

# 菴んおとし子

t a t s u n o t o s h i g o



## CONTENTS

### 目次

- 02 | 人事異動のご案内
- 03 | 腸内細菌と病気について
- 04 | 糖尿病の新しい薬 SGLT2阻害薬
- 05 | 作業療法のハテナ？
- 06 | 血液検査でわかること
- 07 | いっただきまーす
- 08 | 地域医療を学ぶ
- 10 | おじゃましまーす／掲示板
- 11 | エコーのひみつ
- 12 | 外来診療カレンダー

2016

No. 48

2016.5.15

# 人事異動のご案内

4月の定期人事異動により、病院職員に異動がありましたので、ご案内します。4月からも、益々地域の皆さまに寄り添った医療を提供し、安心して生活できるまちづくりに貢献したいと思いますので、よろしくお願いいたします。

## ■ 転入・転出

	新			旧	
	所属名	職名	氏名	所属名	職名
転入	生月病院	主査	田崎大二	生月支所	主査
転出	生月支所	主任主事	内山守紋	生月病院	主任主事
新規	平戸市民病院	部長医	麻生重仁		
新規	平戸市民病院	看護師	平山恵梨		
新規	平戸市民病院	看護師	神田真実		
新規	平戸市民病院	理学療法士	山口善弘		

## ■ 病院間の異動

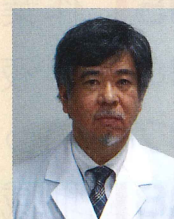
病 院	新		旧	
	職名	氏名	病 院	職名
平戸市民病院	看護師	嵯本要一郎	生月病院	看護師
平戸市民病院	看護師	廣田聡美	生月病院	看護師
生月病院	主任	年徳裕美	平戸市民病院	リハビリテーション班長
生月病院	主任	山西由美	平戸市民病院	主任
生月病院	看護師	廣田健治	平戸市民病院	看護師

## ■ 退職

病 院	職 名	氏 名	所 属
平戸市民病院	医療監	賀來俊	医局
平戸市民病院	准看護師	藤澤すみ子	療養棟看護班
生月病院	臨床検査技師（パート）	氏田一恵	臨床検査班
生月病院	総看護師長	江口美砂子	看護部
生月病院	総技師長	橋口功	検査部

押淵院長の市民病院に対する思いや理念に共感し、医師としてお役に立てればとの思いで赴任いたしました。地域の皆さまの健康維持に微力ながら貢献したいと思っております。そして、この地域は、少子高齢化が進み、多くの課題を抱えています。皆様が安心して医療を受けることができる環境を守っていただけるよう精進いたします。

本年4月から、平戸市民病院に勤務することになりました。以前は、地域医療に長年従事していましたが、この数年は県の行政医として北保健所長の任にありましたが、臨床を離れていました。電子カルテ、治療法、新薬など日新月歩の医療を実感しています。医局をはじめ、院内のスタッフと協力しながら、診察に努めていきたいと思っております。主に内科を担当いたしますが、肝臓病を専門としていたため、ご相談がございましたら、お気軽にお越しください。



一括挨拶

医師 麻生 重仁  
前任職  
長崎県北保健所所長

## 腸内細菌と病気について

平戸市民病院医師 飯野 俊之

**ヒ**トの腸管内には人体に有用な善玉菌と癌などを引き起こす悪玉菌があり、合わせて1000種類、600兆個の腸内細菌が常在しており、ヒトの細胞数（60兆個）の10倍の細菌が住み着いています。

悪玉菌の代表は胃に生息するヘリコバクター・ピロリ菌で、汚染された井戸水などから感染することが知られており、胃潰瘍や胃がんを引き起こします。抗生物質とプロトンポンプ薬の組み合わせでピロリ菌の除菌成功率は90%を超え胃がんの予防が可能になりつつあります。下部腸管に生息しているウェルシュ菌はアミンやフェノールといった発癌物質を作り出し、大腸癌などを引き起こすようです。食中毒で腸炎を起こすカンピロバクター菌（C.jejuni）は急性の運動麻痺を来す末梢神経障害（ギランバレー症候群）を自己免疫性機序で発症させます。セグメント細菌と難病の多発性硬化症との関連もトピックスです。悪玉菌のある種は善玉菌の働きを阻害することで全身炎症を惹起しインスリンの抵抗性を高め肥満や糖尿病を引き起こすことが最近わかってきました。

