

健康情報誌

# BISHIN

ビ  
シ  
ン

TAKE FREE

ご自由  
にお持  
ください

季刊

2025 Vol.153

夏号

Features | 特集 |

## 新しい 前立腺肥大症手術

AQUA BEAMロボットシステムによる  
アクアブレーション治療

“今”すっきりしたいあなたへ  
短期集中ダイエットプログラム BISHIN22

【理事長あいさつ】

座りすぎていませんか？

座りすぎは万病の素



### 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を「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

ISO9001:2015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

健康経営優良法人2025 ホワイト500

美心会

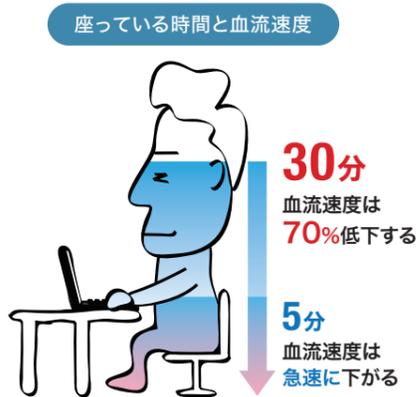
検索

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

## 座りすぎは万病の素

WHO(世界保健機関)は2011年に「座って動かない生活は肥満や糖尿病、高血圧、がんなどの病気を誘発し、世界で年間200万人の死因になっている」というデータを公表しました。また、ブラジルサンパウロ大学の研究者からは、世界中で年間43万人以上が、座り過ぎが原因で死んでいるとの報告がありました。このような結果を受け、オーストラリアでは国を挙げて座り過ぎ防止キャンペーンをおこなっています。

座り過ぎとは30分以上連続して座ることです。座り過ぎると血流が悪くなり、体調不良の原因となります。



酸素や栄養は血液によって体のすみずみまで運ばれ、また老廃物も血液によって回収されています。長時間座った状態で足の筋肉が動かない場合、血流が悪くなり血液循環のリズムが乱れます。同様の生活習慣が長期にわたれば、血管が詰まりやすくなり、高血圧や動脈硬化が進行し、心筋梗塞や狭心症、脳梗塞のリスクが高まります。

つまり、座っている時間を身体活動の時間に置き換えることができれば、あらゆる病気のリスク軽減につながります。そして、歩くことが病気の予防改善になり、病気のリスクを10分の1に減らせるとの研究結果も出ています。この研究は群馬県中之条町の5000人を15年以上研究したものです(P3表参照)。

今日から昼間は座る時間は最小限にし、足を動かしたり、歩ける人は歩きましょう。私も一日二万歩を歩くように頑張っています。



医療法人社団美心会  
理事長 黒澤 功

## BISHIN 歳時記

4月

1 火

入職式  
於：黒沢病院7F 美心ホール  
本年度は46名の新入職員を迎えました。



15 火

新入職員歓迎  
美心会グループ合同研修会  
群馬交響楽団コンサート  
於：高崎芸術劇場 大劇場



**schedule**  
スケジュール

日曜ドック

- 7月6日(日)
- 8月24日(日)
- 9月7日(日)

理事長 黒澤功の  
ふれあいエッセイ

### 花言葉

詩人で画家の星野富弘さんは1946年生まれで、1970年に教師となり新任教師として高崎市の中学校でクラブ活動を指導中に頸髄を損傷し、首から下の身体機能を失い、群馬大学医学部附属病院で約9年間入院生活をおくりました。

私が泌尿器科の主治医として彼に会った時は、まだ群馬大学医学部附属病院に入院中でお母さんが常に面倒をみていました。ご本人はもちろんですが、お母さんの強さに私は驚きました。常に息子を励まし、甘やかさなかったのです。お母さんの力強い努力と励まして、筆を口にくわえて詩や絵

画を創作するようになりました。私が一番好きな星野富弘さんの詩は

ふと誰かが  
見ているような気がして  
くるま椅子をまわすと  
そこに  
小さな花が咲いていた

です。

私は星野富弘さんとお母さんの一日一日を今でも思い出すと、その厳しい教育を尊敬すると共に、励ますという医師の原点を教えてくださいたいことに感謝しています。

## 1年の1日平均の身体活動からわかる 予防基準一覧

歩数	中強度の活動時間	予防できる病気
2000歩	0分	寝たきり
4000歩	5分	うつ病
5000歩	7.5分	要支援・要介護、認知症、心疾患、脳卒中
7000歩	15分	がん、動脈硬化、骨粗しょう症、骨折
7500歩	17.5分	筋減少症、体力の低下
<b>8000歩</b>	<b>20分</b>	<b>高血圧、糖尿病、脂質異常症、メタボ(75歳以上)</b>
9000歩	25分	高血圧(正常高値血圧)、高血糖
10000歩	30分	メタボリックシンドローム(75歳未満)
12000歩	40分	肥満

12000歩以上(うち中強度の活動が40分)の運動は、健康を害することも…

健康維持・増進、健康寿命の延伸には、1年の1日平均歩数が8,000歩以上で、その内、その人にとっての中強度活動(速歩きなど)時間が20分以上含まれていることが良いと言われています。

