



いずみの

Medical & Communication PRESS

2025年春号

ご自由にお持ち帰り
ください

専門外来 ご紹介します

心臓リハビリテーション外来

いずみの病院公開講座

知っ得講座

医療法人防治会

きんろう病院

はい!こちらきんろう病院「医療相談室」です

梅ノ辻クリニック

ノロウイルス対策研修会

あったかケアみずき

リハビリ職員が訪問します

おはなしをお聞きしました
パリ2024パラリンピック
女子円盤投げ(車いす)
銀メダリスト

鬼谷 慶子さん





特 人
集 物

勇気の
一歩が
世界を変える

パリ 2024 パラリンピック
女子円盤投げ（車いす）
銀メダリスト

鬼谷 慶子さんに
おはなしをお聞きしました

パリ2024パラリンピック女子円盤投げ（車いす）で銀メダルを手にした鬼谷さん。競技を始めてわずか2年で快挙を達成します。暗いトンネルを抜け、輝ける場所に辿り着いたのはほんの小さな一歩からだとおっしゃる鬼谷慶子さんにおはなしをお聞きしました。



いずみの
Medical & Communication PRESS
2025年春号

- 1 おはなしをお聞きしました
パリ 2024 パラリンピック
女子円盤投げ（車いす）
銀メダリスト
鬼谷 慶子 さん

医療特集

- 6 専門外来 ご紹介します 心臓リハビリテーション外来
- 8 いずみの病院公開講座 知っ得講座

- 10 教えて! 専門家

医療法人防治会

- 12 きんろう病院
はい!こちらきんろう病院「医療相談室」です
- 13 梅ノ辻クリニック
ノロウイルス対策研修会
- 14 あったかケアみずき
リハビリ職員が訪問します
- 15 高知市秦地域包括支援センター
実践交流会に参加して

- 16 旬の食材「たけのこ」
- 18 ブレイクしましょ
- 19 トピックス
- 20 アクセスのご案内



ストーブの上で使おうと小さなフライパンを買いました。
落花生や薄切った南瓜など。この表紙画もその隣りで描きました。

表紙 画&文 奥田剛

言うことを聞かない身体

歯科医を目指し、大学に進学した鬼谷さん。2015年20歳の時、突然身体に違和感を感じ、それまでの生活が一変します。

大学2年の6月、陸上の試合でレールの出番のため、いつものようにウォーミングアップをしていた時でした。すごいめまいを感じ、足にも痛



「家族だから何でも分かるわけではなく、もしかしたら母は想像が膨らんで私以上に悩んだかもしれない」と当時を振り返る鬼谷さん。

みを覚えたんです。ちょうど肉離れをしていたので、その痛みと貧血もあるのかな？くらいに思いましたが、次の日目覚めたら、船に乗ってるかのように気持ち悪くて。目は見えてるけど、左目が外に動かず、物も二重に見える。朝トイレに行きたくても、足が痺れて辿り着けない。何かの間違いじゃないか、そんな気持ちでした。病院に着く頃には手も足も力が入らず、そのまま入院になりました。

自分の身体に何が起きているのか全く分からない状態。治療を行うも、身体の反応は徐々に悪化し、車いす生活を余儀なくされます。

最初の入院は2ヶ月余りでした。治療とリハビリで、杖をついて歩けるまでになりましたが、退院すると病

訪れた転機

主治医の先生が効果的な治療に取り組めると大きな病院を紹介してくれたことで、転院が決まります。そこでは同じ境遇の人たちが前向きに生きる姿があり、鬼谷さんの心境にも少しずつ変化が生まれます。

院の整った環境とは違って、自分が思っていた以上にできないことが多くて、正直ショックでした。病院でのリハビリだと、外を歩くにしても天気の良い日に行くじゃないですか？でも実際は雨の日だってありますよね。大学は結構な坂の上であり、リュックを背負って片手に杖、もう一方に傘をさして坂を上るのはとても過酷でした。後期の授業から復学しましたが、半年後に再発。治療を続けると良くはなるのですが、上がり幅がどんどん少なくなると、良い状態が以前より下がっている実感はありました。3回目の再発で長期入院となった時は、上体を支えることが難しく、背もたれのない椅子に座ることができなくなっていました。大学も続けることは難しく、これから先どうすればいいか分からず、暗いトンネルの中にいるようでした。

今現在も継続して治療を受けている病院ですが、そこだった診断が指定難病の「ビッカースタッフ脳幹脳炎」でした。その時によりやく現状を受け入れることができたような気がします。私自身、元々人見知りをす

るタイプで、転院した直後はなかなかうまくコミュニケーションが取れませんでした。けれど向かいの部屋の方が気にかけて、よく話しかけてくれたおかげで、いろんな人とお話ができるようになりました。似たような治療、同じ自己免疫性の神経難病の患者さんがたくさんいたので、不安だった生活のことや、仕事のことなどアドバイスを聞いて、随分楽になりました。ちょうどコロナの頃だったので、家族とは面会できず、逆に入院患者さんとは密にコミュニケーションを取ることができました。

新たな自分での挑戦

高校時代にハンマー投げで国体出場を経験を持つ鬼谷さんは、パラスポーツに携わるきっかけをもらい、一歩踏み出します。

入院中に担当してくださった理学療法士さんが「パラスポーツをやってみたら？」と勧めてくれたんです。病院にあったボッチャのセットで2人でやってみたのが、パラスポーツに触れた最初でした。その後、療養で一時高知に戻ってきたのですが、新聞でパラのアーチERYーサークル体験会の案内を

ビッカースタッフ脳幹脳炎（指定難病）

眼球運動や運動失調、意識障害を三主徴とし、脳幹を病変の首座とする自己免疫疾患である。症状は4週以内にピークとなり、その後は徐々に回復に向かうのが原則であるが、約半数の症例で四肢筋力低下をきたし、主として四肢筋力低下による後遺症がみられることが多い。すべての年齢層で発症がみられるが、30歳代を中心として若年者の発症が多いことが特徴である。

参照：厚生労働省・指定難病の概要より

鬼谷さんは3ヶ月に1回、3週間ほど入院して、血液浄化療法、血漿交換療法という治療を続けている。

見つけ、「行ってみるか」と母の方が意気込んで(笑)。両親に送り迎えをしてもらいながら通いました。なんとか弓が引けるまでになったのですが、私の車いすの背もたれの高さが規程に反することが分かり、あえなく断念。背もたれの高さに制限のない投げぎがあることを知りましたが、円盤投げの経験があるがゆえに、今の身体であんな重い円盤を投げられるわけがないと選択肢から外していました。そこで少し軽いやり投げに挑戦しましたが、ほどなくして肩を

最強のサポーター

一歩踏み出したことで鬼谷さんの人生が一気に動きだします。これまでもずつとそばで支えてくれた健太さんと2023年1月、結婚されます。

夫と知り合ったのは大学に入って間もない頃です。私は円盤投げが専門でしたが、通っていた大学には投てきの練習スペースがなく、夫が通う大学のグラウンドで練習させてもらっていました。夫はハンマー投げの選手で、

痛めてしまつて。その後こん棒投げをメインでやっていたのですが、クラス分け

で試合に出られず、結局、ずっと避けていた円盤投げに辿り着きました。

元気な時に知り合いましたが、病気になってからも変わらず接してくれました。無駄に元気づけるわけでもなく、それは今も変わりません。2023年3月から東京で一緒に暮らし始めて、仕事の合間には円盤投げの練習に行きました。姉二人も東京にいて、育休中で仕事を休んでいた一番上の姉は赤ちゃんを抱いて、練習に付き合ってくれたりもしました。家族には本当に感謝しています。



車いすラグビーの池選手からエールをもらい、パラスポーツへの更なる意欲が芽生えます。

多くの後押し

1キロもの重さの円盤を座った状態で投げるのは至難の業。上体が支えられない鬼谷さんにとって有利な競技とは言えません。しかし、多くの後押しを受け、挑戦を続けます。

私が参加しているクラスの円盤投げは投てき台という競技用の台座が必要なんです。既製品がなく、選手一人ひとりオーダーメイドなんです。それがかなり高額で、しかも自費。いざ造って自分に合わなければ大きな粗大ゴミになるわけです。それが怖くてずっと躊躇していたら、お世話になっていた国立障害者リハビリテーションセンターの研究所の先生が「有り物で調整できる投てき台を作ってみようか」と言ってくれました。それなら是非！ということをお願いすることになりました。

