

健康情報誌

BISHIN

ビ
シ
ン

TAKE FREE

ご自由
にお持
ください

季刊

2018 Vol.124

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 | 沈黙の臓器 腎臓

黒沢病院透析センターの特徴

[理事長あいさつ]

職員の健康度に自信があります





医療法人社団美心会は「健康経営優良法人・ホワイト500」に認定されました。詳細は次号にてお知らせします。

当法人は、地域の健康を守ると同時に職員の健康管理にも投資をしています。

病院という場所は、多種多様な専門職がチームワークを組み、休みなく業務を推進する特殊な職場環境です。良好な職場環境を維持するうえで職員の健康保持・増進がなによりも重要と考え、日々働きやすい病院づくりに取り組んでいます。理事長として職員の健康増進を重視し、その健康管理を経営課題として捉え、数々の試みを実行することで職員の健康の維持・増進と法人の業績向上を目指しています。

我々美心会職員は、医療従事者として自らの健康管理を徹底し、家庭や地域の健康のために健康活動と情報発信を継続して地域に貢献していく所存です。

そこで美心会健康宣言を次の通り決めました。

・私たちは、健康を意識し、医療従事者として模範となる健康増進活動を積極的に行います。

・私たちは、健康寿命100歳超えの地域づくりを目指し、健康情報の発信を続けます。

・私たちは、健康を支える総合的かつ積極的な医療事業を展開し、地域に貢献します。

・私たちは、健康を支える総合的かつ積極的な医療事業を展開し、地域に貢献します。

・私たちは、健康を支える総合的かつ積極的な医療事業を展開し、地域に貢献します。



医療法人社団美心会 理事長 黒澤 功

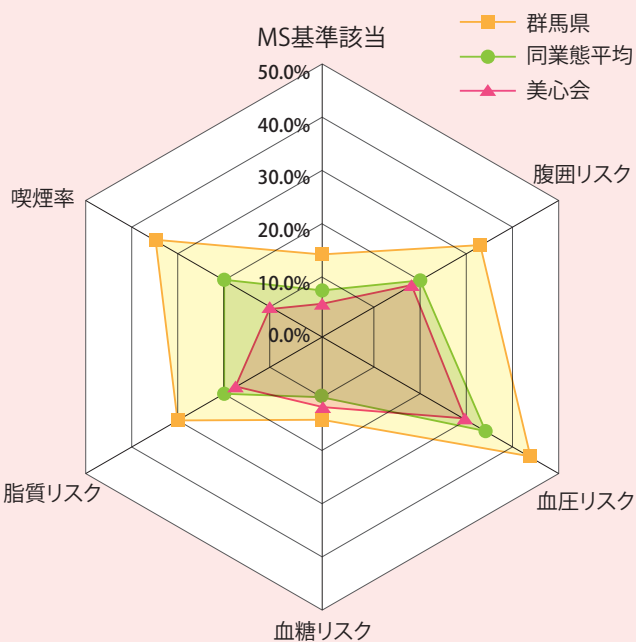
全国健康保険協会群馬支部の評価では当法人職員全体の健康度は、現在5段階のA評価です（S・A・B・C・D評価）。喫煙率や肥満度に関してデータ的にも良い結果を得ています。（表1、2）

当法人の職員は皆さまの健康管理に尽力することはもちろん、自らの健康管理をしっかりとおこなうことが求められています。これからも職員一同、法人の健康経営を実践し、予防と健康づくりのトップランナーとして地域全体を牽引していく覚悟です。

100年人生を健康で過ごせることを目指したいですね。

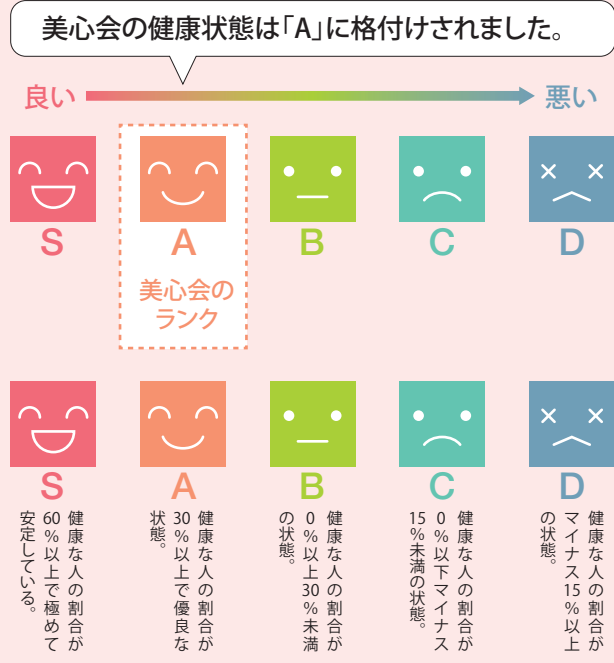
（表1）

生活習慣病のリスク保有率の比較 （全国健康保険協会データより）



（表2）

健康格付型バランスシートの判定表



ささやき

私が考える 医師の働き方改革

今マスコミを賑わしている話題に「医師の働き方改革」というものがあります。

無医村に住んでいた私の姉は盲腸になった時、50kmもリヤカーに乗り、やっとのことで町の医師に診てもらい一命が助かりました。このことがきっかけで医師を志した私にとって、人を助けることが医師としての目標でした。若い頃は24時間、365日、患者さんのために働くことが医師となった自分の使命だと思っ日々でした。ところが医師の数も多くなり、「働き方改革を医師も考えるべき」という風潮が生まれ、昨年来騒がれています。それはまるで「パンドラの箱」が開けられてしまったかのようです。「パンドラの箱」とは、ギリシャ神話の有名な話で、ゼウスに決して開けてはいけないと命じられていた箱のことです。ついに誘惑に打ち勝てず箱を開けてしまったら、その中に閉じ込められていたすべての悪と災いが世界に飛び出してきたという物語です。医師の働き方改革、国民の医療の要になる医師がどう結論付けるか、私としては大きな不安を感じずにはいられません。職業倫理が残ってほしいと願うばかりです。

理事長 黒澤功のふ・れ・あ・いエッセイ

BISHIN 歳時記

1月 16日(火)

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

2月 3日(土)

豆まき
黒沢病院
ヘルスパーククリニック
老健くろさわ
ラ・ヴィオラ中居
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

3月 18日(日)

第2回美心会グループ
学術大会
転倒・転落を主テーマとして合計26演題の発表がありました。



学術大会

3月 20日(火)

介護付有料老人ホーム
カーサ・デ・ヴェルデ黒沢
上棟式&餅まき
詳細はP.21をご覧ください。



上棟式&餅まき

3月 24日(土)

介護職員初任者研修修了式
受講生6名が新たに介護職員初任者研修の資格を得ました。

schedule

主な行事予定(4月1日～)

4月22日(日) 第16回健康支援教室
於:群馬音楽センター

5月27日(日) 第26回美心祭

日曜ドック
4月15日(日)・5月20日(日)・6月17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



