

南長野 医療センターだより

Minami Nagano Medical Center

2022.10 No. 15
TAKE FREE

特集

腎臓内科

index

特集「腎臓内科」	2
病院のお仕事「ジョブ」	8
栄養科 健康レシピ	10
リハ通信	12
トピックス	13
診療担当医	14



腎臓内科

はじめに

腎臓は、内臓の中では、あまり有名ではない臓器のひとつではないでしょうか。尿路結石の時の激痛以外には、あまり痛みを訴えることも多くなく、静かな臓器のひとつです。

腎臓は、まず、第一に尿を作ることを、主な役割としています。尿をつくることで、体内の水分量を調節し、血圧を調節し、体内の老廃物を体外へ排出し、全身状態をととのえています。



篠ノ井総合病院
腎臓内科部長

まきの やすし
牧野 靖

- 日本腎臓学会腎臓専門医・指導医
- 日本透析医学会専門医・指導医
- 日本内科学会認定医・総合内科専門医

腎臓の形と働き

腎臓は背中側の左右に一つずつあり、握り拳大の空豆の形をした臓器です。赤いインゲン豆でキドニービーンズ（腎臓豆）と呼ばれる豆があります。外観はそっくりです。

腎臓は非常に大量の血液がながれている臓器であり、心臓から送ってきた血流の四分の一が腎臓に送られてこまっています。腎臓に送られたこれらの血液は、腎臓の「糸球体」と呼ばれる部位でろ過され、



キドニービーンズ（腎臓豆）

尿が作られます。糸球体でろ過された尿は、尿細管や集合管と呼ばれる腎臓の部位で、電解質・水分（塩分など）や蛋白質など体に必要な成分は再吸収されてしまいます。腎臓から出るころには、当初の1%程度まで減ってしまいます。

この尿は尿管、膀胱、尿道を経由して体外に放出されます。

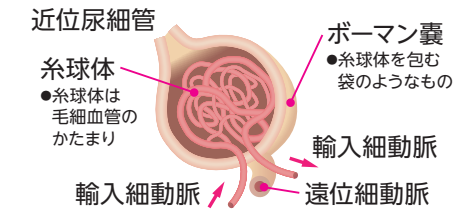
腎臓は主に尿を作ること、体内の水分・塩分の調整をしていますが、それ以外にもいくつかの機能があります（表1）。

表1

腎臓の主な機能
①体内の水分・塩分量の適正化
②血圧の適正化
③カリウムの適正化
④カルシウム・リンの適正化
⑤血液（赤血球）の産生の調整

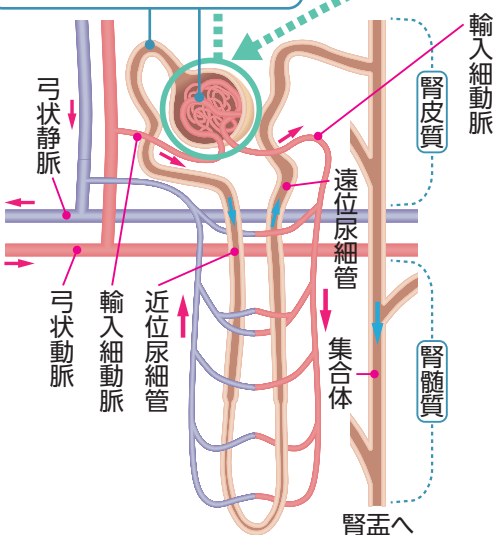
腎小体の断面

（糸球体とボーマン嚢）

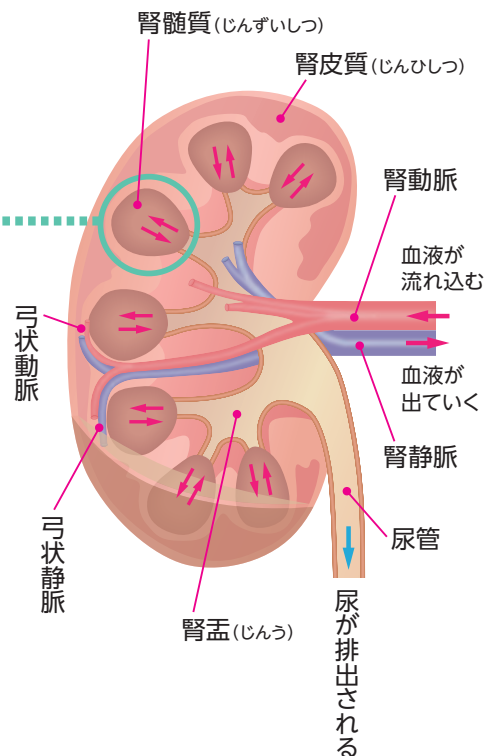


ネフロン

（糸球体と尿細管からなる）



腎臓の内部



これらの機能が破綻すると①体内に水分が貯留（心不全、呼吸困難、浮腫）したり、脱水になり

②高血圧を来たし③体内にカリウムが過剰に蓄積（不整脈、心停止）④カルシウムが欠乏、リンが

蓄積（手足の痙攣、骨折、動脈硬化の促進）⑤貧血が悪化（呼吸困難）したりします。また尿毒素の蓄積は、食欲不振、倦怠感、嘔吐、かゆみを引き起こします。

また腎機能の低下にともなうリンの上昇が、FGF23の産生を促進します。このFGF23は、骨細胞から産生され、腎臓に働きリン排泄を促進するホルモンですが、抗老化遺伝子として注目されるklotho（クロトー）の低下をきたします。腎機能の低下のはじめのころから、klothoの低下はみられませんが、このことから、腎機能の低下は老化を促進するとの説もあります。