初めて投てき台を使って出場した試合が2023年4月。そこから鬼谷さんの快進撃が始まります。

最初の記録は7m台。まだ知識が浅い私を見て、同じ種目の選手がアドバイスをくれました。教えてもらった通りにやってみると、いきなり2

メートル位記録が伸びたんです。その時のアジア大会円盤投げの派遣標準記録が10メートル30。選考の対象には到底届かない。それが、6月の大会で誰も想像していなかった11メートル42を投げて、アジア大会の出場が決まったんです。そもそもそんな展開を想定していなかったもので、9月に結婚式を予定していた（笑）。しかもそのタイミングで応募していた仕事（Online オリヒメ・在宅にてカフェなどで働くロボットを在宅で操作）の採用の連絡をもらい、大会直前の1ヶ月で研修をこなし、中国への渡航の1週間前に式を挙げました。

活躍の場が広がる一方で、多くの資金が必要となります。スポンサーを持たない鬼谷さんは悩んだ末、クラウドファンディングを活用します。そこで希望額をはるかに超える応援を受け、スイッチが入ります。

パラリンピックを意識し始めたのはその頃からかもしれません。周りは5年後のロサンゼルスと聞いていたようですが、私的には「いや、パリでしょ？」という気持ちでした。冬の練習も頑張つて、障害者スポーツセンターのラスポットトレーナーの先生に練習をみていただき、徹底的にフォームを固める練習を行いました。



フランスでは時差ボケもあり調子が上がらず、直前に投てき台を微調整して本番に臨んだという。リスクが高いことを承知で鬼谷さんの感覚を信じた健太さん。それに応えるべく叩き出したのが、アジア記録の15m78。

今の自分にできること

自分が頑張ることと笑顔にできる人がいる！そう感じた鬼谷さんは更なる一步を踏み出します。

ロスのパラリンピックに挑戦できる状況なら頑張りたいですが、先のこと

は分からないので、まずは2026年に愛知県で行われるアジア大会を一つの目標にしています。そして、2025年1月から株式会社東京エネシスに所属し、競技活動をさせていただけることになりました。競技活動を

そして2024年、いよいよオリンピッククイヤーを迎えます。

パリパラリンピックに出場するには5月の世界パラ陸上競技選手権大会で2位に入るのが条件でした。その時の自分の記録が世界ランキングで言うところ7位か8位あたり。難しい状況

恩返し銀メダル

いくつかのハードルをクリアし、健太さんと一緒に立ったパリの舞台上で偉業を成し遂げます。

渡航中に月に一度の治療の日が被らないようにタイミングを調整していただきましたし、免疫疾患のステロイドがドーピングにかかるため、葉の申請も大変でした。私の場合、遠征先では生活介助も必要なので、競技アシスタントとして夫にも同行してもらわれないといけないのですが、当初はそれも難しいと言われていました。選手と一緒に競技場に入れるカードは陸上だけでなく日本選手団で枚数が決まっています。自分には回ってこない雰囲気だったんです。必死に訴え、カードをもらえましたが、



でしたが、自分の持っているアジア記録を更新し、2位になれたんです。1回で決まると思っていなかったのでみんなびつくりでした。それまでインタビューも受けたことがなかったけれど、取材陣に囲まれて抜け出せないほどでした。無名の自分の情報が飛び交うことに少し戸惑いましたね。

逆にカードがあることでプレッシャーを感じたのも事実です。そんな時「1年前に自分がこの舞台に立つことを想像できたか?」「この舞台に立てているだけで、はなまる!」心から思うたんです。試合当日、スタンドにいる家族を見つけた時にはそれだけで胸がいっぱいになりました。そこで肩の力が抜けたのかもしれない。なぜか負ける気がしなかったです。結果は自己ベストで銀メダル!もしあの時、夫がいてくれなかったら全く違った結果になっていたと思います。自分の活躍でこんなにも家族が喜んでくれるんだと感じ、それが何よりも嬉しかったですね。

しながら、空いた時間で仕事をさせていただき、そこでも自分の可能性を探っていきたくと思っています。療養期間中、最も悩んでいたことは就労に関することだったので、パラスポーツを始めたことをきっかけにこうして仕事のチャンスを得ただけだと大変嬉しく思っています。これ



療養（帰省）中にリハビリを行っていたいずみの病院へメダルの報告にきてくれた時の集合写真。

私の場合、やりたいことが見つかった時、挑戦した一歩が日々繋がって、すごく大きな結果に辿り着きました。できる、できないは別として、ちよつとだけ勇気を出してやってみることが大事なのかなと思っています。もしそれで、思うような結果にならなくても、経験したことで自分を知ることがあるので、次のステップに必ず活かせるし、絶対それは無駄にならないと思っています。

難病を発症した時には想像もつけない自分と出会った鬼谷さん。それは少しの勇気から始まり、日々の努力と多くの支えによって生まれたもの。どんな状況でも一歩踏み出せば目の前の世界が少しずつ変わり、そして広がっていく。多くの応援に背中を押された鬼谷さんは多くのチャレンジを続けます。

専門外来をご紹介します！

運動療法
3～5ヶ月程度

2回程度/週
60分程度/回

予約時間
(リハビリ開始時間)

月 13:50 水 9:10
14:50 10:00
15:50 11:00

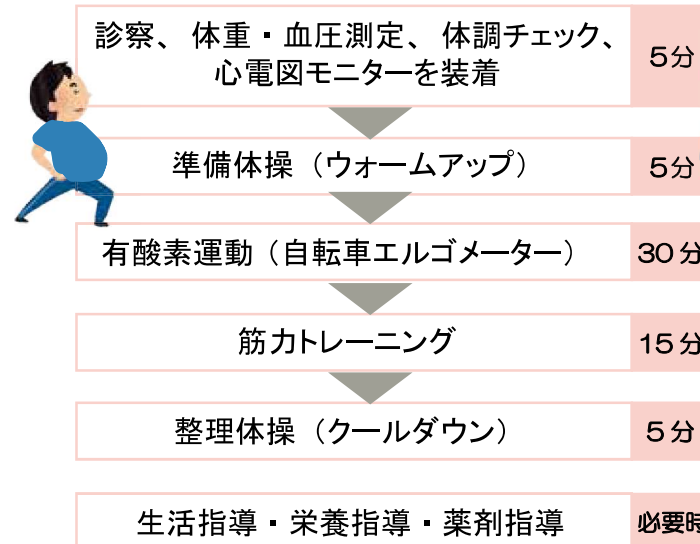
準備いただくもの

- 動きやすい服装と靴
- タオル・水分・保険証
- 受診カード



心肺運動負荷試験 (CPX) にて運動時の血圧・心拍などを確認。ややきつい程度での運動が効果的です。

心臓リハビリテーションの流れ (約60分/回)



体調は良さそうなのでリハビリ頑張ってみましょう！



食事や服薬、生活でのお困りごとにもお答えします。



当院では毎週月曜日の午前枠で心臓リハビリテーション外来をスタートしました。

心臓リハビリテーションとは、心臓病や血管病の患者さまを対象に運動療法を中心とした生活習慣を改善する包括的なプログラムです。



専門外来
をご紹介します

心臓リハビリテーション外来

目的

心臓病をお持ちの患者さまが体力を回復し、自信を取り戻すとともに、心臓病の再発や再入院を防止することを目指しています。

多くの患者さまは自身の心臓の状態を十分理解されておらず、今大丈夫だからといって無理をし過ぎて、知らず知らずのうちに悪化していることがあります。そうなる前の予防が大切です。



保険診療の対象となる疾患

- 急性心筋梗塞
- 狭心症
- 慢性心不全
- 心臓術後
(冠動脈バイパス術・弁膜症手術)
- 経カテーテル大動脈弁置換術後
- 大血管疾患
(大動脈瘤・大動脈解離)
- 末梢動脈疾患

保険適用
(リハビリ開始から150日間)