特集 | 沈黙の臓器 腎臓

① 老廃物を排泄する
腎臓は血液をろ過して老廃物や塩分を尿として体の外へ追い出してくれます。

また、体に必要なものは再吸収し、体内に留める働きもしています。老廃物を選び分けて尿として排出し、必要なものは体内に留めるというフィルターのような機能があります。

② 血圧を調節する
腎臓は、塩分と水分の排出量をコントロールすることによって血圧を調整しています。

血圧が高いときは、塩分と水分の排出量を増加させることで血圧を下げ、血圧が低いときは、塩分と水分の排出量を減少させることで血圧を上げます。また、血圧が低いときには血圧を維持するホルモンを分泌し、血圧を調整しています。

③ 赤血球をつくる
赤血球は骨髄の中にある細胞が、腎臓から出るホルモン（エリスロポエチン）の刺激を受けてつくられます。腎臓の働きが悪くなると、このホルモンが出てこなくなるため、赤血球が十分につくれず貧血になることがあります。

④ 体液量・イオンバランスを調節する
腎臓は体内の体液量やイオンバランスを調節したり、体に必要なミネラルを体内に取り込む役割も担っています。腎臓が悪くなると体液量の調節がうまくいかないので、体のむくみにつながります。また、体液に含まれる重要な電解質（ナトリウム・カリウム・カルシウム・マグネシウム・リンなど）のバランスがくずれると、疲れやめまいなど、体にさまざまな不調があらわれることがあります。さらに、腎臓は酸を排出したり、重炭酸イオンを取り込んだりすることで pH バランスをコントロールし、私たちの体を望ましい状態（弱アルカリ性）に保ってくれます。

⑤ 強い骨をつくる
骨を強くするためには、腸でカルシウムの吸収率を高め、骨へのカルシウム定着を促してくれる活性型ビタミンDが欠かせません。腎臓はこのビタミンDの活性化にも関わっています。

ビタミンDは食事の摂取および紫外線を皮膚に浴びることによって体内で合成され、その後肝臓で代謝されて別の物質に変化します。そして腎臓で活性型ビタミンDに変換されます。



2 慢性腎臓病（CKD）

慢性腎臓病（CKD：Chronic Kidney Disease 以下：CKD）とは慢性に経過するすべての腎臓病を指します。患者数は1,330万人（20歳以上の成人の8人に1人）いる※と考えられ、新たな国民病とも言われています。

CKDは生活習慣病との関連が深く、誰でもかかる可能性があります。腎臓は体を正常な状態に保つ重要な役割を担っているため、CKDによって腎臓の機能が低下し続けると、さまざまなリスクが発生します。

CKDは腎臓の障害と腎機能低下から診断されます。

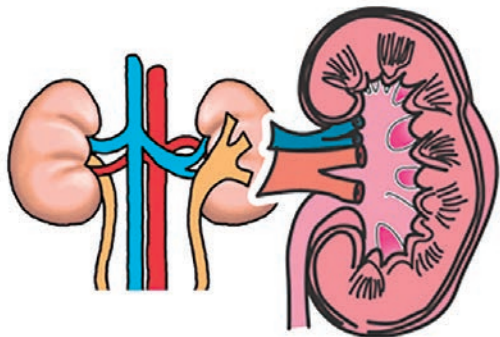
腎臓の障害の有無は尿検査か画像検査が、腎臓の機能を表す指標として、血清クレアチニン値をもとに糸球体ろ過量を推定した推算GFR（eGFR）が用いられます。GFRは糸球体が1分間にどれくらいの血液をろ過して尿を作るかを示す値です。

※CKD診療ガイド2012
（社団法人日本腎臓学会編より）

1 腎臓の働き

Q. 腎臓ってどんな働きをしている？
A. 腎臓は“からだを正常な状態に保つ”大切な臓器です。

腎臓は、腰のあたりに左右対称に2個ある握りこぶし大の臓器です。1個約150gと比較的小さな臓器ですが、心臓から送り出される血液の約25%の量が流れ込んでおり、生命活動や健康維持において大変重要な役割を果たしています。腎臓はいわゆる「沈黙の臓器」で、かなり悪化しないと自覚症状があらわれません。



（図1）CKDの診断

以下の状態のいずれか、または両方が3ヶ月以上続くとCKD	
① 腎臓の障害がある	・たんぱく尿や血尿がある ・画像診断で障害がみられる など
② 腎機能が低下している	・GFRが60ml/分/1.73㎡未満

CKD診療ガイド2012 日本腎臓学会

健康な人では、GFRは100ml/分/1.73㎡前後ですが、たんぱく尿などの腎障害がなくとも、60ml/分/1.73㎡未満が持続していればCKDと診断されます。（図1）

CKDの重症度は、GFR（eGFR）、原因となった疾患（原疾患）、たんぱく尿（可能であればアルブミン尿）の有無から総合的に判断します。



特集 | 沈黙の臓器 腎臓

腎機能が低下した腎臓の代わりに、老廃物(体にとって不要なもの)や余分な水分を体内から取り除く治療法を「透析」と呼びます。

「透析」には、「腹膜透析(PD)」と、「血液透析(HD)」とがあります。

3 治療方法 ～透析～

・腎代替療法とは？

腎機能が大体10%以下程度になると、透析や腎移植などの腎代替療法が必要になります。

腎代替療法には、透析と腎移植(生体腎移植、献腎移植)の2つがあり、ご自身の体調やライフスタイルなどに最も適した治療法を選ぶ必要があります。

・透析って何？

機能が低下した腎臓の代わりに、老廃物(体にとって不要なもの)や余分な水分を体内から取り除く治療法を「透析」と呼びます。

「透析」には、「腹膜透析(PD)」と、「血液透析(HD)」とがあります。

腹膜透析療法

(PD: Peritoneal Dialysis)

患者さん本人の腹膜を利用して血液をきれいにする方法です。

自宅や職場でおこなえる在宅医療で、通院は月1〜2回です。

さらにPDには、就寝中に器械を使用して自動的に透析液を交換するAPDと、日中に数回透析液を交換するCAPDがあります。

血液透析療法

(HD: Hemodialysis)

透析器(ダイアライザー)を通して血液をきれいにする方法です。

週3回程度、医療施設へ通院しておこなう医療です。治療時間は1回約4〜5時間です。

短時間で集中的に透析をおこなうため、自分の尿は次第に出なくなります。

CKDの重症度

※CKD診療ガイド2012, 社団法人 日本腎臓学会

糖尿病	蛋白尿区分	A1	A2	A3
糖尿病	尿アルブミン定量 (ml/日) 尿アルブミン/Cr 比 (mg/gCr)	正常	微量アルブミン尿	顕性アルブミン尿
		30未満	30~299	300以上
高血圧 腎炎 多発性嚢胞腎 移植腎 不明 その他	尿蛋白定量 (g/日) 尿蛋白/Cr 比 (mg/gCr)	正常	軽度蛋白尿	高度蛋白尿
		0.15未満	0.15~0.49	0.50以上
GFR区分 (ml / 分 / 1.73m ²)	G1	正常または高値	≥90	
	G2	正常または軽度低下	60~89	
	G3a	軽度~中等度低下	45~59	
	G3b	中等度~高度低下	30~44	
	G4	高度低下	15~29	
	G5	末期腎不全 (ESKD)	<15	