どんな方が腎臓内科へくるのか

むくんだ時や、尿検査や血液検査で腎機能の低下を指摘された時に受診していただいています。

①むくみについて…腎機能が低下すると、体内に水分が貯留しやすくなります。ただし、むくみは心臓や肝臓、血管の狭窄など他の原因もあります。腎臓以外の原因も考慮しつつ、原因の確定に努めています。

②尿が赤い…尿に血が混ざっていることが多いです。結石、癌、腎炎を疑います。

蛋白尿（尿が泡立つ）…腎臓に障害があります。腎炎以外にも高血圧や糖尿病が原因の可能性があります。

③検査結果でクレアチニン値の上昇がみられた時…突然データが悪化（急性）したのか、長い時間をかけて悪化してきたのか（慢性）

表2

症状	よくみられる原因
むくみ	・心機能低下 ・肝機能低下 ・血管の狭窄・閉塞 ・栄養不良 ・腎機能低下
血尿	・癌 ・結石 ・腎炎
蛋白尿	・糖尿病 ・高血圧 ・腎炎

性）で治療が異なります。急性の場合、数ヶ月以内に透析が必要になることもあります。これらの症状から、腎臓内科で治療する疾患かどうかを、まず調べていきます。腎臓内科でよく見る病気を表2・表3にまとめました。

表3

症状	よくみられる原因	
腎機能低下 (eGFR低下)	慢性(ゆっくり) (慢性腎臓病)	・高血圧 ・糖尿病 ・慢性腎炎 ・多発性嚢胞腎
	急性(はやく)	・急速進行性腎炎 ・血管炎 ・薬剤 ・尿路閉塞 ・慢性腎炎

腎臓は体中の血液をろ過して血液を浄化し、尿をつくる臓器です。このため血管の障害の影響を非常に受けやすい臓器でもあります。高血圧や肥満、糖尿病は、ゆっくりではありますが、腎臓の血管を痛め、将来的な透析の必要性を増します。

また、腎炎や血管炎は、病原菌から自分を守る機能（免疫）の異常が原因となつています。この場合、急激に腎機能が悪化することがあります。ステロイドなどの免疫抑制療法の検討が必要となります。

血液や尿の検査だけでは、血尿蛋白尿や腎機能の低下の原因がわからないことが多いです。とくに高血圧や糖尿病で腎臓を悪くしているかたに、ステロイドを用いることは、動脈硬化や血糖の悪化を招きます。腎炎なのか、高血圧・

糖尿病なのかの区別が重要となります。このため、腎炎であった場合に積極的加療（ステロイドなど）を行う必要がありそうと判断した場合、腎生検をおすすめしています（表4）。

治療

慢性腎臓病…いろいろな原因（糖尿病、高血圧、慢性腎炎他）により、つまり原因にかかわらず腎臓に障害が残った状態を表す病名です。将来的に腎機能が低下するこ

とが多い状態です。治療の基本は①血圧管理②食事管理が主体となります。①血圧管理…血圧目標130/80mmHgとします。

血圧の薬も種々ありますが、その中でも、できるだけ腎保護作用に期待される降圧剤（ACE阻害薬やアンジオテンシンⅡ受容体拮抗薬）を用います。②食事管理…塩分制限は必須です。腎機能の低下に併せ、タンパク（肉・魚など）の制限をおこ

ないます。さらに腎機能が低下した場合、カリウム（野菜、果物）の制限も必要になってきます。

また、これまで糖尿病の薬として使用されていたSGLT2阻害薬が、腎保護の能力をもつことが示され、最近、糖尿病以外のかたでも保険適応となりました。今後、処方されることの多くなる薬剤と思われるます。

これらの治療でも、浮腫や胸水が増えてきたり、クレアチニンの



値も5を超えてくると、透析についての心構えも必要になってきます。当院では、透析導入前から透析室の見学や透析についての説明をスタッフから行っています。

慢性腎炎…免疫（病原菌などから自分も守る働き）の異常により、自分で自分の腎臓を傷つけてしまっている状態です。血尿や蛋白尿から始まり、将来的には腎機能の低下をきたします。また、非常に蛋白尿が増えた状態をネフローゼ症候