～3割負担の場合～
1800円程度/回

～1割負担の場合～
600円程度/回

効果

期待される
心臓リハビリテーションを行うことによつてさまざまな効果が期待できると言われています。

心機能の改善
心臓の血流が改善され、心筋の健康が向上します。

体力の向上
運動耐容能が向上し、日常生活が楽になります。

入院リスクの低下
心不全による入院が減少することが研究で示されています。

心臓リハビリテーションは心肺運動負荷試験 (CPX) により、その方に適した最適なトレーニングを行うと同時に、生活指導やさまざまな相談にも応じます。医師、看護師、理学療法士など多職種が連携し、体力回復や再発防止を目指すので、安心して続けられるプログラムです。ご自身の心臓の状態を知ることもでき、健康な生活を送るための重要なステップとなります。

治療

運動療法を中心とし、健康的な生活習慣を身につけるため多職種が連携し、指導を行います。

運動療法

心肺運動負荷試験 (CPX) にて運動時の血圧・心拍などを確認後、リハビリの計画を立てます。主に自転車エルゴメーターと筋力トレーニングを実施し、ややつらいと感じる強度のリハビリが効果的とされます。

生活指導

飲酒や喫煙、血圧・体重など自己管理の重要性について、また栄養管理や服薬についての指導、生活においての不安の相談にも応じます。

心臓疾患を抱えている方、最近少し動いただけで息切れがするなど不安のある方はもちろん、心臓リハビリテーションに興味のある方は是非お気軽にご相談ください。



心臓リハビリテーション外来 完全予約制

担当医 循環器内科部長 濱田 知幸
診療 月曜日 午前

[お問い合わせ] いずみの病院
TEL 088-826-5511 (平日 8:30 ~ 17:00)

当院の専門外来は紹介予約制となっており、受診には紹介状と事前予約が必要です。

診断と治療
心不全は血液検査と心電図、胸部レントゲン、心エコーなどで診断を行い、必要に応じてCTやMRIなどで検査をします。
治療としてはまず薬物治療を行い、場合によっては手術も検討。当院では心臓リハビリテーション外来を設け、体力の回復や心臓病の再発、再入院の防止に努めています。

現状
日本の人口は徐々に減る一方で、心不全患者は120万人以上と横ばいが続く予測がされています。死因においても、がんに次いで2位となっている注意すべき病気です。



心不全とは

心臓の障害によって全身に血液を十分に送れなくなること、息切れやむくみが起こり始め、だんだん悪化し、生命を縮める病気です。

12月15日



循環器内科

濱田 知幸

心不全とは？

正しく知り、上手に付き合うために

上手な付き合い方

日々の生活習慣の見直しが大切です。栄養管理や適度な運動を心がけ、毎日記録をとることを習慣づけましょう。

- 毎日の体重・血圧測定
- 塩分・水分の取り過ぎに注意（無理のない範囲で）
- 身体を動かす
- 過労・ストレスを溜めないようしっかりと休息をとる
- 禁酒・節酒を心がけよう



高知県版の心不全手帳を活用し、毎日記録を付けることで診療時の助けにもなりますし、ご自身の変化にもいち早く気づけます。

いずみの病院 公開講座

知っ得講座

事前申込不要
参加費無料

どなたでも参加できます



2024年11月から始めました「いずみの病院公開講座 知っ得講座」。毎月当院の7階ホールにて、医師およびリハビリ職員、看護師らが専門分野の疾患や治療法、さらには知って得する対策など、およそ1時間にわたってお話します。このページではこれまでの講座内容を、おさらいも含めて簡単にご紹介！「知っ得講座」は貴重な話を聞けるチャンスです！みなさま是非、ご参加ください！！

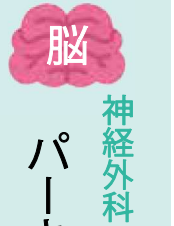


講師

- 2024年 11月 脳神経外科・院長 清家 真人
- 12月 循環器内科・部長 濱田 知幸
- 2025年 1月 内科・副院長 吉井 和也



11月15日



神経外科 清家 真人

パーキンソン病ってどんな病気

パーキンソン病とは

脳内の神経伝達物質ドパミンが減少し、運動機能が低下していく病気です。完治する方法はないため、難病に指定されています。



現状

有病率は人口10万人あたりに対し、100から150人。中年以降の発症が多く、65歳以上では100から150人に1人の割合です。

- 4大症状—
- 振戦（ふるえ）
 - 固縮（こわばり）
 - 動作緩慢
 - 姿勢反射障害

治療

まず薬物療法を行います。リハビリは早い段階から始めると効果的とされています。しかし、進行すると薬が効かなくなることがあり、薬を長期に増やすと、ジスキネジア（薬が効き過ぎて手足が勝手に動く）や、ウェアリングオフ（薬が効か

ず動きにくい状態）が起こります。対応策として薬（レボドパ・アゴニスト）を併用したり、さらには手術（DBS）の検討も行います。

初期の症状

- 便秘・嗅覚低下・立ちくらみ・夜中に叫ぶ

中期の症状

- 幻覚・妄想・ウェアリングオフ・ジスキネジア

進行期の症状

- 食事摂取が困難
- 歩行障害・嚥下障害

生活で注意が必要なこと

- 急がない、慌てない
- 同時に2つのことを行わない
- 立ちくらみに注意
- 姿勢がゆがまないように
- よだれが多くなっていないか（嚥下機能の低下・表情が乏しくなる）

1月16日



内科

吉井 和也

糖尿病とは

一病息災で一生活き合ってください

糖尿病とは

糖尿病は、インスリンの不足や作用低下により、血糖値が高い状態が続く病気です。

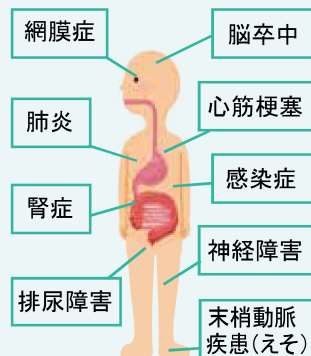
現状

日本には1000万人の糖尿病患者がいるとされ、日本の人口のおよそ10パーセントにのぼります。そのうち治療を受けているのは約半分だと言われています。

治療

まずは運動や食事療法から始めます。そこで血糖コントロールが不十分な場合は薬物療法を行い、それでも良くならない場合はインスリン療法を始めます。糖尿病が悪化する時さまざまな合併症を引き起こす可能性も出てくるため、毎日の血糖値の管理は重要です。2週間継続して血糖を計れるリブレ（医療機器）は、スマホで変動を確認でき、自己管理しやすく、インスリン治療が効果的に行えます。

糖尿病の主な合併症



糖尿病の治療

当院では管理栄養士による栄養指導も行っております。指導に従って食事を見直せば悪化を防ぐことが可能です。

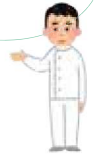


検

放射線部 和田貴恭
査のはなし



安心して検査を受けてください



放射線被ばく

私たちは日常的に、宇宙や大地、食べ物から放射線を受けています。これを「自然放射線」といい、日本では年間平均2・1ミリシーベルトの放射線を受けています。シーベルトとは、人が受ける放射線の量を表す単位で、数値が大きいほど人体への放射線の影響が大きいことを意味します。

胸部レントゲン撮影では0・06ミリシーベルト程度の放射線を受けます。患者さまから「昨日もレントゲン撮ったけど大丈夫？」といった内容の質問をよく受けます。適正な検査で受ける放射線量は、人体に障害が出る放射線量に比べて非常に少ないため、安心して検査を受けていただいで大丈夫です。

診療において、X線検査は被ばくのマイナス面よりも、診断の利益が大きいと判断される場合に実施され、さらに検査の際は、被ばく量を極力抑えられるように努めています。



スペシャリスト 専門家

病院には医師をはじめ、さまざまな医療職の専門家がいます。それぞれの分野から、知っていそうで知らない、実はそうなんだ、といった暮らしに役立つ情報をご紹介します。

新茶を楽しもう

栄

養のはなし
栄養管理部 藤田実幸

新茶は新芽のさわやかな香りが特徴です。冬の間には養分を蓄えたチャノキは、春になると栄養豊富な若葉を成長させます。そのため一番茶や三番茶に比べて、苦みや渋みとなるカテキンやカフェインが少なく、うま味や甘味のもととなるアミノ酸を多く含んでいます。新茶は一度沸騰させたお茶を70〜80度まで冷まし、素早く抽出すると香り豊かなお茶を楽しむことができます。また、お茶は飲むだけでなく、茶葉をおにぎりの具材やクッキーの材料として利用するなど、さまざまな使い方が紹介されています。