【出典】地方独立行政法人東京都健康長寿医療センター 運動科学研究室長 青柳幸利

※協力：株式会社健康長寿研究所 <http://kenju-jp.com/>

【参考】WHO身体活動・座位行動 ガイドライン

# 新しい 前立腺肥大症手術

AQUA BEAMロボットシステム (PROCEPT社)  
によるアクアブレーション治療を導入

医療法人社団美心会 黒沢病院  
理事長補佐 兼 透析センター長  
大木 亮

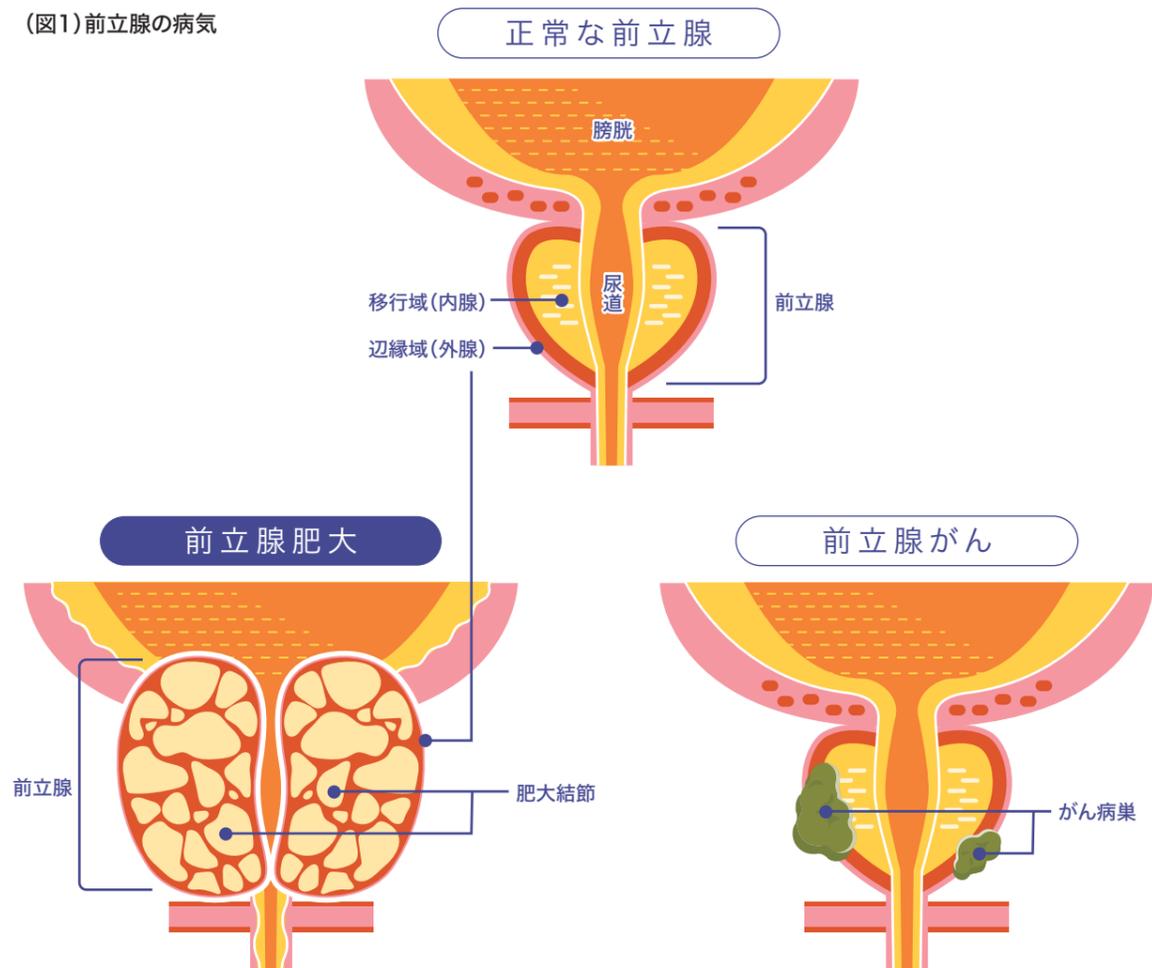


## まず初めに 前立腺の病気とは？

前立腺は膀胱の下にあるクルミ大の器官で、精液の一部となる前立腺液を分泌し、精子の運動・保護に関与しています。前立腺には内腺と外腺があり、内腺が肥大化する良性の病気が前立腺肥大症、主に外腺にできやすい悪性の病気が前立腺がんです(図1)。50歳以上になると徐々に前立腺肥大がみられ、約25%の方に頻尿、排尿困難、尿意切迫感などの排尿症状がみられます。

薬物療法が主体ですが、効果が十分でない場合は手術を選択されることがあり、高齢化に伴い増加する疾患であると予想されています。

(図1)前立腺の病気



新導入  
ロボットシステム

AQUABEAM®  
— ROBOTIC SYSTEM —

AQUABEAM ロボットシステムは、前立腺肥大症(BPH)によるLUTS(下部尿路症状)治療のために薬事承認された、自動で組織切除をおこなう超音波画像ガイド手術ロボットです。

一体型膀胱鏡と術中超音波を独自に融合させたリアルタイム多次元画像

ロボットによる自動切除により正確かつ短時間で手術を実施

独自の加熱不要ウォータージェットにより、不可逆的な合併症の発生率が低く、正確な組織切除が可能



■ AQUABEAM ハンドピース

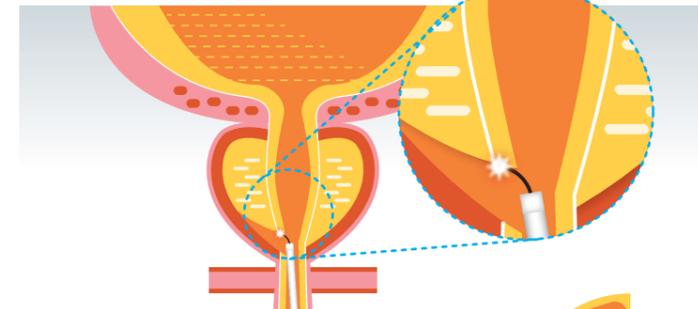
- ・滅菌済み Disposable Handpiece が、AQUABEAM スコープとシームレスに一体化
- ・24Fr のステンレス製でイリゲーション流入孔があるため、導入が容易
- ・アスピレーション機能を内蔵し、連続的な液量調節が可能

■ AQUABEAM スコープ

- ・管腔、ポート、オープンチャンネルを持たない再利用可能な光ファイバースコープ
- ・一般的な膀胱鏡用イメージングシステムに対応

従来法

(図2) HoLEP(ホルミウムレーザー前立腺核出術)



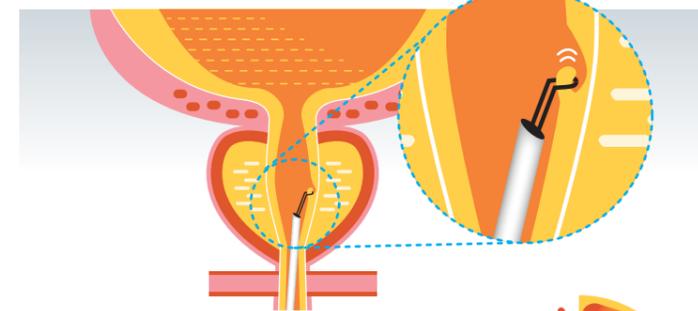
内視鏡を尿道から挿入して、レーザーファイバーを内腺と外腺の境目にあてる。先端から出るレーザービーム光で、内腺をくり抜く。

