

健康情報誌

# BISHIN

「ビ  
シ  
ン」

TAKE FREE

ご自由  
にお持  
ち  
くだ  
さい

季刊  
2017 Vol.120  
春号



## 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 |

## ボツリヌス治療 について

[理事長あいさつ]

平均寿命が延びたことを喜べる社会に



BISHIN  
雑誌は毎月15日付刊行に於いて  
最新号を先取りしてご送付する  
BISHINマークを掲げます  
www.bishinkai.or.jp

# 平均寿命が 延びたことを 喜べる社会に



今年、1月6日の朝日新聞一面のトップに「高齢者、75歳から」という大きな記事が出ました。1965年以降の国勢調査から、一般的に65歳以上とされている高齢者の定義について、日本老年学会と日本老年医学会は「75歳以上を高齢者とすべき」と提言発表したということです。

つまり、65歳から74歳は心身ともに元気な人が多く、高齢者とするのはもはや時代に合わないので、「准高齢者(高齢者準備期)」と位置づけるべきとの考えを示しました。

加えることができる活力ある超高齢社会にしていくなすべきの考えに至ったようです。くわえて、平均寿命の延びを考慮し、90歳以上を「超高齢者」と定義しました。

高齢者を支えなければならなくなるのが予想されます。私は75歳までを「労働人口」と考えれば明るい未来があると講演会などで話してきました。人生100年を計画する上で、18歳から75歳を積極的社会参加の世代と考え、高齢者の定義を変えて自らも社会活動を積極的にしましょう。

私はやっとこのような認識ができたかという思いで喜ぶと同時に、日本の将来像に明るい光となればと思います。実際群馬県がおこなった元気な高齢者の活躍に関するアンケート調査では65歳から74歳までの未就業者のうち、4割以上が働く意欲を持っているとの結果がでています。

ただし、高齢者の定義が変わることとで、医療や介護をはじめとした社会福祉が縮小されることのないように、我々もしっかりと政策を見極めなければならぬと思います。近年の少子高齢社会では出生率の低下により労働人口が減少し、人手不足が深刻な問題となっています。昨年産まれた子はおよそ100万人。40年前の2分の1でしかありません。このままでは少ない労働人口で

准高齢者は社会経験豊富なこれからのこの国の宝であると思えます。



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

## 医師として感じていること

その1

医師にとっては毎日のことでも患者さんにとっては一大事であることを知る

おかげさまで当法人は個人経営の時代を含め本年40周年を迎えます。

1977年(昭和52年)の暮も押し寄せた12月19日に中居町3丁目(現:老健くさわ北側)に黒沢医院を開院しました。当時私は36歳、奥多野生まれで高崎には地縁も少ないなか、地域のみなさまに支えていただきながらの船出でした。

当時は振り返るとあるエピソードが思い浮かびます。

深夜に診察を希望する方から電話がかかって来たときは、暖房をつけて待っていました。しかし朝になっても来院せず、心配な夜を過ごしたため、それ以来住所と電話番号を聞くようにしました。来院しないので電話すると「腹痛が治ったから行かないよ」と言われることもありました。

はたから見れば患者さんに騙されたように見えるかもしれませんが、患者さんにとってはその時その時が一大事なのです。ですから、どんな時でもしっかりと対応させていただこうと決めました。

患者さんにとって何が大事か、その視点を持っていなければ本当の医療は成り立たないと感じています。

## schedule

主な行事予定(5月1日~)

- 5月28日(日) 第25回美心祭
- 7月8日(土) 大人の食育教室

日曜ドック  
4月16日(日)・5月14日(日)・6月18日(日)

- 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

11(土)

第15回 健康支援教室  
今年のテーマは「目標そう楽しく生涯現役」です。健康支援教室は、地域の皆さまに予防医療の大切さを知っていただくために毎年開催し、今回で15回目となります。医師2名・管理栄養士1名による講演3題と保健師・管理栄養士による健康相談などを実施いたしました。



健康支援教室

4(土)

第30回群馬ストーム・排泄リハビリテーション研究会  
当法人が当番幹事となり「チームで取り組む排泄支援をテーマに県内の医療スタッフによる研究発表をおこないました。

3月

4(土)

介護職員初任者研修修了式  
受講生8名が新たに資格を得ました。

3(金)

豆まき  
患者さん、ご利用者さまとともに豆をまき、厄払いをしました。



豆まき

2月

21(土)

大人の食育教室「調理実習編」  
ちよつと変わったヘルシーデザート!

12(木)