表4

腎生検について	
検査目的	腎臓障害の原因を究明する
入院期間	4～7日
費用	3割負担 5～6万円程度

表5

慢性腎炎について			
種類	特徴	治療効果	透析になる可能性
微小変化群	大量の蛋白尿 (ネフローゼ症候群) が出やすい	免疫抑制療法の 効果が良好である ことが多い。再 発あり。	低い
膜性腎症	同上	免疫抑制療法の 効果はやや不良	20年後に10～ 20%が透析導入
巣状糸球体 硬化症	同上	治療に難渋する	腎不全になりやすい
IgA腎症	血尿蛋白尿中等度 最も多い慢性腎炎	扁桃腺摘出 & ス テロイド大量療 法を行うことが おおい。	20年後に40%が透 析導入

群といえます。ネフローゼ症候群
になった場合、全身の浮腫や呼吸
困難を発症しますし、腎機能の低
下速度も悪化することが多いです。
慢性腎炎にもいくつかの種類があ
り、それぞれ特徴があります(表5)。
慢性腎炎の治療は、上記の慢
性腎臓病の治療に加え、免疫抑制

療法の追加の検討が必要になりま
す。免疫抑制療法はステロイド(プ
レドニン)やシクロスポリン(ネ
オラル)などの免疫抑制剤を選
択することが一般的です。これら
の薬は、正常な免疫の機能も押さ
え込んでしまうので、病原菌への
抵抗力が低下し、感染症(肺炎、
腎盂腎炎、敗血症、带状疱疹など)
を発症させる可能性を増やしま
す。ほかにも、動脈硬化や血糖値
の上昇、骨折、腎機能障害などの
副作用があります。治療すること
の利点と欠点を比べながら治療の
選択を行っています。
また、もつとも一般的にみられ
る慢性腎炎はIgA腎症という
種類です。これは扁桃腺や腸管で
作られるIgAという免疫物質
が血流に乗って腎臓に沈着して、
腎臓を傷つける病気です。現在、
腎臓の傷害がつよいと推定される
方には扁桃腺摘出・ステロイドパ
ルス療法を、勧めています。扁桃
腺の手術やステロイドの大量点滴
など、入院治療が必要ですが、尿
所見を完全に正常化できることも
あり、優れた治療方法であると考
えています。
急速進行性腎炎…発症してから
数ヶ月で透析が必要になることも
あります。治療の開始時期が大切
で、ある程度進行してからの治療
では透析を避けることができませ
ん。治療は、免疫抑制療法(ステ
ロイド、免疫抑制剤)を主体に行
います。慢性腎炎にくらべ大量の
薬剤を投与します。
多発性嚢胞腎…先天的に腎臓に嚢
胞(水のたまった袋)が大量にで
きてしまう方がいます。この大量
の嚢胞が正常な腎組織を圧迫し、
将来的には透析を必要とすること
が多い疾患です。60歳代で半数の
かたが透析を必要としますが、食
事療法や血圧管理でも腎機能の低
下を抑制できず、透析開始を先延
ばしにする有効な治療が無かった

疾患でもあります。10年ほど前より、嚢胞の増大を抑制する「サムスカ」が使用可能となりました。腎機能の悪化が速いと推定される方(腎容積750mL、増大率年5%以上)への効果が期待できます。サムスカの薬価は高額(一日5000〜10000円)の為、難病指定を受けて頂きつつ、投薬を開始させていただきます。

医療費補助について

腎臓の病気は、完全に治ることは少なく、長期間の治療の継続が必要になることが多いです。医療費補助を受けられる疾患を表にまとめました。その疾患の方がすべて申請できるわけではありませんが、ご質問がありましたら、医師または医療相談員にご相談ください(表6)。

最後に

篠ノ井総合病院腎臓内科では

長野市南部の腎臓疾患の拠点として、腎臓疾患全般の診療を行っています。診療内容は大きく内科(腎臓内科)および透析科の二つの診療を担っています。
腎臓内科外来では、主に慢性腎炎、糖尿病性腎症、慢性腎臓病・腎不全、多発性嚢胞腎を主に診療を行っています。

透析科としては、長野市最大規模の透析センターを擁し、腹膜透析や在宅血液透析などの特色ある診療を行っています。通常の透析は午前透析、および月水金の夜間透析を行っています。

腎臓内科医6名(常勤4名、顧問2名)の長野市周辺では比較的充実した体制で医療に当たっています。健康診断での尿異常や腎機能の低下を指摘されたときには、是非、一度は腎臓内科での評価をうけていただくようお願いいたします。

表6 腎臓に関わる主な医療費補助対象疾患

指定難病		
病名	腎生検	対象(※概略)
IgA腎症	要	蛋白尿0.5g/Cr以上 eGFR44以下
紫斑病性腎炎	要	同上
ネフローゼ症候群	要	蛋白尿の持続、再発
急速進行性腎炎	要	
ANCA関連疾患	要	
IgG4関連疾患	要	
多発性嚢胞腎		腎容積750mL & 増大率年間5%以上。eGFR29以下

※詳細は「難病情報センター」ホームページをご参照ください。

身体障害(慢性腎不全)の認定基準(概略)		
	検査	身体能力の低下
1級	クレアチニン8以上	身辺の日常生活が著しく制限される
3級	クレアチニン5以上	家庭内の極めて温和な日常生活活動を超える行動が制限される