みなさんも緑茶や緑茶葉を利用した料理やお菓子を、日々の生活に取り入れてみませんか？食事についての疑問や相談などございましたら、当院の管理栄養士までお気軽にご相談ください。

リラックス効果



美容効果

ビタミンC



緑茶にはビタミンCが多く含まれています。緑茶のビタミンCは熱に強いので、熱いお茶からも体内へ取り入れることができます。

面会制限の緩和と感染対策

看

護のはなし
看護部 並木健一郎

これまで実施していた面会制限を、一部緩和いたしました。大切なご家族と直接お会いいただくことで、少しでも患者さまやご家族の安心につながればと考えています。しかし、病院には免疫機能が低下した患者さまが多く入院されているため、引き続き感染症対策へのご協力をお願いいたします。

インフルエンザやその他の感染症にかかると、治療の遅れや重症化のリスクが高まる可能性があります。感染拡大を防ぐため、面会などで病院にいられた際には、引き続きマスク着用・手指消毒の徹底、ご自身の体調管理を心がけていただくようお願いいたします。多くの患者さまが安心して治療を受けられる環境を維持するため、みなさまのご理解とご協力をお願い申し上げます。

面会制限を一部緩和しました

- 来院の際は…
- ・手洗い
 - ・アルコール消毒
 - ・不織布マスク着用



人生会議について

支

患者サポートセンター課
援のはなし
川添裕子



自分らしい人生を大切な人と共有

共有



「人生会議」

「人生会議」という言葉をご存じですか？人生の大事な場面を何を大事にしたいかということ信頼する家族や友人、医療や介護の専門家たちと話し合っていくことを指し、近年推奨されています。誰でもいつでも、命に関わる病気やケガをする可能性があります。自分の意志を伝えることができないう状況になってしまった時、身近な家族などが困惑したり、大きな負担を背負ったりすることになるかもしれません。

自分らしい人生を送るためにどんな医療や介護を望むのか、あらかじめ周囲の人たちに知っておいてもらうことで、「もしも」に備えることができます。時とともに考えが変わる可能性も踏まえつつ、少しずつでも思うところを大切な人と共有してみるのはいかがでしょうか。

転倒を予防しよう

リ ハビリテーション部 ハビリのはなし



転倒

歩行補助具にはさまざまなものがございます。ご自身にあったものを選ぶことが大切です。

つまずいたり、滑ったりすることが増えていませんか？転倒は加齢による身体の衰えや筋力の低下、認知機能の変化といった内的要因と、住居の段差や床の滑りやすさ、照明の暗さなどの周囲環境による外的要因が組み合わさることで発生します。転倒は思わぬケガにつながることもあり、日常生活に大きな影響を及ぼすことがあります。転倒を防ぐ対策として床に物を置かない、電源コードなどを動線上に引かない、カーペットなどの使用はなるべく避ける、段差解消、スロープ・手すりの設置などがあります。まずは身近な整理整頓から始めるだけでも転倒リスクを下げるすることができます。

歩行に不安を感じる方は杖や歩行車など、歩行補助具を活用するのも良い方法です。種類も多いため補助具の選定にお困りの際はお気軽にお声がけください。

2024年11月、ノロウイルスの感染拡大が懸念される冬季の前に、全職員を対象としたノロウイルス対策研修会を行いました。
ノロウイルスの主な症状に吐き気、嘔吐、下痢があります。吐しゃ物や便などの処理が適切に行われなかった場合、感染が拡大する危険性が高まります。そのため今回の研修ではデイサービスにて、利用者が嘔吐したとの想定で、吐しゃ物の適切な処理方法を全職員で実践しました。

二人一組にて吐しゃ物の処理を行い、利用者、スタッフへの感染拡大を最大限防止するため、利用者の隔離、防護服の適切な着脱、消毒液や物品の準備などマニュアルの手順に添って確認しました。医師、外来看護師以外の職員は防護服の着用機会がほとんどなく、吐しゃ物を処理する機会もあまりありません。そのため研修にて手順を再確認し、どの職員でも適切な処理を行えるよう努



理学療法士 神原 尚平



全職員対象に吐しゃ物の処理にあたる際の一連の流れを確認します。



誰もが対応できるようマニュアルに沿って手順どおりに実践します。



対策研修会

ノロウイルス

することは、感染拡大防止のためとても重要なことです。また吐しゃ物の処理セット(処理に必要な薬剤、ガーゼなど)は各階に処理手順のマニュアルを同封したものを準備し、確認しながら処理を行えるようにしています。
当院の外来、デイサービスは持病のある高齢者の方々が多く利用されており、感染により重症化のリスクも高くなりやすいです。今後も安心して当院を利用していただけたらという感染対策を徹底していきたいと思っています。

はい！こちらきんろう病院

「医療相談室」です

相談室といえば、みなさんほどのような印象をお持ちですか？

当院の医療相談室は、看護師と社会福祉士が在籍しており、入院・外来を問わず、患者さま・ご家族さまの相談窓口として対応を行っています。

在宅や退院後の生活で介護に関する相談、経済的・心理的な相談、外部の関連機関との調整など内容は多岐にわたります。

また、職業病の治療を行っている当院の特性として、高知県労働安全衛生センターと連携をし、労働者災害補償保険(労災保険)に係る申請の相談にも応じています。

職業病には、長年にわたって粉じん作業を行うことで発症する「じん肺」や、振動工具(チェーンソーなど)を用いた作業による「振動病」があります。じん肺は息苦しさや痰・咳が出る、振動病は手指の冷感やしびれ・痛み・耳鳴りなどの症状が見られます。どのような職業に

従事されていたかが重要となりますので、診察時には職歴についての情報提供もお願いしています。

炭鉱や金属鉱山などの鉱業、ガラス・金属・土石などの製造業、トンネル建設やそれ以外の建設業、林業などに従事されていた方で、気になる症状のある方はお気軽にご相談ください。

医療相談室 社会福祉士

嶋村 梨沙



相談室



- ・介護保険はどうやってとるの？
- ・退院した後のケアについて知りたい
- ・障害が残り、自宅で受けられるサービスが知りたい
- ・医療費の支払いが心配



梅ノ辻クリニック

〒780-8011 高知市梅ノ辻8-7
TEL 088-833-4580
URL <https://www.umenotsuji-cl.jp>

土曜も
16時まで
診療しています

診療科目 脳神経外科・内科・整形外科
専門外来 頭痛・禁煙・もの忘れ・オンライン診療(頭痛)
介護保険事業 訪問リハビリ・デイサービス・指定居宅介護支援
休日 水曜午後・日曜・祝日・年末年始



きんろう病院

〒781-0011 高知市薊野北町3-2-28
TEL 088-845-8711
URL <https://www.kinrou-cl.jp>

診療科目 内科・呼吸器内科・老年内科・リハビリテーション科
専門外来 禁煙
介護保険事業 通所リハビリ・訪問介護
休日 土曜午後・日曜・祝日・年末年始



働く人々の
命と健康を
守る活動に
取り組んでいます

リハビリ職員が訪問します

あったかケアみずきでは、入所後と退所前にリハビリの職員が家屋訪問を行います。在宅復帰を目指す当施設は利用者さまの自立支援を積極的に行うため、家屋の状況を十分に把握しておく必要があります。

入所後の訪問の目的

- 利用者さま宅の状況を知るため
- 入所中のリハビリ方針を計画するため（情報をもとに、目標を定め、生活リハビリを含めたリハビリテーションと生活の組み立てを行う）

退所前の訪問の目的

- 利用者さまが自宅での生活を安んずるために
- 全かつ快適に再開するため
- 必要な環境調整や介助方法を提案するため

例えば、段差の解消や手すりの設置など、住環境の改善が必要であればご家族さまや関係機関と連携し、対応策を検討します。さらに、利用者さまやご家族さまが新しい生活に不安を抱えないよう、移動方法や転倒を防ぐための工夫、日常生活で