サービス付き  
高齢者向け住宅  
「ラ・ヴィオラ」中居餅つき  
つきたてのお餅をおいしくいただきました。

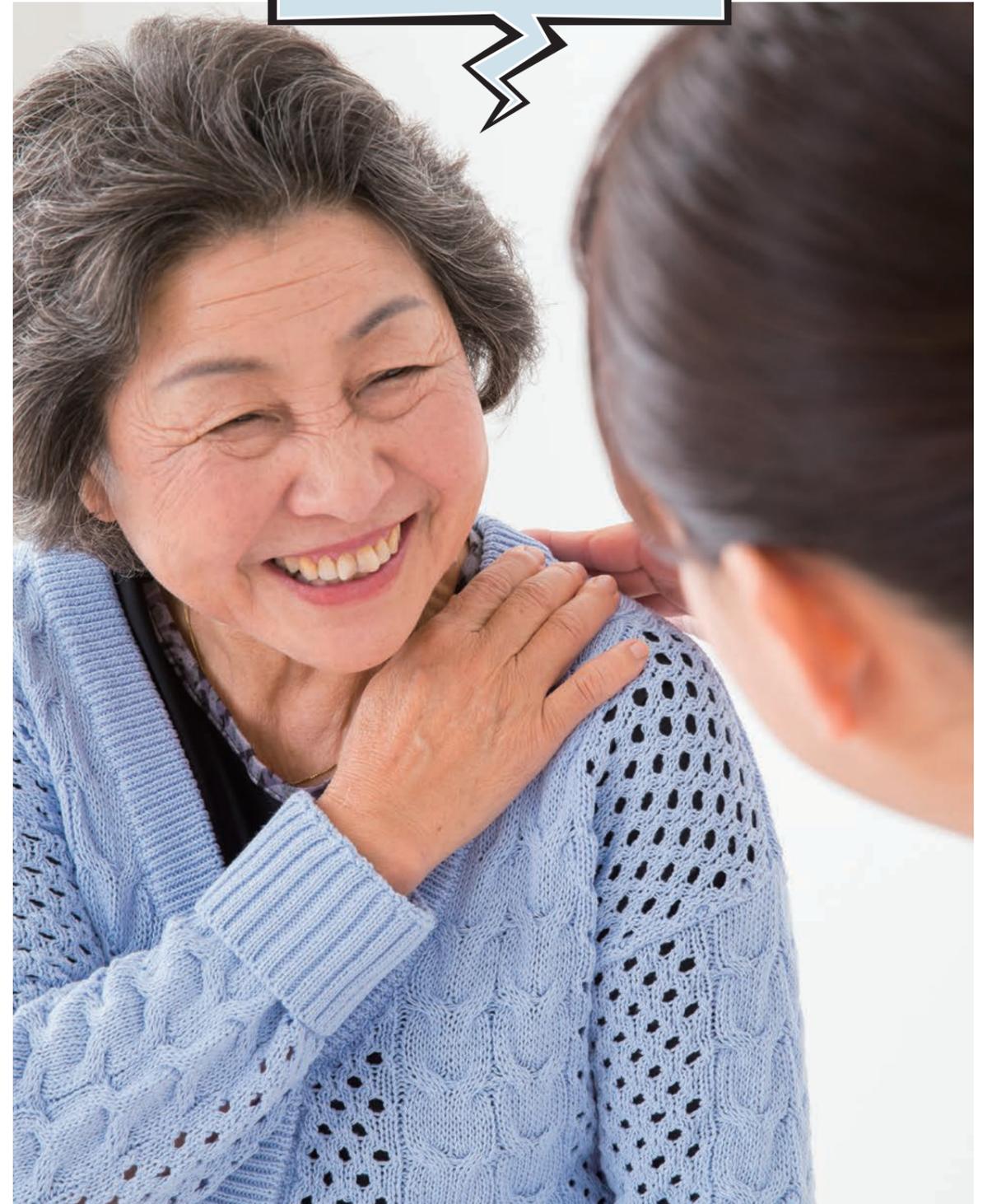


餅つき

1月

## BISHIN 歳時記

ボツリヌス  
治療に  
ついて



ボツリヌス治療とは

ボツリヌス菌(食中毒の原因菌)からつくられるボツリヌストキシンを筋肉に注射します。手足の麻痺が重く、筋肉が緊張して動かない痙縮(けいしゆく)により、日常生活動作に支障があるときの治療です。  
今回は、2010年に上下肢痙縮に保険適応が認可されたボツリヌス治療について説明します。



## ボツリヌス治療の 治療費用

ボトックスの薬価が高いために高額です(表1)。高額療養費制度により、個人の請求額が異なりますのでご確認ください(表2)。各自治体にもよりますが、高崎市では障害者1,2級の場合、薬価は免除されます。詳細は受付におたずねください。

### 【ボツリヌス治療の治療費用】

(表1) 自己負担額の目安(平成28年)

■70歳以上の方				
自己負担割合	50単位	100単位	200単位	250単位
1割※	6,000円	10,000円	12,000円	
2割	12,000円			
3割	17,000円	28,000円	44,000円	

※所得によって自己負担限度額が8,000円の場合があります。

■70歳未満の方				
自己負担割合	50単位	100単位	200単位	250単位
3割	17,000円	28,000円	55,000円	70,000円

高額療養費制度は、1ヶ月の医療機関への支払いが一定額を超えた場合に、払い戻しを受けられる制度です。また、事前に申請をしておくことで、窓口での支払額を上限額までに抑えることができます。

(表2) 自己負担限度額

区分	限度額
ア	252,600円+(医療費-842,000円)×1%
イ	167,400円+(医療費-558,000円)×1%
ウ	80,100円+(医療費-267,000円)×1%
エ	57,600円
オ	35,400円

※ご自身がどの区分に該当するかはお持ちの保険証の発行元にお問い合わせください。

## ボツリヌス治療の 適応症状

1

### 脊髄障害による痙縮

腕の内転、指の屈曲、下肢の伸展など

脳卒中ガイドライン

(2015年)では、痙縮による肩の痛み、関節可動域制限に対する治療(グレードA)、痙縮による内反尖足(ないはんせんそく)・アキレス腱などの拘縮によって爪先で立つように足首が伸びた状態が歩行の障害となっている時(グレードB)と推奨されています。

あくまでも筋肉を和らげるためであり、動かなかった手足が急に動くようになるものではありません。ボツリヌス治療後に、リハビリを集中してこなうことで、筋力増強や関節の動く範囲を広げられる可能性があります。全く動かない人でも、着替えの時に腕を通しやすくなったり、洗いづらかったところが洗えるようになったりするなど、衛生、着衣、疼痛(とうつう)などの日常生活動作の改善が期待できます。足の突っ張りで体を支えている方は、膝が柔らかくなりすぎると、逆に支えづらくなるかもしれません。つま先しか床につかない時は柔らかくすることで、足の裏がきちんとつき、歩きやすくなります。首や肩の近くの注射では、呼吸や飲み込みが悪くならないように注意します。



2

### まぶた・顔面けいれん



顔面のピクつきが飲み薬で抑えられないと、麻痺もできてきます。ボツリヌス治療で軽減できますが、薬を使わずに、まぶたが上がらなくなるように注意します。

そのほか、しわ取りなどの美容整形、海外では、筋緊張による疼痛や片頭痛、多汗症、排尿障害などにも使用されています。

3

### 手技



注射する部位の筋肉に留まるように濃度を調節します。手指筋のような小さな筋では希釈濃度を濃く設定し、緊張している筋群に注射します。

施行後は血流増加による毒素の分散がないようにするため、局所のマッサージや入浴、過度の運動は避けます。効果は施行直後から2週間安定し、3か月持続します。この間にリハビリテーションをおこなうことで、効果の持続が期待できます。