ミカンに例えると

果実を皮から剥がすように切除する。果実の中に一部しか入り込まないので、出血は少ない。



(図3) TUR-P(経尿道的前立腺切除術)



内視鏡を尿道から挿入して、電気メスで尿道から前立腺の組織を少しずつ切り取る。

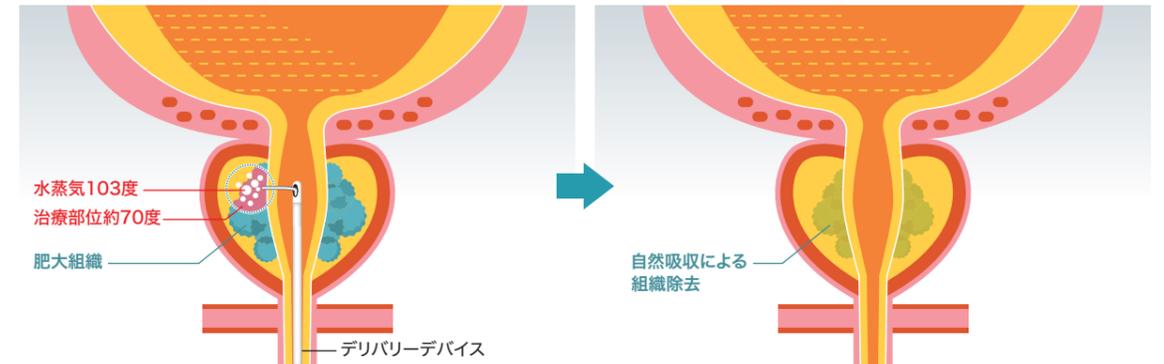
ミカンに例えると

果実の部分に直接切り込んで切除するので、果汁が多くなるため、出血が多い



(図4) WAVE(経尿道的水蒸気治療)

水蒸気の熱を利用して前立腺を退縮させる治療方法。



当院ではこれまで前立腺肥大症の手術として、内視鏡を用いたホルミウムレーザー前立腺核出術(HoLEP)(図2)、経尿道的前立腺切除術(TUR-P)(図3)、経尿道的水蒸気治療(WAVE)(図4)をおこなってきました。いずれも合併症の発生は少なく、治療成績も良好ですが、今回新しい治療法として手術用ロボットシステム「AQUABEAM」ロボットシステムを導入いたしました。(P7)

# アクアブレーション治療

水のかでロボットが前立腺を自動切除します！

手術用ロボットシステム「AQUABEAM ロボットシステム」を用いておこなうアクアブレーション治療は、2023年6月1日に日本で保険適応が認められた新しい手術法で、生理食塩水による高速の水噴射（ウォータージェット）を用いて前立腺を切除する前立腺肥大症手術の一つです。2025年5月時点で日本に12台しか導入されておらず、群馬県では初の導入になります。この手術は全身麻酔でこない、術者が経直腸的超音波画像を用いて性能や尿失禁を制御する解剖を保ちながら、前立腺の切除範囲をマッピングして決定し、STARTボタンを押すとロボットシステムが自動で前立腺切除をいたします(図5)。

## 入院期間

入院期間は4泊5日で、手術時間は1時間程度と従来の手術よりも短く、出血も少ないため、体への負担に配慮した治療法といえます。大きな前立腺に対しても従来の術式と同等の治療効果が得られ、また熱源を用いないため神経の温存が見込め性能の維持ができ、逆行性射精が少ないとされています。左記にアクアブレーション手術の適応と適応外をお示しします。ご興味のある方がいらっしゃいましたら、当院泌尿器科外来へご相談ください。

### アクアブレーション治療の適応

- ・前立腺肥大症に伴う下部尿路機能障害を呈する患者
- ・前立腺体積50ml以上の患者で手術時間が長くなることが予想され、患者へのリスクが増加する場合

### アクアブレーション治療の適応外

- ・尿路または全身性の活動性感染症患者
- ・周術期に抗凝固薬または抗血小板薬を中止できない患者
- ・前立腺がんの確定患者または疑いのある患者

## 【担当医プロフィール】



医療法人社団美心会 黒沢病院  
理事長補佐 兼 透析センター長

大木 亮

#### 【出身大学】

岩手医科大学医学部(平成19年卒)

#### 【指導医・専門医・認定医】

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

日本内分泌学会内分泌代謝科(泌尿器科)専門医

日本透析医学会専門医

臨床研修指導医

日本泌尿器科学会・日本泌尿器内視鏡・ロボティクス学会 泌尿器腹腔鏡技術認定医

日本内視鏡外科学会 腹腔鏡技術認定医

日本腎代替療法医療専門職推進協会認定 腎代替療法専門指導士

日本がん検診・診断学会 がん検診認定医

日本医師会認定産業医

医学博士

#### 【略歴】

2007年、岩手医科大学医学部を卒業後、泌尿器科学を専攻し、群馬大学泌尿器科に入学。富岡総合病院、足利赤十字病院、桐生厚生病院をはじめ県内外の医療機関での勤務を経て2018年より黒沢病院勤務。理事長補佐、透析センター長として現在に至る。

## 【泌尿器科診療体制】

	月	火	水	木	金	土
午前	黒澤 伊藤 大木	曲 泌尿器科医師	黒澤 小倉 大木	小倉 曲 野村	伊藤 古谷	伊藤 曲/小南
午後	小南 曲 (排尿機能)予約制	曲	伊藤 古谷	曲	小南	古谷/大木

※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。 ※/はどちらかの医師です。

■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**

(図5)

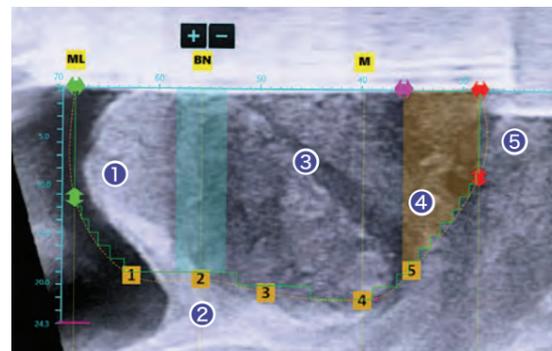
### 1. リアルタイム画像誘導

術中の超音波画像と膀胱鏡を組み合わせることで、治療部位を多角的に把握。



### 2. 個別化治療計画

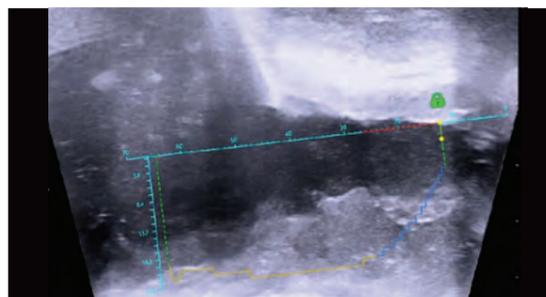
高度な計画ソフトウェアにより、医師は保存する組織と切除する組織を特定し、治療輪郭を描くことができる。