重症度は原疾患・GFR区分・蛋白尿区分を合わせたステージにより評価する。CKDの重症度は死亡、末期腎不全、心血管死亡発症のリスクを緑のステージを基準に、黄、オレンジ、赤の順にステージが上昇するほどリスクは上昇する。

CKDは、早期発見し治療を始めることで治癒できる、もしくは悪化を抑えられる可能性が高くなります。しかし、初期段階では、ほとんど自覚症状がないため、患者を増加させている原因でもあります。

・CKDが進行すると・・・

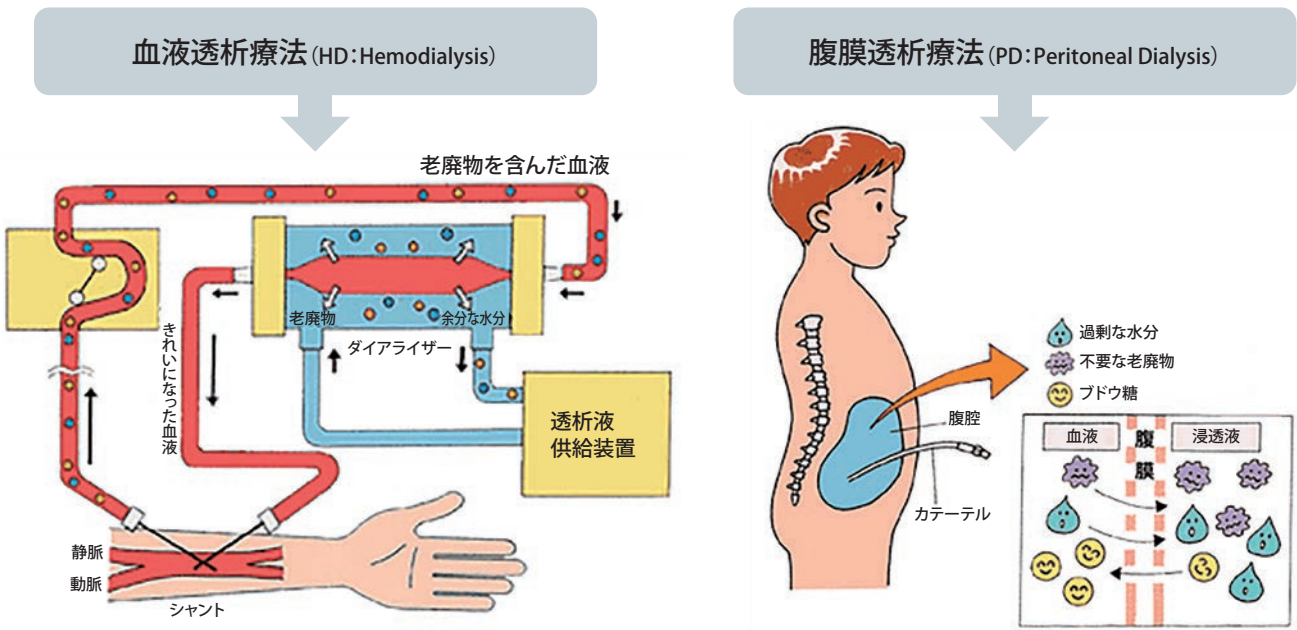
CKDがあると、脳卒中や心筋梗塞など心血管病発症のリスクが高まると言われています※。CKDが進行すると、貧血、むくみ、息切れ、だるさ、夜間頻尿といった自覚症状があらわれるようになります。腎不全になると体内から老廃物を除去できなくなり、最終的には透析や腎臓移植が必要になります。

・末期腎不全

腎臓の働きが低下すると、本来尿として出るべき老廃物が体内にたまりま

す。進行速度や重症度、原因によってさまざまですが、尿の異常、部分的なむくみが症状としてあらわれ、高血圧になることもあります。末期状態になると、「尿毒症」となり、重篤な場合、全身がいれんなどの症状が出てきます。

※総合臨床2006.4 Vol.55、No.4より



腎臓の働き

- 老廃物(尿毒素)の排泄
- 血圧の調整
- エリスロポエチン(造血ホルモン)の分泌
- 体液量・イオンバランスの調節
- ビタミンDの活性化

腎不全になるとどうなる？

- 尿毒素による全身の倦怠感、疲労感、食欲低下、吐き気やおう吐、意識障害など
- 高血圧
- 貧血
- むくみ、肺水腫、アシドーシス(体に酸がたまる)、高カリウム血症、高リン血症
- 低カリウム血症、骨の量・質の低下

腎臓はある程度まで悪くなってしまうと、もとの正常な状態に回復することは難しいですが、生活習慣の改善や薬物治療により病気の進行を遅らせることが期待できます。

定期的に健康診断を受けることで、CKDの早期発見と予防に努めることが重要です。



細菌培養検査に使う透析液をベッドサイドの透析機器から採取している所 (全60台実施)

透析液の清浄化(きれいな透析液)

オンラインHDFは体内に大量の透析液を注入するため、よりクリーンな透析液でなければなりません。そのため水処理装置、透析液作成装置、透析液配管など最新の透析液浄化システムを導入しています。毎月、全台の水質検査をおこなうなど、透析液の厳重な管理をしています。



水処理装置の配管からもRO水を採取し水質検査を実施



細菌培養検査の一場面



手前2台の機械がA剤溶解装置、一番奥が水処理装置、中央2台の機械が供給装置



手前2台の機械がB剤溶解装置、一番奥がもう1台の水処理装置

バックアップシステム

各種装置の故障時用にバックアップシステムを備えています。

当院は免震構造のため、地震には強く設計されています。しかし、透析液が供給されなくなってしまう状況は地震だけに限りません。機械のトラブルでも起こる可能性があります。当院では供給装置を二台備えており、1システムで故障が生じた場合でも配管を組み替えて全てのコンソール(端末)に

4 透析センターについて 黒沢病院透析センターの特徴



透析センターでは全60台がすべてオンラインHDFに対応しています。

オンラインHDF (HDF: Hemodiafiltration)

当院では、超純粋透析液を使用したオンラインHDF(血液ろ過透析)をおこなっています

オンラインHDFは通常の血液透析(HD)に血液ろ過(HF)を合わせた治療法(HDF)で、透析液を補充液として使用するが特徴です。体内に大量の透析液を注入し、それと同量の除水をおこなうため、通常の血液透析だけでは除去が困難な物質を積極的に取り除くことができます。

・使用のメリット

オンラインHDFの治療効果として、さまざまなメリットが学会等で報告されています。

- 1 普通の透析で取り切れない老廃物の除去
- 2 透析中の血圧の安定
- 3 普段の血圧の安定
- 4 貧血の改善
- 5 食欲の改善

とくに関節痛、皮膚掻痒感、不眠、イライラ感、レストレスレッグ症候群、むずむず脚症候群、主に下肢に不快な症状を感じる病気などに対して有効であったと報告されています。

