

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.154

秋号

Features | 特集 |

「セル看護」って何？

救急医療功労者
厚生労働大臣表彰 受賞

新任ドクター 紹介

メディカルフィットネス&スパ ヴァレオプロ
おすすめメニュー診断

[理事長あいさつ]

時間栄養学とは



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
ISO9001:2015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>

時間栄養学とは

「栄養を摂る」「栄養が豊富」とよく言いますが、「栄養」という言葉を身体の外部から取り込む物質という意味だと思っている方が多いと思います。実は、「栄養」とは我々が生きるために必要なものを体外から取り入れて、生命活動(生きていく事)を維持する営み全体のことを言います。食べ物は単にエネルギー源となるだけではなく、身体を作ったり身体機能を調整したり、様々な役割があります。



最近の研究では、肥満がある成人に12週間、食事を摂る「時間」を制限したところ、インスリン感受性の改善・血圧の低下が認められたそうです。この研究から「何を」「どれだけ」食べるかに加え、「いつ」食べるかが人間にとって大切な身体の代謝機能に関係していると考えられます。

特に早朝から午後の食事は、夜間の食事と比較すると、血糖調節や脂質代謝、ホルモン分泌への影響が大きく、健康に寄与する可能性があります。つまり、体内時計が食事の吸収や代謝の機能を調節し、その機能に昼夜差を作っていると考えられます。

不規則な生活や、夜遅い食事は体内時計の昼夜差が無くなってしまいます。夜間はエネルギー消費も落ちるため、高カロリーな食事は控え、血糖値の上昇・脂肪合成を抑える低エネルギー食材を中心にしましょう。さらに、前日の夕食から翌日の朝食までは10時間以上空け、起床から2時間以内に朝食を摂取すると、体内時計が整います。朝は太陽光を見た後に朝食を食べることで、体内時計が「1日が始まる」と認識します。

特別な栄養指導も重要ですが、時間を意識した時間制限食を実施するだけで、体重や血圧が改善する結果が出ています。時間栄養学という理論として、食べる時間の制限が今後の生活習慣病予防と治療に応用されていくでしょう。今日から食事のタイミングをメモし、何をどれだけ食べたかに加え、いつ食べるのかについても考える事が時間栄養学の基本です。

参考文献：吉田企世子・松田早苗(2024年)
『正しい知識で健康をつくる あたらしい栄養学』
高橋書店



医療法人社団美心会
理事長 黒澤 功

BISHIN 歳時記

7月

1火~7月

七夕飾り設置
美心会の各施設で七夕飾りを設置しました。



8月

30土

介護職員初任者研修
8月30日(土)~12月6日(土)の土日を利用して介護職員初任者研修の資格取得ができる講座を実施します。

9月

9火

救急医療功労者厚生労働大臣表彰 受賞式
詳細はP15 NEWS&TOPICSへ



schedule スケジュール

日曜ドック

- ・ 10月19日(日)
- ・ 11月9日(日)
- ・ 12月7日(日)



入り、ほぼ2年おきに赤ちゃんパンダが生まれていたのです。これまで17頭の子供が生まれ、中国以外では世界一の数だそう。これは高い飼育技術が出来上がったからだと思えます。

日本人の研究心、真面目な性格がパンダの保全にも影響しているのではないだろうか。私も医師として予防医療を立ち上げ、発展させていく事が大切だと思います。日本人の平均寿命は世界一とされていますが、人の命も動物の命も予防医療で救っていきたいです。

「パンダが日本から居なくなった日」

今年4月24日、和歌山県白浜町のテーマパーク「アドベンチャーワールド」が飼育していた4頭すべてのパンダが中国に返還されました。3年前に和歌山へ鮎釣りに行った時、雨の影響で川が濁り、大好きな鮎釣りが出来なくなってしまったため、アドベンチャーワールドへ行ってパンダを見ました。上野動物園のパンダも見ましたが、白浜町のパンダは全く違って見えました。それは白浜町で生まれ育ったパンダが、4頭とも元気に人間の子供のように遊んでいたからです。

白浜にパンダが来たのは31年前の1994年。2000年代に

ささやき

理事長 黒澤功の
ふれ・あいエッセイ

「セル看護」って何？

患者さんのそばで、
手厚い看護を提供するために

黒沢病院看護部の目標

患者さんのそばで寄り添い
患者さんへ多くの時間を費やしたい

看護師は「患者さんに寄り添いたい、ケアの時間を多く持ちたい」と思いながら日々業務に取り組んでいます。これまで当院では、患者さんの重症度と、その日のスタッフ数や力量を考慮して患者さんの受け持ちを決めており、日によっては師長が受け持ちを実施することもありました。

しかし現実には…

看護師の担当患者さんを色別に分けてみると
下図のようになります。

看護師の受け持ちは手術予定の患者さんや重症

患者さんの安全を重視して、患者さんごとに割り振るため、看護師は病棟中を動き回っていました。



新たな取り組み セル看護提供方式®

看護方式とは、看護師が病棟でケアを進める際にどのように看護をおこなうかを定める方式のことです。

その中でも「セル看護」とは、福岡県にある飯塚病院で開発された看護方式です。セル看護方式のねらいは、患者さんや看護師にとって利益にならない無駄を省いて、患者さんの利益を最大化することです。看護師の動線に着目し、動線のムダを省いて「患者さんのそばで仕事ができる」患者さんに関心を寄せる「ためのシステム」です。黒沢病院では2025年4月に、飯塚病院の看護部特任顧問である須藤先生をお迎えし、現場でのラウンドや講演会を通して沢山のアドバイスをいただきました。

