男性結石患者の40.3%に肥満（BMIⅣ25）を認めたとの報告があります。

02 尿路結石は夏に多いってホント？

台湾で発表された論文では、尿管結石の症痛発作で救急外来を受診した患者数は7～9月に多く、10月には明らかに減少することでした。理由としては、発汗による体内水分減少で尿が濃縮されることが考えられます。

03 症状は？

主な症状は痛みです。左右どちらかの背中、脇腹、下腹部の痛みそして血尿があればそれで診断は9割がた確定です。ただ、痛くないものもあるのでご用心。



04 どんな検査をするの？

尿路結石が疑われた場合、一般的におこなわれるのは ①尿検査 ②超音波検査 ③レントゲン検査 ④CTなどで（下記参照）、これらのいくつかを組み合わせさせていただきます。

05 どんな治療をするの？

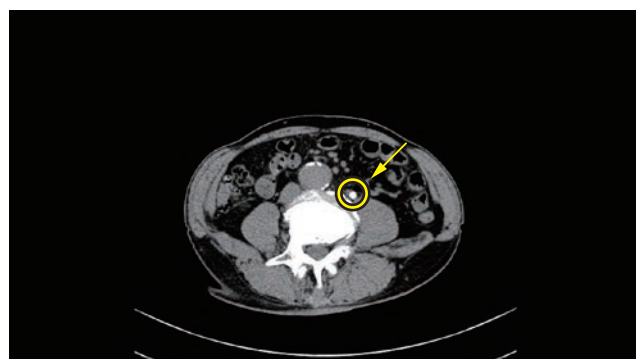
結石の大きさや位置などによって治療方法は異なってきます。まずはじめに知っておいていただきたいことは、痛くなったからといって、緊急に結石を砕いたり手術をしたりする必要はないということです。痛みは主に尿管の痙攣（けいれん）で起こりますので、鎮痙剤などで必ず改善します。まずは痛みに対する治療をして、落ち着いてから、じっくり治療方針を検討します。また、尿路結石には感染（腎盂腎炎）を伴っている場合があります。放置すると敗血症などの命に関わる可能性もあるので炎症を抑える治療を優先させます。

次ページではガイドラインに沿った治療方法を述べていきます。当院ではほぼそれらすべての治療法を実施することができます。



④ CT

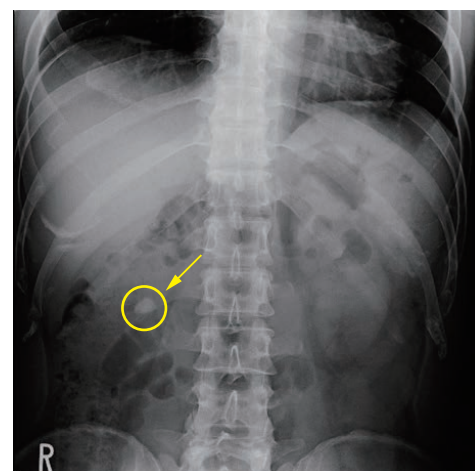
最新版の尿路結石症診療ガイドラインでは、「尿路結石の確定診断には単純CTが推奨される」と記載されました。レントゲンで写りにくい成分の結石も確認することができ、同時に腎臓や他の臓器の状態もある程度見ることができます。当院では2mmという薄いスライスで撮影できるCTがあり小さな結石も診断することができます。



CT

③ レントゲン

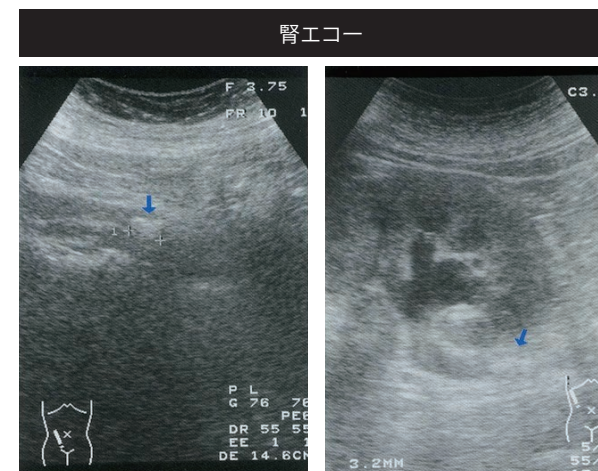
腹部のレントゲン写真で、腸のガスのたまり具合や、結石の成分などの影響で見えにくくなってしまう場合もあります。



KUB

② 超音波検査

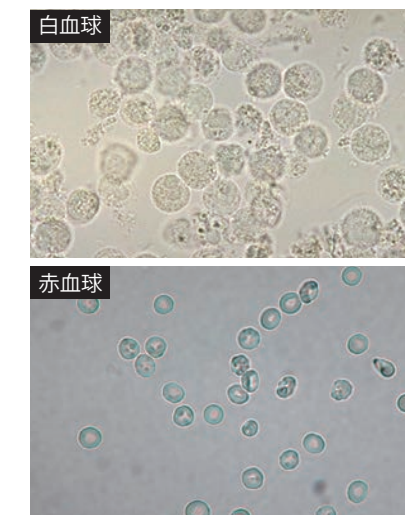
腎臓内の結石の有無や結石が尿管につまった時におこる水腎症（腎盂に尿がたまる状態）の有無などを見ます。尿管の結石は超音波では見つけにくい場合があります。