引用

※NPO法人 腎臓サポート協会 腎臓病なんでもサイト

※家族と考える慢性腎臓病サイト、腎援隊(じんえんたい)

※知ろう・ふせごう。慢性腎臓病

監修：一般社団法人 日本腎臓学会

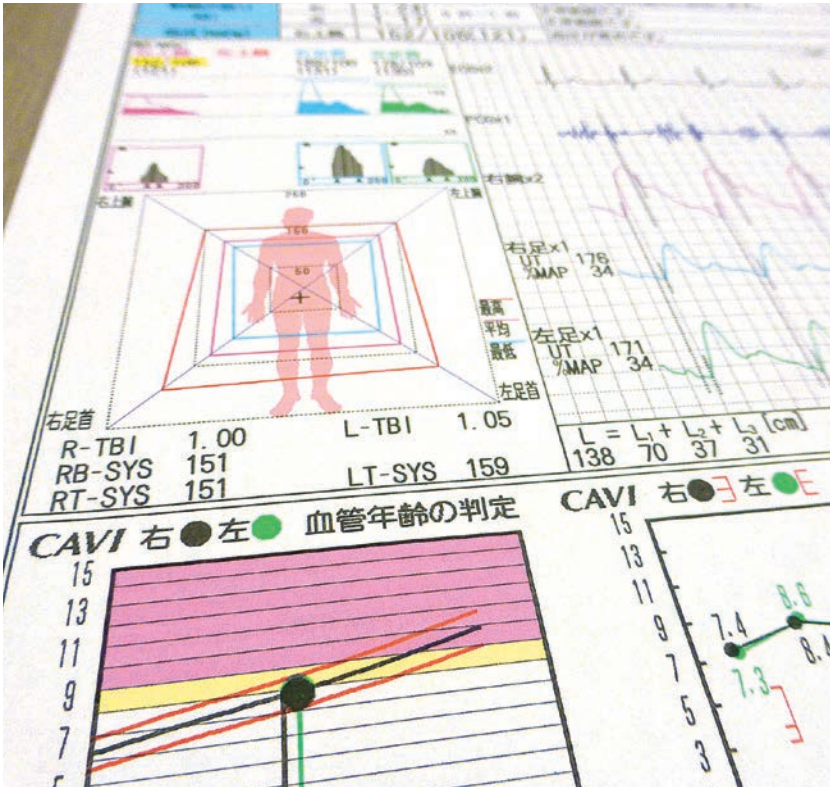
前理事長 松尾清一先生

※腎臓病といわれたらcom

監修：東海大学医学部腎内分泌代謝内科 教授 深川雅史先生

足病変の重症化予防（フットケア）

下肢切断となった場合、透析施設への通院が困難となるだけでなく、外出の頻度も減少します。このような状況にならないためには、患者さんの自己管理はもちろん、医療従事者による足の観察やフットケア、下肢の血流評価が重要となります。



下肢の血流評価として、脈波（ABI、TBI）検査をおこなったレポートです。
この検査によって、下肢動脈の狭窄（狭い）・閉塞（つまる）を評価しています。

管理栄養士による栄養指導

毎月、全患者さんを対象に、管理栄養士による栄養指導・栄養相談をおこなっています。
食事を希望される患者さんには、管理栄養士が必要な栄養素と水分をコントロールしたメニューを提供しています。このメニューは同フロアにある食堂で召し上がっていただけます。



管理栄養士による栄養指導・栄養相談の様子



全床無料の液晶TV装備

患者さんが快適な透析時間を過ごせるよう、透析室内の全ベッドに液晶テレビを設置しています。



透析中にベッドからテレビを見ています

無料送迎バス

患者さんやご家族さまの負担を減らし、送迎時の不安を解消するために無料送迎サービスをおこなっています（要相談）。

【対象】
自力で通院が困難かつ介護保険の対象でない方（ただし、一人で歩け、利用規約に同意いただいた方）。

【送迎区間】

指定場所（ご自宅の近くで車の通行・停車がしやすい場所）～病院前まで。
※ご自宅～指定場所、病院前～透析室まではご自身でお願いします。

※送迎地域、時間帯がございますので事前にお問い合わせください。



黒沢病院の無料送迎バス

新年会や旅行、お花見など

患者さん会「腎友会」では、新年会やお花見などをおこなっています。透析スタッフによる、透析治療についての勉強会も開催しています。

そのほかに毎年11月に、透析患者さん・ご家族と一緒にバス旅行へ出かけて交流を深めています。



腎友会のお花見にて：
患者さん同士で情報交換をおこなうと同時に決められたテーマに沿って勉強もしています。
これらの行事は開院以来40年間続けており、透析治療になっても思い出づくりできると喜ばれています。

国家資格の専門職

臨床工学技士って？

黒沢病院で所有している医療機器を日々点検し、安全に使用できるよう努めているのが医療機器管理担当です。その医療機器管理を担っているのが臨床工学技士です！

① 医療機器とは

医療現場では輸液ポンプや人工呼吸器、除細動器など、さまざまな機器を指します。
家庭で身近な体温計や血圧計も医療機器です。

② 点検・修理

医療機器の誤作動は、医療事故に直結します。誤作動を起こさないために日々の点検が重要です。
点検は、日常点検・定期点検・修理の三種類に分けられます。
日常点検では、毎日病棟を巡回して医療機器が正常に稼働しているかの確認や、使用後の医療機器の点検をします。次回使用時に医療機器が正常に稼働出来る状態にしておきます。
定期点検では、精度・バッテリー残量など、日常点検では点検しきれない

③ 教育訓練

当院では、教育訓練に特に力を入れており、医療機器の使用方法を定期的に看護師へ講義しています。これも臨床工学技士の役割です。
また、医療従事者だけでなく、新入職員全員にAEDの使用方法を講義しています。医療に携わる者としてAEDを使う場面に遭遇した時、臆することなく率先して人の命を助けてもらうためです。
毎年5月に開催している美心祭においてもAEDの展示や体験コーナーを実施しています。ぜひ足を運んでみてください。

③

②

①

ベッド数

60床

(うち2床は感染対策やご希望により個室での透析が可能)

診療時間

月～土曜日(3ケール)

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
I / 8:00～13:00	●	●	●	●	●	●	—
II / 12:00～17:00	●	●	●	●	●	●	—
III / 17:00～22:00	●	●	●	●	●	●	—

医療スタッフの現況

スタッフ数

(2018.3月時点)

医師(泌尿器科)	4名
看護師	5名
臨床工学技士	16名
臨床検査技師	4名
看護助手	4名

カンファレンスの様子

私たちは、患者さんの医療安全と治療効果を第一に考え、週3回の治療時間を快適にお過ごしいただけるよう努めております。
当院では臨時透析の受け入れもおこなっています。
旅行や出張・帰省などで透析治療が必要な際にはお気軽にお問合せください。

お問い合わせ

TEL:027-352-1166(代表)