の注意点や具体的な方法をリハビリ職員が丁寧に説明し、アドバイスを行います。

これらの家屋訪問は、単に環境を整えるだけでなく、利用者さま自身が自信を持って自立した生活を始めるための重要なステップです。みずきでは、この取り組みを通じて、一人ひとりが自分らしい生活を送れるよう、全力でサポートしていきます。

副施設長 中馬 千代亀



リハビリ職員が訪問し、利用者さまに寄り添った提案をします。



『NPO地域共生を支える医療・介護・市民全国ネットワーク 第3回全国の集い in 福岡 2024』 実践交流会に参加して

私は秦地域包括支援センターで仕事を6年目になります。その中で、3年間に渡って関わった認知症の奥様と難病を患っているご主人の支援については、とても心に残るものがありました。今回、この事例を発表させていただきましたと決めて準備する中で、自分自身の支援を振り返るいい機会にもなりました。また認知症の当事者の方だけでなく、そのご家族の支援を通して多くの気づきを得ることができました。秦包括一丸となって取り組んだ支援もあり、今回の発表は私の現役人生の集大成という気持ちで取り組みました。

交流会前日は悪天候が災いし、JRが止まってしまうハプニングもありましたが、今となっては懐かしい思い出です。広大な敷地を持つ福岡市の中村学園大学での実践交流会には、全国各地からたくさんの方々が参加しており、発表の8分間はまさに無に徹する時間でした。また、分科会での発表も聞かせていただき、それぞれの取り

組みに感銘を受け、今後の励みとなりました。その後開かれた懇親会でもたくさんの方々のご挨拶をさせていただき、思いもかけないつながりがあることを知りました。こうして全国の集いに参加することがとても刺激になることを実感しました。

秦包括は地域の総合相談窓口として、それぞれの専門職が関わり、あらゆる方向から支援の提案をしていきます。まさにチームワークがものをいいう職場です。私たちは個別支援だけでなく、地域の中で新たな社会資源を見いだしていくなど、常に地域住民の暮らしに寄り添うためにチームとして取り組んでいるという自負があります。

今回、実践交流会に参加する機会をいただいたこと、さらにみんなで力を合わせて頑張ろうという思いを新たにすることができたことに心から感謝したいと思います。

ケアマネージャー 細木 増枝



『NPO地域共生を支える医療・介護・市民全国ネットワーク第3回全国の集い in 福岡 2024』での発表の様子



高知市 秦地域包括支援センター

〒780-0025 高知市愛宕山114-2 1階
FAX 088-824-5771
月～金 AM8:30～PM5:15
Pあり 事前にお問い合わせください。
TEL 088-824-5770

秦地域(支援対象地域)
愛宕山・愛宕山南町・前里・秦南町・三園町・東秦泉寺・中秦泉寺・西秦泉寺・北秦泉寺・宇津野・三谷・七ツ淵・加賀野井



介護老人保健施設 あったかケアみずき

〒781-8134 高知市一宮中町2-9-4
TEL 088-846-6800
URL <https://www.attakacaremizuki.jp>

サービス内容 入所・短期入所・デイサービス・通所リハビリ・訪問リハビリ

デイサービス営業日 月～土曜（日・年末年始を除く）

デイサービス営業時間 9:00～16:00

入所定員 2階 一般療養棟 50名
3階 認知症専門棟 30名

通所介護定員 30名

あったかケアみずきは超強化型施設です

「超強化型施設」とは、従来の「在宅強化型施設」の指標である在宅復帰率・ベッド回転率・重症者要件に加え、在宅復帰（支援）を行うにあたりさまざまな厳しい要件をクリアできた在宅復帰・在宅支援機能が高い老人保健施設のことです。






カロリー 291kcal
たんぱく質 17.0g
脂質 15.6g
炭水化物 20.6g
塩分 2.3g
1人分あたり

【材料・2人分】

たけのこ 160g
豚肉 140g
青ピーマン 50g
赤パプリカ 50g
ごま油 小さじ2

[A]

しょうゆ 大さじ1と1/2
みりん 大さじ1と1/2
砂糖 小さじ2
酒 大さじ1と1/2
おろしにんにく 小さじ2



たけのこと豚肉の炒め物

【作り方】

- ① たけのこ・豚肉・青ピーマン・赤パプリカは一口大の食べやすい大きさに切る。
- ② Aの調味料を混ぜ合わせておく。
- ③ フライパンにごま油を入れて火にかけ、香りが出てきたら豚肉を加えて炒める。
- ④ 豚肉に火が通ったらたけのこを加えて炒める。
- ⑤ ④に青ピーマン・赤パプリカを加えてさっと炒め、②の調味料を加えて炒める。
- ⑥ 器に盛り付けて完成。

たけのこご飯



【材料・2人分】

たけのこ 150g
米 2合
油揚げ 1枚 (40g)
だし汁 適量
[A]
酒 大さじ1と1/2
薄口しょうゆ 大さじ2
みりん 大さじ1と1/2

カロリー 332kcal
たんぱく質 8.7g
脂質 4.2g
炭水化物 64.9g
塩分 1.5g
1人分あたり

【作り方】

- ① たけのこはくし形に切り、油揚げは油抜きをしてから短冊切りにする。
- ② といだお米にAの調味料を加え、2合目までだし汁を加え、軽く混ぜる。
- ③ ①のたけのこ、油揚げを加えて炊く。
- ④ 炊きあがったら混ぜ合わせる。
- ⑤ 器に盛り付けて完成。

特徴

たけのこは不溶性食物繊維であるセルロースが豊富に含まれ、便秘解消に効果的です。不溶性食物繊維は水分を吸収して便の量を増やし、便通を改善します。また、アミノ酸の一種であるグルタミン酸、チロシン、アスパラギン酸を含み、これらはうま味成分です。切り口に見られる白い粉はあくではなく、アミノ酸の一種であるチロシンで、洗い流さずそのまま食べるのがオススメです。穂先が黄色く、皮の色が全体的に薄いものが新鮮な証です。

選び方

穂先が緑色のものは日に当たり、筋が硬くえぐみが強いいため、なるべく皮が淡黄色でつやのあるものを選びましょう。また切り口がみずみずしく白いものが新鮮です。

調理方法

やわらかい先端は酢の物や和え物、炊き込みご飯に。中央部分は煮物や炒め物がオススメです。

【材料・2人分】

たけのこ 160g
だし汁 300ml
かつお節 1パック
[A]
しょうゆ 大さじ1
みりん 小さじ2
砂糖 小さじ2

カロリー 66kcal
たんぱく質 5.4g
脂質 0.3g
炭水化物 11.4g
塩分 1.3g
1人分あたり

【作り方】

- ① たけのこの穂先をくし切りにし、根元の部分は5mm程度のいちよう切りにして下ゆでする。
- ② 鍋にだし汁、たけのこ、Aを入れ、落としぶたをして、沸騰してから中火で5分程煮込む。
- ③ ②にかつお節を加えて、弱火で5分程煮る。
- ④ 器に盛り付けて完成。

たけのこの土佐煮



たけのこ

『旬の食材』

春に旬を迎える代表的な食材です。シャキシャキとした食感と甘味が特徴で、煮物や炒め物などに使われます。

管理栄養士





いずみの病院 副院長



グループに分かれて議論を重ね、相互理解を深めます



6階から地上まで投下された救助袋

パーキンソン病診療を考える会 in 高知

院外講演会
 1月29日(水) エーザイ株式会社さまの主催で高知パレスホテルにおいて、医療関係者向けの講演会「パーキンソン病診療を考える会in高知」が開催されました。当院の院長、清家が座長を務め、神経難病センター長で副院長の信國が登壇。信國医師よりパーキンソン病の歴史について紹介。新型コロナウイルス感染症がもたらすパーキンソン病増悪の原因や発症の関係について触れ、コロナ既往歴のある病理学的検討や味覚障害を有する症例の経過観察が重要と発表しました。特別講演では順天堂大学大学院医学研究科 脳神経外科 准教授の岩室氏より、薬の効果を最大限に引き出すため、細かな調整が必要であることが語られました。専門性の高い研究が重ねられ、パーキンソン病治療にまた一歩、新たな希望が感じられる興味深い講演内容となりました。

