

## 外来診療担当医師

### 内科

	月	火	水	木	金	土
午前	東出	垣内	東出	佐藤 (漢方外来)	垣内 (消化器病外来)	宮地 (第1週目) 川人 (第2週目)
	川人 (糖尿病外来)	福山 (循環器病外来)	福山 (循環器病外来)	川人 (糖尿病外来)	宮地	木村 (第3週目) 多羅澤 (第4週目)
	伊林 (漢方外来)	田原	木村 (消化器病外来)	多羅澤	河本	田原 (第5週目) 東出 (第1・3・5週目) 禁煙外来
午後	宮地	川人 (アレルギー・ リウマチ外来)	伊林 (漢方外来) 河本	垣内 (胃瘻・嚥下障害 外来)	福山 (循環器病外来)	

### 精神科

	月	火	水	木	金	土
午前	片村	片村	片村	片村 (物忘れ外来)	片村	休診
午後	片村	片村 (第2、4) 休診 (第1、3、5)	片村	片村	片村	

### 診察受付時間

平日 午前 9:00~12:00  
午後 13:30~17:00  
土曜日 9:00~12:00

### 休診日

日曜・祝日・年末年始

### 診療科目

内科・精神科・老年内科・  
消化器内科・循環器内科  
呼吸器内科・放射線診断科・  
リハビリテーション科  
漢方外来・禁煙外来

※基本的には予約制となっておりますが、予約なしでの診察も可能です。その際、お待ちいただく場合がありますのでご了承ください。

※伊林の漢方外来のみ、完全予約制となっております。事前に内科外来までお問い合わせください。

※精神科外来・禁煙外来の初診の方は、あらかじめお電話にてお問い合わせください。

ご予約・お問い合わせはこちらまで  
TEL:(011)561-8292

## 慈啓会シャトルバス停留所

### 円山地区シャトルバス時刻表

土曜日は⑤便までの運行となります

区	分	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧
病院発	8:00	8:50	10:10	11:30	13:00	14:30	16:00	18:00	
特養職員玄関前→老健		～経由～							
JRバス慈啓会前バス停横	↓	8:52	10:12	11:32	13:02	14:32	16:02	↓	
旭ヶ丘3丁目	↓	8:53	10:13	11:33	13:03	14:33	16:03	↓	
双子山郵便局前	↓	8:54	10:14	11:34	13:04	14:34	16:04	↓	
西友旭ヶ丘店 (西友駅前)	↓	8:55	10:15	11:35	13:05	14:35	16:05	↓	
円山公園駅前	8:10	9:01	10:21	11:41	13:11	14:41	16:11	18:08	
南3条西24丁目	↓	9:02	10:22	11:42	13:12	14:42	16:12	↓	
南5条西24丁目	↓	9:03	10:23	11:43	13:13	14:43	16:13	↓	
南7条西24丁目	8:12	9:04	10:24	11:44	13:14	14:44	16:14	↓	
ラルズ前	↓	9:05	10:25	11:45	13:15	14:45	16:15	↓	
啓明ターミナル前	↓	9:08	10:28	11:48	13:18	14:48	16:18	↓	
病院着	8:20	9:13	10:33	11:53	13:23	14:53	16:23	18:20	

### 山鼻地区シャトルバス時刻表

土曜日はA便・B便のみの運行となります

区	分	A	B	C
病院発	9:30	10:50	13:40	
特養職員玄関前→老健		～経由～		
啓明ターミナル前	9:32	10:52	13:42	
南15条西18丁目 (ラ・マリア伏見前)	9:33	10:53	13:43	
南17条西17丁目 (スーパーシガ前)	9:34	10:54	13:44	
南20条西15丁目	9:35	10:55	13:45	
タイヤ館前	9:36	10:56	13:46	
南26条西13丁目	9:37	10:57	13:47	
レフサス藻岩前	9:38	10:58	13:48	
南警察署前	9:39	10:59	13:49	
北海学園大学 土	9:40	11:00	13:50	
南23条西11丁目 (ドコモショップ石山通店)	9:41	11:01	13:51	
南21条西11丁目 (北洋銀行石山通支店前)	9:42	11:02	13:52	



主に運行しているマイクロバスです

※日曜・祝日は運休しております。  
※道路状況及び雪害等で遅れる場合があります。

# あさひが丘

No. 57

A S A H I G A O K A

## ご挨拶



医師  
河本 一彦

4月より勤務させていただいております河本一彦と申します。岩手医科大学を卒業後、岩手県立久慈病院、札幌医科大学附属病院を経て現在、当院の認知症疾患治療病棟を担当させていただいております。

先日、慈啓会病院の前の満開の桜の木を見て思わず足が止まり、作家 浅田次郎の「壬生義士伝」という小説の一文を思い出しました。

私が学生時代を過ごした盛岡の中心部、盛岡地方裁判所前には国の天然記念物に指定されている「石割桜」という大きな桜の木があります。周囲21メートルの巨大な花崗岩を割ってエドヒガンザクラが伸びています。根回り4.3メートル、高さ10メートルで、樹齢は300年とも400年ともいわれているこの桜は、毎年4月中旬からきれいに花を咲かせます。