担当:透析センター 黒田 / 地域医療連携センター

Casa de Verde KUROSAWA

介護付有料老人ホーム カーサ・デ・ヴェルデ 黒沢



上棟式

カーサ・デ・ヴェルデ 黒沢の工事も順調に進んでおり、平成30年2月20日に無事上棟を迎えることが出来ました。これも皆さまの暖かいご支援とご協力のおかげと感謝申し上げます。

今後皆さまが地域で安心して住まいいただけるよう努力してまいります。



上棟式で使用する仕上の1枚のPC板。理事長・副理事長・美心会スタッフ・設計者・施工者の名前が記載されています。



【事業主体】(医) 社団美心会 【建物所有】(医) 社団美心会 【土地所有】事業主体非所有賃貸借契約30年(平成28年契約)

カーサ・デ・ヴェルデ 黒沢の特徴

① 耐震性・耐火性・遮音性に優れた建物

カーサ・デ・ヴェルデ 黒沢は、P.C工法という建築手法を用いています。この工法は柱を必要とせず、壁が柱の代わりをするため、工期を短くすることもできます。昨年9月1日に着工したのですが、あつという間に外壁が出来上がりました。

コンクリート造りの壁は専用工場で作られるため、非常に高い品質を保っています。そのため遮音性、断熱性、耐火性能はもちろん、耐震性にも優れています。

② ペットと一緒に暮らす

カーサ・デ・ヴェルデ 黒沢は遮音性が優れているため、ペット(犬・猫)同伴入居が可能となりました。ペットは単なる愛玩動物ではなく、共に生活をしていく伴侶です。ご自身がペットの世話ができない場合でも、なるべく一緒にお過ごしいただけるようスタッフができる限りペットの世話をいたします。ペット同伴入居をご希望の方はご相談ください。

③ 入居一時金無料

カーサ・デ・ヴェルデ 黒沢では入居一時金をいただいております。先日も見学に来られた方から「入居一時金が無いのが良い。東京などではこの一時金が必要な施設が多く入居のネックになる」とコメントをいただきました。入居時の金銭的負担を減らすことにより、安心してお住まいいただける施設を目指しています。

自分らしく、そして安心して過ごせる生活の場を新たに考えるのも選択の一つではないでしょうか。



大成ユーレック(株)の川越工場の視察。実際に使用されるコンクリートを確認する黒澤理事長



WEST棟の3階南西からの眺め(浅間山方面を望む)

まずは体験！

VR体験コーナー



建物を見上げている所です。テレビ画面の建物が実際にゴーグルの中で見えています。

建築中のため、まだ内部を見ていただくことはできませんが、5月の美心祭では内部を見ていただく予定です。また現在、黒沢病院附属ヘルスパーククリニック外来受付前に施設内を模擬体験できるバーチャル(VR)体験コーナーを設置しています。既に多くの方に体験いただきました。

このVRを見ていただくことにより「実際にその場に居るかのような感覚」「本物のように実感できた」「臨場感がすごい」などの感想をいただいております。

未体験の方は、スタッフにお気軽にお声掛けいただき、ぜひご体験ください。

ただ今オープニングスタッフ募集中です！
詳細はホームページ「cvk.jp」をご覧ください。



運動と食事で Let's 健康 Life! 運動後に摂りたい理想の食事



ランニングや筋力トレーニングを一生懸命おこなっていても、その後の食事がおろそかでは、効果は半減してしまいます。今号は運動後に積極的に摂りたい理想の栄養素についてご紹介いたします。

トレーニング後はたんぱく質・糖質・ビタミン・ミネラルをしっかり摂取！

トレーニング後の体はエネルギーやアミノ酸、ビタミン、ミネラル類を消費しており、とても疲労している状態です。特にダイエット目的の場合、太りたくないという理由から「運動後にはサラダしか食べない!」という無理なダイエットをしている方も見受けられます。しかし、運動後には必要な栄養素をしっかりと補給しなければなりません。

糖質も必要

糖質もトレーニング後は不足しています。糖質が全くと筋肉合成がうまくできなったり、身体がだるくなったりと支障をきたします。そのため適度に補給することをお勧めします。最低でもたんぱく質摂取量と同程度の糖質が必要となります。(コンビニのおにぎり1個で糖質約30g)

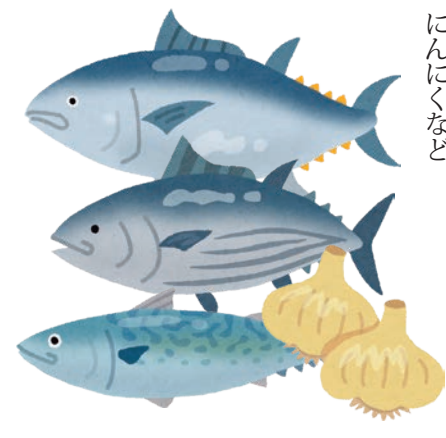
ビタミン・ミネラルも重要な栄養素

ビタミン・ミネラルは身体が正常に機能するための補助をしています。特に運動後にはこれらの栄養素も不足しがちになります。

ビタミンの中でも特にビタミンB6はたんぱく質の代謝に関係するビタミンです。ミネラルではナトリウム、カリウム、カルシウム、マグネシウムなどを運動後に消費しているのです。しっかりと補給しましょう。



▼ミネラルを多く含むおすすめ食品…わかめ・こんぶ・ひじき等の海藻類、牛乳・ヨーグルト・チーズなどの乳製品



▼ビタミンB6を含むおすすめ食品…まぐろ、かつお、さば、鶏ささみ、にんにくなど

まずはしっかりとたんぱく質を摂取

たんぱく質は様々な動きをする栄養素です。不足させずにしっかりと補給しましょう。

1日に必要なたんぱく質摂取量は(表1)の通りです。(推奨量を参照)

強度の高いトレーニングをしている人はこれよりも、さらに多くのたんぱく質が必要になります。
(例) 体重1kgあたり1日1.2g～1.5g
体重60kgの方なら72g～90g程度
1食は約25g～30g

(表1)	男 性		女 性	
	年齢	推奨量 (g/日)	推奨量 (g/日)	推奨量 (g/日)
	1～2歳	15	15	20
	3～5歳	20	20	25
	6～7歳	25	25	30
	8～9歳	35	30	40
	10～11歳	40	40	50
	12～14歳	50	45	55
	15～17歳	50	45	55
	18～29歳	50	40	50
	30～49歳	50	40	50
	50～69歳	50	40	50
	70歳以上	50	40	50

※出典:「日本人の食事摂取基準(2015年版)」(厚生労働省)

1食分に必要なたんぱく質食品の目安量 (約20gのタンパク質)

品目	鮭	マグロ(赤身)	納豆	豆腐	牛肩ロース	ベーコン
(タンパク質 20gの目安)						
摂取量	90g	90g	116g	303g	145g	155g
脂質	3.7g	3.7g	11.6g	12.6g	54.2g	60.6g
アドバイス	高タンパクで低脂肪の食材です。積極的に摂りたい食材です。		この食品だけでタンパク質を確保するのは難しいので、他の食材と一緒に摂取することで必要量を補いましょう。		ベーコンを主菜として食べることはお勧めしません。タンパク質20gを取るのに大量の摂取になりますし、脂質を60g以上摂取してしまいます。	

体をしっかり動かして、タンパク質を適切な摂取量摂取しましょう!