水腎、腎結石

① 尿検査

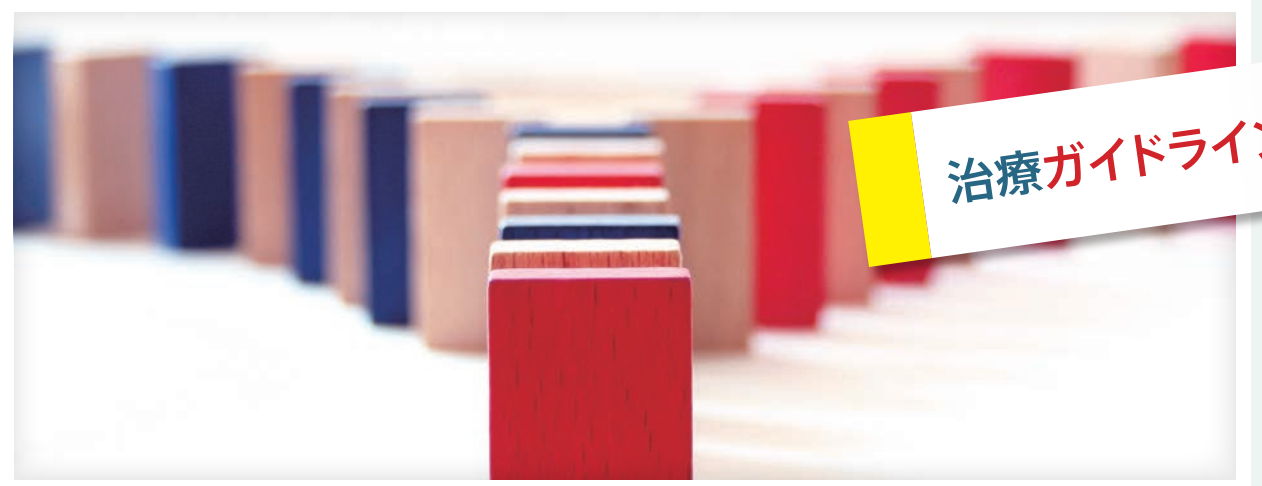
血尿の有無や尿路感染の合併の有無などを調べます。



尿沈渣

尿路結石の検査方法

治療ガイドライン

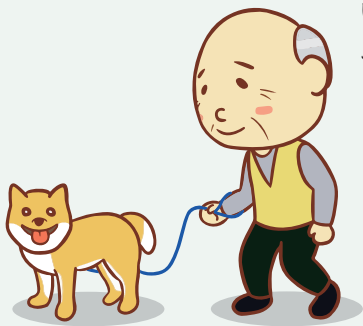


保存的治療

10 mm 以下の結石は自然排石の可能性もあるため、保存的治療がおこなわれます。

自然排石のために最も大切なことは尿量を多くすること、すなわち水分摂取に努めることです。1日2リットル以上の尿量を目標とします。水分なら何でもいいのですが、清涼飲料水、甘味飲料水、コーヒー、紅茶、アルコールなどの過剰摂取は避けたほうがよいでしょう。また、適度な運動も効果があります。

内服薬は必須ではありませんが、排石を促す植物エキス製剤や、尿管の攣縮（れんしゆく）を抑える鎮痙剤などが使われます。また交感神経α遮断薬も排石を促す効果が期待されています。



積極的治療

大きな結石、数か月で自然排石しない結石、腎機能低下が懸念される結石などは積極的治療の適応になってきます。

体外衝撃波結石破碎術

ESWL

衝撃波という音波の一種を発生させ、そのエネルギーを結石に集中させることによって体に傷をつけずに体内で結石を砕く治療法で、かけらは尿と一緒に排出されます。1980年代に臨床使用が始まるやいなや、それまで開腹手術が中心だった結石治療をがらりと変えてしまいました。現在も結石治療の重要な役割を担っています。しかしその限界も見えてきており、10年ほど前の「結石といえばとりあえず破碎」という考え方は時代遅れになってきて使用件数は大幅に減少しています。

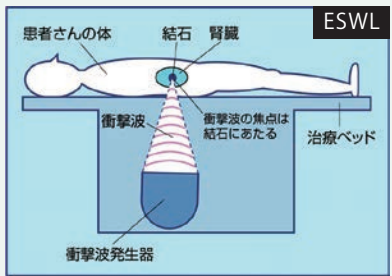
というのも、2 cmを超えるような大きな結石、硬い結石では砕けなかったり、砕いたかけらが尿管につまってしまう、腎機能を悪化させてしまう例があることがわかってき

経皮的腎尿管結石摘出術

PNL

背中ので皮膚を通して腎臓に穴をあけ、そこから内視鏡を入れて結石を摘出する方法です。通常全身麻酔をおこないます。まず超音波検査装置で腎臓を見ながら、細い針で腎臓に穴をあけます。この穴を直径8 mmくらいまで拡張させて内視鏡を挿入し、結石を破碎、摘出します。ある程度の塊として摘出できるので、大きな結石に適しています。しかし、問題は出血です。腎臓は血管の塊のような臓器です。そこに太めの穴をあけるわけですからある程度の出血は避けられません。ただ、輸血が必要になることはめったにはありません。入院期間は10～14日と、やや長くなっています。

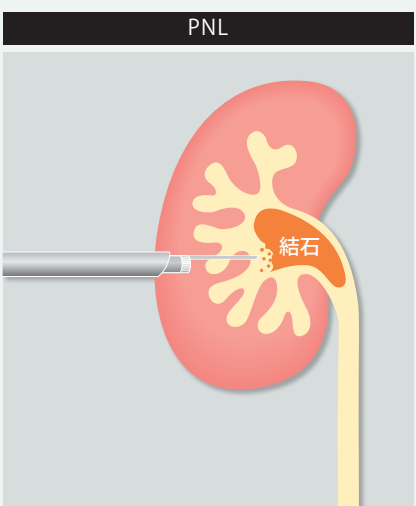
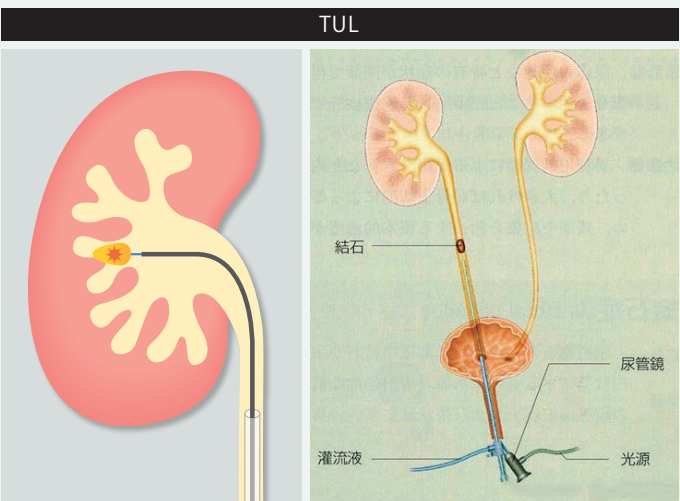
たからです。また、麻酔をしないので「簡単に安全な治療」と思われがちですが合併症も一定の頻度で発生します。