**善**玉菌のある種はビタミンを産生し、またヒトが消化できない食物繊維を菌独自の酵素で短鎖脂肪酸に分解し我々に必須の酢酸、酪酸、プロピオン酸を供給します。我々は善玉菌との共生によって食物繊維からエネルギーを獲得できているのです。ビフィズス菌は善玉菌の代表ですがブドウ糖を酢酸、乳酸に分解し大腸を酸性環境にすることで悪玉菌の増殖を抑えています。善玉菌を優勢にする食品としてオリゴ糖があり、ビフィズス菌を増やすことができます。

肺炎などで抗生物質を使用する場合も腸内細菌叢が乱れます。デフィルス菌による偽膜性腸炎から下痢が引き起こされます。バンコマイシンなどの抗生剤で治療しますが、欧米では難治例に健康者の大便を十二指腸に注入移植し腸内細菌の乱れを改善させる治療法も成果をあげています。近年、肥満の治療法として健常者の大便を肥満者の腸内に移植する研究もされているようです。

悪玉菌と善玉菌のバランスの乱れが花粉症やリウマチ、喘息などのアレルギーの病気と関連することもわかってきました。

**長**寿の民族で知られる東欧ブルガリア人は古来ヨーグルトを良く食べます。ヨーグルトには腸内の善玉菌を増やし悪玉菌を減らす整腸作用があり、便秘や下痢などの改善、さらには発癌予防、アトピー性皮膚炎や花粉症の軽減、インフルエンザ感染予防、ピロリ菌低減などの有用性が報告されています。

食事の西洋化が進み、ハム、ソーセージなどの加工肉やトランス脂肪酸の過剰摂取が大腸癌を増加させており、がん予防の観点から納豆、みそ、漬物などの発酵食品の摂取が腸内細菌のバランスを整えるのに役立ち日本人のさらなる「健康で長生き」に寄与するものと思います。



▲腸内細菌のイメージ

# 糖尿病の新しい薬 SGLT2阻害薬

生月病院医師 小村 哲永

**糖**尿病の治療において、食事療法・運動療法が基本なのは言うまでもないのですが、それに加えて薬物療法がおこなわれます。これまで、内服ではSU薬、 $\alpha$ GI、ピグアナイド、チアゾリジン薬、即効型インスリン分泌促進薬、DPP4阻害薬、加えて皮下注射薬としてインスリン製剤、GLP-1受動体作動薬と、作用機序の異なる様々な薬が開発されてきました。

これらの薬剤は、作用機序は違っても、いずれも、インスリンの分泌を促したり、インスリンの効きを良くしたり、あるいは糖の吸収を遅らせたりという効果のものでした。しかし、2年ほど前からSGLT2阻害薬というこれまでの薬剤とは作用機序が全く異なる薬剤が出てきました。そこで、そのSGLT2阻害薬について、簡単にご説明したいと思います。

SGLTとは、sodium glucose cotransporter (sodium glucose transporter) の略で、「ナトリウム・グルコース共役輸送体」と呼ばれるタンパク質の一種のことです。SGLTは、体内でグルコース（ブドウ糖）やナトリウムといった栄養分を細胞内に取り込む役割を担っています。

SGLTの種類はいろいろあり、体内のさまざまな場所に存在していますが、SGLT2に限っては、腎臓の近位尿細管という場所に限定的に存在しているのが特徴です。近位尿細管は、血液中から取り出して必要なものを体内に取り込み、不要なものを尿として排泄する働きをします。この過程において、SGLT1とSGLT2は、グルコースを栄養分として細胞内に取り込む役割を担っています。近位尿細管で再吸収されるグルコースのうち、90%はSGLT2の働きによるもので、残りの10%はSGLT1の働きによるものです。

これまでの糖尿病治療薬は膵臓に作用し、最終的にはインスリンを出すことで血糖コントロールを改善するものでした。SGLT2阻害薬の大きな違いは、腎臓に作用する治療薬であるということ。膵 $\beta$ 細胞を酷使するわけでもなく、インスリン分泌の有無を問わず、腎臓の機能そのものへの負担はありません。あくまでも、その作用は腎臓の近位尿細管内にとどまり、他の治療薬のメカニズムに影響を与えることもないため、組み合わせによってはより大きな効果を引き出すことが期待されています。SGLT2阻害薬のメリットとして以下のように考えられています。インスリン分泌に依存しない作用機序のため、低血糖の心配が少ない。