地域の皆さまが気軽に立ち寄れる場所へ ケアサポートセンターさとの花

(小規模多機能型居宅介護事業所)

ケアサポートセンターさとの花では、住み慣れた地域で可能な限り自立した日常生活を送ることができるよう、サービスを提供しています。

「通い」を中心として、短期間の「宿泊」や自宅への「訪問」サービスをニーズにより組合せ、日常生活の支援や機能訓練をおこなっています。定員を「通い」15名、「泊まり」9名と少人数にすることにより一人ひとりに寄り添った支援をおこなうことができ、安心してご利用いただくことができます。

また、群馬県が進めている「認知症相談窓口」も設置しており、毎月1〜2回さとの花茶屋も開催しています。お気軽にお越しください。



ケアサポートセンターさとの花の特徴

レクリエーション、特に屋外での活動に力を入れ、天気の良い日はできる限り出かけるようにしています。

庭には家庭菜園があり、一緒に育て収穫を楽しめます。

食事は「通い」でも朝食から夕食まで、あるいは夕方からの利用もでき、一人ひとりに合わせた柔軟なサービス提供が可能です。

まずは、お気軽にお問い合わせください

ケアサポートセンターさとの花
TEL: 027-321-3187

高崎市乗附町209-1
受付時間 / 9:00〜17:00
(年中無休)
担当 / まつむら

さとの花茶屋もやっています。
お気軽にお越しください。

ケアサポートセンターの1日

6:30	7:30	9:00	10:00	12:00	13:00	16:00	19:00
朝食	通常のお迎え	自由時間 天気の良い日は外出します	自由時間 入浴・休養・おしゃべり・外出・レクリエーションなど	昼食	自由時間	送り	

「宿泊」の方は起床
「通い」の方のお迎え開始

平成30年7月「グループホームさとの花」オープン予定 **入居者・スタッフ募集中**

地域医療連携センターよりお知らせ



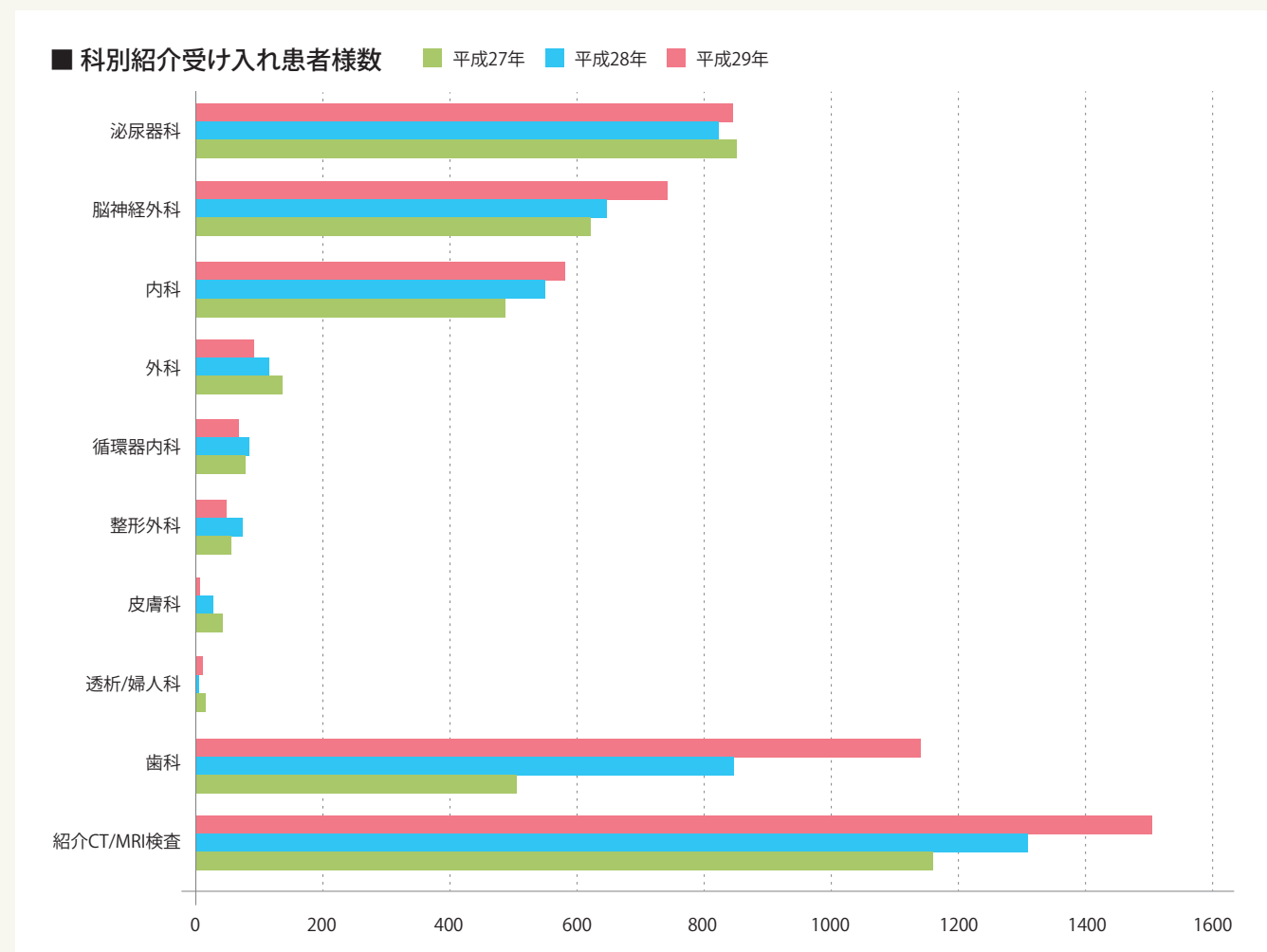
心臓用32チャンネルコイルを搭載した最新型MRI

**平成29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/MRI検査のご紹介、歯科・歯科口腔外科、および脳神経外科のご紹介を多くいただきました。

泌尿器科、内科などの診療科でも、引き続き多くのご紹介に対応できるよう努めてまいります。



- ・ センター長 大森重宏(黒沢病院副院長)
- ・ 部長 若林信久
- ・ 課長 佐藤貴雄
- ・ 外来連携 加庭博文
- ・ 連携事務 木村敦
- ・ 看護師 石井香織 小林有希 小林みゆき
- ・ 医療ソーシャルワーカー 目黒翔子 伊藤隆晃



地域医療連携センター職員

職員のご紹介

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3名の退院調整看護師が、皆さまのご相談に応じております。窓口は、黒沢病院1階総合受付にございます。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。