2024年度 管理職研修
 1月25日(土)、管理職研修が7階ホールで行われました。最初に看護部長の松岡より、「受け身ではなく主体的に意見交換のできる研修にしましょう」という挨拶で研修はスタート。医療の質向上と、安心安全な医療を提供するためには、病院の理念・方針・院長のビジョンに沿って、部署やチームが目標や計画を立て、実行していくことが重要です。グループワークやワールドカフェを通して、課題を共有することで解決の糸口が見えてきます。今後も研修を重ね、リーダーシップを強化し、より良い職場環境と患者サービスの向上を実現してまいります。

もしもの時に備える

当院では災害対策の一環として、定期的にさまざまな災害に備える訓練を行っています。
 1月21日(火)には、火災訓練を実施しました。訓練では初期消火の方法や避難経路の確認、救助袋設置場所の把握を重点的に行い、迅速かつ安全に避難できるように取り組みました。また、実際の災害時にはパニックになりやすいため、冷静な判断と落ち着いた行動が求められます。そのため、一人ひとりが防災意識を高め、適切な対応をとることが重要です。
 今後も定期的に訓練を行い、より実践的な対応力を養うことで、患者さまや職員の安全を守る病院づくりを進めてまいります。

編集後記

●人物特集では、パリ2024パラリンピック女子円盤投げ(車いす)銀メダリスト・鬼谷慶子選手取材させていただきました。導かれるように始めた円盤投げ。パラリンピックで記録を出した際、ご家族が喜んでくれたことが何よりも嬉しかったと語ります。その言葉からご本人とご家族がこれまでどれほどの苦勞を乗り越えられてこられたのかが伝わってきました。柔らかな笑顔がとても印象的だった鬼谷選手。今後のさらなるご活躍をお祈りしております。●医療面では、新たに始まった心臓リハビリテーション外来についてご紹介。また、いずみの病院公開講座についてご紹介させていただきました。これからは多くの方の健康な生活のお役に立てるよう、信頼される医療の提供に努めてまいります。

ご意見募集

当院広報誌「いずみの」をお読みいただきありがとうございます。本紙の内容について、ご意見・ご感想をお寄せください。誌面づくりの参考とさせていただきます。
 郵送 〒781-0011 高知市薊野北町2-10-53
 F A X 088-826-5510
 メール koho@izumino.or.jp
 宛先 いずみの病院 企画広報室

読んでみませんか

金高堂書店さんにおすすめの本を紹介していただくコーナー。気になる本があれば、是非手に取ってみてください。

猫を処方いたします。
 石田祥 / 著
 PHP 研究所
 税込 924 円

古びたビルにある「中京こころのびょういん」でノリの軽い医者・ニケ先生は、薬ではなく本物の猫を処方します。患者に渡される猫は章によりさまざまどの猫もかわいさが伝わってきます。戸惑いながらも猫と過ごすことで患者の心が変化していくハートフルストーリーです。猫好きの方や、日々の生活に少し疲れた方におすすめの1冊です。

海がきこえる 新装版
 氷室冴子 / 著
 徳間書店
 税込 880 円

高知の高校に東京から転校してきたヒロインと主人公が織りなす青春の日々の物語です。ジブリ作品の原作にもなっており、高知市内の名所が数多くでてきます。テストの結果に一喜一憂したり、クラスメイトと衝突したり、そんな学生生活を振り返るきっかけになる1冊となっています。

六人の嘘つきな大学生
 浅倉 秋成 / 著
 KADOKAWA
 税込 814 円

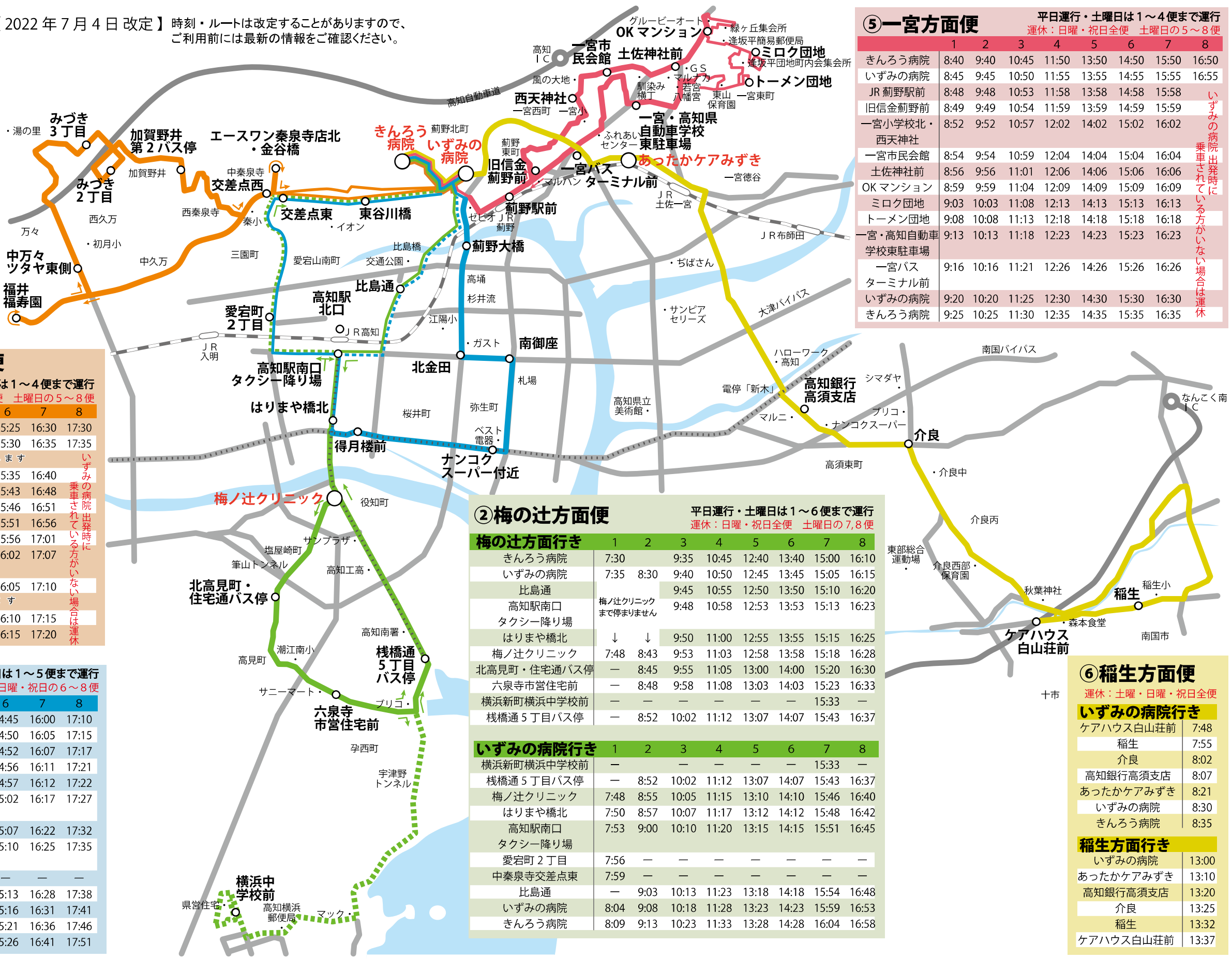
成長著しいIT企業「スピラリンクス」の新卒採用最終選考に残った波多野祥吾は、他の五人の学生とともに一カ月で最高のチームを作り上げるという課題に挑むことに。うまくいけば六人全員に内定が出るはずが、「六人の中から内定者を一人選ぶ」ことに最終課題が変更されてしまいます。内定を賭けた議論が進む中、「●●は人殺し」という告発文が発見されます。六人の「嘘」は何か。究極の心理戦が楽しめます。

- 金高堂書店**
- 本店**
高知市帯屋町2丁目2 帯屋町チェントロ1階
TEL 088-822-0161
 - 朝倉ブックセンター**
高知市大谷公園町 20-15
TEL 088-840-1363
 - 野市店**
香南市野市町西野 2611-1
TEL 0887-56-5152
 - 土佐山田店**
香美市土佐山田町旭町 2-1-1
TEL 0887-57-6111
 - 金高堂書店外商部**
高知市大谷公園町 17-11
TEL 088-855-5111