体重減少効果

血圧低下

脂質改善（LDLコレステロール、HDLコレステロール、トリグリセリド）…など

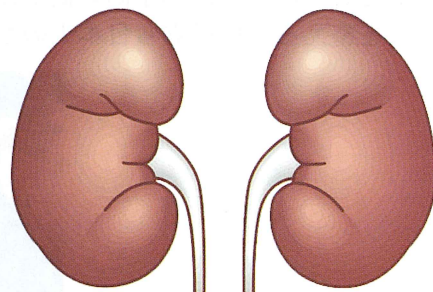
ただし、いいことばかりではなく、以下のような問題点も指摘されています。

多尿による脱水。特に腎機能が低下している患者、高齢者には注意が必要です。

尿糖が頻発することによる尿路感染症

性器感染症（特に女性）

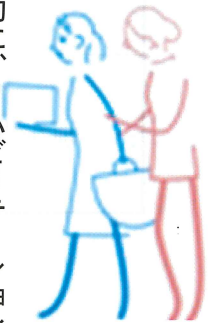
血糖値が正常でも尿糖が出る…など。



したがって、症例を選びながら使用していく必要があります。しかし、糖尿病の治療の大きな選択肢のひとつであることには間違いはないと考えています。血糖が気になっている方、糖尿病で受診中の方、お気軽に近くのスタッフに相談してください。

※参考：糖尿病リソースガイド

# 作業療法のハテナ？



病院には、ケガや病気の回復・予防を目的に、リハビリテーション部門があります。リハビリといっても、その性質により①理学療法、②言語聴覚療法、③作業療法に分類されますが、その違いは、わかりづらいものです。

今回は、その中でも「作業療法」について、市民病院で取り組んでいる様子をご紹介します。

## 市民病院リハビリ科の歴史

旧紐差病院において、昭和63年に、平戸市内で初めて、理学療法科を設置しました。当時、リハビリという言葉は一般的ではなく、理学療法士の確保も難しい時期に、先駆的な取り組みとしてスタートしました。

平成15年には、平戸市民病院にて、作業療法部門がスタートし、こちらも平戸市内初めての開設となりました。平成25年に言語聴覚療法部門が設置されることで、現在のリハビリテーション科となりました。市民病院のリハビリは、常に最新の施術を提供できる体制をとっています。



## 「作業療法って何をやるの？」

座る・立つ・歩くなど、一般的な身体動作のリハビリを行う理学療法に対して、作業療法は、日常生活を送るうえで、必要な動きの獲得を目指します。つまり、患者さんの「やりたいことをしたい！」その気持ちを引き出すことで、生活の幅を広げて、その人らしく活き活きとした生活を送ることを支援します。

たとえば、食事やトイレの練習、着替え、調理や掃除など簡単な家事、買い物や散歩など、外出する練習などです。

患者さんのライフスタイルに合わせて、必要な訓練を行い、自宅で安全に生活できるようにするのが目標です。

さらに、趣味や生きがいの幅を広げることで、認知機能に対する訓練も実施しています。

## 認知機能に対する取り組み

日常生活を送るうえで、障害をきたす疾患としては、第1位が脳卒中、第2位が認知症と言われています。認知症のうち、最も多いのが、アルツハイマー型認知症で全体の7割弱となっています。

### ◆認知症の特徴

- ・日時や今いる場所がわからない。
- ・モノや人の名前が思い出せない。
- ・これまでの興味や関心が低下する。

このように、記憶や意欲の低下がみられることから、作業療法部門では、認知症の予防や機能維持を目的として手先を動かす作業や、頭の体操を行っています。

患者さんの趣味や関心に合わせて、メニューを展開しており、和裁・園芸・編み物・計算・間違い探しなど、楽しみながら、無理なくできる範囲で取り組む工夫をしています。

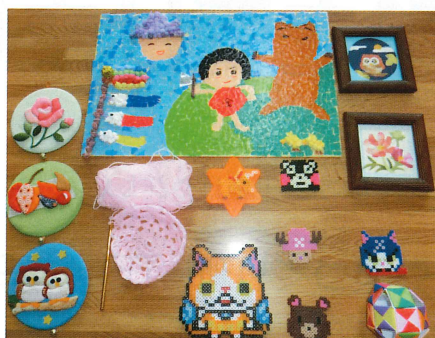
## 家庭でもできる認知症予防

日ごろの生活の中で、記憶や意欲の低下を起さないよう心がけることが必要です。具体的には、

- ①定期的に散歩をする。
- ②新聞や本を音読する。
- ③日記をつける。
- ④趣味や日課を見つける。
- ⑤対人交流を積極的に行う。

このように、生活の中で五感を刺激し、活動的な生活を行うことで認知症を予防できます。

患者さんと一緒に訓練をしていると、職員の方が教えてもらうことも多くあり、和気あいあいとした時間を過ごしています。ご心配なことや、お困りのことがあれば、市民病院の作業療法室へお尋ねください。