※検査結果と身体能力の低下をともに満たした場合に適応となる。

病院のお仕事 **ジョブ**

病院では様々な職員が働いています。
このコーナーでは病院のお仕事を紹介します。

第15回 「社会福祉士」

今回紹介してくれるのは、
篠ノ井総合病院地域医療連携課
社会福祉士 しまだ みく 島田 美玖さん



社会福祉士とは どんな資格か

社会福祉士(Social Worker:SW)は、社会福祉に関わる名称独占の国家資格です。生活、人生においての様々な場面の心配ごとや困りごとに関する相談支援を行う役割があります。

また、病院で働く社会福祉士は医療ソーシャルワーカー(Medical Social Worker:MSW)と呼ばれています。当院では、通院・入院中の患者さんやそのご家族からの相談支援を行っています。地域の方々や他職種・他機関との連絡及び調整も行っています。

医療福祉相談室

医療福祉相談室は、正面玄関を入り右側を奥に進んだところにある、患者総合支援センターにあります。

③患者総合支援センターにあります。医療福祉相談室では、社会福祉士などが医療ソーシャルワーカーとして、入院外来を問わず怪我や病気に関する不安や悩み、精神的苦痛を抱える患者さんやご家族のあらゆる相談に対応しています。

医療ソーシャルワーカーは、院内の他職種や院外の関係機関と協力しながら、相談内容に応じた支援を行います。そのために、地域のケアマネジャーや他病院の医療ソーシャルワーカー、市町村の関係部署等様々な関係機関と毎日電話で沢山のや



り取りをしています。電話対応には日々鍛えられています。

話を聞いて欲しい、どこに相談したら良いかわからない、という方もお気軽にお声がけください。

医療ソーシャルワーカーの役割について

医療ソーシャルワーカーの役割は、治療・療養と生活を繋ぎ、患者さんやご家族が希望する生活に少しでも近づけるように支援することです。患者さんやご家族が望む生活を送ることができるよう、生活に目を向け、患者さんやご家族の意向を大切にしたい支援がしたいと思っています。

外来の患者さんの相談支援

外来受診をされる患者さんの、受診や治療を受けるための支援や生活に関する相談に応じています。受診や治療に関する心配ごとや育児や介護に関する不安、また治療と就労の両立に関する相談等あらゆる相談に応じています。

例えば、病院に来ることが難しくなった患者さんの場合、担当の医師と相談しながら医療を受けることが



できる方法を、患者さんやご家族とともに考えます。また、介護についての相談に応じ、高齢の方の総合的な相談窓口である地域包括支援センターやケアマネジャー等の専門機関に繋ぐこともあります。

入院中の患者さんの相談支援

突然の入院やそれによる患者さんの様子の变化に戸惑うご家族や、退院後の生活に不安を抱える方の相談に応じています。それぞれに合わせた制度やサービスの説明等、受診から入院、退院までの不安や困りごとに応じた支援を行っています。

例えば、入院してベッドの上で過ごす時間が増えたことによる体力や

社会福祉士のある1日

8:30 医療福祉相談室内での情報共有・相談

9:00 面談

外来の患者さんの話を伺い相談に応じます。

10:00 病棟で看護師やリハビリスタッフとの情報共有・相談

11:00 面談

入院中の患者さんやご家族等の話を伺い相談に応じます。

12:30 お昼休憩

13:30 病棟カンファレンス

医師・看護師・リハビリスタッフ・社会福祉士が出席し、入院患者さんについて情報共有や退院に向けた話し合いを行います。

14:30 退院前カンファレンス

退院許可が出た患者さんの退院後の生活について、患者さん、ご家族、ケアマネジャー、看護師、リハビリスタッフ、社会福祉士等で退院に向けた準備のための話し合いを行います。

16:00 病棟で看護師やリハビリスタッフとの情報共有・相談

16:30 勉強会

院内の社会福祉士の資格を持つ職員が集まり、月に一度事例の報告や相談を行っています。

17:00 業務終了

社会福祉士になるためには

社会福祉士の資格を取得するには、国家試験に合格することが必要です。国家試験の受験資格を得るためには、福祉系の4年制大学で指定科目を履修する、または福祉系の短期大学(2~3年)で指定科目を履修後に実務経験(1~2年)を積むことが必要です。社会人になっても養成校の通学・通信制で必要科目を履修し実習をして受験資格を得ることもできます。国家試験に合格後登録することにより、社会福祉士を名乗ることができます。



筋力の低下が見られ、介護が必要となる患者さんがいらっしやいます。患者さんが退院後も自宅で生活を送るために必要なことについて、患者

経済的支援

入院・外来を問わず、医療費や日々の生活のための生活費等に関する経

さんやご家族とともに考え、介護保険サービスの利用に必要な手続きの案内や、ケアマネジャーの選定等を行います。そして関係機関と協力し退院に向けた準備を行います。一方で、自宅退院が難しい場合には、施設入所や転院等の相談に応じ調整を行うこともあります。また、身寄りがいない方やご家族が遠方に住んでいる方の入院中の生活の支援から退院に向けた支援も行っています。