経尿道的腎尿管結石碎石術

TUL

ESWLでの治療件数が減ってきている一つの理由は、このTULの機械や技術が大きく進歩したことにあります。尿道から尿管内に尿管鏡という細い内視鏡を挿入し、結石を細かく割って摘出する手術です。以前は金属の硬い筒状の内視鏡で結石を自然排石可能なくらい細かく割るのが一般的でした。しかし奥の方までは内視鏡が届きません。またかけらが尿管につまることもありましたが、現在では先端を自在に曲げることができる内視鏡で腎臓の中までカメラを挿入することができ、石を砕く装置もレーザーが主流です。腎臓の中の結石も砕くことができ、砕いた結石を摘出するための鉗



最後に

尿路結石症は繰り返すことの多い病気です。一度経験した方の50%は5年以内に再発するといわれています。結石によっては薬で再発予防が可能なものもありますが、そのような結石はごく一部であり、大半を占めるカルシウム含有結石については絶対的な予防法はないのが現状です。

ただ、尿が濃縮されると結石ができやすいので、水をたくさん飲んで薄い尿を出すことは予防になります。"たくさん"とはいっても限度があつて、生真面目な方は一日に5〜6リットルも飲む人もいらつしやいます。が、それはやりすぎです。

これからの暑い季節、脱水にならない程度に適度に水分を摂るように心がけてください。

また、結石が再発してもあまり大きくならなければ、手術などをしなくて済みますので、尿路結石の経験がある方は定期検診を受けていただくことをお勧めします。

【担当医プロフィール】



統括診療部長
小倉 治之
(おぐら・はるゆき)

【資格】

日本泌尿器科学会認定 泌尿器科指導医
日本泌尿器科学会認定 泌尿器科専門医

【所属学会】

日本泌尿器科学会
日本排尿機能学会
日本透析医学会

【略歴】

1987年3月 山形大学医学部卒
5月 群馬大学医学部泌尿器科にて研修医
1988年6月 桐生厚生総合病院泌尿器科勤務
1989年6月 社会保険三島病院泌尿器科勤務
1990年6月 上毛泌尿器科記念善衆会病院泌尿器科勤務
1991年6月 医療法人社団美心会 黒沢病院泌尿器科勤務
1992年6月 群馬大学医学部泌尿器科勤務(非常勤医)
1993年6月 国立高崎病院泌尿器科勤務
1994年6月 医療法人社団美心会 黒沢病院入職
統括診療部長として現在に至る