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。

泌尿器科 伊藤 一人 (イトウカズト)	泌尿器科 大木 亮 (オオキリョウ)	泌尿器科 古谷 洋介 (フルヤ ヨウスケ)
泌尿器科 関口 雄一 (セキグチ ユウイチ)	脳神経外科 上出 智也 (カミデトモヤ)	脳神経外科 米澤 あづさ (ヨネザワ アツサ)
外科 坂口 博美 (サカグチ ヒロミ)	外科 高塚 二郎 (タカツカ ジロウ)	麻酔科 久保 和宏 (クボ カズヒロ)

BISHIN
NEWS
&
TOPICS
ニュース&トピックス

最新の話題 & ビシンからのお知らせ

TOPICS 2 介護付有料老人ホームカーサ・デ・ヴェルデ黒沢 上棟式&餅まき

厳肅な雰囲気の中、上棟式がおこなわれました。山形から材料や味噌を取り寄せて作った本格的な芋煮もふるまわれ、上棟式終了後には地域の皆さまに感謝の気持ちを込めて餅まきを実施させていただきました。



NEWS 1 第26回 美心祭

5月27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。現在準備を進めておりますので、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

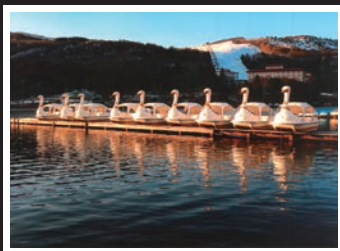
〒370-1203 高崎市矢中町188

黒沢病院附属 ヘルスパーククリニック内 総務部 企画推進課

■ 次回×切: 4月28日(土) (当日消印有効)



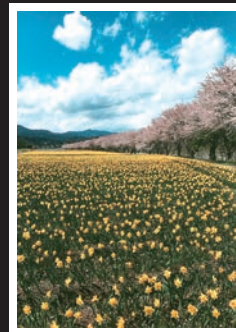
「春色」(山梨県富士市)
撮影: 大竹真由美 様



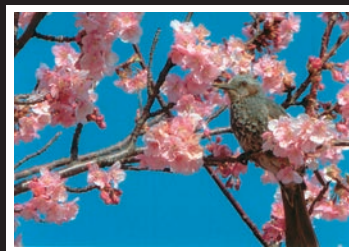
「春近し」(長野県)
撮影: 高橋恒吉 様



「春のヘルスパーククリニック」(高崎市)
撮影: 加瀬嘉明 様



「水仙と桜」(吾妻郡吾妻町)
撮影: 須田義治 様



「春に誘われて」(伊勢崎市)
撮影: 瀧澤利男 様

Nice
Shot

MINI GALLERY

「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す。
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。

黒沢病院 新院長 就任挨拶

新院長 伊藤 一人

この度、恩師であります山中英壽先生より引き継ぎ医療法人社団美心会 黒沢病院 院長・同 予防医学研究所 所長に就任いたしました。どうぞよろしくお願い申し上げます。

私は、1990年3月に群馬大学医学部を卒業後に、当時、山中英壽先生が主宰し、黒澤 功理事長が同門となる群馬大学泌尿器科学教室に入局いたしました。泌尿器科医を目指したのは、外科系と内科系の要素がバランス良く融合しているから、また山中先生が顧問であったバドミントン部の主将を務めていたこともあり、学生時代から目をかけていただいたという、医学生として本当にシンプルな発想からでした。

医師になり29年が経ちましたが、大学外の泌尿器科勤務の6年間、オランダ留学の1年間以外の22年間はずっと大学病院で勤務しております。泌尿器がん診療が専門で、大学病院では前立腺がん、膀胱がん、その他の悪性腫瘍の外来・手術を主に担当して参りました。診療での得意分野は、泌尿器腫瘍手術(開放・腹腔鏡手術)、



がん化学療法・薬物療法、泌尿器腫瘍放射線治療で、大学病院では難度の高い手術を多数担当してきました。これまでの経験を生かし、患者さんの視点に立った質の高い最新の医療が提供できるように切磋琢磨していきます。

旅行、音楽鑑賞、食べ歩きが好きで、「明るく・希望が持て、信頼される診療の提供」をモットーとしております。目の前の患者さんの人生を少しでも豊かに、そして医療の進歩に少しでも貢献できる、一人の医師・研究者でありたいという気持ちで、これからも常に診療・研究に邁進して参る所存です。慣れない職位なのでご迷惑をおかけすること多いかと思いますが、どうぞよろしく申し上げます。

プロフィール

【所持資格】

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
日本泌尿器内視鏡学会 泌尿器腹腔鏡技術認定医
米国泌尿器科学会会員/欧州泌尿器科学会会員/国際泌尿器科学会会員
日本透析医学会専門医
日本がん検診・診断学会 認定医
日本がん検診・診断学会 筆頭幹事・学術企画委員
日本泌尿器科学会評議員
日本泌尿器科学会誌・International Journal of Urology 編集幹事
European Urology 編集委員
International Journal of Clinical Oncology 編集委員
Japanese Journal of Clinical Oncology 編集委員
泌尿器科紀要編集委員
がん診療に関わる緩和ケア研修修了
医学博士

【略歴】

1990年 群馬大学医学部卒業
1998年 群馬大学医学部泌尿器科文部教官助手
2002年 オランダ王国エラスムスメディカルセンター泌尿器科研究員
2004年 群馬大学大学院医学系研究科泌尿器科講師
2005年 群馬大学大学院医学系研究科泌尿器病態学助教授
(名称改変: 泌尿器科学准教授)
2010年 米国カリフォルニア大学サンフランシスコ校泌尿器科Clinical observer
2018年4月 医療法人社団美心会 黒沢病院 院長・同 予防医学研究所 所長

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

※ 部分は月～金曜日の運行【土日祝日は運休】です。

黒沢病院→高崎駅方面 (群馬の森線) 健大先回り⑨

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



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	・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」) ・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」)

※「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	8:40	10:20	13:55	15:50	16:45
道の駅玉村宿	8:45	10:25	14:00	15:55	16:50
高崎松風園 森の木クリニック	8:50	10:30	14:05	16:00	16:55
昭和病院	8:52	10:32	14:07	16:02	16:57
高崎高等養護学校	↓	↓	↓	16:07	17:02
アビタ高崎店前	9:00	10:40	14:15	16:10	17:05
黒沢病院附属 ヘルスパーククリニック	9:05	10:45	14:20	16:15	17:10
アビタ高崎店前	↓	10:46	14:21	16:16	17:11
昭和病院	↓	10:56	14:31	↓	↓
高崎松風園 森の木クリニック	↓	10:58	14:33	↓	↓
道の駅玉村宿	9:13	11:03	14:38	16:24	17:19
玉村町役場	9:20	11:10	14:45	16:30	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

春は出会いと別れの季節でもありますね。いつだったか習った李白の詩「黄鹤楼送孟浩然之广陵」がふと思い出されます。

故人西辞黄鹤楼 烟花三月下扬州 孤帆远影碧空尽 唯见长江天际流

旅立つ友達を乗せた船を見送っていたが、どんどん船は小さくなり水平線に溶けるようになってしまった。もう二度と会えないかもしれないのに、こんなに寂しいのに、空はただ青くて、川はいつもと同じようにゆっくり流れていく。