# ボツリヌス治療の ギモンに 答えます

ギモン  
1

## ボツリヌス菌に感染しない？

菌そのものを注射するわけではないので、感染する可能性はありません。また、非常に少ない量を使うので、高度の呼吸機能障害や神経筋接合部（運動神経繊維が筋繊維と接合する部分）の障害（重症筋無力症、筋萎縮性側索硬化症など）のある方を除けば、安全に使用できます。



ギモン  
2

## 副作用はある？

アレルギー（熱感、注射部位の痛み、発赤）、注射部位の小出血が起こることがあります。また時に、ボツリヌス治療による効果が強く発現してしまうことにより、局所の麻痺悪化を起こすことがありますので、次回以降、投与量と施注部位について医師と相談のうえ、調整しながら治療します。



ギモン  
3

## 筋弛緩剤ではダメ？

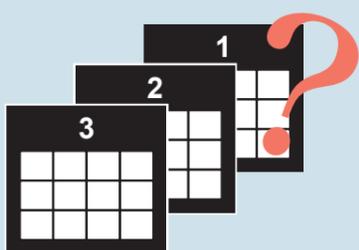
飲み薬の筋弛緩剤は、全身に作用するため、抑制したくない部分の筋肉まで和らげてしまいます。ボツリヌス治療は局所的な治療ですので、的確な部位に効果的な治療ができます。



ギモン  
4

## 効果はどのくらい続く？

約3か月持続し、その後、弱まります。3か月以内に注射を追加すると、薬剤に対する抗体ができて効果が弱まる恐れがあります。



その他にもボツリヌス治療について疑問がございましたらお気軽にご相談ください。

# Interview

[インタビュー]

2016年12月7日に施注を受けた3名へインタビューをおこないました。

Interview

2

2014年7月にアテローム血栓性脳梗塞を発症。  
右半身に麻痺が残る、上肢・下肢腓腹筋などに施注



継続的に施注を続け、  
今の状態からの  
回復を目指す

下山 昭吉さん



注射自体は普通の注射と変わりはありませんでした。なんとかかしてこの状態を直したいと思い受けてみましたが、施注後は右手を握ったり開いたりしがしやすくなったように感じています。発症後に文字が書けなくなりました。発症後一番大変なことでしたが、今後も継続的に施注を続け、文字を書いたり、箸を握れるようになりたいと思っています。

Interview

1

2014年10月に脳幹部出血を発症。  
右肩から指への拘縮がみられる。上肢に施注



柔らかくなった筋肉で  
リハビリに励み  
再び趣味の料理を

黛 和美さん



主治医である石原先生に強ばった筋肉が柔らかくなる薬があると聞き、受けてみようと思いました。訪問リハビリの担当は肩まわりが柔らかくなった、筋肉が柔らかくなったよと言ってくれています。自分では施注前に比べ格段に良くなったという実感はまだありませんが、柔らかくなった筋肉でリハビリに励み、指先の細かな動きを取り戻して趣味の料理ができるようになるまで回復したいと思っています。

黒 沢 病 院  
脳 神 経 外 科 医  
**Profile**  
[プロフィール]

**Interview**  
[インタビュー]



黒沢病院 副院長 兼  
脳卒中センター長  
**大森 重宏**  
(オオモリシゲヒロ)

【出身大学】  
埼玉医科大学医学部  
(昭和55年卒)

【専門】  
脳神経外科全般  
脳卒中治療

【指導医・専門医・認定医】  
・医学博士  
・日本脳神経外科学会評議員  
・日本脳神経外科学会専門医/指導医  
・日本医師会認定産業医  
・日本医師会認定健康スポーツ医  
・インфекションコントロールドクター



血管内治療部長  
**石原 秀章**  
(イシハラヒデアキ)

【出身大学】  
防衛医科大学校医学科  
(平成11年卒)

【専門】  
脳神経外科全般  
脳卒中治療、脳血管内治療

【指導医・専門医・認定医】  
・医学博士  
・日本脳神経外科学会専門医/指導医  
・日本脳神経血管内治療学会  
専門医/指導医  
・日本脳卒中学会認定専門医



脳卒中外科部長  
**小倉 文司**  
(オグラタケン)

【出身大学】  
群馬大学医学部医学科  
(平成12年卒)

【専門】  
脳神経外科全般  
脳卒中治療

【指導医・専門医・認定医】  
・医学博士  
・日本脳神経外科学会専門医/指導医  
・日本脳卒中学会認定専門医  
・臨床研修指導医



医師  
**中島 まゆ**  
(ナカジマ マユ)

【出身大学】  
岩手医科大学医学部  
(平成14年卒)

【専門】  
脳神経外科全般  
脳卒中治療

【指導医・専門医・認定医】  
・医学博士

埼玉医科大学国際医療センター所属 脳神経外科医

脳神経外科の治療は、開頭手術から血管内治療、神経内視鏡など、  
ますます専門性、技術が進歩しています。  
これからもさらに地域医療に貢献できるよう全力を尽くしますので、  
よろしくお願いいたします。

2016年1月にアテローム血栓性脳梗塞を発症。  
右半身に麻痺が残る。上肢・下肢に施注



可動域が広がることで  
前向きにリハビリが  
おこなえるように

Aさん



かかとが床につかないことで指先の痛みや歩行障害がありました。施注後はかかとが床にびつたりとつくようになり、歩行しやすくなりました。足先の拘縮もやわらいだり関節の可動域もひろがったので、装具も作り直す予定です。筋肉が柔らかくなることで、それまでできなくなっていたことができるようになり、なによりリハビリへのモチベーションがあがりました。施注してよかったです。と思っています。

Interview  
**3**

■介護保険で利用できる「在宅サービス」

訪問系サービス	・訪問介護 ・訪問入浴 ・訪問看護 ・訪問リハビリテーション
通所系サービス	・通所介護(デイサービス) ・通所リハビリテーション(デイケア)
お泊りサービス	・ショートステイ
環境を整えるサービス	・福祉用具の貸与 ・購入 ・住宅改修
介護保険外サービス	・各種サービス