セル看護の重要な要素

① 3つのムダを省く

- ・動線のムダ
- ・記録のムダ
- ・配置のムダ

② 均等に患者さんを受け持つ

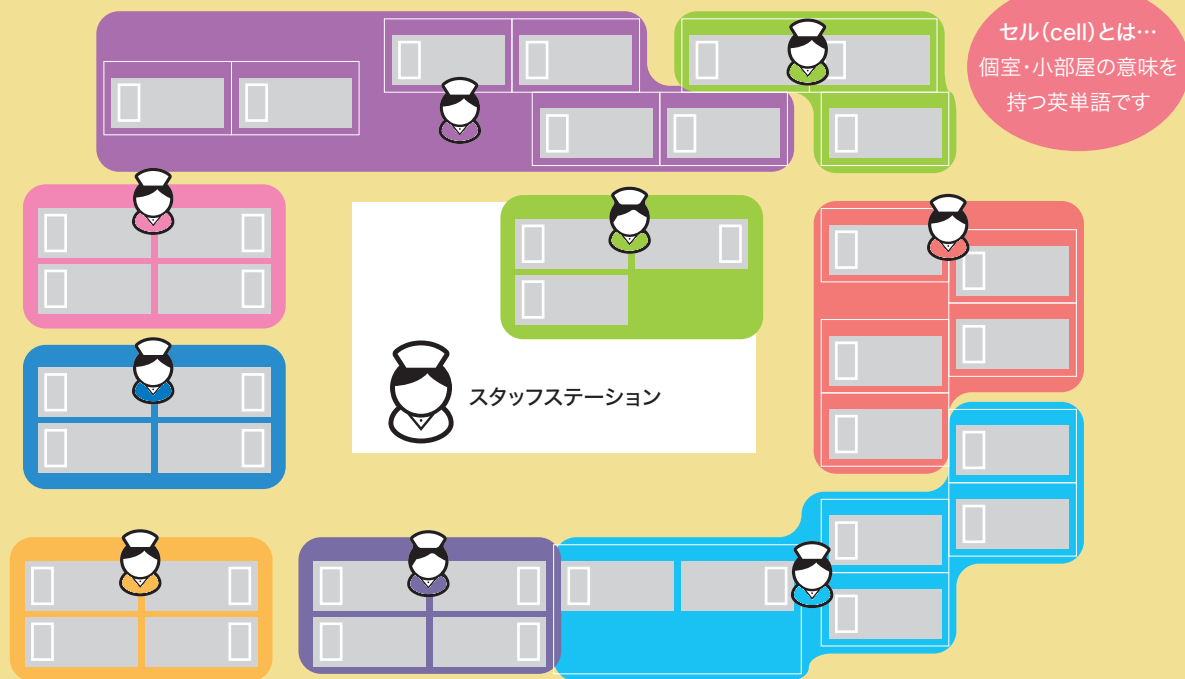
出勤しているすべての看護師（師長を除く）が均等に患者さんを受け持つことで、一人あたりの受け持ち数を減らす

③ 看護師の業務を標準化する

タイムスケジュールやマニュアルを作成し、すべての看護師が一定の力量でケアの提供ができる仕組みを作る

【セル看護提供方式®】

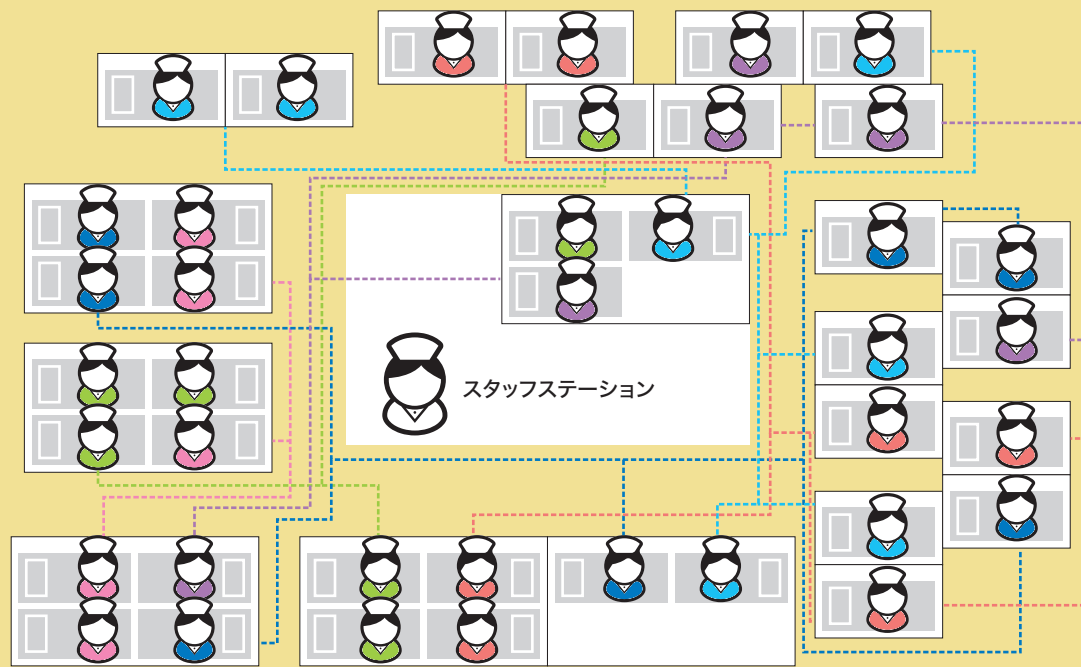
セル看護の「セル」とは動線を最適化したそれぞれの看護師の担当領域のことを示します。
現在動線のムダを省くため、以前より取り入れていた、セルを意識した部屋毎での受け持ちを全病棟で開始しています。