済的な不安や悩みを抱える方の相談に応じています。健康保険や年金に関する相談、福祉制度や医療費の助成制度に関する相談や説明、その申請のための支援も行っています。例えば、治療にかかる費用が高額となる場合には、治療に係る費用の説明や高額療養費制度等の利用可能な制度について説明を行うこともあります。また、医療費の支払いが困難な方や生活費に課題を抱えている方から話を伺い、福祉制度や保険の説明を行います。関係機関とも連絡をとりながら患者さんとともに考え

地域との関わり

患者さんのニーズに合ったサービスが地域において提供されるよう、日ごろから関係機関・関係職種と協力しています。

現在は、新型コロナウイルスの影響であまり実施できていませんが、地域で行われるイベントに参加したり、患者会の運営をしています。

また、地域で行われる会議に参加することもあり、地域住民の生活を支援できるよう地域のネットワークづくりに努めています。

健康レシピ

今回の
食材

きのこ



❖食材の栄養について❖

きのこは、ほかの食品と比べて食物繊維やビタミン、ミネラルが豊富に含まれています。食物繊維は腸管への刺激を促進する整腸作用があり、また腸内の善玉菌のえさとなる為、善玉菌が増えて腸内環境が正常に保たれます。

食物繊維は水溶性と不溶性食物繊維が



篠ノ井総合病院 栄養科

調理師

つかだ よしひさ
塚田 純久

管理栄養士

まなべ りな
真鍋 莉奈

あります。中でも水溶性食物繊維は水に溶けて粘りが出る為、腸へゆっくり移動していくことで、血糖値の上昇を緩やかにし、食後の高血糖を予防します。

また、ビタミンの中でもビタミンBとビタミンDを多く含んでいます。ビタミンBは、エネルギー代謝を円滑に進める働きがあります。体内でエネルギーを作るためには、エネルギー源となる糖質、たんぱく質、脂質の他にビタミンBが必要であり、エネルギー代謝が行われる為に、必要なビタミンとなります。

ビタミンDは、カルシウムの吸収を助

ける為、カルシウム不足が原因の一つでもある骨粗鬆症予防にも効果的です。

❖調理のポイント❖

きのこは洗うと水っぽくなり、香りも飛んでしまう為、なるべく洗わないようにします。一般的に売られているきのこは、清潔な環境で栽培されている為、おがくすなどを軽く払う程度で十分です。天然のきのこなどで土がついている場合は手早く水洗いし、すぐに水気を拭き取るようにします。

網焼きは、きのこの香りと旨みをそのまま味わう事が出来るため最適な調理法です。火加減は、やや強めの中火にし、しいたけはカサの裏の下にし、マツタケやエリンギは切り口でない方を下にして網に乗せ、水分が表面に出て濡れたようになるまで焼きます。

きのこは、弱火でじっくり炒めると、水っぽくなってしまふ為、炒め物の場合も強火が基本です。ビタミンBは、水溶性のビタミンであり、煮ると煮汁に溶け出してしまふ為、煮汁も一緒に味わえるようなスープにすると、効率よく摂ることが出来ます。



大根と茸味噌かけ

材料(2人分)

大根	6cm	「 胡 麻 味 噌 」	白味噌	5g
水	600ml		水	10ml
顆粒だし	3g		白すりごま	1g
米のとぎ汁	250ml		薄口醤油	3ml
しめじ	1/4パック		砂糖	3g
舞茸	1/4パック			
エリンギ	1/4パック			

作り方

- ① 大根を3cmの厚さに切り、かくし包丁をいれる。
- ② 米のとぎ汁で8分程度下ゆでをして、流水で冷ます。
- ③ 冷ました大根を、水と顆粒だしをいれた鍋で柔らかく煮あげる。
- ④ 胡麻味噌を作る。材料を全て入れて、弱火で練り上げる。
- ⑤ きのをフライパンにいれ、軽く焦げ目がつくように乾煎りし④と混ぜる。
- ③ 大根ときのご味噌を器に盛り付ける。

1人分の栄養価

エネルギー
71kcal

たんぱく質
3.4g

脂質
1.0g

塩分
0.6g

米の研ぎ汁で茹でると、大根に透明感が出て、苦味を和らげ、白く仕上がります。



さつまいもときのごグラタン

材料(2人分)

さつまいも	小1本	「 ベ シ ャ メ ル ソ ー ス 」	薄力粉	大きじ1
しめじ	1/2パック		バター	10g
玉ねぎ	1/2個		生クリーム	60ml
にんにく	少々		牛乳	60ml
ベーコン	20g		コンソメ顆粒	小さじ1/2
			塩こしょう	少々
			ピザ用チーズ	適宜
			パセリ	適宜

作り方

- ① さつまいもを縦半分になり、蒸し器又は電子レンジで加熱する。
- ② やわらかくなったさつまいもの皮の部分は器にする為、身の部分を取り出してすりつぶす。
- ③ フライパンに玉ねぎ、ベーコンを1cmにカットし、しめじを加えて炒め、塩こしょうで味を調える。
- ④ ③とすりつぶしたさつまいもと、ベシヤメルソース*を合わせさつまいもの器に流し入れる。
- ⑤ ④にピザ用のチーズをのせ、トースターで焼き色をつけるよう加熱し、仕上げにパセリをのせる。