※この他、高崎市独自の介護保険外サービスもあります。くわしくは、居宅介護支援センターまでお問合せください。

**居宅介護支援センターくろさわ**

介護支援専門員(ケアマネジャー)が、介護が必要となった方の介護計画(ケアプラン)を作成したり、ご家族に代わって介護保険の申請代行などをさせていただきます。



■サービス内容

体調の観察	・バイタルサインの測定(体温の測定・脈拍・血圧・呼吸) ・精神的ケア ・病状の観察 など
栄養食事療法に関する相談	・食事指導、栄養相談
看護の実施と相談	・清潔ケア、アドバイス ・褥瘡(じょくそう)処置と予防のアドバイス ・疼痛の観察とケア ・排泄の援助 ・服薬の支援 ・家族へのケア ・看取りの支援 など
医療的処置の実施	・在宅酸素療法 ・気管切開、人工肛門、膀胱留置 ・カテーテル管理、点滴 ・胃瘻(いろう)の管理 など
リハビリテーション	・理学療法士など専門職による訪問リハビリ

ご契約後、緊急時24時間対応(電話相談・訪問)しています。

**訪問看護ステーションくろさわ**

在宅で看護を必要とする患者さんに対して、主治医の指示のもと、専門知識・技術を持った看護師が訪問看護サービスを提供しています。  
また、在宅療養が困難になった場合の病院への入院、あるいは施設への入所などに関するご相談にも対応しております。



**地域包括ケアシステムとは**

もし要介護状態となっても「予防」・「医療」・「介護」・「住まい」・「生活支援」が一体的に提供され、その方らしく暮らせるようにする仕組みです。

今回は美心会グループが提供するサービスから、「介護」・「住まい」部分を担う高崎東部福祉総合相談センターをご紹介します。

高崎東部福祉総合相談センターでは、居宅介護支援、訪問看護、ホームヘルプなど、在宅での生活を快適に過ごしていただけるよう、

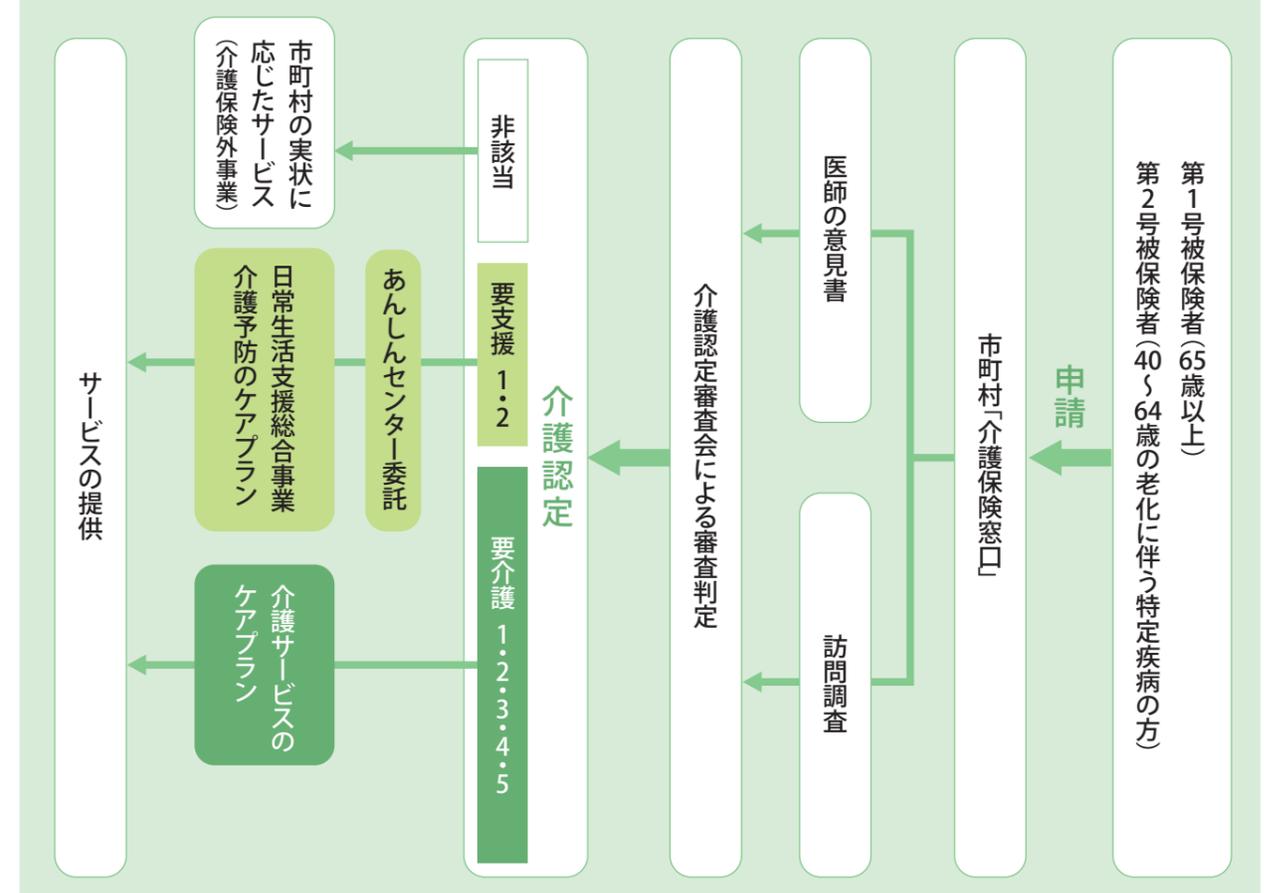
**居宅介護支援センターくろさわ**

**訪問看護ステーションくろさわ**

**ヘルパーステーションくろさわ**

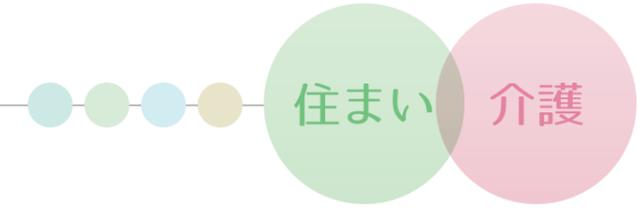
の3事業所を設置し、さまざまなサービスをおこなっています。

【在宅生活でサービスを利用するまでの流れ】





# 地域包括ケアシステムの実現に向けた 美心会の取り組み その3



平成29年4月開設

## 高齢者あんしんセンターくろさわ

高崎市の委託を受けて開設する、医療・福祉の総合相談窓口です。中居町を担当します。高齢者の皆さまが、住み慣れた地域でいつまでも安心してその人らしい暮らしが継続できるよう、各専門職と地域サポーターが連携して支援をおこないます。