①中葉 ②膀胱頸部 ③側葉 ④精丘 ⑤外括約筋

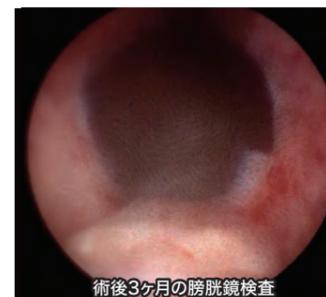
### 3. 自動化されたロボットによる操作

治療計画に沿ってウォータージェットをロボットが操作することで、標準化された治療成績と手術経験が得られる。



### 4. 加熱不要ウォータージェットによる切除

加熱不要ウォータージェットで前立腺組織を高精度に切除し、周辺組織への熱による損傷を最小限に抑える。



術後3ヶ月の膀胱鏡検査

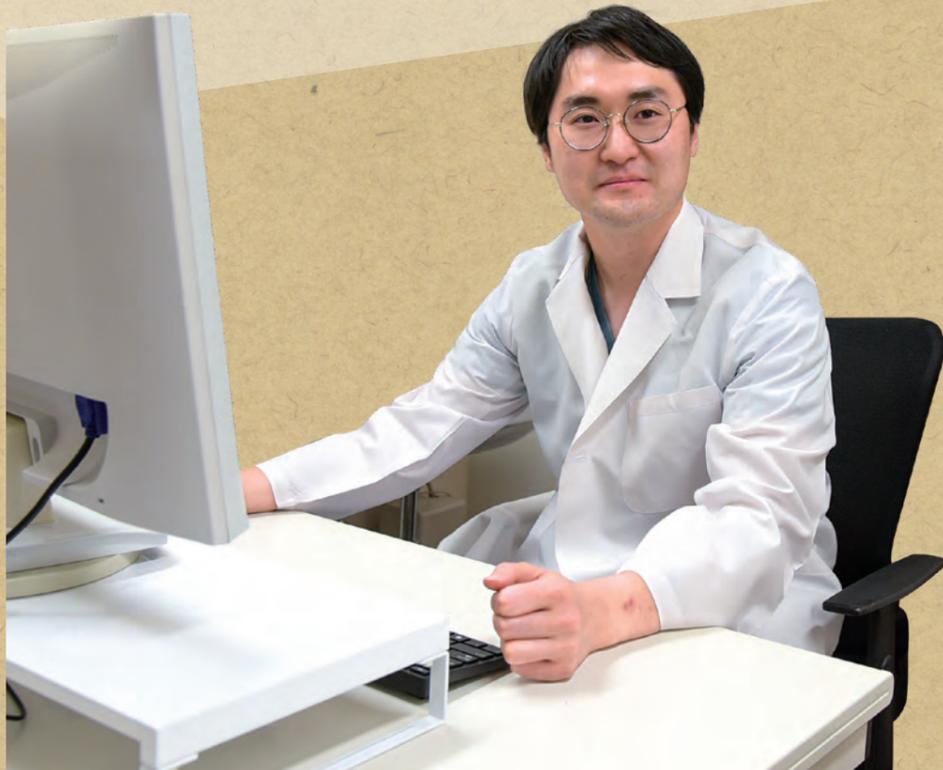


## 泌尿器科医師 小南 次郎

(こみなみ じろう)

私は生まれてから高校、浪人生活までを愛知県で過ごしました。大学は琉球大学に入学し、6年間を沖縄県で過ごしました。群馬県には大学を卒業して初期研修の時に来ました。初期研修医を修了してからは群馬大学、足利赤十字病院、富岡総合病院、善衆会病院、前橋赤十字病院を経て今年度より黒沢病院で勤務させていただいております。

# Doctor Introduction



## 黒沢病院で最先端技術に触れ

### 医師としての実力をより伸ばす

初めまして、本年4月より黒沢病院泌尿器科に勤務させていただいております。小南次郎と申します。

私が泌尿器科を選択したきっかけは、浪人時代に経験した尿管結石です。激痛だったのを覚えております。当時医学的知識が無かった私にとって発症した時の痛みは「今日、ここで死ぬのかな」と思う程度でした。また、学生時代の泌尿器科実習で担当させていただいた患者さんが尿道形成術というのを受けており、泌尿器科のカバーする範囲の幅広さに魅力を感じると共に、尿道形成術そのものや尿路再建術にも興味を持ちました。泌尿器科医になった当初は尿路再建術・尿管結石治療などを自分の得意とする分野としようと考えておりましたが、色々な病院で勤務するうちに各々の病院で様々な疾患、それに対する治療法などに触れることが出来、今では他の様々な疾患にも興味を持って診療することができています。

泌尿器科疾患は癌・排尿障害・感染症・結石・透析など本当に多岐にわたります。黒沢病院ではがんに対するロボット支援手術、前立腺肥大症に対するアクアブレーションやレーザー核出術などを始め様々な外科的治療に関して群馬県内で最先端の治療をいち早く取り入れております。また排尿障害に関しても尿失禁治療・過活動膀胱の治療など最先端の検査・治療しており、尿管結石治療に関しても群馬県内でも有数の治療経験と実績があるかと思えます。

ここ黒沢病院で多岐にわたる疾患、最先端の治療に触れることで医師としての実力をより伸ばしたいと考えております。また、自分の泌尿器科医としての強みのひとは尿管結石の患者さんの痛み・気持ちいなることだと思っております。尿管結石治療に関しても黒沢病院で沢山経験を積み、結石で苦しむ患者さんに最適な治療を提案してお役に立てれば幸いです。今後とも何卒よろしくお願いたします。