【小倉医師 / 診察日】

	月	火	水	木	金	土
午 前	—	—	○	○	—	○
午 後	○	—	—	○	—	—

※変更になる場合がございます。事前にお問い合わせください。

■受付時間：7:00～18:00

■診療時間：9:00～13:00、15:00～18:00

■休 診 日：日、祝日、年末年始

お問合せ

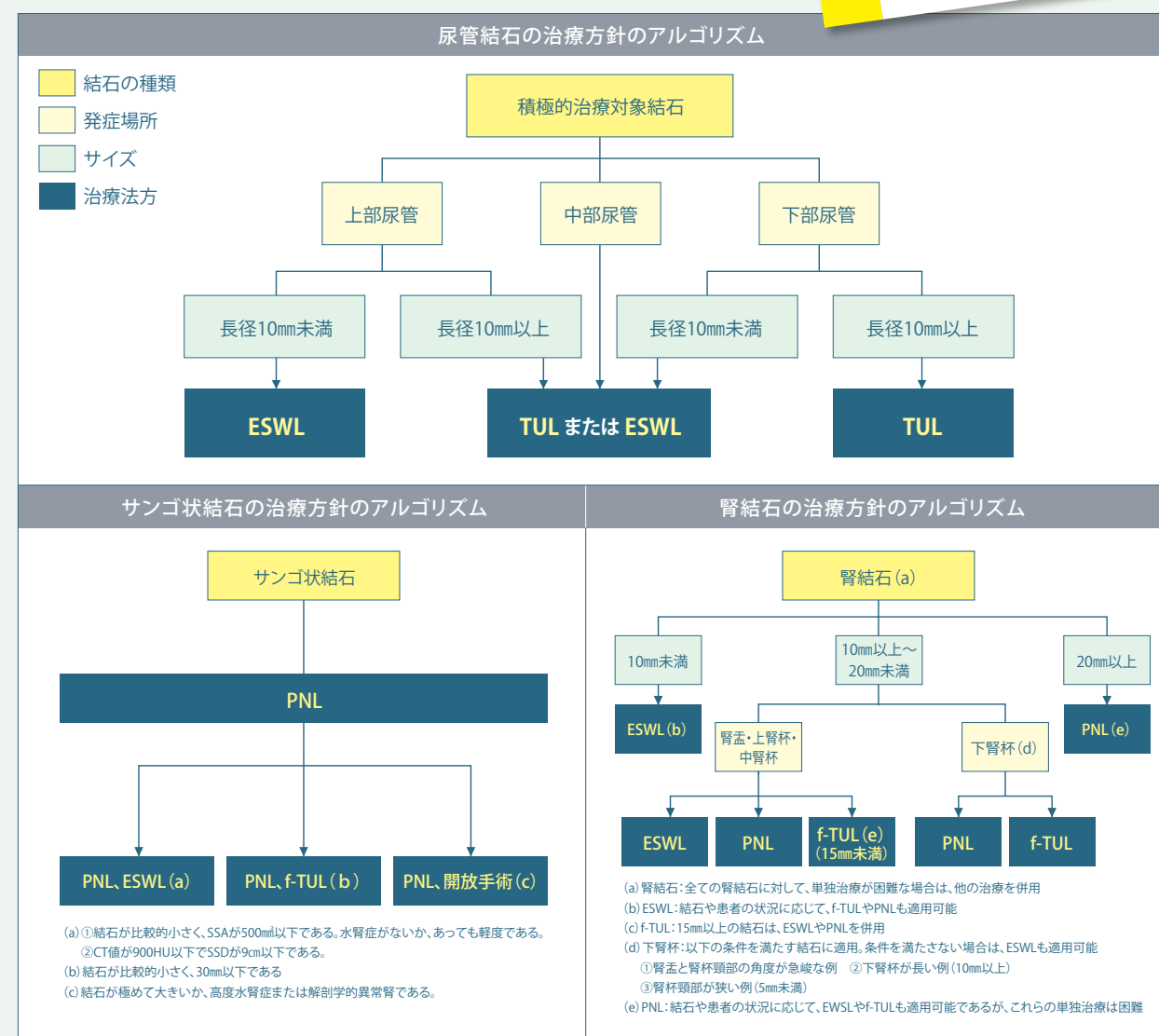
TEL.027-352-1111

当院ではこのような結石の治療を数多くおこなっているため、県内外の他の病院の泌尿器科医から患者さんを紹介していただくことがあります。そのような患者さんの中には珊瑚状結石と呼ばれる腎臓の中いっぱいの大きな結石など、二筋縄ではいかない方もいらつしやいます。最近ではTULとPNLを同時におこなうTAP(TUL assisted PNL)という手術をする場合もあります。



ガイドラインでは下図に示すように、場所・大きさによって推奨される手術方法が異なつてきます。もちろんこれが絶対ということではなく、患者さんの年齢や合併症、希望なども含めて総合的に治療方針を決めていきます。

治療方法の選択



(表2)食品中のシュウ酸含有量(100gあたり)

食品名	測定部位	シュウ酸含有量
タケノコ	莖	654mg
ホウレン草	葉莖	650mg
生姜	根	574mg
みょうが	花莖	447mg
里芋	根莖	151mg
さつまいも	根	103mg

中村経子「栄養と食糧」より

(表1)プリン体が多い食品(100gあたり)

イサキ白子	306mg	干し椎茸	380mg
鶏レバー	312mg	アンコウ肝(酒蒸し)	399mg
サンマ(干物)	209mg	ローヤルゼリー	403mg
マイワシ	210mg	マアジ(干物)	246mg
カツオ	211mg	豚レバー	285mg
牛レバー	220mg	大正エビ	273mg

「e痛風治療ガイド」より



おいしい
レシピ。

結石の要因は 欧米化した食事!?

結石症は食生活と密接な関係がある疾患です。日本では第二次世界大戦後に結石症は著しく増加しています。戦後、私たちの食生活は魚や野菜、大豆製品を中心とした和食から肉やバターといった動物性脂肪をたっぷり食べる欧米化型へと大きく変化してきました。この変化が結石症増加につながっているのです。結石症予防のためにも普段の食生活を見直していきましょう。

食事で結石予防! 6つの注意点

1 肉類を減らし、大豆製品や魚介類の頻度を増やしましょう
肉類の多い食生活は、結石を作りやすい体質にしてしまいます。肉類の頻度を減らし、大豆製品や魚介類を積極的に食べましょう。

2 脂肪を摂りすぎないように注意しましょう
栄養摂取量と結石との関係を見てみると、脂肪の摂取量の増加とともに結石が増えています。このため、脂肪は結石をつくりやすくする栄養素のひとつだと考えられています。肉の脂身は取り除く、揚げ物の頻度を減らす、ドレッシングはノンオイルのものを使う

3 野菜や海藻類を毎食1皿以上とりましょう
野菜や海藻類に多く含まれている食物繊維は結石の予防に有効です。毎食1皿以上を目標にとるようにしましょう。

4 夕食は控えめにし、就寝の4時間前までには済ませましょう
結石は夜つくられるともいわれています。睡眠中には水分補給がおこなわれず尿の濃度が高まり、結石ができやすくなります。朝食や昼食をしつかり食べ、夕食は軽めに済ませるのが理想的です。

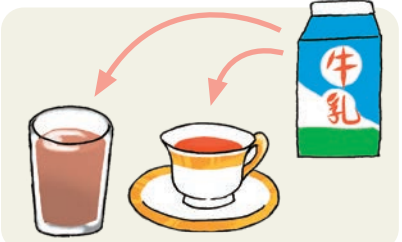
5 糖分、塩分、プリン体のとりすぎに注意しましょう
砂糖や塩分の過剰摂取も結石ができやすくなるといわれています。また、魚卵や内臓類、ビールなどに多いプリン体は尿酸結石の原因になりますので控えましょう。(表1)

6 シュウ酸を含む食品、飲み物に注意する
シュウ酸カルシウム結石の場合はシュウ酸の過剰摂取に注意が必要です。野菜に含まれるシュウ酸は茹でこぼす、水にさらすなどの下処理をすれば半分程度減らすことができます。
またシュウ酸とカルシウムを一緒にとると結石になりにくくなりますので組み合わせも意識していきましょう。(表2)

この他にも水分を1日2ℓ以上飲むことも意識していきましょう。
1日3食を規則正しく、バランスのとれた食事内容、適度な運動をすることが結石症の予防につながります。食事内容、生活スタイルを見直して、できることから始めましょう。



チョコレートはミルク入りを選ぶか、牛乳と一緒に食べる



ココアやコーヒー・紅茶は牛乳を入れる



ほうれん草はお浸しにしてかつお節やちりめんジャコをかける



たけのこはワカメと一緒に煮物にする

シュウ酸が多い食物・飲み物を 摂る時の組み合わせ例

リクエストにお答えして ゴーヤとぶなしめじのお手軽中華ナムル



夏が旬なゴーヤにキノコの食物繊維をプラスした一品です。抗酸化作用のあるゴーヤのビタミンCと胡麻のビタミンEで夏を乗り切りましょう!