部屋ごとの受け持ちで動線のムダが省かれました

【看護師の担当患者（色別）】

師長、リーダー、時短者、遅番、受け持ち看護師6～7名
患者さん5人～8人に対して看護師1人の受け持ち体制*



看護師の受け持ちを患者さんごとに割り振ると、病棟中を動き回ることになり、移動に時間をとられてしまいます
※当院の看護配置基準である「7対1」は勤務時間数に基づいて計算されるため、看護師1人が受け持つ患者さんの数は、時間帯や状況によって変動します。

セル看護の話がうかがい、私たちの目標である「患者さんに寄り添う時間を増やす」ためには、ベッドサイドで仕事ができる時間を増やすことが重要であると考えました。セル看護の「セル」とは動線を最適化した看護師の担当領域のことを指します。まずは、動線のムダを省くため、セルを意識した病室毎での受け持ちを全病棟で開始しました。

以前は患者さんのケアが終わるとスタッフステーションに戻り、記録をしていました。この行ったり来たりする動線のムダを省くため、現在はPCカートを活用して患者さんのそばで情報収集や記録をするよう取り組んでいます。ベッドサイドで記録をすることで、患者さんとの会話も増え、気がかりな患者さんの病態変化が速やかにキャッチできるようになり、患者さんからの訴えを先取りした看護の実現につながっています。



以前は、ケア終了後はスタッフステーションに戻って記録をしていましたが、病室毎での受け持ち・PCカートを活用することで患者さんのそばで記録ができるように。患者さんとの会話も増え、患者さんの病態変化を速やかにキャッチできます。

セル看護に取り組んで見えてきたこと

スタッフのマネジメント・連携強化

業務開始時に業務を均等に割り振りますが、緊急処置や検査などの突発的な業務が入ると、スタッフの力量によって進捗に差が生じてしまいます。業務が早く終了したスタッフが他のスタッフのヘルプに入りますが、業務量に差が生じるため、業務が早く終わったスタッフが不公平感を抱いてしまう懸念があります。そのため、師長がスタッフの補完を把握してマネジメントすることが重要となります。すべてのスタッフが気持ちよく働けるよう、スタッフ間の連携強化も重要です。



病棟クラークの配置

セル看護は師長以外のスタッフが受け持ちを持つため、スタッフステーションはスタッフが存在しなくなってしまう。また、師長は通常の管理業務に加えて看護ケアのマネジメントが重要となります。セル看護実現を確かなものにするためには、病棟クラークを新たに配置し、スタッフステーションでの患者さん、ご家族の対応や、師長業務のサポート（書類・帳票の作成や整理）をすることが重要となります。



その他「ムダ改善」のために取り組んだこと…

動線のムダ改善のために

患者さんのそばで仕事をするための意識改革

物品配置（PCカートの配置など）

記録のムダ改善のために

記録のシステム化

モバイル機器などの活用

スマートフォンによる状態把握
記録入力・コール対応

看護ナビシステムなどの活用

配置のムダ改善のために

教育の充足（実践力の強化）

セル看護を実現するための必要条件

1 ムダを省き、ケアに当たる時間を確保すること

2 看護師のタイムスケジュールやマニュアルを作る

3 維持・改善のためのチェック機能を持つ組織作り

セル看護方式は看護師が勤務時間内に最大のパフォーマンスを発揮できるように構築されており、看護師のやりがいを増やすことにつながります。これからもセル看護方式の概念を取り入れ、患者さんのそばで看護するためには何ができるかを問い続け、美心会の経営理念である「良質な総合医療サービスの提供」の実現に向け取り組んでまいります。

より迅速にスムーズに対応するために DX化・スマートフォン導入



当院ではこれまで、PHSとナースコールを連動させることで、患者さん対応の迅速化と情報共有の効率化に努めてまいりました。しかし、近年の通信環境の変化や多様化するニーズに対応するため、PHSに代わる新たな通信機器として11月からスマートフォンの導入を予定しています。