### 新任ドクター 紹介

# New

## 女性特有の症状など

### 安心して相談できる診療環境を作る

2025年4月より泌尿器科に赴任いたしました野村恵と申します。5年前に群馬県に戻ってきて、黒沢病院に赴任する前の5年間は群馬大病院で勤務していました。

今後の泌尿器科の診療の中では女性特有の排尿障害、過活動膀胱、尿失禁、骨盤臓器脱、繰り返す膀胱炎などの診療に幅広く対応していけたらと考えております。少し人には話にくいデリケートな症状に対しても、今まで自分自身が女性として経験してきた視点や丁寧なコミュニケーションを通して、プライバシーに配慮した安心してご相談いただける診療環境を大切にしていこう所存です。

最近では閉経関連泌尿生殖器症候群に興味を持って診療にあたっております。(加齢に伴いエストロゲンの減少によって陰部不快感や頻尿、尿失禁、再発性膀胱炎などさまざまな泌尿器科の症状が引き起こされるという概念です。)

更年期以降は心や体にさまざまな変化が訪れる時期ですが、これからの人生をより豊かに楽しむための大切なステップです。まだまだ華やかに輝ける時期であるからこそ、不調や違和感を我慢せず受診していただき、適切な医療で支えていけたらと考えております。治療に苦慮する症例がございましたらご紹介いたしますと幸いです。女性泌尿器科だけではなく、もちろん男性の患者さんの受診も歓迎しております。

黒沢病院ではアクアブレーションの導入やロボット支援手術、排尿障害などに対して県内でも最先端の外科的治療を取り揃えております。当院の泌尿器科の先生方は各分野のスペシャリストの方ばかりですので、私もたくさんのごとを勉強させてもらいながら精進してまいります。今後ともよろしくお願いたします。



## 泌尿器科医師 野村 恵

(のむら めぐみ)

群馬県前橋市で生まれ育ち、高校は前橋女子高校を卒業しております。小さい頃から水泳を続けていたのでマリンスポーツが可能な宮崎大学医学部に入学し、初期研修は群馬に戻り伊勢崎市民病院で研修させていただきました。後期研修は北里大学の泌尿器科医局に所属し、大学院にて博士課程を修了しております。





## VRCTトレーニングの特徴

VRCTトレーニングでは成長ホルモンなどの生理活性物質が分泌されるため、軽負荷・短時間で効果的なトレーニングができるのが特徴です。成長ホルモンには骨や筋肉の成長を促進させたり、体脂肪(特に内臓脂肪)を減少させる効果があります。

## BISHIN22プレミアム 体験談

体験者 Aさん：年齢：44歳 身長：159cm 実施期間：2ヶ月

**-7.7kg**  
ダイエット成功!

	Before	After	結果
体重	79.0 kg	71.3 kg	-7.7 kg
体脂肪率	34.5 %	27.3 %	-7.2 %
内脂肪	68.9 cm <sup>3</sup>	49.2 cm <sup>3</sup>	-19.7 cm <sup>3</sup>
皮下脂肪	267.5 cm <sup>3</sup>	209.2 cm <sup>3</sup>	-58.3 cm <sup>3</sup>
二の腕	35.5 cm	33 cm	-2.5 cm
腹囲	92.4 cm	86.2 cm	-6.2 cm
ヒップ	110 cm	104.6 cm	-5.4 cm
太もも	66.4 cm	64.5 cm	-1.9 cm

正面

側面

背面



### Aさんコメント

子供の卒業式・入学式を控え、ダイエットしたいと考えていた時に、ヴァレオプロのホームページで実際にダイエットプログラムをおこなった方の記録を見かけ『自分もこんな風になりたい』と思ったのがきっかけです。痩せてきれいに洋服を着ることを目標に頑張りました！ダイエット成功の決め手は食事内容と食べ方の見直しです。管理栄養士さんから、具体的なアドバイスをもらいました。また体を動かすことを習慣化するため、毎日少しでも身体を動かすよう意識していました。プログラム終了後に以前着ていた服を着たら、ぶかぶかになっていたのが驚きました。新しい洋服を買いに行くのが楽しみです！

Medical Fitness & Spa  
**ValeoPro**  
ヴァレオプロ

お問合せ  
**TEL.027-350-1177**  
〒370-1203 群馬県高崎市矢中町188  
ヘルスパーククリニック2F

休館日 第1・第3金曜日  
年末年始・保守点検日(年3回) 他  
営業時間 9:25~22:30  
(土は21:00、日祝は19:00閉館)  
※最終入館は営業終了30分前まで

# “今”すっきりしたいあなたへ

## 短期集中ダイエットプログラム

# BISHIN22

BISHIN22とは健康と美をサポートするボディメイキングプログラムです。体重が落ちると一見『痩せた』と感じます。しかし実際には筋肉が落ちただけ…といったこともあります。ValeoProでは“見せかけの痩せ”ではなく、“本当の意味の痩せ”を目指してサポートいたします。

### BISHIN22 プレミアム

期間：**2ヶ月**

価格：**132,110円**

医療と運動、そして美容の3方面からアプローチ。  
代謝アップや、体脂肪の効率よい燃焼、さらには気になる部分の集中的なケアを目指す美容特化型のプログラムです。

#### STEP 1

各種検査、計測（ファットスキャン、血液検査、  
体組成測定、動脈硬化検査、骨密度検査）

#### STEP 2

①管理栄養士のカウンセリング(4回)  
スタンダードに準ずる  
②専門知識を持つトレーナーのマンツーマントレーニング

##### ▶VRCT骨盤矯正(2回)

トレーニング内容はスタンダードと同様

##### ▶VRCT骨盤駆血(2回)

カフを身体に巻き付けて加圧します。加圧した状態で簡単な動作をおこない、血流促進および体質改善を目指します。

##### ▶VRCTトレーニング(8回)

四肢の基部にカフを巻くことで静脈を制限し、四肢の筋肉に血液をためてトレーニングを実施します。

##### ▶パーソナルストレッチ(4回)

トレーニング内容はスタンダードと同様

#### ③ボディエステ(4回)

ハンドマッサージとセルライトケアに特化したエステマシンを使用し、代謝向上を目指します。

#### STEP 3

各種検査、計測、総評  
再度各種検査、計測を実施し、それらの結果をもとに総評をおこないます。

更に…キネシスセルフトレーニング(最大8回)をおこなっていただけます。

プログラム期間中は、当館ジムエリア、入浴施設もご利用いただけます。

### BISHIN22 スタンダード

期間：**3ヶ月**

価格：**82,610円**

医療と運動の2方面からアプローチ。  
健康的な身体づくりをおこなうプログラムです。身体の内側から綺麗になることを目指します。

#### STEP 1

各種検査、計測（ファットスキャン、血液検査、  
体組成測定、動脈硬化検査、骨密度検査）

#### STEP 2

①管理栄養士のカウンセリング(6回)  
管理栄養士が現在の食生活を確認いたします。無理な食事制限ではなく、みなさまのライフスタイルに合わせて食事をコントロールいたします。