相談窓口

## 高崎東部福祉総合相談センター

■ 居宅介護支援センターくろさわ 〒370-0852 群馬県高崎市中居町3-20-8

TEL.027-353-6677 営業日：月曜～土曜 祝日・12/31～1/3は除く  
営業時間：8:30～17:30

■ 訪問看護ステーションくろさわ 〒370-0852 群馬県高崎市中居町3-20-8

TEL.027-352-3300 営業日：月曜～土曜 祝日・12/31～1/3は除く  
営業時間：8:30～17:30

■ ヘルパーステーションくろさわ 〒370-0852 群馬県高崎市中居町4-3-25

TEL.027-353-6678 営業日：月曜～土曜 祝日・12/31～1/3は除く  
営業時間：8:00～18:00

■ あんしんセンターくろさわ 〒370-0852 群馬県高崎市中居町3-20-8

TEL.027-353-2333 営業日：月曜～金曜 土・日・祝日・12/31～1/3除く  
営業時間：8:30～17:15

■ サービス付き高齢者向け住宅 ラ・ヴィオラ中居

TEL.027-352-8855 〒370-0852 群馬県高崎市中居町4-3-25

### ■ サービス内容

食事・買い物	調理、食事介助、後片付け、買い物
住居	環境整備、ご本人さま使用の部屋の掃除、ゴミ出し
寝具・衣類	シーツ交換、布団干し、更衣、洗濯、整理
排泄	おむつ交換、排泄介助、トイレ誘導
受診・通院	通院乗降介助、薬の受け取り
清潔	洗面、口腔ケア、洗髪、整髪、全身清拭、入浴介助
移動	体位交換、移動介助、外出介助
関係機関への連絡援助	医療機関や居宅介護支援事務所への連絡援助、介護タクシー

※ 料金は、ご利用者さまの状態や内容によって異なります。  
※ 介護保険適用外でも対応しておりますのでご相談ください。

ヘルパー  
ステーション  
くろさわ  
ご利用者さまが住みなれた我が家で、笑顔で過ごすことができるとともに、支援させていただきます。



### ■ 施設概要

居室	・13室(全室個室/18㎡以上) ・エアコン完備、トイレ、洗面、調理、収納
設備	・各室緊急通報装置有り(24時間対応)
共用施設	・浴室(介護浴槽あり)、洗濯室、 食堂談話スペース(ヴィオラホール)

### ■ 入居条件

- ・入居時概ね60歳以上で、自立又は要支援、要介護1~2の方(当法人透析センターで透析治療をお受けの方は、別途ご相談に応じます)
- ・日常生活、共同生活が営める方(自傷、他害行為のない方)

**入居施設**  
サービス付き高齢者向け住宅  
ラ・ヴィオラ中居

ヘルパーステーションくろさわを併設したサービス付き高齢者向け住宅です。  
安全、安心な生活環境を提供するため、施設内には24時間スタッフを配備しております。また黒沢病院、黒沢病院附属ヘルスパーククリニックをはじめとする関連医療機関、介護施設との連携により、入居者さまの緊急時にも適切な対応ができるよう万全の体制を整えております。  
各部屋は完全個室とし、ご入居者さまのプライバシーに配慮した設計になっております。また、毎月楽しいイベントをおこなっております。



## クッキングスクールアンケート

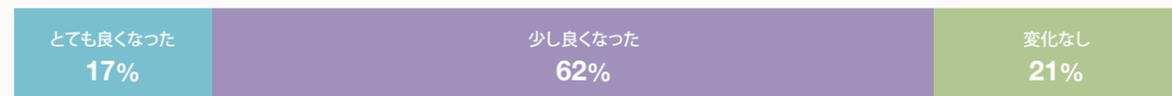
クッキングスクール参加者にアンケートに答えていただきました。

- ・年齢:40歳~75歳
- ・アンケート回答数:24人

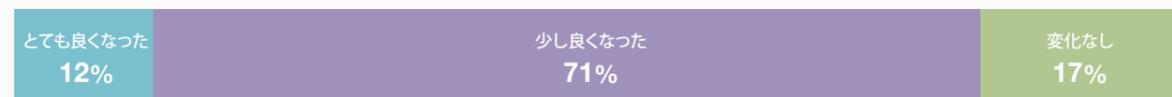
- とても(良くなった・増えた・思う) ■ 少し(良くなった・増えた・思う) ■ 変化なし
- 少し(悪くなった・減った)・思わない ■ とても(悪くなった・減った)・全く思わない



### Q1 クッキングに参加して減塩に対する意識はどうになりましたか?



### Q2 クッキングに参加して脂の摂取に対する意識はどうになりましたか?



### Q3 クッキングに参加して糖質(炭水化物)に対する意識はどうになりましたか?



### Q4 クッキングに参加してご自分で料理をする頻度はどうになりましたか?



### Q5 食事を通じてご自分の健康(または家族の健康)を増進させていこうと思いませんか?



### Q6 クッキングで習った内容を今後はご自分の食生活に活用していこうと思いませんか?



これからも会員さまやそのご家族、さらに周りの方々の健康増進に寄与できるように、クッキングスクールを実施していきます。

## 2017年 調理実習 年間計画(予定) ※内容は変更になる場合があります。

2/25 低脂肪メニュー(ひなまつりメニュー)	9/16 本格和食(バランス一汁三菜定食)
4/22 ヘルシースイーツ(桜スイーツ)	10/11 減塩メニュー(中華料理をやさしい減塩料理に)
6/10 和風ヘルシー丼料理	11/18 手打ちうどん(かんたんヘルシーうどん)
7/15 低糖質メニュー(ヘルシーリゾット)	12/9 クリスマスマニュー(フランス料理でクリスマス)