スマートフォンは、従来のPHSに比べて多機能かつ柔軟性が高く、次のような高度な多職種連携と業務改善が可能となります。

多機能性の向上

通話だけでなく、チャット（文字を使った通信）、電子カルテ閲覧、カメラ撮影などさまざまな機能があり、多くの業務を1台でこなせます。

情報共有が迅速かつスムーズに

画像・動画・チャットなどを簡単に共有でき、連携がスムーズになります。

電子カルテとの連携

スマートフォンから電子カルテにアクセスできるため、患者情報の確認や記録がどこでもできるようになります。

業務効率の向上

患者さん対応中や移動中でも必要な情報をすぐに確認・共有できるため、業務のスピードが上がり、無駄な移動や確認作業が減少します。



ナースコールとの連携

ナースコールや患者モニターと連携することで、異常があった際にはすぐに通知を受け取ることができ、迅速な対応が可能になります。

モバイル通信に対応

PHSは院内でしか使えず、院内外で移動しながらの通話が困難ですが、スマートフォンは携帯電話の回線を使うため、外でも安定した通信が可能です。

セキュリティ機能の充実

スマートフォンに備わるユーザー認証や遠隔ロック、データ暗号化などの高度なセキュリティ機能があり、個人情報や診療情報を守る体制が整っています。

災害時や緊急時の高い対応力

非常時にもスマートフォンでの連絡や情報収集が可能で、業務継続計画（BCP）としての対応力が向上します。



黒沢病院看護部について

看護部長 角田あゆみ

黒沢病院は、7割が救急患者さんであり、患者さんの高齢化問題にも直面しています。高齢患者さんは、慢性疾患や複合疾患を持っているため幅広い医療ニーズに対応する必要があり、そのうえ、急変リスクへの対応や全身状態の管理が求められます。

黒沢病院の看護部は、「それは、患者さんのためになっていますか」という行動判断基準に基づいて「笑顔・優しさ思いやり、心のこもった信頼される看護」をビジョンに掲げ、看護ケアの質の向上に努めています。その中で看護部が、セル看護方式を導入したことにより、看護業務の効率化が図られ、患者さんの側にいる時間を増やすことができ、状態変化に早期に気づくなど、患者さんに寄り添った看護の提供が可能となつています。

更に看護部では、看護DXを推進し、看護業務の効率化や負担軽減にも取り組みます。また、限られた時間の中で看護教育の充実化を図り、看護実践を通して患者さんの記憶に残るような看護師の育成に力を注ぎたいと考えています。



スマートフォンの導入は、PHS時代から培ってきたナースコール連動の仕組みをさらに発展させ、「誰が見える・つながる・対応できる」環境の構築を目指すものです。

医療安全・業務効率・患者さん満足度のすべてを高めるだけでなく、病院全体のDXを推進する大きな一歩となります。当院では今後も情報通信技術の活用を通じて、働きやすい環境と良質な総合医療サービスの提供に向けて邁進してまいります。

さまざまな糖尿病症例を経験

地域の糖尿病診療に貢献する

本年4月から黒沢病院に糖尿病内科部長として赴任いたしました余財亨介と申します。

私の研究テーマは糖尿病性腎症の発症における炎症メカニズムの解明でin vitro、in vivoの実験などをおこないました。学位取得後は平成17年4月から香川県の三豊総合病院で8年間、平成25年4月から前任の岡山ろうさい病院で12年間、糖尿病内科医として勤務してきました。両病院とも300床以上の総合病院で、ほぼすべての診療科があるため糖尿病外来以外に糖尿病教育入院、治療困難な高血糖症例、術前血糖コントロールなどさまざまな症例を経験させていただきました。

糖尿病治療薬は2000年頃から毎年のように内服薬インスリン製剤など新しい機序の薬剤が次々にでて

きており、最近ではSGLT2阻害薬、GLP-1受容体作動薬GIP/GLP-1受容体作動薬など多くの治療薬が使える状況となっています。そのため治療薬の選択について欧米、本邦でもエビデンスに基づいたガイドラインなどが報告されており、個々の病態に合わせた使い分けが必要になってきております。

今まで岡山中心に仕事をしてきましたが、妻の地元である群馬県前橋市で生活することになりました。今までの経験が活かせる病院を探していたところ、黒沢病院でお世話になることとなりました。慣れない土地のため分からないことがあり、ご迷惑をかけることもあると思いますが、地域の糖尿病診療に少しでも貢献できるように頑張っていきたいと思っておりますのでどうぞよろしくお願い申し上げます。



糖尿病内科部長 余財 亨介

(よざい こうすけ)

私は生まれも育ちも岡山です。平成9年関西医科大学卒業後、岡山大学腎免疫内分沁代謝内科学(旧第三内科)に入局いたしました。中国・四国地方を中心に4年間内科全般的に研修をおこない、帰局後は糖尿病グループに所属して病棟医をしながら基礎研究をおこなっていました。



Doctor Introduction

新任ドクター 紹介

New

正確で質の高い矯正治療と手術で

患者のお口の健康を守る



歯科・歯科口腔外科部長 筑田 洵一郎

(ちくだ じゅんいちろう)