乗車無料 送迎バス

乗降の方法 運行委託：株式会社 新県交ハイヤー
 路線上であればどこでも、手をあげていただいたところで乗降できます。ただし、交差点等、交通の妨げになるところでは乗降できません。手ははっきりと早めにあげてくださいようお願いいたします。バス車体の左側面にルート番号（①～⑥）を掲示しています。ご乗車の際はご確認ください。天候や道路事情により5分～15分の遅延が発生することがあります。予めご了承ください。なお15分を過ぎましてもバスが来ない場合には、いずみの病院へお問い合わせいただければ運行状況をお伝えいたします。

【2022年7月4日改定】時刻・ルートは改定することがありますので、ご利用前には最新の情報をご確認ください。



③ 福井・観月坂・北秦泉寺方面便

平日運行・土曜日は1～4便まで運行
 運休：日曜・祝日全便 土曜日の5～8便

	1	2	3	4	5	6	7	8
きんろう病院	8:30	9:35	10:40	11:55	13:05	15:25	16:30	17:30
いずみの病院	8:35	9:40	10:45	12:00	13:10	15:30	16:35	17:35
高知市北部環状線を経由します								
中秦泉寺交差点西	8:40	9:45	10:50	12:05	13:15	15:35	16:40	
福井福寿園	8:48	9:53	10:58	12:13	13:23	15:43	16:48	
中万々ツタヤ東側	8:51	9:56	11:01	12:16	13:26	15:46	16:51	
みづき2・3丁目	8:56	10:01	11:06	12:21	13:31	15:51	16:56	
加賀野井第2バス停	9:01	10:06	11:11	12:26	13:36	15:56	17:01	
エースワン秦泉寺	9:07	10:12	11:17	12:32	13:42	16:02	17:07	
店北・金谷橋								
中秦泉寺交差点東	9:10	10:15	11:20	12:35	13:45	16:05	17:10	
前里旧道を経由します								
いずみの病院	9:15	10:20	11:25	12:40	13:50	16:10	17:15	
きんろう病院	9:20	10:25	11:30	12:45	13:55	16:15	17:20	

① 高知駅循環便

平日・土曜日運行 日曜・祝日は1～5便まで運行
 運休：日曜・祝日の6～8便

	1	2	3	4	5	6	7	8
きんろう病院	7:40	9:05	10:10	11:10	12:00	14:45	16:00	17:10
いずみの病院	7:45	9:10	10:15	11:15	12:05	14:50	16:05	17:15
薊野大橋	7:47	9:12	10:17	11:17	12:07	14:52	16:07	17:17
北金田	7:51	9:16	10:21	11:21	12:11	14:56	16:11	17:21
南御座	7:52	9:17	10:22	11:22	12:12	14:57	16:12	17:22
知寄町ナンコクスーパー付近	7:57	9:22	10:27	11:27	12:17	15:02	16:17	17:27
得月楼前	8:02	9:27	10:32	11:32	12:22	15:07	16:22	17:32
高知駅南口	8:05	9:30	10:35	11:35	12:25	15:10	16:25	17:35
タクシー降り場								
比島通	8:08	—	—	—	—	—	—	—
愛宕町2丁目	—	9:33	10:38	11:38	12:28	15:13	16:28	17:38
中秦泉寺交差点東	—	9:36	10:41	11:41	12:31	15:16	16:31	17:41
いずみの病院	8:13	9:41	10:46	11:46	12:36	15:21	16:36	17:46
きんろう病院	8:18	9:46	10:51	11:51	12:41	15:26	16:41	17:51

② 梅の辻方面便

平日運行・土曜日は1～6便まで運行
 運休：日曜・祝日全便 土曜日の7,8便

梅の辻方面行き	1	2	3	4	5	6	7	8
きんろう病院	7:30	—	9:35	10:45	12:40	13:40	15:00	16:10
いずみの病院	7:35	8:30	9:40	10:50	12:45	13:45	15:05	16:15
比島通	—	—	9:45	10:55	12:50	13:50	15:10	16:20
高知駅南口	—	—	9:48	10:58	12:53	13:53	15:13	16:23
タクシー降り場	—	—	—	—	—	—	—	—
はりまや橋北	↓	↓	9:50	11:00	12:55	13:55	15:15	16:25
梅ノ辻クリニック	7:48	8:43	9:53	11:03	12:58	13:58	15:18	16:28
北高見町・住宅通バス停	—	8:45	9:55	11:05	13:00	14:00	15:20	16:30
六泉寺市営住宅前	—	8:48	9:58	11:08	13:03	14:03	15:23	16:33
横浜新町横浜中学校前	—	—	—	—	—	—	15:33	—
梅ノ辻クリニック	7:48	8:55	10:05	11:15	13:10	14:10	15:46	16:40
はりまや橋北	7:50	8:57	10:07	11:17	13:12	14:12	15:48	16:42
高知駅南口	7:53	9:00	10:10	11:20	13:15	14:15	15:51	16:45
タクシー降り場	—	—	—	—	—	—	—	—
愛宕町2丁目	7:56	—	—	—	—	—	—	—
中秦泉寺交差点東	7:59	—	—	—	—	—	—	—
比島通	—	9:03	10:13	11:23	13:18	14:18	15:54	16:48
いずみの病院	8:04	9:08	10:18	11:28	13:23	14:23	15:59	16:53
きんろう病院	8:09	9:13	10:23	11:33	13:28	14:28	16:04	16:58

いずみの病院行き

	1	2	3	4	5	6	7	8
横浜新町横浜中学校前	—	—	—	—	—	—	15:33	—
梅ノ辻クリニック	7:48	8:55	10:05	11:15	13:10	14:10	15:46	16:40
はりまや橋北	7:50	8:57	10:07	11:17	13:12	14:12	15:48	16:42
高知駅南口	7:53	9:00	10:10	11:20	13:15	14:15	15:51	16:45
タクシー降り場	—	—	—	—	—	—	—	—
愛宕町2丁目	7:56	—	—	—	—	—	—	—
中秦泉寺交差点東	7:59	—	—	—	—	—	—	—
比島通	—	9:03	10:13	11:23	13:18	14:18	15:54	16:48
いずみの病院	8:04	9:08	10:18	11:28	13:23	14:23	15:59	16:53
きんろう病院	8:09	9:13	10:23	11:33	13:28	14:28	16:04	16:58

医療法人 防治会
 日本医療機能評価機構認定病院
いずみの病院
 高知市薊野北町 2-10-53 tel 088-826-5511
<https://www.izumino.or.jp>

高速道路 路線バス
 高知インターチェンジ出口より「高知市街方面」へ車で3分
 とさでん交通「サニーマーケットあそこの店前」停留所より徒歩2分
 「薊野西」（薊野大橋下）停留所より徒歩5分
 J R 薊野駅より徒歩10分・高知駅より車で7分

労災保険指定
きんろう病院
 高知市薊野北町 3-2-28 tel 088-845-8711
<https://www.kinrou-cl.jp>

梅ノ辻クリニック
 高知市梅ノ辻 8-7 tel 088-833-4580
<https://www.umenotsuji-cl.jp>

介護老人保健施設
あったかケアみずき
 高知市一宮中町 2-9-4 tel 088-846-6800
<https://www.attakacaremizuki.jp>

⑤ 一宮方面便

平日運行・土曜日は1～4便まで運行
 運休：日曜・祝日全便 土曜日の5～8便

	1	2	3	4	5	6	7	8
きんろう病院	8:40	9:40	10:45	11:50	13:50	14:50	15:50	16:50
いずみの病院	8:45	9:45	10:50	11:55	13:55	14:55	15:55	16:55
JR 薊野駅前	8:48	9:48	10:53	11:58	13:58	14:58	15:58	
旧信金薊野前	8:49	9:49	10:54	11:59	13:59	14:59	15:59	
一宮小学校北・西天神社	8:52	9:52	10:57	12:02	14:02	15:02	16:02	
一宮市民会館	8:54	9:54	10:59	12:04	14:04	15:04	16:04	
土佐神社前	8:56	9:56	11:01	12:06	14:06	15:06	16:06	
OKマンション	8:59	9:59	11:04	12:09	14:09	15:09	16:09	
ミロク団地	9:03	10:03	11:08	12:13	14:13	15:13	16:13	
トーマン団地	9:08	10:08	11:13	12:18	14:18	15:18	16:18	
一宮・高知自動車学校東駐車場	9:13	10:13	11:18	12:23	14:23	15:23	16:23	
一宮バスターミナル前	9:16	10:16	11:21	12:26	14:26	15:26	16:26	
いずみの病院	9:20	10:20	11:25	12:30	14:30	15:30	16:30	
きんろう病院	9:25	10:25	11:30	12:35	14:35	15:35	16:35	