くわしくはメディカルフィットネス&スパ ヴアレオプロまで

TEL.027-350-1177



写真は昨年3月に実際に作ったものです

メディカルフィットネス&スパ ヴアレオプロ アンチエイジングクッキングスクール

家族が健康になれる料理教室  
ヴァレオプロではフィットネスだけでなく、「食」を通じた健康づくりや老化予防、生活習慣病予防に関する情報もご提供しています。  
「アンチエイジングクッキングスクール」は、参加者ご自身が料理づくりを通じて、適正な塩分量や脂質を理解し、正しい味覚を養っていただくことを目的として開催しています。  
このスクールで学んでいたいただいた内容をご家族、ご友人にもお伝えいただくことで、ご本人のみならず、広く「健康の輪」が広がっていくことを願っています。

管理栄養士 横山



## 昨年のテーマ

2月 節分料理をおしゃれにヘルシーに楽しもう	7月 本格和食を味わおう ~昆布とかつおのだしが香る絶品バランス定食~
3月 バーニャカウダをヘルシーにバランスよく! ~本格イタリア料理をヘルシーに味わおう~	9月 低糖質料理で美味しくダイエット! ~本格イタリア料理を一工夫!~
4月 ヘルシー和スイーツをつくらう! ~話題のスーパーフード チアシードスイーツ!~	11月 クリスマスヘルシークッキング ~クリスマスメニューをカロリーカットする秘訣~
6月 洋風don料理! ~おもてなし料理にもなっちゃうおしゃれ丼料理~	12月 お正月料理クッキング ~定番お節を一工夫!オシャレお節を作ろう~

バリエーションに富んだ料理テーマ  
低糖質、減塩、低脂肪のスタンダードのテーマから、男の丼料理、おしゃれピッツアのような変わり種のテーマも実施しています。本格和食では美味しいだしのとおり方や、魚の3枚おろしなどの技術面、本格フレンチではフランス料理の簡単アレンジ方法なども、ヘルシーというテーマにプラスしてお伝えしています。

## TOPICS 1 新任Dr紹介

新たに入職したドクターをご紹介します。

老健くろさわ 施設長

高橋 徳之 (タカハシトクユキ)

脳神経外科

浦丸 浩一 (ウラマルコウイチ)

泌尿器科医長

中嶋 仁 (ナカジマヒトシ)

泌尿器科

須藤 佑太 (ストウユウタ)

## TOPICS 2 3月4日(土)

### 第30回 群馬ストーマ・排泄リハビリテーション研究会開催

ストーマ(人工肛門、人口膀胱など)や排泄リハビリに携わる医療スタッフの研究および症例発表の場として、毎年、県内の医療機関が当番制で開催しております。本年は当院が幹事を務めました。

今回は「チームで取り組む排泄支援」をテーマに、13の研究発表と当院 曲友弘透析センター長による講演がおこなわれました。各病院、施設の取り組みとそれぞれが抱える課題について、活発な議論が交わされ、情報の共有と理解を図る貴重な機会となりました。当日は、120名を超える皆さまにお集まりいただき、盛会のうちに終えることができました。



## NEWS 1 第25回 美心祭

5月28日(日)開催!

■ 時間: 10:00~14:00 ■ 場所: 黒沢病院附属ヘルスパーククリニック

詳細は、順次院内掲示板やホームページ等でお伝えしていきます。

美心会での最新医療をより多くの方に知っていただき、地域のみなさまの健康づくりに役立つ内容で開催します。現在準備をしておりますので、どうぞご期待ください。

「ミニギャラリー」夏の写真・イラスト募集中!! 選ばれた作品はヘルスパーククリニック1Fに展示させていただくことがあります。

お1人様2作品まで。

- 氏名・住所・電話番号・タイトル・場所を明記してください。
- 応募作品の著作権は(医)社団美心会に属します。作品は返却いたしません。
- 肖像権の侵害が生じないよう、応募者の責任において必ず被写体の人物に公表の承諾を得てください。
- 誌面の都合上、すべての応募作品を掲載できない場合がございます。あらかじめご了承ください。

作品送付先  
〒370-1203 高崎市矢中町188  
黒沢病院附属 ヘルスパーククリニック内 企画推進部あて

■ 次回まで: 4月28日(金) (当日消印有効)