②専門知識を持つトレーナーのマンツーマントレーニング

##### ▶VRCT骨盤矯正(3回)

カフを骨盤に巻き付けて加圧します。適切な圧力を加えた状態で骨盤を軽く動かすことで、骨盤を正しい位置に調整します。骨盤が整うと、運動効率が向上し、脂肪燃焼効率も上がります。

##### ▶パーソナルトレーニング(9回)

「キネシス」というテクノジム社製のマシンを使用したトレーニング。筋力だけでなくバランス感覚や柔軟性など、身体機能全体の向上が期待できます。

##### ▶パーソナルストレッチ(4回)

筋肉のハリの改善や柔軟性の向上、疲労回復に効果的。怪我の防止や、痩せやすい体づくりを目指します。

#### STEP 3

各種検査、計測、総評  
再度各種検査、計測を実施し、それらの結果をもとに総評をおこないます。

この他にも…ご希望により医師面談やキネシスセルフトレーニング(最大12回)が可能です。

# 特別養護老人ホーム シェステさとの花

「最高の福祉サービスによる心安らく生活の提供」の実現  
 介護度が高く自宅での生活が難しい方でも、専門スタッフの介護を受けながら、  
 安心してその人らしい生活をお送りいただけます。

- 入居条件:介護度3~5の方
- 定員:50名
- 入居利用費例:30日あたり  
 (介護保険料、居住費、食費含む)
- ・要介護4 介護保険2割負担の方  
 約15万4千円
- ・要介護4 介護保険1割負担の方  
 約12万1千円
- ・要介護4 介護保険1割負担、  
 限度額認定3②の方 約8万7千円
- ・要介護4 介護保険2割負担、  
 限度額認定3①の方 約6万6千円



新たな  
取り組み

## 「群馬県介護テクノロジー導入モデル事業」

2024年度、県内の3事業所のみが選ばれる「群馬県介護テクノロジーモデル事業」にさとの花が選定されました。2025年2月より見守り機器やインカムを導入し、介護記録ソフトおよびナースコールとの連動を始めました。また、自動体位交換マットレスを導入し、最適な介護環境を整えました。生産性向上による業務改善、介護サービスの質向上を目指します。



## 入居者さま・ご家族さまインタビュー



**Kさま**  
 R5年11月25日入所  
 さとの花は建物が立派です。雰囲気が良いですね。特に食事が美味しく、毎食満足しています。職員も親切ですね。



**Oさまより**  
 夫は入居前、温泉やパチンコに行って自由に過ごしていました。さとの花に入居してからメリハリのある生活が来ているようで安心しています。さとの花は設立して20年以上経っているようですが、建物は綺麗だと感じています。誕生日には一緒に食事ができ、美味しいので私も楽しみにしています。自分の体調のこともあり頻繁には行けないのですが、月に数回の面会を楽しみにしています。お互いに元気が一番なので、今後ともよろしく願っています。

お問合せ 特別養護老人ホーム シェステさとの花  
 〒370-0867 高崎市乗附町208 担当:ぬてじま

TEL.027-321-2000



# サービス付き高齢者向け住宅 ラ・ヴィオラ中居

ラ・ヴィオラ中居はヘルパーステーションを併設したサービス付き高齢者向け住宅です。  
 施設内に24時間スタッフを配備しております。黒沢病院をはじめとする関連サービスとの連携により、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。

## レクリエーション活動のご紹介

花セラピーや書道、季節のレクリエーションを開催しています。レクリエーションを通して日常的に入居者さま同士のコミュニケーションが促進され、身体を動かすことでストレスの解消や身体機能の向上につながっています。

### 花セラピー

お花の力で心を癒す花セラピーを、月に1回開催しています。好きなお花を選んで活ける癒しの時間は、心の安定につながります。活けたお花は、お部屋に飾られ、活動の後にも空間に癒しを与えています。



### 書道教室

月に2回、ラヴィオラ中居にお住まいの小林昇さまのご指導のもと開催しています。書道は自分と向き合うことで、気持ちを落ち着かせることが出来ます。その日一番上手に書けた作品は館内に飾り、参加者の自信にもつなげています。



教室が終わったらみんなでお茶を飲んでほっと一息。「先生、次のお題は簡単な字にしてくださいね」と和やかな雰囲気です。

小林昇さまのインタビュー記事はこちらからご覧いただけます(BISHIN 2024年春号 P13)



**「入居者さまの声」山岸 トシ子 さま (大正15年生まれ)**  
 女学校の頃から文字を書くのが好きでした。書道は上手に書きあがった時が一番嬉しいです。ラ・ヴィオラ中居で生活しながら、こうした習い事ができるのがありがたいです。書道を教えてくださいと小林先生(小林昇さま)は優しい先生で、出会えて良かったと思っています。ラ・ヴィオラ中居のスタッフの皆さんも良くしてくれて、話し相手にもなってくれます。長生きや健康の秘訣は特にありませんが、ご飯はしっかり3食食べるようにしています。

来年1月に  
100歳を迎えます



## 見学随時対応しております

お問合せ サービス付き高齢者向け住宅 ラ・ヴィオラ中居

TEL.027-352-8855

## TOPICS 1 ヘルスパーククリニックのCTとMRI装置が新しくなりました

### Siemens SOMATOM X.ceed インテリジェントCT

以前の装置よりも大きい82cmの大口径型ガントリー。3Dカメラを使用した自動ポジショニング機能で、快適かつ円滑な検査を提供いたします。X線発生装置は高速撮像(1回転:0.25秒)、高出力となり高画質画像の提供が可能です。



CT

### フィリップス MR5300 1.5テスラMRI

群馬県内初のBlueSeal(ブルーシール)※MRI装置です。高画質な画像を高速に描出し、短時間(20%削減)での検査が可能となりました。開口径70cmと広い検査空間で、全身腫瘍MRIにおける体格の制限が大幅に改善されました。

※ヘリウムが密封されている「BlueSealマグネット」は、充填されるヘリウムの量が従来品と比較して0.5%未満のため、ヘリウム使用による設置工事・運用上の不便が軽減されました。