作りかた

- ① ゴーヤはわたを取って薄切りにする。苦味が苦手な場合は酢水にさらす。赤パプリカは種を取り薄切りにする。
- ② ボウルに塩コショウ、酢、醤油、鶏がらスープの素を入れ泡だて器でよく混ぜ、全体が混ざったら胡麻油を少しずつ加えてよく混ぜ合わせる。
- ③ 鍋に湯を沸かしてゴーヤ、赤パプリカ、しめじをさつと茹でる。ざるに取って熱い内に②の漬けダレに絡める。最後に胡麻を振って完成。

材料(2人前)

- ・ゴーヤ 1/2本
- ・ぶなしめじ 1/4パック
- ・赤パプリカ 1/4個
- ・鶏がらスープの素 小さじ1/2
- ・酢 小さじ1 1/2
- ・醤油 小さじ1
- ・塩コショウ 少々
- ・胡麻油 小さじ2
- ・いり胡麻 少々

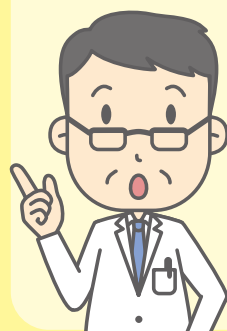


管理栄養士 松本 美名

女子栄養大学
栄養学部実践栄養学科卒業。
平成26年5月に美心会へ入職。
現在は主に入院患者さんに提供する食事の栄養管理・指導をおこなっている。人を喜ばせ、相手を想って行動することが得意な彼女はどこにいてもムードメーカー!毎日笑顔で頑張っています!!

» Q2

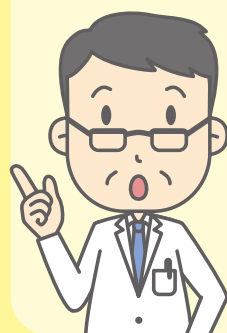
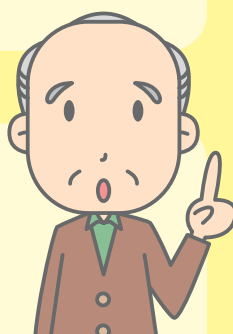
単純に前回の画像から引き算をするだけですか？



高度な画像処理を用いた補正をして引き算をしています。
前回と今回ではほんの少しずつですが、画像の大きさや形に変化が生じています。高度な画像処理を用い、大きさや形を補正した上で引き算処理を実施しています。

» Q3

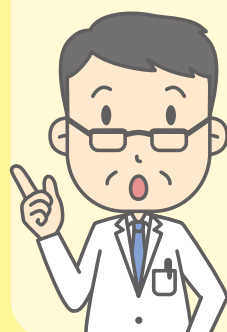
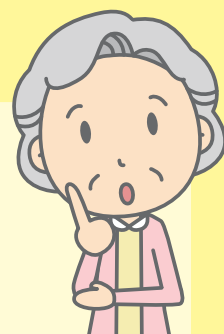
どれくらい発見率が向上するのですか？



これまでの発表では、特に2cm以下の小さな肺がんでは明らかに発見率が向上することが示されています(独立行政法人労働者健康福祉機構 じん肺に合併した肺がんモデル診断方の研究班「新たな画像診断法 経時サブトラクション法」より)。
発見率の向上だけでなく、昨年と変化がない良性の変化であっても、これまでは2次検査をお勧めしていましたが、テンポラルサブトラクションシステムでは前回と変化のないこともはっきり判断できますので、ムダな2次検診・精密検査を防ぐことができます。

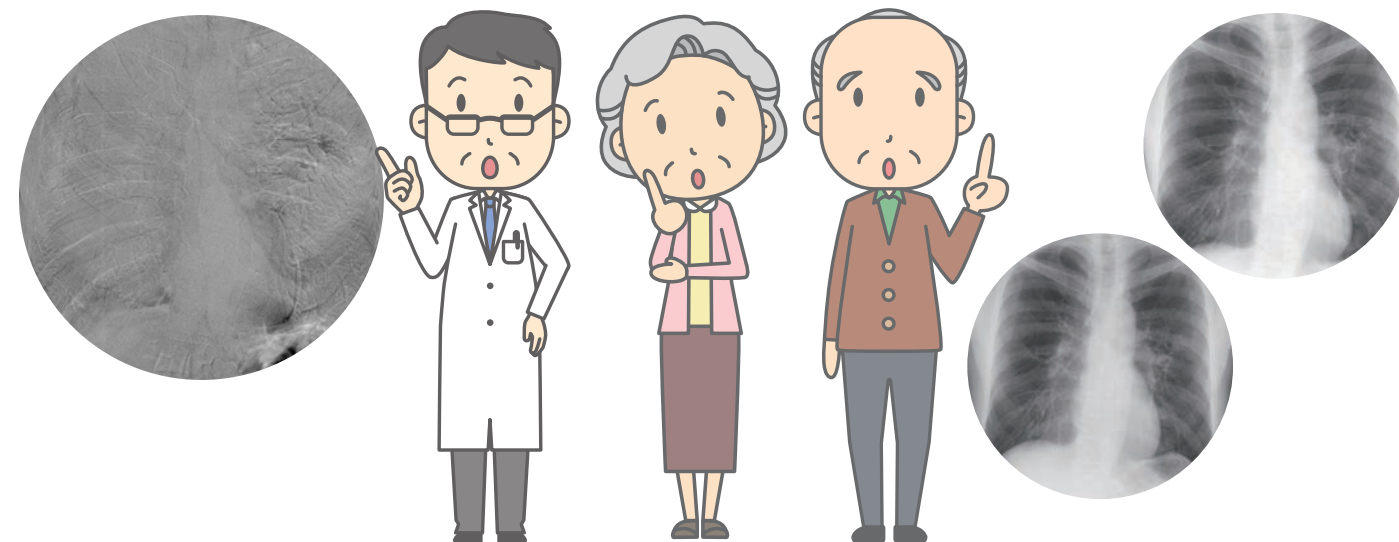
» Q4

この検査をすることでX線被曝量は増えるのですか？



X線被曝量が増えることはありません。
これまで検査された胸部レントゲン画像のデータを使用するだけです。被曝線量が増えたり、面倒な検査が余分に増えるということはありません。