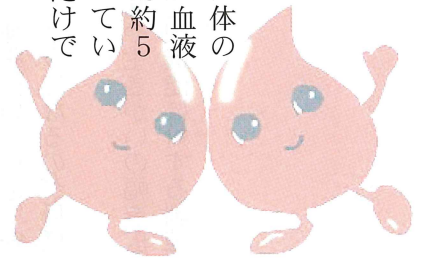
▲患者さんと作った手芸品



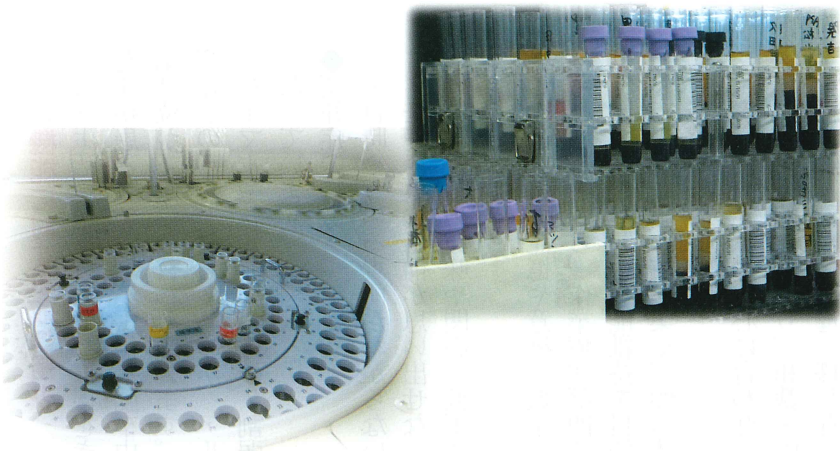
▲作業機能訓練に使う器具など

# 血液検査でわかること

病気の疑いがあるとき、血液検査をすることで、体の調子や、不調なところを特定することができます。血液は、人間の体の約7〜8%を占め（体重70kgの人で約5kg）、呼吸や栄養・ホルモンの運搬に大きく関わっていますので、血液を調べることで、病気を特定するだけでなく、現在の健康状態までわかってしまうのです。



主な成分	調べるとわかること
白血球	白血球は細菌などから体を守る働きをしています。数値が高い場合は、細菌などに対抗するためと考えられます。この場合、何らかの炎症、腫瘍、ウイルス感染症、薬物アレルギー、再生不良性貧血などが疑われます。
赤血球	赤血球は肺で取り入れた酸素を全身に運び、不要となった二酸化炭素を回収して肺へ送る役目を担っています。赤血球の数が多すぎれば多血症、少なすぎれば貧血が疑われます。
ヘモグロビン	ヘモグロビンとは赤血球に含まれるヘムたんぱく質で、酸素の運搬役を果たします。減少している場合、鉄欠乏性貧血などが考えられます。
ヘマトクリット	血液全体に占める赤血球の割合を表します。数値が低ければ鉄欠乏性貧血などが疑われ、高ければ多血症、脱水などが考えられます。
血小板	血小板は、出血を止める役割を果たしています。数値が高い場合は血小板血症、鉄欠乏性貧血などが疑われ、低い場合は再生不良性貧血などの骨髄での生産の低下などが考えられます。



血液の検査ではこのほかにも多くの情報を得ることができます。生活習慣病を事前に察知することも可能ですし、その対策をとるために必要なことを知ることもできます。しかし、一度の検査では、異常かどうか確定するのは難しい事もあるため定期的に検査を受け、自分の体がどのような状態なのかチェックすることが重要です。職場や地域で行っている健康診断でも、血液検査を実施しますので、必ず受診しましょう。

## 特定健診を受けましょう！

今回ご紹介した血液検査はもちろん、尿検査や内科診察を行う特定健診を各地区で実施します。対象となる人には、お知らせが届きます。実施日や詳しいお問い合わせは、下記へお願いします。

保健センター 健康づくり班 TEL (0950) 57-0977

### 材料 (2人分)

- ・合挽肉 50g
- ・玉ねぎ (みじん切) 50g
- ・人参 (みじん切) 10g
- ・ピーマン (みじん切) 10g
- ・にんにく (みじん切) 1g
- ・生姜 (みじん切) 1g
- ・サラダ油 3g
- ・薄力粉 6g
- ・塩少々
- ・こしょう 少々
- ・濃口しょうゆ 小さじ1/4
- ・カレー粉 1.5g
- ・トマトケチャップ 9g
- ・福神漬 ・パセリ
- ・ウスターソース 8g
- ・コンソメ (顆粒) 小さじ1/4
- ・水 30ml
- ・ナツメグ 少々