私は岩手医科大学歯学部を2015年に卒業しました。昭和医科大学歯科病院にて臨床研修をおこなった後、昭和医科大学歯学部口腔外科学講座に入局し、臨床の研鑽を重ねるとともに、国立がん研究センター研究所に出身し、口腔がんの基礎研究にて学位を取得しました。

2025年4月1日付けで歯科・歯科口腔外科部長に就任いたしました。筑田洵一郎と申します。

歯科口腔外科で扱う疾患は非常に多岐に渡ります。歯一本で命取りになることもあれば、顎の骨の中に恐ろしい疾患が潜んでいることもありま

す。主な対象疾患としては、智歯(親知らず)の抜歯、口腔内に発生する良性腫瘍や嚢胞、顎変形症、顎顔面外傷、口腔粘膜疾患、唾液腺疾患、口腔感染症、顎関節疾患などがあり、特に黒沢病院では顎変形症に力を注いでおります。歯やかみ合わせが悪いと、おいしく食事をすることが難しくなってしまうます。特に、顔のゆがみが

気になっている方も多いのではないのでしょうか。あごが前に出ている、または小さすぎるといった問題により、かみ合わせがずれてしまうことがあります。これを顎変形症といいます。顎変形症は、あごの発育異常や、先天的にあごや顔の形に問題が生じ、かみ合わせや顔の形に影響が出る病気です。私たちは、近隣の矯正歯科の先生や、関連施設である昭和医科大学顎顔面口腔外科学講座と密に連携し、正確で質の高い矯正治療と手術を組み合わせた総合的な医療を提供しています。

また、口腔は咀嚼 嚥下、構音、そして顔面の形態に関与する重要な組織です。本来の機能はもとより、全身麻酔での手術や、化学放射線療法による合併症を予防するための医科・歯科連携である周術期口腔機能管理の重要性が近年ますます高まっています。これは多職種でチームとして取り組む課題であり、主治医や病診連携まで含めたネットワーク作りを進め、黒沢病院にて治療を受ける患者さんの健康維持に寄与できるよう全力で取り組んでまいります。

口腔外科医師として様々な疾患に対する最適な治療をするだけでなく、一歯科医師として、黒沢病院ひいては高崎市のお口の健康を守るよう努めてまいります。今後とも皆さまからの暖かいご支援を賜りますようお願い申し上げます。



こんなことを意識して 取り組んでいます！



トレーナーより



正しいフォームづくり

『筋トレはフォームが命！』と言われるほど、フォームが重要です。誤ったフォームで筋トレを続けると、筋肉への刺激が不足して十分な効果が得られず、場合によっては体を痛めてしまい、ケガにつながる恐れがあります。そのためフォームチェックを毎回丁寧におこない、会員さまの努力が結果にしっかり繋がるよう意識しています。

モチベーション維持

ダイエットや筋力増強において特に重要かつ大変なのが“継続”です。モチベーションを維持してもらえよう、良くなっている部分をこまめに会員さまにお伝えするようにしています。ご本人の努力無くして結果を得ることはできませんが、努力が少しでも多く実を結ぶよう、精一杯お手伝いさせていただきます！

具体的なアドバイス

ただ適量を伝えるだけでなく、自炊をされる方にはレシピをお渡ししたり、外食が多い方にはお店の選び方やメニューの選び方をお伝えしたりと、具体的なアドバイスを意識しています。

無理なく継続するためのサポート

あまりにも高い目標を立てると継続が難しくなってしまうため、食行動の目標を設定するときには、少し頑張れば出来るくらいの目標を立てています。例えば、「お菓子を食べない」ではなく「いつも3枚食べていたクッキーを2枚に減らす」など…。期間限定ではなく、ずっと継続・実行できるようなアドバイスを意識しています。

管理栄養士より



健康的に減量をおこなうためのサポート

栄養相談の際、よく「減量したい」という相談を受けます。体重を落とすために食べる量を減らしてしまいがちですが、そうすると少ない食事量を継続できず、食事量を元に戻した時にリバウンドしてしまったり、筋肉量の減少に繋がったりするリスクがあります。食事量のコントロールも重要ですが、食事の質を見直し、特に食物繊維とたんぱく質が不足しないように目標を設定しています。皆さまには健康的に減量してほしいです！

その方の状態に寄り添う

同じ腰痛でも人によって状態や原因は全く異なります。身体の状態に合わせたアドバイスをするために、問診の際には「どこにどのような痛みがあるか」だけでなく、痛みが出始めた時期や経過、受診の有無や、日常でどのような支障が出ているかなど、なるべく細かくお話を伺い、会員さまに寄り添えるよう心掛けています。

根本原因の究明

「肩が痛い」といっても、肩関節やその周辺の筋肉など肩回りの問題だけでなく、内臓疾患や神経系の疾患など、肩以外の原因によって痛みが引き起こされている場合もあります。身体は繋がっているため、時としてその部位から離れた別の部位に影響を与えていることもあります。そのため痛みが出ている部分だけでなく、身体全体をくまなく見るようにしています。