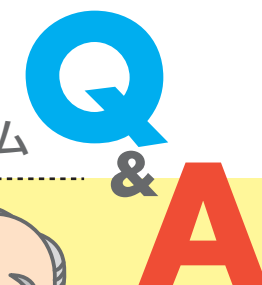
最新システムを用いた胸部レントゲン検査のご案内



クリニック開院より当施設では、前回撮影した胸部レントゲン画像を利用して肺がんの発見を飛躍的に向上させる最新鋭の胸部レントゲン写真検出支援システム 富士フイルム社製「胸部テンポラルサブトラクションシステム」を導入いたしました。

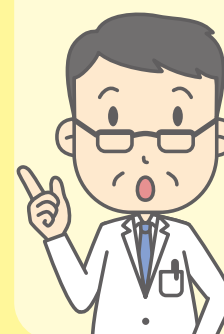
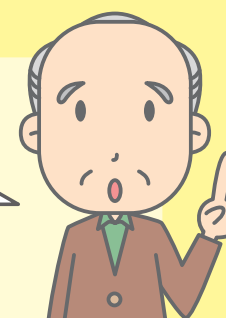
2年以内に受診されている方は、次回の検査で「胸部経時サブトラクションシステム」での診断を受けることが可能です。

最新胸部レントゲンシステム

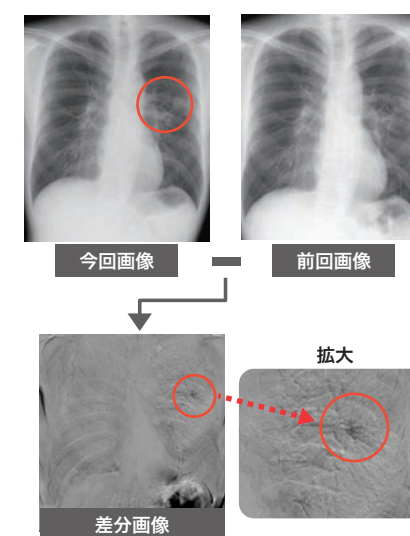


» Q1

「胸部テンポラルサブトラクションシステム」とは？



前回の検診で撮影した胸部レントゲン画像を引き算することで、新たに発生したり大きくなった病変を検出するシステムです。
これまで死角となりやすかった心臓や肝臓、複雑に骨が重なり合った肺の上部において特に効果を発揮します。これらの領域には全体の2～3割のがんが存在するといわれています。





健診部 コンセプト

高崎健康管理センター健診部はすっきりと先進的な空間をコンセプトに、コンパクトで一体感をもったフロアになっています。健診部は、協会けんぽ一般健診、企業健診、法定健診、高崎市検診などの健康診断受診のお客さまにご利用いただくことになります。今回、健診部のオープンに合わせ画像センターには、胸部レントゲン用一般撮影装置、胃部レントゲン用X線TV装置、マンモグラフィー装置が新たに設置されました。特にマンモグラフィー装置は、従来の2次元だけでなく3次元の撮影も可能な3Dマンモグラフィー（トモシンセシス）を導入しました。

さらに職員の連携・チームワークを高め、お客さまにより満足していただける施設となるように取り組みでまいります。

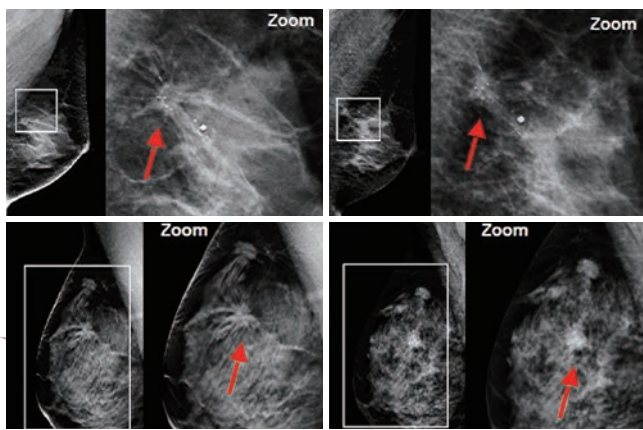


高崎健康管理センター

7月1日より健診機能を分離します

高崎健康管理センターは、今から27年前の平成元年10月に人間ドック・健康診断専用施設としてスタートしました。まだ「予防医学」「予防医療」という言葉が一般的ではなかった時代、黒澤理事長は病気を持った患者さんと健康な人間ドック利用者さまは受診時の気分がまったく違うと考え、フロアを分けサービスを提供するべきであると考えました。このような発想は他に見えないものでした。

平成21年7月には黒沢病院附属ヘルスパーククリニック開院とともに当センターも移転しました。お客さまにはセンターのコンセプトである「ゆつたりと落ち着いた雰囲気」で人間ドック・健康診断をご受診いただけるようになりました。その後も年々受診者数が増加したことにより、受付や検査での待ち時間、待合スペースでの混雑によりご迷惑をおかけすることが多くなってきました。検査機器の増設や人員配置、ご案内方法の工夫により対応してきましたが、限界もあり今回3階を人間ドック部、1階を健診部に分離することになりました。