※ベシヤメルソースの作り方

- ① バターで小麦粉を弱火でいため、粉っぽさを抜く。
- ② 人肌程度に温めた牛乳を少量ずつ加え、コンソメで味を調える。
- ③ 仕上げに生クリームを加える。

1人分の栄養価

エネルギー
369kcal

たんぱく質
6.5g

脂質
22.3g

塩分
1.5g

きのは炒めてからベシヤメルソースと混ぜる。きのは炒めることで香りと甘みが増します。さつまいもの皮は剥かず、丸ごと食べられるレシピになっています。

リハ通信

新町病院
理学療法士

染川 裕太

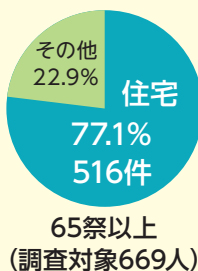
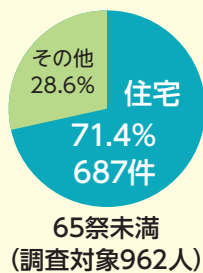
ゆうた

身近な危険を 予防して安心な家づくり！

コロナ禍や段々寒くなることで自宅内での生活が増えます。そうなると思わぬ危険に遭遇することも!?今回はそんなところをお話して、家族で冬の準備をして頂ければと思います。

事故って実は！

「事故に遭う」と聞くとみなさんは交通事故のような「家の外」で起きる事故を想像するのではないのでしょうか。しかし、我が国で起こる事故の70%以上は「家の中」で起きている事をご存じでしょうか。



意外な「家の中の」危険スポット

私自身、家の中の危険スポットと言えば「階段」がパツと思ひ浮かびましたが、実は居室や台所がとて多いです。

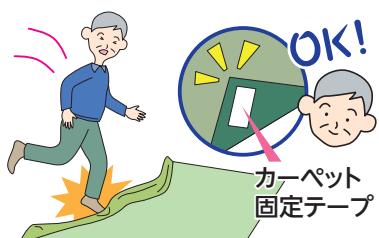
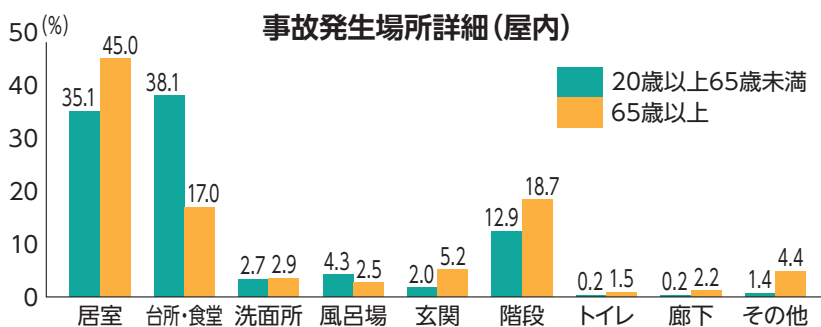


普段私は入院の方のリハビリを担当させて頂いていますが、確かに転倒した原因で私自身よく目にするのが、「カーベツトにつまづいた」「高いところにある物を取ろうとしたら後ろに尻もちをついてしまった」「畳やフローリングで滑ってしまった」といったことなどです。私は家屋調査に行くことがあり、福祉用具の選定などをします。その際にその方の動線を歩き、ちよつとした危険があればアドバイスするよう常に心掛けています。

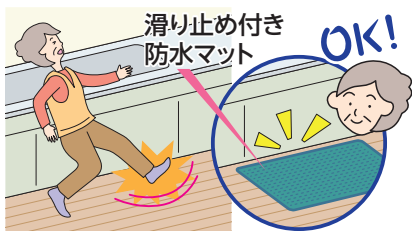
これらの危険に対しては、「カーベツト固定テープを貼る」「取りやすいところに物を置く」「滑り止め付き吸水マツトを敷く」などちよつとした工夫で自宅内での事故を減らすことができ、家族の安心につながります

ぜひ、他にも危険になりそうな場所はないか家族で一度話し合い、予防してみたいかがでしょうか。

事故発生場所詳細(屋内)



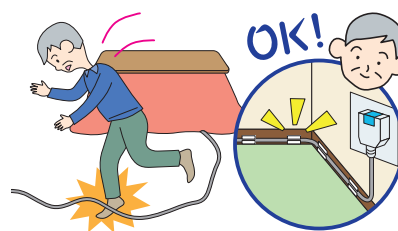
カーベツトのめくれ部分で、つまづいたり転びそうになったことはありませんか…



台所の床はいつの間にか濡れていることが多く、滑って転びやすい環境です。台所のマツトが滑って転倒するケースもあります。



椅子に上って高いところから食器を取ろうとして、椅子から転落したケースもあります。



電気コードをまたごうとして、転倒してしまった方も…

※出典:日本理学療法士協会「理学療法ハンドブック〜シリーズ14在宅での危険予防〜」より

令和4年度診療報酬改定により

2022年10月から

選定療養費の金額が変わります

選定療養費とは

厚生労働省の定めにより、他の医療機関から紹介状を持たずに当院を受診した場合、診療費とは別に追加負担として、別途お支払いいただくものです。ご理解とご協力をお願いします。