「南部盛岡は、江戸より140里、奥州街道の果てゆえ、西国の様に実りはありもさん。お主らが

豊かな西国の子らと伍して身を立て、国を保つのは並大抵のことではねえぞ。盛岡の桜は石を割って咲く、盛岡の辛夷は北さ向いても咲くんす。んだば、おぬしらも、ぬくぬくと春の来るのを待たねで、石を割って咲け。世にも人にも先駆けて、けっぱれ、花っ子咲かせて見れ。」

「患者を選ばない」を信条に、これまで救急医療、総合診療に携わってきました。東日本大震災では札幌医科大学医療班の一員として、被災地で診療にあたった経験があります。

新しい環境に対応すること、そして慈啓会病院の理念に基づいて、皆様のお役に立てるよう研鑽に努めて参ります。よろしくお願い致します。



《石割桜》  
撮影：河本



# けんさのお話し

検査室 臨床検査技師 町野 美江

「健康診断や病院で検査結果をもらったけど…アルファベットばかりならんでいて、何をみている検査が解らない」そのような経験をされた方は多いと思います。今回は、そのような疑問を解決できればと考え、沢山ある検査項目の中で「酵素」についてご説明させていただきます。

## 「酵素とは？」

酵素は生体の細胞内に存在し、食事で摂取した食物の消化吸収を助けたり、体内のエネルギー供給や色々な成分の合成分解を行っています。細胞が異常に増減したり、破壊が起こると血液中の酵素量も変動します。

## 「酵素の種類」

酵素はとても種類が多く、また正式名はとても長いので一般的には略号で表現されています。今回は数多くある酵素の中で当院検査室で測定を行っている代表的な酵素についてご紹介します。



▲当院検査室で酵素を測定している機械です

略号	正式名	含まれている代表的な臓器	検査の意義・目的	上昇する代表的な病気
LDH (LD)	乳酸脱水素酵素	肝臓、心臓、筋肉(骨格筋)、肺、腎臓、赤血球	各種臓器に広く分布しているのでスクリーニング(1次検査)として検査が行われます	病気は様々で個々の状態によります
AST (GOT)	アスパラギン酸アミノトランスフェラーゼ	心臓、肝臓、筋肉(骨格筋)、腎臓	肝臓病や心臓病の有力な指標 採血前の飲酒や激しい運動の影響を受ける事もあります	肝炎、心筋梗塞、胆のう炎、筋炎
ALT (GPT)	アラニンアミノトランスフェラーゼ	肝臓に最も多く存在	肝臓や胆道の病気の指標	肝炎、胆のう炎
ALP	アルカリホスファターゼ	肝臓、骨、小腸、腎臓、胎盤	肝臓、胆道、骨などの病気の指標	胆汁うっ滞、骨の病気、肝障害
γ-GTP (GGT)	γグルタミルトランスペプチダーゼ	肝臓、胆道	肝臓や胆道の病気の指標 常習飲酒者、飲酒でも上昇します	アルコール性肝障害、胆汁うっ滞、肝硬変
ChE	コリンエステラーゼ	肝臓	肝臓の機能を反映 脂肪肝で上昇します	過栄養、脂肪肝
AMY	アミラーゼ	膵臓、唾液腺	膵臓の病気のスクリーニング(1次検査)として検査が行われます	急性膵炎、耳下腺炎
CK (CPK)	クレアチンキナーゼ	心臓、筋肉(骨格筋)	心臓や筋肉(骨格筋)の病気の指標 採血前の激しい運動でも上昇します	心筋梗塞、筋炎、甲状腺機能低下、けいれん

このように各臓器で含まれている酵素が異なる為、多種類の酵素を検査して異常を示す組合せでどの臓器が障害をうけているかを推定する事ができます。

しかし、異常値を示したからといって必ずしも病気とは限りませんので、詳しくはかかりつけ医にご相談ください。



## 慈啓会病院の各種健診のご紹介

### 健康診断

慈啓会病院では各種健康診断を実施しております。かけがえのない健康のために1年に1回は健康のチェックを!