3Dマンモグラフィー（トモシンセシス）



**TOTAL
CONVENIENCE
SERVICE**

生活支援サービス ベンリーくろさわ 8月オープンにむけ着々と進行中！

美心会グループでは生活支援サービス「ベンリーくろさわ高崎中居店」をオープンさせることを決意しました。現在、このサービスを開始するための準備を着々と進めている最中です。

生活支援サービスとは何？ と思われるかもしれませんが、平たく言えば「困り事を解決してくれる、何でも屋さん・便利屋さん」ということになります。

なぜ、美心会グループが便利屋さんを？
と思われるかもしれませんが、美心会グループの「地域への恩返し」「地域貢献」「患者さんの生活をご家庭でも支えたい」という考えと、このベンリー事業の「ワンストップサービスで地域の皆さまのお困り事を解決」という考えが一致したためです。

ちなみにベンリー事業とは、(株)ベンリーコーポレーションが全国200店舗を展開する「生活支援サービス」のことです。実施する内容は、ハウスクリーニング、引っ越しのお手伝い、家具移動、エアコン工事・清掃、水廻りのメンテナンス、害虫駆除、草刈り・枝切り、買い物代行など多岐にわたります。特に美心会が強くこの会社に着かれた理由は、「ワンストップの生活支援サービス」であり、自分たちで総合的にサービスを提供できること、さらには、サービスを提供するに当たり技術があるのは当たり前で、サービスを提供する人が重要という考えのもと、53日にも及ぶ研修を実施していることでした。

生活支援サービスで地域への恩返し

この店舗を担う店長・副店長もこの53日（実際には2カ月に及ぶ）の研修を受け、皆さまでにしっかりとしたサービスが提供できる人材となっておりま。

さらに美心会グループでは、ベンリーコーポレーション3人目となる女性店長で運営をおこなう予定です。家庭にお伺いしてのサービスとなりますので、安心してサービスを申込んでいただける体制となっております。ご家庭で何かお困り事が発生した際には、ベンリーくろさわにお問い合わせてください。

今後も美心会グループは、地域の皆さまに役立つ法人として運営を続けてまいる所存です。どうぞよろしく願い申し上げます。

実習風景



※ワンストップサービス：1カ所で異なった複数のサービスを受けられること。

お問い合わせ **ベンリー準備室**
TEL.027-350-1177 (メディカルフィットネス&スパ ヴアレオプロ内)/小林
(株)ベンリーコーポレーション： <http://www.benry.com>



Benry
TOTAL CONVENIENCE SERVICE®

1 美心祭 開催御礼

5月22日(日) 第24回美心祭を開催いたしました。



30℃を超える夏日にもかかわらず、本年も大変多くの方にご来場いただきました。
お越しいただきました皆さまに厚く御礼申し上げます。

医療、介護に関するさまざまな情報を分かりやすくお伝えし、早期発見、適切治療に結びつける。そして、皆さまの健康で快適な生活に貢献する。その思いをもって約四半世紀にわたり開催を続けてまいりました。その間、時代やニーズに合わせて催し内容も変化を重ね、施設の拡充とともに規模も大きくなってまいりました。それにともない当日のスタッフ数も増加を続け、美心会グループ職員、協力会社、学生ボランティアを合わせ総勢約600名によって運営するまでになりました。ご来場者、スタッフを含め本当に多くの皆さまによって、この行事が支えられていることを実感し、あらためて皆さまに感謝の意を表します。来年は、25回目となる記念すべき年となります。皆さまのご期待に沿えるような催しになるよう1年間しっかりと準備をしてまいります。これからもよろしくお願い申し上げます。

第24回美心祭実行委員会 委員長 吉原 尊樹(企画推進部)

BISHIN
TOPICS
ビシントピックス

最新
の
話
題
を
ご
紹
介

1 ブルークローバーキャンペーン旬間 女性にも知ってほしい前立腺がん講演会 ～最新の話から治療法まで～

■公演の詳細は決定次第報告いたします。

※講演会終了後、無料でPSA検査を実施します(結果は後日郵送)男性、女性問わず、多数のご来場をお待ちしております。

ブルークローバー・キャンペーン旬間の活動の一環として、今回も昨年に引き続き「男性が前立腺がん検診のPSA検査(血液検査)を受けることの背中を押すのは女性の役割」と考え、上記の講演会を開催します。また、参加いただいた40歳以上の男性希望者全員にPSA検査を無料でおこないます。

ブルークローバー・キャンペーンとは

ブルークローバー・キャンペーンは、2006年6月から開始された、前立腺がんの正しい知識や大切さ(早期発見・適切治療)を広く伝える活動です。当院は初年度からこのキャンペーンのサポーターです。ブルークローバーはマメ科の花で、花言葉は「約束」。一年に一度、前立腺がん検診のPSA検査を大切な人のために受ける「約束」という意味が込められています。



ブルークローバー・キャンペーン旬間2016 開催期間:9月末予定

お問い合わせ **TEL.027-352-1111** (企画推進部)

2 大人の食育教室 ～調理実習編～

テーマ	美味しく食べてダイエット ～秋の食材を食べつくす!～
日時	平成28年9月10日(土) 11:00～14:00
会場	ヘルスパーククリニック3階 調理実習室
定員	先着10名 ※最小催行に満たない場合、実習を中止させていただくことがあります。
費用	2,000円(税込 当日払い)
持ち物	参加費用、エプロン、三角巾、スリッパ、筆記用具
申込締切	平成28年9月3日(土)

お申込み **TEL.027-352-1111** (代) (管理栄養士まで)