初診時選定療養費

他の医療機関からの紹介状がなく
直接受診した場合

	2022年9月まで	→	2022年10月から
医科	5,500円(税込)		7,700円(税込)
歯科	3,300円(税込)		5,500円(税込)

再診時選定療養費

当院から他の医療機関に紹介と
なった患者さんが引き続き当院の
診療を希望される場合

	2022年9月まで	→	2022年10月から
医科	2,750円(税込)		3,300円(税込)
歯科	1,650円(税込)		2,090円(税込)

※緊急・その他やむをえない患者さん等は対象外となります。ご不明な点がございましたら、受付・会計窓口の職員にお声掛けください。

PET/CT検診のご案内

PETとは、がんを見つけるための新たな画像検査法です。

日本人の死亡原因の1位である「がん」。
しかし「がん」であっても早期に発見されれば
治癒する可能性が高くなります。



▲PET/CT撮影装置

PET/CT検査のメリット

●早期発見

最新鋭のPET/CT装置は従来のCT・MRIなどでは発見が難しかったがんも見つけられる場合が多くあります。

●全身の画像診断

全身を一度に画像診断できます。病気診断、転移、再発の診断に有効です。専門医が診断いたします。

●短時間で終了

PETとCTの一体型装置により約20～30分で検査は終了します。受付から検査終了までは2時間30分程度でお帰りいただけます。

完全予約制(お電話またはインターネットにてご予約ください。)

0120-780-336

受付・診療時間
●月～金 / 8:30～17:00
●第2・4土 / 8:30～12:00

JA長野厚生連
長野PET・画像診断センター

〒380-0928 長野県長野市若里6丁目6番地10号
TEL026-269-0550 FAX026-269-0555
<http://nagano-pet.com>

料金

一般 / 108,900円
県内JA組合員 / 92,565円

南長野医療センター篠ノ井総合病院外来診療担当医表

2022年10月1日現在 (担当医表は予告なく変更することがあります)

診療科		月	火	水	木	金	土(1・4週)
内科			永井	小川	安村	鈴木貞	長坂
		長坂	佐藤(血内)	倉石 ^後	長坂	倉石 ^後	信大
		中牧(血内)月1				星野(神内) ^予	
		日根野(神内) ^予					
	呼吸器	田中	松尾	信大	田中	堀内	
						神田 ^{①③⑤}	
	腎臓	牧野	穴山	牧野	中村裕	上田	
		田村 ^後		長沢	田村		
	内分泌	峯村	駒津 ^{後予}	峯村	横田直 ^後 (^③ 以外)	特診 ^予	
		横田直 月1	横田直	河合	山口	山口 ^総	
消化器		阿部 ^総	山口	阿部	阿部	大岩	
		牛丸	牛丸	池内	児玉	三枝	特診 ^予
		児玉	小林義	三枝 ^後	池内	小林義	
		小澤			横田有 ^{後予}	小澤	
	小林浩(肝) ^{後予}						
睡眠呼吸センター ^予			松尾				
禁煙外来 ^予	午後	千野					
総合診療科		松井	小林優	三木	鈴木慶 ^{①③⑤}	小林優 ^{①③⑤}	
		小池洋	松井	鈴木慶	山川淳	小池洋 ^{②④}	
		山川淳	鈴木貞 ^① /後藤	小林優 ^{①③}	三木 ^{②④}	鈴木慶	
					小林優 ^① /原 ^③		
漢方外来 ^予	午後		山川淳	山川淳			
リウマチ 膠原病 センター	午前	下島	安村	永井	小川	原	
		原	浦野 ^予	古川	飯村	浦野 ^予	
		坂口	小野 ^{②④⑤}	浦野 ^{予②④⑤}	浦野 ^{予②④⑤}	小野 ^{②④⑤}	
	午後 ^予	下島	松井	古川	林 ^{①③⑤}	鈴木貞	
	浦野	中村幸 ^{①or③}		小岩井			
呼吸器外科			青木孝	藏井		藏井	
循環器内科		小林隆	矢彦沢	丸山拓	小山由	小岩	小塚
		小塚	小塚	小塚	小塚	小塚	
		平森		ASO 外来 ^後			
心臓血管外科			名倉/片桐				
小児科	午前	山川直	諸橋	諸橋	諸橋	山川直 ^{①④⑤}	諸橋
		長谷川	中村真	中村真	長谷川	中村真	齊藤
		日高	矢澤	日高	日高	長谷川 ^予	矢澤
		齊藤			齊藤	矢澤	
	午後 ^予	予防接種	慢性外来	1か月健診/慢性外来	慢性外来	慢性外来	
外科		池野	池野	宮本	池野	池野	池野
		高畑	荻原	高畑	荻原	荻原	林
		五明	五明	五明	五明	高畑	五明
		林	林	秋田	—	—	
	渡邊 ^{後②④予}			宮本	宮本(11'~)		
整形外科		北川	外立	丸山正	丸山正	北川	外立
		丸山正	北川	外立	野村	外立	野村
		野村	小山勇	野村	安川	小山勇	安川
		安川	信大	小山勇/安川	笠間	信大	小山勇
						(交代制)	
スポーツ疾患関節治療センター			丸山正/野村	丸山正/野村			
産科		本道	西村	藤森	加藤	本道(塩谷)	西村
	午後 ^予			1か月健診		鹿島	
婦人科		藤森	加藤	本道	鹿島	藤森	鹿島/加藤(塩谷)
		松岡	松岡	松岡	(西村)	加藤	藤森
		西村 ^予	鹿島(塩谷)	加藤 ^予	藤森	木村 ^{予総}	本道 ^予
		木村 ^{予総}	本道 ^{予総}	木村 ^{予総}	西村 ^予		
特殊外来 ^予		不妊症	不妊症			不妊症	