### 人間ドック

日帰りコース、1泊2日コース(ジャスマックプラザホテルご宿泊付)をご用意しております。

### 特定健診・特定保健指導

40~74歳までの公的医療保険加入者全員を対象とした、メタボリックシンドロームの早期発見を目的とした健診です。

- 上記以外に職場健診も行っております。
- 各健診内容・料金等は当院ホームページをご参照、またはお電話にてお気軽にお問い合わせ下さい。
- 予約制になっておりますので、あらかじめお電話などでお申し込みください。(コースによっては、当日お受けすることができます。受付にてご相談ください。)

TEL:011-561-8292 (担当:医事課)



## 入院患者様の食事の紹介

栄養室 管理栄養士 角張 敬子

栄養部門の取組として患者様に喜ばれる「安全で美味しい食事」を目指し、スタッフ一同心をこめて食事を提供しています。

病院食には一般食と病態別治療食があります。入院患者様の病態により一人ひとりにあった栄養量、食事形態で食事が提供されます。食事形態では常菜食、刻み食、嚥下食(L0、L1、L2、L3)の6種類を患者様の嚥下機能に合わせ提供しています。嚥下食とは、水や飲み物、食べ物が飲み込めなくなったり、肺に食べものが入ってしまったりするために口から食べられなくなった方が、食べられるようにするための食事です。

特に嚥下障害のある方には、口から食べることの大切さを念頭に、少しでも食べて頂けるよう個人対応の充実をはかり、高齢化に伴う嚥下能力低下を防ぐため摂食嚥下訓練を早期に実施しチームで活動しています。

その他、季節や行事に合わせた行事食では、毎月行っている誕生会献立、特に秋の食事会とクリスマス会では、腹話術、フラダンスのボランティア様と食事を摂りながら、楽しいひと時を過ごして頂いています。また、嗜好に合わせ選んで頂けるセレクト食を毎月行い、「おいしく、楽しく食べて元気になって頂きたい」との思いを込めて、食事を提供しています。



### 行事食をご紹介します

#### メニュー

- 桜ご飯 ● 天ぷら ● 菜の花の白和え
  - かぶの酢の物 ● すまし汁 ● 柏餅
- エネルギー:653kcal 食塩:2.9g

### 菜の花の白和えをご紹介します

#### ポイント

- ① 豆腐はゆでて水切りし、まとまりやすくします。
- ② 生クリームを加えることで、のどの通りがなめらかになり、やさしい味に仕上がります。
- ③ 菜の花を「皮をむいたナス」や「薄くスライスしたブロッコリー」を使うと、食べやすくなります。

#### 【材料】(1人分)

- ★菜の花:50g ★絹ごし豆腐:70g ★飾り:ゆかり
- 砂糖:小さじ2/みりん:小さじ1/味噌:小さじ2
- うすくち醤油:小さじ1/生クリーム:小さじ1

#### 【作り方】

- ① 菜の花は食べやすい大きさに切りゆでる。
- ② 豆腐は角切りにして、ゆでてザルに上げ、水気を切る。
- ③ ②に□を入れ、フードプロセッサーにかけるか裏ごしする。
- ④ ①の水気をしっかり切り和える。
- ⑤ 器に盛り付ける。
- ⑥ ゆかりを飾る。



## 糖尿病教室

# 糖尿病カンパセーションマップに参加しませんか



糖尿病のことをもっと知りたいけれど、難しそうで嫌だなと思っていませんか?

糖尿病カンパセーション・マップ™では、糖尿病について楽しく学ぶことができます。日本糖尿病協会が中心となって普及活動を行なっています。

5~10人のグループになり、境遇を共にする患者さんの体験を聞き、糖尿病について話し合います。「他の患者さんと話すことができ楽しかった」、「悩んでいるのは自分だけじゃないことがわかった」など、皆同じだということがわかり、明日からの生活の励みにつながっています。

是非、皆さんも、一度体験してみませんか?

- 対象:糖尿病患者様・ご家族様 ● 会場:1階内科外来待合
- 日程:平成26年6月25日 水曜日 11~12時
- プログラム:マップの体験(スタッフがお手伝いします)
- 参加費:無料 ● 応募人員:5~7名

興味のある方は、外来スタッフまでご連絡ください。

#### 担当

栄養室 糖尿病療養指導士 角張 敬子

### 糖尿病が気になるあなたへ

当院では平成24年4月から糖尿病教室を開催しています。各専門分野を話し、患者様の支援をさせていただくために、毎月テーマを変えて開催しておりますのでお気軽にご参加ください。2014年4月から4クール目が始まります!

●●●●●糖尿病教室開催スケジュール●●●●●

※2013 4月23日	「糖尿病と認知症」	医師 (川原美子)
※2013 5月28日	「糖尿病と運動について」 〜「歩く」ことの効果〜	理学療法士 (西本直幸)
※2013 6月25日	「糖尿病カンパセーションマップ」 (グループ体験)	管理栄養士 (角張敬子)
※2013 7月23日	「インスリン療法を知ろう」	薬剤師 (小川敬子)
※2013 8月27日	「糖尿病性神経障害について」	看護師 (藤田真美)
※2013 9月24日	「糖尿病と検査」	臨床検査技師 (町野美江)
※2013 10月22日	「高齢者の糖尿病」	医師 (塚本一彦)

開催テーマは変更になる場合がございます。ご了承下さい

開催日:毎月第4水曜日  
時間:11時~11時30分  
場所:病院1階内科外来待合

慈啓会病院 糖尿病診療チーム