### 作り方

- ①鍋に油、生姜、にんにくを入れ火にかけて、香りを出し、挽肉、玉ねぎ、人参、ピーマンを炒める。
- ②小麦粉を振り入れ、調味料・水を加え、しばらく煮込み、野菜に火が通り、盛り付ければ出来上がり！

献立：株式会社LEOC



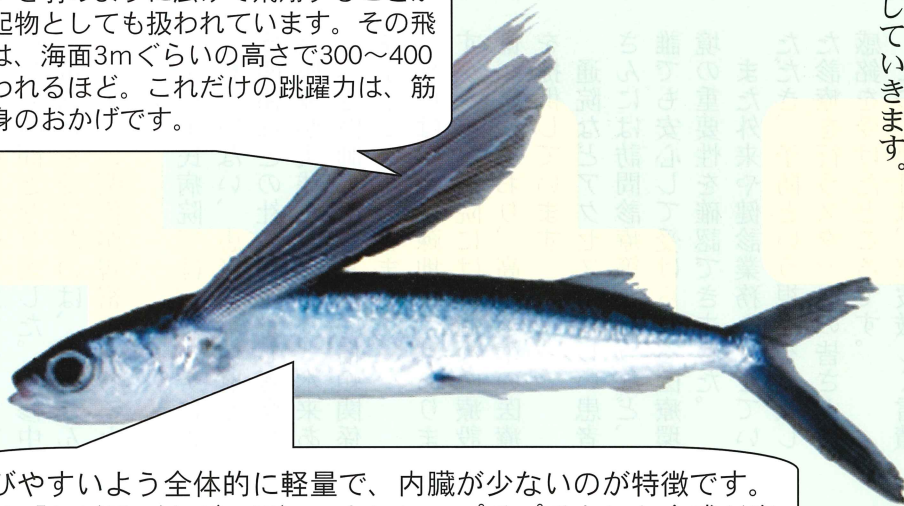
いっただきまー☆  
栄養管理室だより

## 給食に☆ドライカレー

今回は、病院の給食でも提供しているメニューで、人気の高いドライカレーのレシピを紹介します。栄養のバランスとカロリー控えめなのに、しっかりおいしい一品です。  
ご家庭でもぜひお試しください。

## ！平戸の食材で豊かな食事を！

胸ビレを羽のように広げて飛翔することから、縁起物としても扱われています。その飛行距離は、海面3mぐらいの高さで300~400mといわれるほど。これだけの跳躍力は、筋肉質な身のおかげです。



飛びやすいように全体的に軽量で、内臓が少ないのが特徴です。卵は「トビ子 (とびっ子)」といい、プチプチとした食感が楽しめます。すし種などにされます。

10月頃に旬を迎えるご存じ「アゴ」ですが、軽快に水面を飛ぶ姿からもわかるように、身軽で筋肉質な魚です。脂肪分が少なく、高タンパク、低カロリーな食材です。  
今回は、皆さんがよく知る「アゴ」を栄養面から解説していきます。

## ▼トビウオ (飛魚) (アゴ)

### ◆栄養コメント◆

見た目は青背魚ですが、運動量が多くもともと脂肪が少ないため、不飽和脂肪酸もDHA(ドコサヘキサエンサン)が多い。栄養的には白身魚に近い特徴を持っている。ビタミンB群も豊富。

### ◆選び方◆

- ①身にはりがある。
- ②皮が青く光り輝いている。
- ③目が澄んでいて、濁ったり赤くなっていない。
- ④ウロコがしっかりついているもの。

平戸市民病院と生月病院には、年間を通じ多くの研修医の皆さんが地域医療を学びに来ています。慣れない土地や言葉に囲まれて、研修生活を送られるみなさんの声を紹介します。  
なお、研修医の皆さんのレポートは長崎大病院へき地病院再生支援・教育機構のホームページ (<http://hekichi-hyoinsai.net>) に掲載しています。

## 「チーム医療」と「地域包括的医療」

女子3名で研修させていた、横濱生まれの3人にとつてとても新鮮なことだらけでした。

綿密なスケジュールの中で、診療以外にもコメディカルの方々の仕事内容なども体験することができ、平戸市民病院が掲げる「チーム医療」と、地域の「包括的医療のあり方」について深く考えることができました。