「春の大仏」(茨城県牛久市)  
撮影: 加藤真由美 様



「小串のカタクリ」(群馬県高崎市)  
撮影: 加瀬嘉明 様



「山里の春」(埼玉県秩父市)  
撮影: 高橋恒吉 様



「春の香り」(群馬県みなみ町)  
撮影: 倉澤信司 様



「豪華」(群馬県富岡市)  
撮影: 瀧澤利男 様

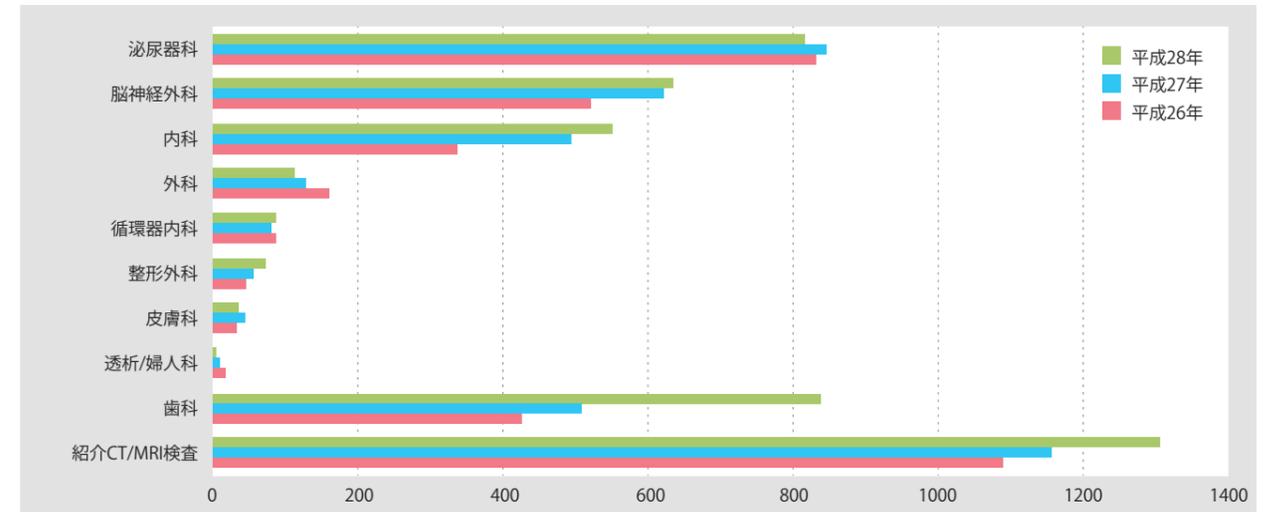
## 地域医療連携センターよりお知らせ

### 平成28年紹介実績のご報告

当院では地域の医療機関と連携を図り、救急指定病院として積極的に紹介患者さんの受け入れをおこなっています。昨年一年間の紹介患者さんの実績を報告させていただきます。

当院へのご紹介の内訳では、前年までと比較して、CT/MR検査のご紹介と歯科・歯科口腔外科のご紹介を多くいただきました。泌尿器科、脳神経外科、内科など他の診療科でも、更に多くのご紹介に対応するよう努めてまいります。

#### 科別紹介受け入れ患者様数



#### 地域医療連携センター職員のご紹介

- ・センター長 大森 重宏 (黒沢病院副院長)
- ・課長 佐藤 貴雄
- ・外来連携 加庭 博文
- ・連携事務 長岡 めぐみ
- ・看護師 石井 香織 小林 有希
- ・医療ソーシャルワーカー 田村 僚子 目黒 翔子

#### 改称のお知らせ

「入退院・医療相談センター」は地域包括ケアシステム構築をより一層推進し、地域に貢献するための組織と位置づけ、1月1日より部署の名称を「地域医療連携センター」へと改称いたしました。

地域医療連携センターでは、2名の医療ソーシャルワーカーと2名の退院支援看護師がみなさまのご相談に応じております。黒沢病院1階総合受付に窓口がございます。診療や入院、退院に伴うご心配、不安などございましたらお気軽にご相談ください。

Nice Shot

## MINI GALLERY

「ミニギャラリー」に「応募いただき、ありがとうございます」が届きました。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。

# 公共交通機関時刻表

【有料】

## ぐるりん時刻表 (有料:大人200円 小学生以下100円)

送迎車運行時間以外は、高崎市循環バス「ぐるりん」をご利用ください。

(ぐるりんH27.4.1改定)

高崎駅→黒沢病院方面 (群馬の森線) 中居団地先回り⑩

高崎駅東口 (発)	中居小学校南 (発)	ヘルスパーク前 (着)
8:05	8:13	8:17
9:35	9:43	9:47
10:55	11:03	11:07
12:20	12:28	12:32
14:20	14:28	14:32
16:15	16:23	16:27
17:50	17:58	18:02
19:15	19:23	19:27
20:30	20:38	20:42

黒沢病院→高崎駅方面 (群馬の森線) 健大先回り⑩

ヘルスパーク前 (発)	中居小学校南 (発)	高崎駅東口 (着)
7:04	7:09	7:20
8:46	8:52	9:05
10:46	10:52	11:00
12:21	12:27	12:35
13:46	13:52	14:00
15:46	15:52	16:00
16:36	16:42	16:50
18:16	18:22	18:30
19:46	19:52	20:00

※ 部分は月～金曜日の運行【土日祝日は運休】です。



ぐるりん停留所	
行き	高崎駅からのぐるりんバス乗り場は、東口・群馬の森線・10番 (中居団地先回り) です。
帰り	<ul style="list-style-type: none"> <li>・老健くろさわから高崎駅行き: 柴田コーポ前 (バス停名:「中居小学校南」)</li> <li>・ヘルスパーク、黒沢病院から高崎駅行き: 矢中小学校前 (バス停名:「ヘルスパーククリニック前」)</li> </ul>

※「ヘルスパーククリニック前」「中居小学校南」「老健くろさわ」ともに、高崎駅方面に向う場合は道路を渡った南側のバス停から乗車ください。

## たまりん(玉村町乗合タクシー)時刻表 (有料:大人200円 小学生以下100円)

玉村方面からお越しの方は、玉村町乗合タクシー「たまりん」高崎直行便をご利用ください。

(たまりんH24.9.1改定)

高崎直行便 年末年始(12/29～1/3)は全便運休します。

玉村町役場	道の駅玉村宿	高崎松風園 森の木クリニック	昭和病院	高崎高等養護学校	アピタ高崎店前	黒沢病院附属 ヘルスパーククリニック	アピタ高崎店前	昭和病院	高崎松風園 森の木クリニック	道の駅玉村宿	玉村町役場
8:40	8:45	8:50	8:52	↓	9:00	9:05	↓	↓	↓	9:13	9:20
10:20	10:25	10:30	10:32	↓	10:40	10:45	↓	10:56	10:58	11:03	11:10
13:55	14:00	14:05	14:07	↓	14:15	14:20	↓	14:31	14:33	14:38	14:45
15:50	15:55	16:00	16:02	↓	16:10	16:15	↓	↓	↓	16:24	16:30
16:45	16:50	16:55	16:57	↓	17:02	17:10	↓	↓	↓	17:19	17:25



たまりん停留所	
行き・帰り	ヘルスパーククリニック敷地内 西側玄関 (緑の屋根の入口) 付近

Editor's Postscript

## 編集後記

冬の間寒くて動かなかったせいか、なんだか身体が重いと感じる今日この頃。テレビを見るといろいろなスポーツが放送されています。それぞれの選手が努力を重ね、勝利に向かってのを見て、「私はこのままでいいの」と感じています。暖かくなったら何かスポーツを始めてみようかな。おすすめのスポーツはありますか。(清)

ご意見・ご感想お待ちしております  
ご意見・ご感想は、下記メールアドレスへお願いいたします!  
➡ [bishin@bishinkai.or.jp](mailto:bishin@bishinkai.or.jp)

# 美心会送迎車時刻表

黒沢病院送迎車時刻表 無料 / 月～土曜日運行【日曜・祝日運休】

お気軽にご利用ください

(平成29年3月1日～)