MRI



最新の話題をご紹介します

## TOPICS 2 矢中中学校生徒さまよりお礼状をいただきました

美心会では「美心祭」の売り上げの一部を近隣の幼稚園・小中学校に図書購入費として寄付しています。

1992年から寄付をしており、購入された科学や医療などに関する本は「黒沢健康文庫」として各校で親しまれております。コロナ禍により美心祭を開催できない期間がありましたが、2024年より寄付を再開いたしました。

この度、寄付に対しまして矢中中学校の図書委員の生徒さまよりお礼状をいただきました。



## NEWS 1 第30回 美心祭

### 10月26日(日)開催!

■ 時間: 10:00~14:00

■ 場所: 高崎市矢中町188 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などでお知らせいたします。美心会の最新医療を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。

前回開催の様子



## NEWS 2 介護職員初任者研修 受講生募集!

介護職員初任者研修とは、介護の基本的な知識と技術を習得するための入門資格です。これからホームヘルパーの仕事を始めたい方や、ご家族の介護に活かしたい方などを対象としています。お仕事をされている方でも無理なく通えるよう、土日開講を基本としていますので、ぜひお申込ください。 ※当講座の修了証は全国で通用します。

日程(講義・演習・実習)	2025年8月30日(土)~2025年12月6日(土)の 土曜日・日曜日
修了式	2025年12月6日(土)
受講料	一般66,000円、学生33,000円(テキスト・実習費込み)
会場	黒沢病院(高崎市矢中町187)、ほか美心会関連施設にて実習
募集期間	2025年7月1日(火)~2025年8月29日(金) ※定員に達し次第、締め切らせていただきます。
募集定員	19名
受講資格	健康な方で、ホームヘルパーに興味のある方、ホームヘルパーに従事することを希望する方。 また、必ず全講義に出席できる方。

申込み  
お問合せ

指定の申込用紙に必要事項を記入・提出していただきます。  
詳細はホームページの「新着情報」をご確認ください。

**TEL.027-352-1111** (総務部 河野・酒井)



ビシンからのお知らせ

# 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 令和7年4月改定)

### 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)
8:00	8:08	8:14
9:50	9:58	10:04
11:20	11:28	11:34
13:15	13:23	13:29
14:45	14:53	14:59
16:35	16:43	16:49
18:15	18:23	18:29
19:45	19:53	19:59

### 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)
7:07	7:12	7:25
8:30	8:35	8:48
10:19	10:24	10:38
11:49	11:54	12:08
13:44	13:49	14:03
15:14	15:19	15:33
17:09	17:15	17:33
18:49	18:55	19:13

※ 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**

- 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」)

老健くろさわ 高崎駅行き  
バス停案内図

ヘルスパーククリニック・黒沢病院 高崎駅行き  
バス停案内図

※「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。

2024年9月30日を持ちまして玉村町乗合タクシー「たまりん」は運行を終了いたしました。

### Editor's Postscript

**編集後記**

ファン投票により、高崎市が『訪れてみたい日本のアニメ聖地88』に選ばれ、注目が集まっています。他にも、高崎市はパスタの街としてメディアに取り上げられるなど、高崎市の魅力が世間に広まってきているのを感じます。長らく高崎に住んでいると、当たり前になってしまふ魅力を感じにくくなってしまっているの、今一度高崎の良さを再認識していきたいです。

…(河)

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

(介護付有料老人ホーム「カーサ・デ・ヴェルデ黒沢」オープンに伴い、停車時刻を一部変更いたしました。)

(2018年9月3日～)

■当送迎車は無料にてご利用いただけます。 ■日曜・祝日・年末年始(12/31～1/3)は運休です。 ■乗車の際、行先を運転手にお伝えください。

### 黒沢病院 → 高崎駅東口 (送迎車循環マップ参照)

カーサ・デ・ヴェルデ	黒沢病院	ヘルスパーク	老健くろさわ	ラ・ヴィオラ 中居	セブンイレブン	(到着) 高崎駅東口	(出発) 高崎駅東口	靴のシューマート	ラ・ヴィオラ 中居	老健くろさわ	黒沢病院
9:00	9:02	9:06	9:12	9:16	9:21	9:26	9:30	9:36	9:41	9:45	9:50
10:00	10:02	10:06	10:12	10:16	10:21	10:26	10:30	10:36	10:41	10:45	10:50
11:00	11:02	11:06	11:12	11:16	11:21	11:26	11:30	11:36	11:41	11:45	11:50
12:00	12:02	12:06	12:12	12:16	-	12:26	12:30	12:36	12:41	12:45	12:50
13:00	13:02	13:06	13:12	13:16	13:21	13:26	13:30	13:36	13:41	13:45	13:50
14:00	14:02	14:06	14:12	14:16	14:21	14:26	14:30	14:36	14:41	14:45	14:50
15:00	15:02	15:06	15:12	15:16	15:21	15:26	15:30	15:36	15:41	15:45	15:50

※1 セブンイレブンは「高崎上中居町」に停車いたします。 ※2 靴のシューマートは「高崎上中居」に停車いたします。  
 ※3「高崎駅」「乗附」コースは黒沢病院到着となっておりますがヘルスパーククリニック、カーサ・デ・ヴェルデ黒沢も経由して停車できます。

### 中居団地先回り (送迎車循環マップ参照)

※4 フレッセイは「南大類店」に停車いたします。

カーサ・デ・ヴェルデ	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	カーサ・デ・ヴェルデ	ヘルスパーク
-	8:32	8:35	8:37	8:39	-	8:41	8:43	8:46	8:50	8:52
10:30	10:32	10:35	10:37	10:39	10:43	10:46	10:48	10:51	10:55	10:57
12:30	12:32	12:35	12:37	12:39	12:43	12:46	12:48	12:51	12:55	12:57
14:30	14:32	14:35	14:37	14:39	14:43	14:46	14:48	14:51	14:55	14:57
16:30	16:32	16:35	16:37	16:39	16:43	16:46	16:48	16:51	16:55	16:57

### 老健先回り (送迎車循環マップ参照)

カーサ・デ・ヴェルデ	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	中居町 2丁目	ヘルスパーク
9:30	9:32	9:36	9:39	9:41	9:44	9:49	9:51	9:52	9:55
11:30	11:32	11:36	11:39	11:41	11:44	11:49	11:51	11:52	11:55
15:30	15:32	15:36	15:39	15:41	15:43	15:49	15:51	15:52	15:55