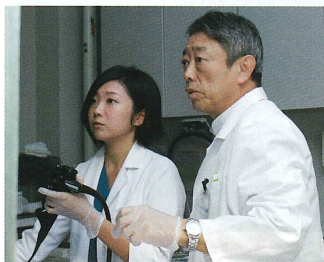
週末には市内はもちろん、九州各地へ観光に出掛け、なかなか来ることのできない地域も満喫しましたし、おいしい物もたくさん食べました。公私共に充実した研修期間でした。

1か月間、平戸市民病院の皆さんには大変お世話になりました。とても貴重な経験ばかり、ありがとうございました。



奥山 志織  
横浜市立市民病院

期間 11月30日～12月25日



熊谷 有香  
横浜労災病院

期間 11月30日～12月25日



渡部 晃子  
北里大学病院

期間 11月30日～12月25日

## 誰でも受けたい医療

平戸での研修は私たちにとつて貴重な時間となりました。研修中一番感銘を受けたのは、患者さんと医師との関係が親密であることでした。

平戸市民病院では、カルテに書かれていない、患者の職業歴や家族関係などの社会的背景も考慮した医療が実践されており、本来あるべき医師と患者さんの信頼関係を学ぶことができました。

平戸は医療過疎地域ではありませんが、市民病院には快適な医療設備が整っており、高い水準の医療を提供しています。

通院などアクセスの難しい患者さんには訪問診療等を行うなど、誰でも安心して受けられる医療環境の重要性を確認できました。

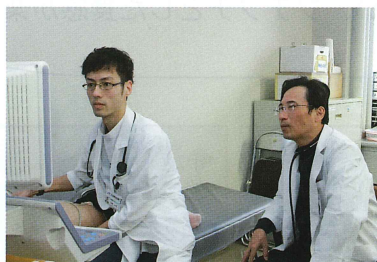
また外来や健診業務をさせていただき、予防という視点を意識した診療を行うスタッフの皆さんに感銘を受けたところです。

この1か月は、寒波厳しく雪積もる日もありましたが、皆さんの温かいご支援のおかげで沢山の研鑽を積むことができました。ありがとうございました。



佐藤 航大  
横浜労災病院

期間 1月4日～1月29日



柿崎 元恒  
広島鉄道病院

期間 1月4日～1月29日



米田 勝彦  
神鋼記念病院

期間 1月4日～1月29日



## “人”を“診る”

生まれて初めて訪れた九州・平戸。慣れない土地での生活に当初は淋しさや心細さが募り、戸惑うことも多々ありましたが、そんな私たちを平戸の方々は温かく迎えてくださいました。段々畑に透ける海と岩浜、歴史を想わせる教会夜には満点の星空……美しい景色に、心優しい人々に、気づけば目も心も奪われていました。

平戸の医療は地域の方々や、患者さんの生活に寄り添っていて、用いられる知識や技術こそ最先端が導入されていても、どこか昔の時代の診察風景を想起させる空気を纏っていました。今まで“医学”を学んできた私たちは、どうしても“疾患”に目が向き、病気を見つけては治療しようとしみます。それが医師としての仕事でもあると思います。しかし、本当に診るべきは病気を抱えた“人”であるのだと、改めて実感しました。この地で多くの人に出会い、時にへき地医療の現実を目の当たりにし、様々な経験をすることは、私にとって貴重な財産です。

皆さんのおかげで、1か月間楽しく充実した日々を過ごすことができました。本当にありがとうございました。



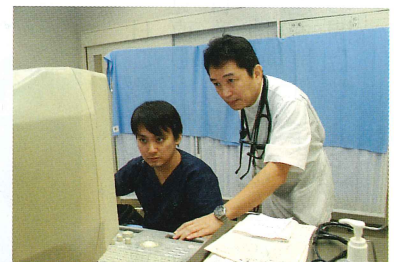
宮本 麻美  
横浜市立市民病院

期間 2月1日～2月26日



二階堂 有加  
静岡済生会総合病院

期間 2月1日～2月25日



枝廣 龍哉  
日生病院

期間 2月1日～2月26日

## 豊かな自然と地域医療

生月病院で1か月間の研修をさせていただきました。

午前中は外来診療を勉強させていただき、午後は往診や、地域の学校での保健活動への参加などをさせていただきました。これまで経験することができなかった地域医療に携わることができ、大変勉強になりました。また、海と山に囲まれた生活がとても新鮮で、いい経験になりました。まったく釣れませんでした。休日にした釣りも楽しかったです。