ビシンからのお知らせ

Nice
Shot

MINI GALLERY

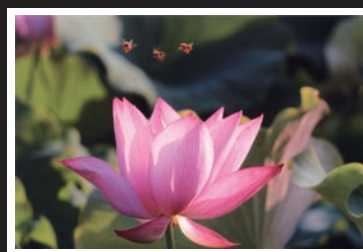
次ページに続く



「ニッコウキスゲ」(尾瀬ヶ原)
撮影:加藤真由美 様



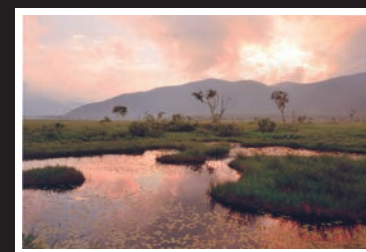
「夕日に映えて」(高崎緑地公園)
撮影:高橋恒吉 様



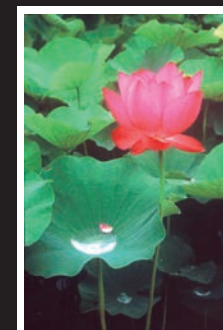
「花蜜求める蜂達」(城南大橋河川敷)
撮影:福田トシエ 様



「満開ヒマワリ畑」(中之条町)
撮影:須藤敬明 様



「輝く地塘」(尾瀬ヶ原)
撮影:染谷マチ子 様



「小雨の蓮」(高崎市)
撮影:中山 朗 様

「ビシン」ミニギャラリーにご応募いただき、ありがとうございました。今回多数のご応募をいただきました。掲載できなかった方々、申し訳ございません。



医療法人 社団美心会 黒沢病院附属

ヘルスパーククリニック 医師外来予定表

受付時間 7:00～18:00

診療時間 9:00～13:00・15:00～18:00

Tel.027-352-1111

平成28年7月1日(金)～

診療科		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
泌尿器科	午前	黒澤・曲	曲・佐々木	黒澤・小倉	小倉・狩野	曲・富田	黒澤・小倉/曲
	午後	小倉 【排尿機能】曲 予約制	黒澤	狩野	小倉	曲	狩野/佐々木
脳神経外科 (脳卒中)	午前	中島	中島	中島 石原秀	中島 大森	中島	小倉文 大森(10:00～11:30)
	午後	大森	武山	脳神経外科医師	塚越	脳神経外科医師	脳神経外科医師
外科	午前	田口(11:00まで) 【呼吸器】清水(11:30まで)	田口(10:30まで) 【乳腺】栗原	田口(11:00まで)	田口(11:00まで) 【乳腺】菊地(11:30まで)	田口(10:30まで) 【乳腺】栗原	【乳腺】藤井 外科医師(11:00から)
	午後	栗原	【乳腺】遠藤敬 予約制	田口(17:30まで)	田口(17:30まで) 【乳腺】藤井(16:30まで)	栗原 第1.3 藤井 第2.4.5	栗原
内科	午前	【循環器】佐藤裕 矢島 松本 錦戸	石井 町田	佐藤裕(11:00まで) 【肝臓】矢島 太田	【循環器】佐藤裕 石井 松本	町田 【循環器・その他】静 (11:30まで) 太田(11:00から)	【循環器】佐藤裕 矢島 松本
	午後	【循環器】佐藤裕 矢島 【一般・睡眠時】町田	【循環器】佐藤裕 松本 太田	町田 矢島	矢島 三浦	矢島	【循環器】佐藤裕 松本 浅香(17:00まで)
整形外科	午前	諏訪 予約制(10:30まで)	諏訪	【整形・形成外科】中村 【整形・形成外科】牧口 第4	諏訪	—	整形外科医師 第1 米本 第2.3.5 中島 第4
	午後	—	—	—	—	—	整形外科医師
皮膚科	午前	星島(12時まで)	星島(12時まで)	—	星島(12時まで)	星島(12時まで)	服部 第1.3.5 / 12時まで
	午後	【美容皮膚科】星島 予約制	—	【美容皮膚科】遠藤 予約制	—	—	—
婦人科	午前	—	—	—	—	—	—
	午後	浅野目	—	浅野目	浅野目	浅野目	—
歯科 歯科口腔外科	午前	小林充・河内・斉藤	河内・西原・葭葉	小林充・河内	小林充・河内・栗原祐	河内・西原 【インプラント】重原 第2.4	小林充・河内
	午後	小林充 斉藤	西原 葭葉	小林充	小林充 栗原祐 第1.3 手術 第2.4	西原 【インプラント】重原 第2.4	小林充
内視鏡	午前胃	小林・太田・三浦 蔵屋敷・緒方 木澤	小林・太田 新井・高草木 内視鏡医師 内視鏡医師	小林・錦戸 浅香・蔵屋敷 須賀 内視鏡医師	小林・太田 三浦・山崎 鈴木・植原	小林・錦戸 綿貫・緒方 今井・吉田	小林 内視鏡医師(5名)
	午後・ESD	太田・(三浦)	—	太田	太田	太田	—
	午後・大腸	小林	小林・三浦	太田・浅香(17:30まで)	小林・(太田)	小林・太田	川手・内視鏡医師

※/はどちらかの医師です・は複数名の医師が診察担当です。 ※学会・緊急手術等で予定が変更になる場合があります。申し訳ございませんがご了承をお願い致します。

※当院では外来診療待ち時間短縮の為、予約診療を導入しております。ご利用下さい。 ※時間外・休日の救急対応については、黒沢病院で行っております。 Tel.027-352-1166

専門外来	泌尿器科	外科	整形外科
肝臓外来	矢島		
糖尿病外来	石井		
呼吸器外科	清水		
整形・リウマチ外来	米本		
無呼吸外来	町田・松本		
循環器外来	佐藤裕・静		
消化器内科	太田		
乳腺外来	藤井・栗原 遠藤敬一・菊地		
	内科		
	脳神経外科	歯科・歯科口腔外科	麻酔科
	皮膚科	婦人科	

医療法人社団美心会 黒沢病院 〒370-1203 高崎市矢中町187 Tel:027-352-1166

医療法人社団美心会 黒沢病院附属 ヘルスパーククリニック 〒370-1203 高崎市矢中町188 Tel:027-352-1111

当院では個人情報保護法の施行に伴い、ご利用者様の個人情報については、利用目的を明示し、その取り扱いには万全の体制で取り組んでおります。

平成28年7月1日 発行:医療法人社団美心会 編集:情報誌編集委員会 デザイン:株式会社リノバス