中居町循環

中居団地先回り (送迎車循環マップ参照)

ヘルスパーク	中居町2丁目	中居団地 75-17棟前	道林児童公園	フレッセイ	美容院 スーパーレディ前	ラ・ヴィオラ中居	老健くろさわ	ヘルスパーク 黒沢病院
8:30	8:34	8:36	8:38	-	8:41	8:43	8:46	8:50
10:30	10:34	10:36	10:38	10:43	10:46	10:48	10:51	10:55
14:30	14:34	14:36	14:38	14:43	14:46	14:48	14:51	14:55
16:30	16:34	16:36	16:38	16:43	16:46	16:48	16:51	16:55

老健先回り (送迎車循環マップ参照)

ヘルスパーク 黒沢病院	老健くろさわ	ラ・ヴィオラ中居	美容院 スーパーレディ前	フレッセイ	道林児童公園	中居団地 75-17棟前	中居町2丁目	ヘルスパーク
9:30	9:35	9:38	9:41	9:44	9:49	9:51	9:52	9:55
11:30	11:35	11:38	11:41	11:44	11:49	11:51	11:52	11:55
15:30	15:35	15:38	15:41	15:44	15:49	15:51	15:52	15:55
17:30	17:35	17:38	17:41	17:44	17:49	17:51	17:52	17:55

高崎駅送迎

黒沢病院→高崎駅

黒沢病院	ヘルスパーク	老健くろさわ	ラ・ヴィオラ 中居	高崎駅東口
9:00	9:05	9:12	9:16	9:25
10:00	10:05	10:12	10:16	10:25
11:00	11:05	11:12	11:16	11:25
12:00	12:05	12:12	12:16	12:25
13:00	13:05	13:12	13:16	13:25
14:00	14:05	14:12	14:16	14:25
15:00	15:05	15:12	15:16	15:25

高崎駅→黒沢病院

高崎駅東口	ラ・ヴィオラ 中居	老健くろさわ	ヘルスパーク 黒沢病院
9:30	9:40	9:45	9:50
10:30	10:40	10:45	10:50
11:30	11:40	11:45	11:50
12:30	12:40	12:45	12:50
13:30	13:40	13:45	13:50
14:30	14:40	14:45	14:50
15:30	15:40	15:45	15:50

倉賀野送迎

老健くろさわ	ヘルスパーク	セブンイレブン	倉賀野駅南口	倉賀野神社	アイケイ薬局 倉賀野店	セブンイレブン	ヘルスパーク	老健くろさわ
10:10	10:15	10:22	10:28	10:32	10:35	10:39	10:45	10:50
14:10	14:15	14:22	14:28	14:32	14:35	14:39	14:45	14:50

乗付送迎

ヘルスパーク	老健くろさわ	シエスタさとの花	老健くろさわ	老健くろさわ(発)	ヘルスパーク 黒沢病院(着)
10:45	10:50	11:15	11:40	11:45	11:50
14:45	14:50	15:15	15:40	15:45	15:50

## 送迎車循環マップ



- ・「高崎駅東口」は交番前、またはその付近からの発着です。
- ・「黒沢病院」は病院正面玄関前、「ヘルスパーク」は外来玄関前からの発着です。
- ・「老健くろさわ」は(旧黒沢病院)西側玄関前からの発着です。
- ・交通事情により遅れる場合がございます。



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29年4月1日(土)~

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・須藤	黒澤・小倉	小倉・中嶋	曲・岡	黒澤・小倉/曲
	午後	小倉 【排尿機能】曲 予約制	黒澤	中嶋	小倉	曲	中嶋/須藤
脳神経外科 (脳卒中)	午前	中嶋	中嶋	中嶋 石原	中嶋 大森	中嶋	小倉文 大森(10:00~11:30)
	午後	大森	武山	脳神経外科医師	浦丸	脳神経外科医師	脳神経外科医師
外科	午前	田口(11:00まで)	田口(10:30まで) 【乳腺】栗原 【呼吸器】清水(11:30まで)	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	石井 浅香	佐藤裕(11:00まで) 【肝臓】矢島 太田 錦戸(12:00まで)	【循環器】佐藤裕 石井 矢島 松本	矢島 町田 【循環器・その他】静(11:30まで) 太田	【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	矢島 町田	矢島	矢島	【循環器】佐藤裕 松本 浅香(17:00まで)
整形外科	午前	—	—	【整形・形成外科】中村 【整形・形成外科】牧口 第4	—	—	整形外科医師 第1 米本 第2.3.5 中嶋 第4
	午後	—	—	—	—	—	整形外科医師
皮膚科	午前	—	—	—	宮川(10:30まで)	—	—
	午後	【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・葭葉	河内・西原	小林充・河内 代田 第2	小林充・栗原祐	河内・西原 【インプラント】重原 第2.4	小林充・齊藤
	午後	小林充・葭葉	西原	小林充 代田 第2	小林充 手術日	西原 【インプラント】重原 第2.4	小林充・齊藤
内視鏡	午前胃	小林・太田・錦戸 蔵屋敷・緒方 木澤	小林・太田 新井・坂本 五十嵐 内視鏡医師	小林・今井 蔵屋敷 須賀・加藤	小林・太田 中澤・山崎 戸島	小林・綿貫 緒方・浅香 内視鏡医師	小林 内視鏡医師(5名)
	午後-ESD	太田	—	太田	太田	太田	—
	午後-大腸	小林	小林	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・緊急手術等で診察時間・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願致します。

※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	
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

泌尿器科	外科
  黒澤 功 山中 英壽	  中嶋 仁 須藤 佑太
  小倉 治之 曲 友弘	    藤井 孝尚 田口 正毅 栗原 照昌 小林 勇治
内科	歯科・歯科口腔外科
      佐藤 裕一 石井 秀和 矢島 義昭 町田 優 松本 健 太田 英孝	    錦戸 崇 浅香 有紀 小林 充典 河内 奈穂子
脳神経外科	婦人科
    大森 重宏 石原 秀章 小倉 丈司 中嶋 まゆ	  浦丸 浩一 浅野目 和広

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29年4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