診療科		月	火	水	木	金	土(1・4週)
脳神経外科		宮下	外間	村田	宮下	外間	交代制
		村田	(黒岩)	桑原	(桑原)	黒岩	
泌尿器科	午前	木村	鈴木尚	大学	鈴木尚	鈴木尚	
		中沢			中沢	木村	
	午後⑦	木村	鈴木尚			鈴木尚	
		中沢			中沢	木村	
眼科	午前	高野	高野	高野	飯島	高野	
		上野	上野	上野	上野	上野	
皮膚科⑧⑨	午前	岡田な/信大	木藤/岡田な	木藤	岡田な	岡田な	
	午後			専門外来			
形成外科⑧⑨	午前	横山			横山/大学(月1)	横山	
	午後		横山/レーザー④	横山		レーザー②	
耳鼻咽喉科⑧⑨	午前	浅輪	浅輪	交代制	浅輪	浅輪	
		小林正	小林正		小林正	小林正	
	午後		専門外来			専門外来	
心療内科⑧⑨		大村	もの忘れ	もの忘れ	大村	検査	
口腔外科⑧⑨	午前	草深	草深	草深	草深	草深	交代制
		田中	田中	田中	田中	田中	
	午後		大学				

● 受付時間:8時00分～11時30分 ● 休診日:毎月第2・3・5土曜日、日曜日、国民の祝日、年末年始、当院の定める日 ● 予約:紹介状がないと受診できない診療科があります。詳しくは各外来にお問い合わせ下さい。 ● 救急患者さんにつきましてはこの限りではありません。

⑧:予約制、⑨:初診時に医療機関からの診療情報提供書(紹介状)が必要です、⑩:新患、⑪:午前、⑫:午後、⑬:数字:週

当院では、初診時に他の医療機関からの診療情報提供書(紹介状)をお持ちで無い患者さんから選定療養費7,700円(税込)を頂いております。初診の際はできるだけ診療情報提供書をお持ちください。

南長野医療センター新町病院外来診療担当医表

2022年10月1日現在 (担当医表は予告なく変更することがあります)

診療科	月	火	水	木	金	土(1・4週)
内科	本郷	細川	佐藤	堺澤	本郷	飯村①
	堺澤	飯村	山川淳①②④⑤	金澤	細川	佐藤④
			細川③		佐藤	
			穂苅⑫⑬		腎臓内科 中村⑫⑬⑭⑮⑯	
総合診療科				後藤		
心療内科			雨宮⑩			
小児科	諸橋		山川直(午後・予防接種)		諸橋①④	
					山川直②③⑤	
外科	川手	検査・手術(外来休診)	川手	検査・手術(外来休診)	川手	川手
整形外科	篠ノ井GHP①③⑤	竹山	下川	下川	竹山	木下
	竹山②④					
婦人科		村中 診療開始 午前10:00				
耳鼻科	信大医師 午後診察 受付午後 2:00～4:30		信大医師 午後診察 受付午後 2:00～4:30			
眼科		新井⑩	永田			永田⑩
皮膚科					小田中(信大) ①③⑤	
泌尿器科			和食			

● 外来受付時間は一部の科を除き午前8時00分～午前11時30分迄です。 ● 休診日:毎月第2・3・5土曜日、日曜日、国民の祝日、年末年始、当院の定める日

⑩:予約制、篠ノ井GHP…篠ノ井総合病院医師、⑫:午後、⑬:数字:週



南長野医療センター篠ノ井総合病院

私たちは厚生連理念にのっとり、
患者本位の医療の実践に努めます。



南長野医療センター新町病院

私たちは人のいのちと心を
大切にする医療を実践します

編集後記

新型コロナウイルス感染症が流行してから3度目の夏が終わりました。
長野県内も第7波により感染者数が更新される日々が続いていましたが、ようやく落ち着きを取り戻そうとしています。

これからの寒くなる季節に向け、引き続きの対策としてマスクの着用・手洗いをしっかりとすると共に長野県産のおいしい果物や野菜を食べてウイルスに負けないようにしていきたいと思います。

(AU)