### 乗付送迎

カーサ・デ・ヴェルデ	黒沢病院	ヘルスパーク	老健くろさわ	高崎駅西口	ジェステ さとの花	市役所前	高崎駅西口	老健くろさわ	黒沢病院
10:00	10:02	10:06	10:12	-	10:35	10:45	10:48	11:00	(11:05)
-	-	-	乗換 10:15	-	10:35	10:45	10:48	11:00	(11:05)
14:00	14:02	14:06	14:12	-	14:30	14:40	14:50	14:53	15:05 (15:10)
-	-	-	乗換 14:15	14:30	14:40	14:50	14:53	15:05	(15:10)

※8 高崎駅西口は「高崎南小(さとの花行)」「アーバンホテル(病院行)」前での乗降となります(ロータリーは通りません) ※送老健くろさわ始発・終着となります。  
 ※病院、ヘルスパーク、カーサ・デ・ヴェルデからさとの花方面へ利用される方は一旦、駅送迎に乗り換え「老健くろさわ」でお乗り換えください。

### 倉賀野送迎

カーサ・デ・ヴェルデ	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	セブンイレブン	カーサ・デ・ヴェルデ	ヘルスパーク
8:50	8:52	8:58	9:04	9:08	9:10	9:14	9:20	9:22
10:55	10:57	11:03	11:09	11:13	11:15	11:19	11:25	11:27
12:55	12:57	13:03	13:09	13:13	13:15	13:19	13:25	13:27
14:55	14:57	15:03	15:09	15:13	15:15	15:19	15:25	15:27

※5 セブンイレブンは「高崎倉賀野町上町」に停車いたします。 ※6 倉賀野神社は「東鳥居(公衆電話ボックス)前」に停車いたします。  
 ※7 アイケイ薬局は「倉賀野店」に停車いたします。

### 送迎車循環マップ

交通事情により遅れる場合がございます。

- 「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。

至ヘルスパーククリニック 老健くろさわ

倉賀野送迎ルート

セブンイレブン 倉賀野上町店

アイケイ薬局 倉賀野店

倉賀野神社 東鳥居前



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

2025年7月1日(火)~

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・大木	曲・泌尿器科医師	黒澤・小倉・大木	小倉・曲・野村	伊藤・古谷	伊藤・曲・小南
	午後	小南・[排尿機能]曲 予約制	曲	伊藤・古谷	曲	小南	古谷・大木
脳神経外科 (脳卒中)	午前	大森(10:00から) 中島	中島・小倉文	大森 脳神経外科医師(11:00から)	中島・大森	中島・木村	小倉文・小林広
	午後	脳神経外科医師	武山	脳神経外科医師	吉田	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】中澤 (10:30まで)	尾澤 第1.3.5(11:00まで) 第2.4(通常時間)	尾澤	尾澤 【血管出津(10:30まで) 第2.4	尾澤
	午後	—	尾澤	—	尾澤	尾澤 第2.4.5	—
内科	午前	高橋徹・松本 矢島 予約制 余財	浅香・山岸 井上(11:30まで) 井草	高橋徹・太田 矢島 予約制	【循環器】佐藤裕 白川(11:30まで) 阿部・小路(11:30まで)	松本・町田・小路(9:30から) 井上(11:30まで) 【循環器】高橋(11:00まで)・水口	【循環器】佐藤裕 松本・白川(11:30まで) 水口 第2.4 内科医師
	午後	山岸 【一般・睡眠時】町田 矢島・小路	【循環器】佐藤裕 松本・太田 矢島	町田 【肝臓】堀口 矢島・小路	山岸 矢島 余財	高橋徹・水口【第3 予約制】 (第1.2.4.5は通常時間) 余財 【睡眠時】前野 第2.4	【循環器】佐藤裕 松本・浅香(17:00まで) 齋藤・余財
総合診療科	午前	木暮	木暮	—	—	—	木暮(11:00まで)
	午後	木暮	—	—	—	木暮	木暮 第3.4
乳腺外科	午前	—	尾澤	—	菊地(10:30まで)	—	—
	午後	—	遠藤敬 予約制	—	—	尾澤 第1.3 黒住 第2.4.5	尾澤
形成外科	午前	—	(11:30まで) 計良 第1・山田 第2.5 高井 第3・中村 第4	牧口 第4	—	—	—
	午後	—	—	—	—	—	—
整形外科	午前	—	—	—	松尾	—	岡部
	午後	岡部	須藤	岡部	松尾	—	整形外科医師
皮膚科	午前	神山	神山	—	神山	神山	—
	午後	—	—	遠藤	—	—	—
婦人科	午前	—	岸	岸	—	—	—
	午後	浅野目	岸	酒井	—	浅野目	岸 第1・3・5・酒井 第2.4
歯科 歯科口腔外科	午前	小林充 佐藤	筑田	小林充・筑田 大場 第2	小林充・筑田 菟葉	筑田・齋藤 【インプラント】重原 第4	小林充・筑田 田中
	午後	小林充 佐藤	筑田	小林充・筑田 大場 第2	小林充 手術日	筑田・齋藤 【インプラント】重原 第4	小林充・筑田 田中
内視鏡	午前胃	小林・太田・水口 浅香・相川 片山・柴崎	小林・太田・新井 坂本・岩松・栗林 佐藤・内視鏡医師	小林・堀口・三浦 竹内・黒岩・館山 浅香	小林・太田・木暮 山崎・岩松・戸島 村主	小林・太田・木暮 宮崎・綿貫・古市 内視鏡医師	小林・宗田 内視鏡医師(5名)
	午後・ESD	太田	—	—	太田	—	—
	午後・大腸	小林	小林・水口	太田・浅香(17:30まで)	小林	小林・太田	川手・木暮 第1・2・5 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、黒沢病院でおこなっております。 Tel.027-352-1166

専門外来	
循環器外来	佐藤・山岸・高橋・小路
糖尿病外来	白川・井上
乳腺外来	尾澤・遠藤敬・菊地・黒住
肝臓外来	堀口・阿部
消化器内科	太田・水口
呼吸器外科	中澤
無呼吸外来	町田・松本・前野
禁煙外来	黒澤・町田・松本
整形・リウマチ科	岡部
セカンドオピニオン外来	伊藤・古谷・小倉文
男性更年期障害	黒澤
排尿機能障害	曲
不整脈・失神外来	小路
インプラント	重原

泌尿器科									脳神経外科			
婦人科							外科				麻酔科	

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、ご利用者さま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。  
 2025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