生月病院の先生方、スタッフの皆さんに、この場をお借りして感謝申し上げます。1か月間大変お世話になりました。また、何らかの形で生月に来たいと思います。今月、経験させていただいたこと、学ばせていただいたことを活かしながらがんばっていききたいと思えます。



源馬 拓  
横浜労災病院

期間 11月30日～12月25日

## 地域に溶け込む医師に



柴宮 夏子  
嬉野医療センター

期間 2月1日～2月26日

インフルエンザが流行る中、1か月間研修しました。外来診療で新患に当たらせてもらい、考えていくプロセスを学べたことは、後期研修に向けてもよかったと思います。往診や訪問リハビリ、学校保健、介護認定審査会などにも参加させていただき、地域での保健活動を知ることができました。腹部エコーをしたり、グラム染色をしたりと普段の診療では技師さんをお願いして結果だけみてしまうことも、教わりながら実際に行うことができました。また魚が大変おいしく、調理方法を検討したり、漁師の方にさばき方を教わったりと、勉強になりました。生月のような温かい地域で研修でき、とても幸せでした。より地域に根差した医療を心掛けたいです。

# おじゃましまーも！ 平戸市民病院

出前講座  
盛りだくさんのテーマで、健康講座を開催しました。

平戸市民病院では、地域の皆さんの健康促進のお手伝いをするため、各地の公会堂などにおじゃまして、出前講座を実施しています。今回は、宝亀4地区にスタッフ13名でおじゃまし

## 今回の講演内容

- ・インフルエンザについて
- ・タバコによる生活習慣病について
- ・減塩による食事療法について
- ・気軽にできるリハビリ体操

日ごろの食生活や運動不足を見直し、健康な体を維持して毎日楽しく生活しましょう。  
地域の皆さんのご依頼で、講座を開催しますので、お気軽にお問合せください。



**平戸警察署より感謝状授与**  
平戸市民病院は、地域の基幹病院として、事件や事故の際、検死や救急医療の提供など、警察捜査の一躍を担っています。これまでの積極的な捜査協力が評価され、この度、平戸警察署長より感謝状を頂きました。  
今後、地域の安心・安全を守るため、益々皆さんのお役に立ちたいと思います。



婚礼予約 受付中

Seaside Wedding



平戸海上ホテル

〒859-5102 長崎県平戸市大久保町2231-3

ご予約・お問合せ TEL/0950-22-3800 <http://hiradokaiyohotel.co.jp>

エコー検査は、超音波を使って、患者さんの腹部臓器を視覚的に診断する検査です。CTやX線検査と違い、被ばくがありません。短い時間でたくさんのお話をすることができますので、手軽で有効な検査と言えます。

今回は、ある病気を予見できるとされる、“頸部動脈エコー検査”についてお届けします。

# エコーの臨床検査班 ひらど



**●どんな病気が見つかりますか？**  
 動脈の中には、コレステロールなどが固形化し、「プラーク」と呼ばれるコブができることがあります。このコブが血管内部で剥がれて、脳に流れてしまうことで、脳の細い血管を詰まらせ、脳梗塞を引き起こす原因となります。この検査は、病気を即座に発見するというより、将来の病気のリスクを知るといった意味合いが大きいものです。

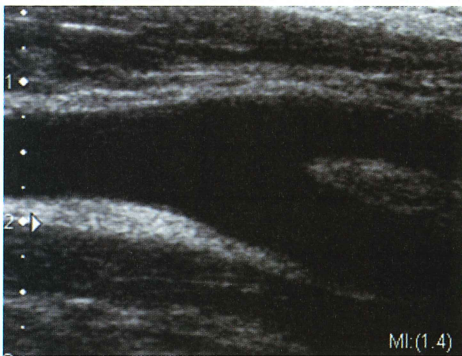
**●どんな検査ですか？**  
 頸部（あごの下あたり）にエコーをあてて、動脈の内部の様子を診ます。  
 左右両方の頸動脈を診るのに所要時間は、およそ20分です。  
 動脈の壁の厚さを見たり、不純物が溜まって、血管を狭めていないかをチェックします。