理学療法士より



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

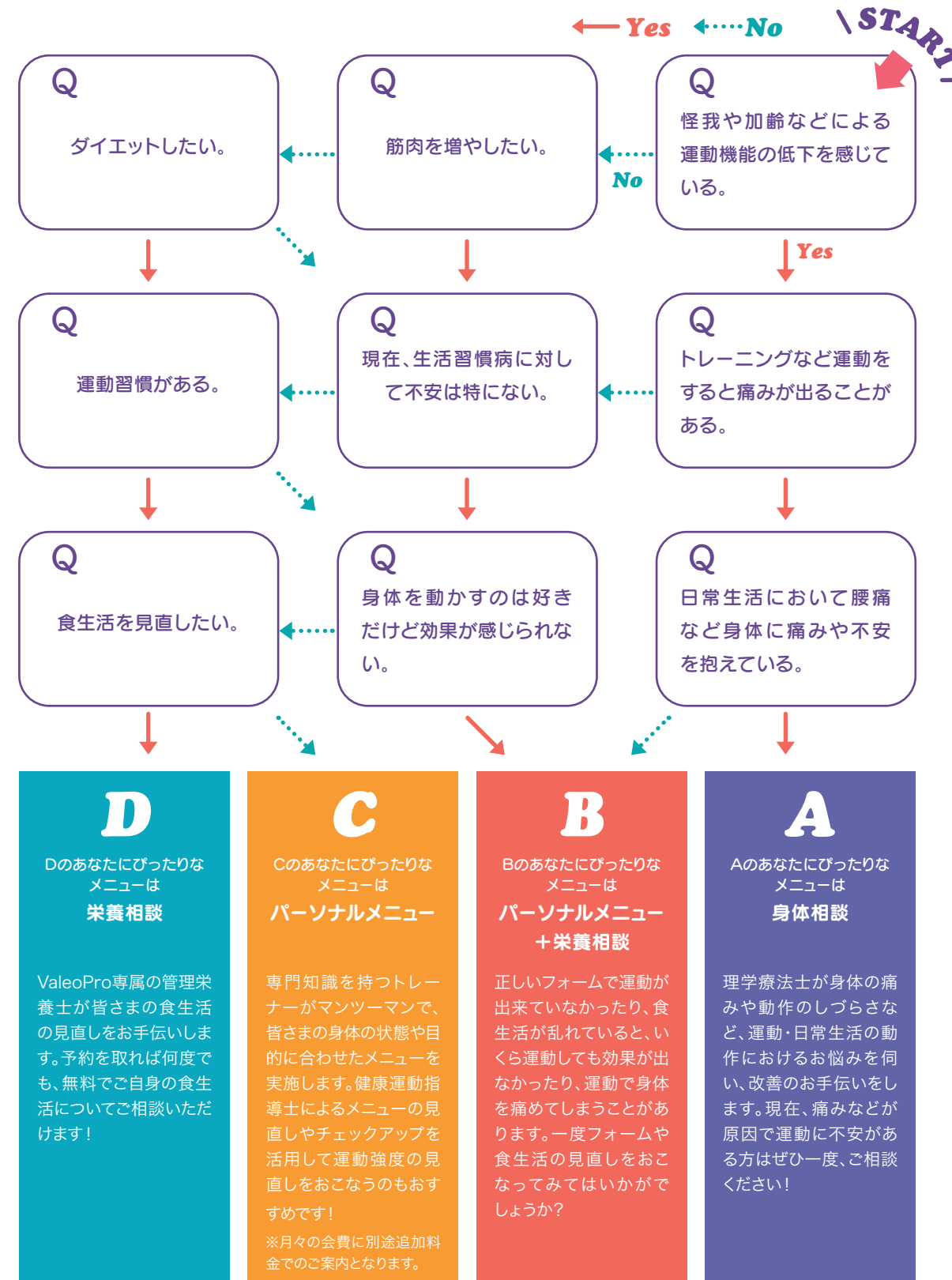
休館日 第1・第3金曜日
年末年始・保守点検日(年3回) 他
営業時間 9:25~22:30
(土は21:00、日祝は19:00閉館)
※最終入館は営業終了30分前まで

メディカルフィットネス&スパ ヴアレオプロ

あなたにぴったりなのはどれ?!

おすすめメニュー診断

質問に答えて
最適なメニューを
を見つけよう！



TOPICS 1 救急医療功労者 厚生労働大臣表彰 受賞

本表彰は、厚生労働大臣が都道府県知事の推薦のもと、長年にわたり地域の救急医療の確保や救急医療対策の推進、また、地域の産科医療に貢献した個人や団体、医療機関の功績を讃えるものです。

令和7年度表彰の受賞者として個人20名と3団体12医療機関が発表され、この度、医療法人社団美心会 黒沢病院が受賞しました。9月9日に表彰式が厚生労働省にて開催されました。



当院は「断らない医療」を目標に掲げ、コロナ下でも専用病床を確保するなどして体制を強化し、積極的に患者を受け入れたことが評価されました。



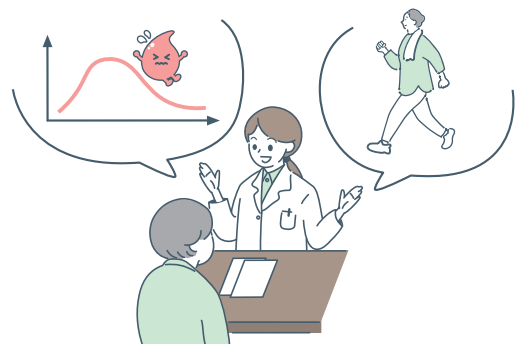
BISHIN
TOPICS
ビシントピックス

最新
の
話
題
を
ご
紹
介

TOPICS 2 イオンモールウォーキング メディカルプラス+ に協力します!