この詩が詠まれたのが1300年も前だなんて思うとなおさら感慨深いものがあります(相)



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

美心会送迎車時刻表

黒沢病院送迎車時刻表 無料 / 日曜・祝日・年末年始(12/31～1/3)は運休となります

お気軽にご利用ください

(平成30年1月4日～)

中居団地先回り (送迎車循環マップ参照) ※倉賀野送迎直通便があります(倉賀野送迎時刻表をご確認ください)。

ヘルスパーク	⇒	中居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
8:30		8:34		8:36		8:38		-		8:41		8:43		8:46		8:50 倉賀野直通
10:30		10:34		10:36		10:38		10:43		10:46		10:48		10:51		10:55 倉賀野直通
12:30		12:34		12:36		12:38		12:43		12:46		12:48		12:51		12:55 倉賀野直通
14:30		14:34		14:36		14:38		14:43		14:46		14:48		14:51		14:55 倉賀野直通
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) ※17時台の運行はございません。

ヘルスパーク	⇒	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		15:43		15:49		15:51		15:52		15:55

黒沢病院→高崎駅東口 ※上中居(環状線)周辺にお住いの皆様もご利用ください。 高崎駅東口→黒沢病院

黒沢病院	⇒	ヘルスパーク	⇒	老健くろさわ	⇒	ラ・ヴィオラ 中居	⇒	セブナイレブ	⇒	(到着)	高崎駅 東口	(出発)	⇒	シュマート前	⇒	ラ・ヴィオラ 中居	⇒	老健くろさわ	⇒	ヘルスパーク 黒沢病院
9:00		9:05		9:12		9:16		9:21		9:26		9:30		9:36		9:41		9:45		9:50
10:00		10:05		10:12		10:16		10:21		10:26		10:30		10:36		10:41		10:45		10:50
11:00		11:05		11:12		11:16		11:21		11:26		11:30		11:36		11:41		11:45		11:50
12:00		12:05		12:12		12:16		—		12:26		12:30		12:36		12:41		12:45		12:50
13:00		13:05		13:12		13:16		13:21		13:26		13:30		13:36		13:41		13:45		13:50
14:00		14:05		14:12		14:16		14:21		14:26		14:30		14:36		14:41		14:45		14:50
15:00		15:05		15:12		15:16		15:21		15:26		15:30		15:36		15:41		15:45		15:50

※送迎時間を変更し、増便しました。

ヘルスパーク	⇒	セブナイレブ	⇒	倉賀野駅南口	⇒	倉賀野神社	⇒	アイケイ薬局	⇒	セブナイレブ	⇒	ヘルスパーク
8:50		8:57		9:03		9:07		9:10		9:14		9:20
10:55		11:02		11:08		11:12		11:15		11:19		11:25
12:55		13:02		13:08		13:12		13:15		13:19		13:25
14:55		15:02		15:08		15:12		15:15		15:19		15:25

黒沢病院	⇒	ヘルスパーク	⇒	老健くろさわ	⇒	高崎駅西口	⇒	シェステさとの花	⇒	(市役所前)	⇒	高崎駅西口	⇒	老健くろさわ	⇒	ヘルスパーク 黒沢病院
10:00		10:05		10:10		乗換										
-		-		10:15		-		10:35		10:45		10:48		11:10		11:15
14:00		14:05		14:10		乗換										
-		-		14:15		14:30		14:40		14:50		15:00		15:15		15:20

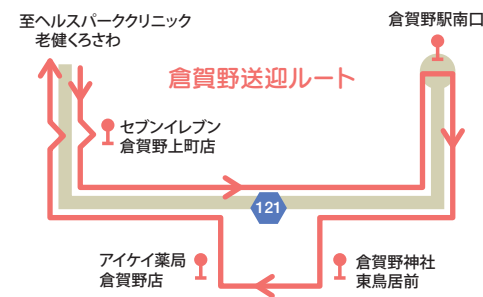
※送迎時間が変更になりました。 ※高崎市街地を通るルートに変更しました。

※黒沢病院・ヘルスパークからお乗りになる方は、駅送迎に乗りし「老健くろさわ」でお乗り換えください。 交通事情により遅れる場合がございます。

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

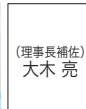
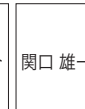
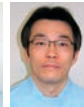
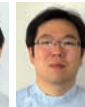
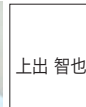
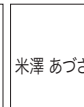
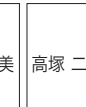
Tel.027-352-1111

平成30年4月1日(日)～

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・伊藤・曲	曲 大木/古谷	黒澤・小倉	小倉・関口	伊藤・曲・大木	黒澤・伊藤 小倉/曲
	午後	小倉 【排尿機能】曲 予約制	黒澤	伊藤 (古谷)	小倉	曲	古谷
脳神経外科 (脳卒中)	午前	中島	中島	中島 米澤	中島 大森	中島	小倉丈 大森(10:00～11:30)
	午後	大森	武山	脳神経外科医師	上出	栗田/大森	脳神経外科医師
外科	午前	田口	高塚 【乳腺】栗原 【呼吸器】清水(11:30まで)	坂口	高塚 【乳腺】菊地(11:30まで)	田口 坂口	高塚
	午後	栗原 高塚	【乳腺】遠藤敬 予約制 坂口	高塚	坂口	栗原 第1.3 高塚	栗原
内科	午前	【循環器】佐藤裕 矢島 松本	石井 浅香 【循環器】直田(12:00まで)	佐藤裕(11:00まで) 【肝臓】矢島 太田 錦戸(11:30まで)	【循環器】佐藤裕 石井 松本	町田 予約制 【循環器】静(11:30まで) 太田(12:00まで)	【循環器】佐藤裕 矢島 松本 浅香(健診終了後)
	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 上野	【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 中島 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	高塚・錦戸 小林・太田・蔵屋敷 内視鏡医師	小林・太田 新井・坂口 今井 内視鏡医師(2名)	小林・今井 蔵屋敷・三浦・須賀 内視鏡医師	小林・植原 山崎・岩松 太田・上野	小林・浅香 上野・綿貫 緒方・高塚・吉田	小林・坂口・今井 内視鏡医師(4名)
	午後・ESD	太田・上野	—	太田	太田・錦戸	太田	—
	午後・大腸	小林	小林・上野	太田・浅香(17:30まで)	小林	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						歯科・歯科口腔外科		婦人科	麻酔科	
肝臓外来	矢島											
		(理事長) 黒澤 功	(黒沢病院 院長) 伊藤 一人	小倉 治之		曲 友弘			小林 充典	河内 奈穂子	浅野目 和広	
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												
												
		(ヘルス・パーククリニック 院長) 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	上野 亜矢		
脳神経外科						外 科						
												
		大森 重宏	小倉 丈司	中島 まゆ	上出 智也	米澤 あづさ	藤井 孝尚	田口 正毅	栗原 昭昌	小林 勇治	坂口 博美	高塚 二郎

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30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