⑥ 稲生方面便

運休：土曜・日曜・祝日全便

いずみの病院行き	
ケアハウス白山荘前	7:48
稲生	7:55
介良	8:02
高知銀行高須支店	8:07
あったかケアみずき	8:21
いずみの病院	8:30
きんろう病院	8:35

稲生方面行き	
いずみの病院	13:00
あったかケアみずき	13:10
高知銀行高須支店	13:20
介良	13:25
稲生	13:32
ケアハウス白山荘前	13:37

外来のご案内

診療時間 午前 9:00~12:30 受付時間 8:00~11:30
午後 13:30~17:00 受付時間 12:30~16:30

休診 日曜・祝日・年末年始
ただし、急患は診療いたします

休診・変更になる場合があります。来院前にお電話または当院ホームページ (<https://www.izumino.or.jp>) でご確認ください

2025年3月現在

外来担当医表

	月 曜		火 曜		水 曜		木 曜		金 曜		土 曜	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
* 総合内科	吉井 川村	田村 池田	夕部 川村 西岡	夕部 吉井 田村	小川 西岡 田村	吉井 小川	夕部 吉井 西岡	川村 小川	吉井 西岡	夕部 川村	輪番	佐藤
消化器内科		田所	田所 予約のみ		廣瀬 享	田所 予約のみ		田所 1・2・4・5週			田所	
神経内科	信國	藤澤	信國	藤澤	藤澤	藤澤	藤澤	信國		信國		
* 循環器科	濱田 弘瀬	原 ①	福田	濱田 (手術)	福田	弘瀬 森木 ①	濱田	弘瀬	弘瀬 津端 2週	濱田 (手術) 2週		佐藤
脳神経外科	清家 帆足	清家 楠木	楠木 帆足	帆足 (清家) 2週 遠隔診療	清家 楠木	(手術)	清家 楠木	清家 帆足	高知大学 派遣医師 ③ 9:30~ (手術)	(手術)	1週 帆足 2週 清家 3週 楠木 4・5週 輪番	
外科	長田	(手術)	船越	船越	長田	並川 ② ~16:00 (手術)	船越	船越	長田	並川 ② ~16:00 (手術)	2週 船越 4週 長田 1・3・5週 休診	
整形外科	木山 ③ 9:30 (手術) ~	武井 森田	森田 鮫島	武井 鮫島 ~15時	(手術)	武井 森田	(手術)	田所 伸	武井 川上	森田 川上	團 ~11時	
泌尿器科	近澤	近澤	(手術)	近澤	高知大派遣 医師 輪番		近澤	近澤	近澤		1・3・5週 近澤 2・4週 辛島	

① 他院からの派遣のため、診療開始時刻が遅れる場合があります。② 手術のため休診となる場合があります。来院前にお問い合わせください。

③ 9時半開始ですが、他院からの派遣のため開始時刻が遅れる場合があります。なお、上羽教授は10時開始となります。

* 院内標榜診療科

専門外来

	担当医	診察日	担当医	診察日	担当医	診察日
糖尿病	吉井 西岡	両医師診療日随時	甲状腺	長田	弘瀬	水曜午後【要予約】
緩和ケア	夕部 船越	火曜午後【要予約】 火・木曜【要予約】	パーキンソン病	清家	下肢静脈瘤・足の血流	木曜午後【要予約】
乳腺	長田 船越	両医師診療日随時	もの忘れ	楠木 藤澤	禁煙	月曜午後【要予約】
					心臓リハビリテーション	水曜午後【要予約】
						新患予約のみ

医師紹介

診療科	医師名	職名	認定医・専門医他
* 総合内科	夕部 富三	名誉院長	認定産業医/身体障害者指定医/高知大学医学部臨床教授
	吉井 和也	副院長	身体障害者指定医/日本臨床栄養代謝学会TNT認定医/高知大学医学部臨床教授
	川村 一子	診療部長・内科部長	日本内科学会総合内科専門医/日本消化器内視鏡学会専門医/認定産業医/身体障害者指定医
	有澤 豊武	健康管理センター所長	日本人間ドック学会認定医/医学博士/身体障害者指定医
	西岡真理子		日本内科学会総合内科専門医/日本糖尿病学会員
	筒井 章夫		認定産業医/身体障害者指定医/高知大学医学部臨床教授
	小川 貴司		プライマリ・ケア認定医/日本DMAT/身体障害者指定医/インフェクションコントロールドクター/日本医師会認定産業医
田村 太朗		社会医学系指導医/日本医師会認定産業医/日本内科学会認定内科医	
消化器内科	田所 剛久		
神経内科	信國 圭吾	副院長 神経難病センター長	日本神経学会神経内科専門医・指導医/日本内科学会認定内科医/日本感染症学会インフェクションコントロールドクター/身体障害者指定医
	藤澤 豊	神経内科部長	医学博士/身体障害者指定医
* 循環器科	濱田 知幸	循環器内科部長	日本内科学会認定総合内科専門医/日本循環器学会認定循環器専門医/日本プライマリ・ケア連合学会認定プライマリ・ケア認定医/日本心臓リハビリテーション学会認定心臓リハビリテーション指導士/身体障害者指定医/医学博士
	弘瀬 伸行	心臓血管外科部長	心臓血管外科専門医・修練指導医/循環器専門医/外科学会専門医/胸部・腹部ステントグラフト指導医/脈管専門医/血管外科学会血管内治療認定医/下肢静脈瘤血管内焼灼術指導医/浅大腿動脈ステントグラフト実施医/弾性ストッキング・圧迫療法コンダクター/身体障害者指定医/医学博士
放射線科	西本 均	放射線科部長	日本医学放射線学会認定放射線診断専門医/日本専門医機構認定放射線科専門医/医学博士
	清家 真人	院長	日本脳神経外科学会専門医/日本定位・機能神経外科学会機能的定位脳手術技術認定医/高知大学脳神経外科学臨床教授/京都府立医科大学脳神経外科学臨床教授/身体障害者指定医/医学博士
脳神経外科	楠木 司	医療法人防治会理事長	日本脳神経外科学会専門医/日本定位・機能神経外科学会機能的定位脳手術技術認定医/身体障害者指定医/医学博士/京都府立医大客員講師
	帆足 裕	脳神経外科部長	日本脳神経外科学会専門医/日本脳卒中学会認定脳卒中認定医/日本定位・機能神経外科学会機能的定位脳手術技術認定医/日本神経内視鏡学会神経内視鏡技術認定医
外科	長田 裕典	副院長・外科部長 手術部長	日本外科学会専門医・指導医/日本消化器外科学会専門医・指導医/日本内視鏡外科学会技術認定指導医/日本消化器がん検診学会認定医・指導医/日本乳癌学会認定医/日本乳がん検診精度管理中央機構検診マンモグラフィ読影認定医/身体障害者指定医/医学博士
	船越 拓		日本外科学会専門医/日本乳癌学会認定医/日本乳がん検診精度管理中央機構検診マンモグラフィ読影認定医
整形外科	武井 良憲	整形外科部長	日本整形外科学会専門医/日本整形外科学会スポーツ医/運動器リハビリテーション医/脊椎脊髄病医/義肢装具等適合判定医/身体障害者指定医/医学博士
	森田 真也		日本整形外科学会専門医/身体障害者指定医
泌尿器科	近澤 成和	泌尿器科部長・透析部長	日本泌尿器学会専門医/日本環境感染症学会インフェクションコントロールドクター/医学博士/身体障害者指定医
麻酔科	馬宮 姫京	麻酔科部長	麻酔科専門医/麻酔科認定指導医/医学博士
健康管理センター	高田 征尚	健康管理センター 名誉所長	日本外科学会認定医