「イオンモールウォーキング メディカルプラス+」はイオンモール高崎にて、生活習慣病のチェックをおこなうイベントです。

10月からスタートし、1月、4月にかけて継続的に血液検査や歩行解析、血糖モニタリングなどを実施します。群馬大学、名古屋大学予防早期医療創成センター、豊田合成と一緒に、予防医療の推進のため、黒沢病院は健康診断、治療面に関して協力してまいります。



NEWS 1 第30回 美心祭 10月26日(日)開催続報!

- 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
- 参加無料

美心祭ホームページにて情報を随時アップしています。是非ご覧ください。



NEWS 2 ブルークローバー・キャンペーン旬間

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、市民公開講座を下記日程にて開催します。
参加いただいた40歳以上の男性希望者にはPSA検査を無料でおこないます。
(結果は後日郵送)

「女性にも知って欲しい! 前立腺がん講演会」

- 日時: 11月8日(土) 15:00~16:00
- 場所: 黒沢病院附属ヘルスパーククリニック1F 待合映像室オアシス

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」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2025 開催期間: 10月30日(木)~11月8日(土)

お問合せ TEL.027-350-1211 (総務部)

NEWS 3 ぐんまマラソン参加

11月3日(文化の日)に開催される第35回ぐんまマラソンに、美心会グループ職員およびValeoPro会員さま総勢112名が出場します。みなさまの応援がランナーの力になります!
当日は応援をよろしく願いたします。



BISHIN
NEWS
ビシンニュース

ビ
シ
ン
か
ら
の
お
知
ら
せ

特別養護老人ホーム シェステやまの花

やまの花は多野郡神流町の高台に位置し、開設から27年目を迎えました。介護が必要になっても「住み慣れた地域で暮らし続けたい」という地元の皆さんの願いを受け、1999年に黒澤功理事長が開設しました。

2024年度末の神流町の人口は1,400人、上野村は1,000人で、開設時から比較すると人口は半分以上になりました。しかし、長い間入所を待つ必要が無くなったため、ご利用者さまには喜ばれています。また、施設と隣接した場所に町営の神流町高齢者住宅が完成し、高齢者住宅に住みながらやまの花のデイサービスやショートステイを利用する方も増えています。いずれ介護が必要になれば、やまの花の特養に入居できるということが安心して暮らせる要因にもなっています。

スタッフの多くは開設当初から在籍しているため、半数以上が50～70代でしたが、2020年から外国人スタッフが来日し一緒に働いてくれるようになりました。職場の雰囲気も以前にも増して明るくなり、お互いの文化の違いなどを理解することで、良いコミュニケーションが図れています。

名前の由来

- ペレンナ＝「永遠・永久」
- トリリウム＝「延齢草」
- シェステ＝「休息・休憩」

法人のマークとなる延齢草(トリリウム)は高地に咲く山野草で、写真のように3枚の葉の真ん中に白い花が開きます。この延齢草の葉を当時の奥多野3町村に、真ん中の白い花をシェステやまの花に例え、3町村が1つになって協力し施設が開花する事を願って命名されました。

ハリのある生活、 笑顔の絶えないサービス

神流町で盛んであった養蚕を2013年から実施しており、ご利用者さまが昔を懐かしみながら毎日桑くれをしています。出来た繭は、繭クラフトの作品やご利用者さまのアクセサリに活用しています。また、山間部ならではの季節折々の食文化や行事食を、ご利用者さまが中心となって日々取り入れています。



高崎市などの方もご利用いただけます。お気軽にお問い合わせください。

社会福祉法人 ペレンナトリウム
特別養護老人ホーム
シェステやまの花

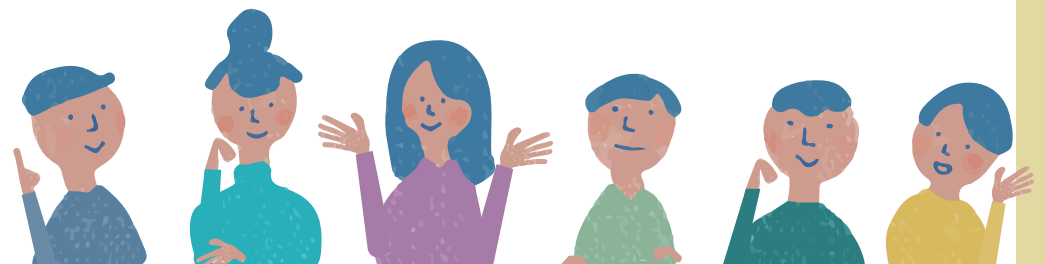
お問合せ

〒370-1504
群馬県多野郡神流町大字万場207番地
TEL.0274-20-5200 FAX.0274-57-3939
<http://yamanohana.jp/>