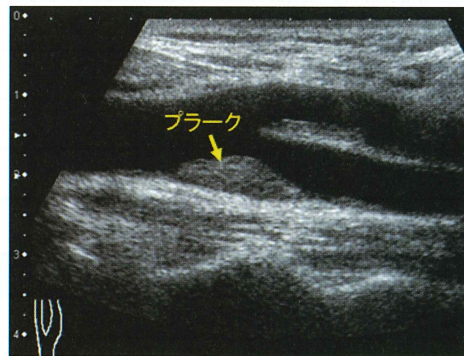
**●どうすれば検査を受けられますか？**  
 高血圧や動脈硬化の既往歴がある人は、かかりつけのお医者さんと相談のうえ、検査することができます。日ごろの生活習慣に不安がある人は、病院を受診して、お医者さんと検査の必要性を相談してください。

**●どんな人に検査をすすめますか？**  
 コレステロールなどの不純物を見つかる検査ですので、日頃から喫煙や飲酒、脂っこいものが大好きな人などで、生活習慣病の心配のある人におすすめる検査です。  
 検査では、痛みもなく、時間もかからないため、手軽に、脳梗塞のリスクを診察することができます。  
 生活習慣に気をつけていても、年齢を重ねるにつれて、「プラーク」ができるリスクは高まりますので、定期的に検査を受けることが大切です。

**●検査で脳梗塞のリスクを発見！**  
 左の写真は、正常な頸動脈とコブのようなプラークが見られる頸動脈のエコー画面です。本来は、血液がきれいに流れる血管ですが、加齢や生活習慣により、血管を詰まらせてしまいます。このように、頸部動脈エコー検査では、比較的簡単に病気のリスクを発見できます。



▲正常な頸動脈



▲プラークが見られる頸動脈

## 平戸推奨

— ふるさとの味 —

# ひらどロマン

平戸市森林組合

(有)井元産業 しいたけ生産部

平戸しいたけ生産組合

平戸市宝亀町91-1  
TEL 0950-28-0300

平戸市戸石川町7-1  
TEL 0950-22-3104

平戸市戸石川町7-2  
TEL 0950-23-8161

# 外来診療カレンダー

## ■平戸市民病院

担当医師	診療科	月		火		水		木		午前	午後
		午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後		
池田 柊一	内科	○		○ 第1、3、5		○ 第2、4	△	○			
押淵 徹	外科	○		○							
鮫島 志郎	救急科	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
堤 竜二	外科	○		○		○		○		○	
飯野 俊之	内科	○	△	○		○	△	○		○	
麻生 重仁	内科	○	△	○		○	△	○			○
濱田 貴幸	小児科/外科	○		○		○		○		○	
鮫島 直美	整形外科	○		○		○		○		○	
中桶 了太	内科	○	△		○	○				○	
折出 光敏	内科			○		○		○	○	○	
九州大学派遣医師	眼科	○	○	○							

(派遣医師)

担当医師	診療科	所属	診療日
調 漸	神経内科	長崎大学病院	毎月2回(詳しい予定は、市民病院へお問い合わせください。)
徳永 毅	透析	徳永泌尿器科医院	毎週土曜日
賀来 俊	内科	井上病院	毎月第1、第3火曜日(5月は第2、第4火曜日)
北川 直毅	脳外科	長崎労災病院	毎月第2火曜日

## ■生月病院

※月曜日、水曜日の「△」は、輪番制です

担当医師	診療科	月		火		水		木		金	
		午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
山下 雅巳	内科	○		○		○		○		○	
小村 哲永	内科	○		○	○	○		○		○	
中村 宏	内科/外科	○		○		○	○	○		○	○
石塚 由実子	内科/外科	○	○	○		○		○	○	○	

(派遣医師)

担当医師	診療科	所属	診療日
山崎 隆	泌尿器科	青洲会病院	毎月最終水曜日
小林 誠	整形外科		5月16日(月)~20日(金) 午前中
			6月13日(月)~17日(金) 午前中
			7月11日(月)~15日(金) 午前中
折出 光敏	整形外科	平戸市民病院	小林医師が診察する週以外の火曜日
池田 柊一	血液内科	平戸市民病院	毎月第2火曜日
松永 和雄	循環器科	伊万里有田共立病院	毎月第4金曜日
前田 邦彦	眼科	まえた眼科	3か月に1回(詳しい予定は、生月病院へお問い合わせください。)

【編集・発行】平戸市立病院広報委員会 【印刷】有限会社ケンホクプリント

- 国民健康保険平戸市民病院 〒859-5393 長崎県平戸市草積町1125番地12 ☎0950-28-1113 Fax 0950-28-0800  
ホームページ <http://hirado-municipal-hospital.com/>
- 平戸市立生月病院 〒859-5704 長崎県平戸市生月町山田免2965番地 ☎0950-53-2155 Fax 0950-53-3009  
ホームページ <http://ikitsuki-hospital.com/>