みなさまの 声

みなさまからお寄せいただいた
ご意見とその回答を掲載しております。



高崎健康管理センター

※数回に一度、脳ドックを受けています。今回、脳ドック後の診察があるとの事でしたが、何時になるかわからないとの事でした。胃カメラのために朝から食事を摂っていないので診察が何時になるか分からないのはつらいです。以前は脳ドック後に診察はなかったと思うのですが…。

【回答】

この度はご迷惑をおかけいたしましたことお詫び申し上げます。脳ドック後の医師による画像説明は、通常12時から順次ご案内をさせていただいておりますが、担当医が午前中に外来診察をおこなっている場合、外来終了後となるため、正確な開始時間をお伝えすることができない状況です。今後はご希望に応じて、診察前に昼食をご案内させていただきます。よろしくお願いいたします。

また、脳ドックコースは2024年度より内容を改定いたしました。これまでの4コースから疾患別3コースに明確化するとともに、すべてのコースに医師による画像説

明を加えました。事前にきちんとしたご案内が行き届いていなかった点につきましても重ねてお詫び申し上げます。

※事前のweb記入項目でオプションの追加申し込みが出来るか良いと感じました。待合の椅子の所にカバンを置く台があると良いと思いました。

【回答】

オプション検査につきましては項目によって予約枠に限りがあること、また容態や既往歴などをお電話で直接確認の後ご受診の可否を決定させていただくものがございます。申し訳ありませんが、現状ではWebでのお申し込みは対象外とさせていただきます。

待合のカバンを置く台につきましては、椅子の間にサイドテーブルを設置させていただきました。次回ご来院の際にご利用ください。

みなさまのご意見・ご要望をお聞かせください。

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

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

職員旅行で話題の大阪万博に行ってきました。想像以上の暑さと混雑で疲労困憊ではありましたが、フランス館など人気のパビリオンも見学できたので、大満足の1日となりました。次回の万博は2030年にサウジアラビアのリアドで開催されるそう。まだ中東には行ったことがないので、次回の万博にも挑戦してみたいと思っています！（行けるかな…）（拓）



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

美心會送迎車時刻表

（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)

高崎駅東口→黒沢病院

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 ^{※1} イトン ➡	(到着) 高崎駅 東口 (出発) ➡	靴の ^{※2} シューマート ➡	ラ・ヴィオラ 中居 ➡	老健 くろさわ ➡	黒沢病院 ^{※3}	
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「高崎上中居町店」に停車いたします。 ※2 靴のシューマートは「高崎上中居店」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い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	⇒中居地 75-17棟前⇒	道林児童 公園	⇒フレッセイ ^{※4}	⇒美容院 スーパーデiy前⇒	ラ・ヴィオラ 中居	⇒老健 くさむ⇒	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 くささわ	⇒ラ・ヴィオラ 中居	⇒美容院 スーパーレジーナ前	⇒フレッセイ ^{※4}	⇒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

乗附送迎

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 ^{※8} ➡ シェステ ざとの花 ➡ 市役所前 ➡ 高崎駅西口 ^{※8} ➡ 老健くろさわ ➡ 黒沢病院 ^{※3}							
10:00	10:02	10:06	10:12						
－	－	－	乗換 10:15	－	10:35	10:45	10:48	11:00	(11:05)
14:00	14:02	14:06	14:12						
－	－	－	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、駅送迎に乗車し「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 ^{※5}	⇒倉賀野駅南口	⇒倉賀野神社 ^{※6}	⇒アイケイ薬局 ^{※7}	⇒セブンイレブン ^{※8}	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「高崎倉賀野町上町店」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。

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





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10月1日(水)～

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	中島・大森	中島・塚越	小倉文・木村
	午後	脳神経外科医師	武山	脳神経外科医師	木村	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・前崎	高橋徹・太田 矢島 予約制・前崎	【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・前崎	【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 中村 第3・福島 第4	牧口 第4	—	—	—
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・綿貴・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	佐藤裕・山岸・高橋徹・小路
糖尿病外来	白川・井上・余財
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



(理事長)
黒澤 功



(黒沢病院 院長)
伊藤 一人



(理事長補佐)
小倉 治之



大木 亮



曲 友弘



古谷 洋介



小南 次郎



野村 恵



大森 重宏



小倉 文司



中島 まゆ



武山 英美



塚越 瑛介



木村 辰規



墓 もなみ



(ヘルパー・クリニック 院長)
佐藤 裕一



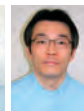
矢島 義昭



町田 優



松本 健



太田 英孝



浅香 有紀



高橋 徹



山岸 高宏



小路 祥紘



水口 貴仁



余財 亨介



前崎 繁文



尾澤 正俊



田口 正毅



小林 勇治



久保 和宏



浅野目 和広



酒井 英明



岸 東彦



筑田 洵一郎



小林 充典



木暮 道夫



神山 由佳



木暮 道夫



神山 由佳



木暮 道夫



神山 由佳

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10月1日 発行:医療法人 社団美心会 編集:情報誌編集委員会