



新渡戸記念 中野総合病院 だより

Nitobe Memorial Nakano General Hospital

3月号

平成31年3月1日号

東京医療

踏み出そう新たなステージへ みんなの力が新渡戸の未来

住所 東京都中野区中央四丁目59番16号

TEL 03-3382-1231 (代) 夜間受付 03-3382-9991

ホームページ <http://www.nakanosogo.or.jp> E-mail soumu@nakanosogo.or.jp

第357号

発行人/理事長 入江 徹也

発行責任者/総務課長 横井 悟

重症アトピー性皮膚炎の治療に選択肢が増えました

皮膚科 主任医長 大井 三恵子

皆さまこんにちは。皮膚科主任医長の大井三恵子と申します。2005(平成17)年より当院で働き始め、皮膚科の責任者となって12年となりました。現在皮膚科は常勤医師2名、非常勤医師1名で診察を行っております。

皮膚科の対象疾患

皮膚科で扱う領域は、皮膚及び皮膚に隣接した皮下脂肪組織、舌や口腔粘膜など多岐にわたります。また内臓疾患との関連をもつものも少なくなく、他科の先生方と連携し、皮膚だけではなく全身を診させていただくよう心がけております。

主に対応しておりますのは、アトピー性皮膚炎や蕁麻疹を代表とするアレルギー疾患、蜂窩織炎、帯状疱疹、白癬(水虫)などの感染症で、入院治療もしております。皮膚がんを含む腫瘍も小さいものは外科的治療(手術)も可能です。金属アレルギーの検査のためパッチテストも行っております。

重症アトピー性皮膚炎の治療に選択肢が増えました

また最近では難治のアトピー性皮膚炎、尋常性乾癬に対する生物学的製剤の治療にも積極的に取り組んでおります。これまでアトピー性皮膚炎の治療には痒み止めの飲み薬やステロイドの塗り薬を組み合わせ、重症の方には免疫抑制剤の飲み薬を使った治療を行ってまいりました。

2018年より生物学的製剤の注射薬が承認され、長年治療に難渋されていた方にお使いいただけるよう

になり、当院でも徐々に使う方が増えております。使用するには条件があり、すべての方にお使いいただける治療法ではありませんが、これまでの治療でもなかなか良くならないアトピー性皮膚炎の方は一度ご相談ください。

皮膚科の診察について

当院では2017年12月に予約制が始まり、皮膚科でも予約の方を優先的に診察させていただいております。予約外の方には大変お待たせして申し訳なく存じます(日によりますが2~3時間お待たせすることもございますので、お時間に余裕をお持ちになってご来院ください)。

予約外や初診の方でも他の病院からのご紹介状をお持ちの方は、できる限り早めに診察いたします(ご紹介状がございましたら初診でも予約がお取りできます)。現在、受付は平日のみ、8時15分から11時まで(診察は9時から)となっております。またこれまでの治療内容がわかるもの、お薬手帳などお持ちいただくとスムーズに診察が進みますので、ぜひ保険証と一緒に持ちください。



2019年度のゴールデンウィーク中の診療体制について

2019年度のゴールデンウィークは、長期の休日（4月28日（日）から5月6日（月）【振替休日】までの9日間）になります。

この期間の新渡戸記念中野総合病院の診療体制につきましては、患者さまの安全・安心を第一に、

以下のような体制とさせていただきますので、ご理解・ご協力をよろしくお願いいたします。

4月30日（火）と5月2日（木）の2日は、休診とせず、通常どおりの診療体制といたします。

※ゴールデンウィーク中の診療体制は下表のようになります。

日	4/27	4/28	4/29	4/30	5/1	5/2	5/3	5/4	5/5	5/6	5/7
曜日	土	日	祝	火	祝	木	祝	祝	祝	休	火
診療体制	通常診療	休診	休診	通常診療	休診	通常診療	休診	休診	休診	休診	通常診療

生協組合へご加入のお願い

新渡戸記念中野総合病院の母体である東京医療生活協同組合は、「消費生活協同組合」の法人です。この生活協同組合は、組合員の皆様からの出資金が経営の基盤になっています。東京都内にご住所がある方、あるいは東京都内の企業に勤務されている方であれば、どなたでも組合への加入の資格があります。

組合員にご加入いただけますと、入院されて個室に入られた場合、室料差額が1日あたり500円引きになります。また、健康管理科にて日帰り人間ドックを受けられる場合は、3,000円引きになるとい

った特典があります。

組合に加入するには、出資申込書に出資金（1口200円、25口5,000円より）を添えてお申込みください。なお、すでに組合員になられている方は、随時増資が可能ですので、4番窓口までお申し付けください。

また、組合員の方でご住所等にご変更のある場合は、担当係までご連絡くださいますようお願いいたします。

担当 新渡戸記念中野総合病院 総務課
☎03-3382-1231 (代)

栄養まめ知識

「食事バランス」について

栄養科長 佐藤 剛

今回は右の図の「食事バランスガイド」を参考に、バランスの良い食事とはどのようなものかを考えてみましょう。この図は、バランスの良い食事にするためには、どのような食品が必要であるかを表しています。

食事を主食・副菜・主菜・乳製品・果物の5つに区分し、この5区分の食品を1日に摂ることが、バランスの良い食事となります。また、どのくらい摂ったら望ましいかを「つ(SV)」という単位で示しています。まずは、自分の1日の食事が、この5区分の食品を摂れているかをチェックしてみてください。足りない食品を摂ることで、食事バランスが良くなります。

右図の1日分は、成人男性(身体活動量が低い)および成人女性(身体活動量が普通以上)の1日に食べる目安量(2200kcal±200kcal)となります。

食事バランスガイド

1日分

料理例

5-7 主食(ごはん、パン、麺)
つ(SV) ごはん(中盛り)だったら4杯程度



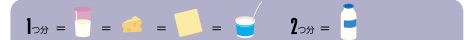
5-6 副菜(野菜、きのこ、いも、海藻料理)
つ(SV) 野菜料理5皿程度



3-5 主菜(肉、魚、卵、大豆料理)
つ(SV) 肉・魚・卵・大豆料理から3皿程度



2 牛乳・乳製品
つ(SV) 牛乳だったら1本程度



2 果物
つ(SV) みかん、だたら2個程度



※SVとはサービング(食事の提供量の単位)の略

【参考】「食事バランスガイド」は、2005年に厚生労働省と農林水産省の合同で策定されました。

第20回 新渡戸記念中野総合病院 区民健康講座のお知らせ

テーマ 「転倒」～転ばないように日頃から準備できること～

日時 平成31年3月16日(土) 14時～15時

講師 新渡戸記念中野総合病院 リハビリテーション室 技師長 柳澤 正也

場所 東京都生協連会館 3階会議室

定員 50名(定員になり次第、申し込みを締め切らせていただきます)

参加申し込み先 患者支援センター 連携担当 ☎03-3382-1231(内線211)
または総合受付④番窓口



3月の小児救急体制



新渡戸記念中野総合病院では、中野区並びに中野区医師会のご協力を得て、小児の初期(1次)救急として「**準夜間小児初期救急医療**」を救急外来で実施しています。

一般診療所の診察時間が終わった後、お子さまが急病の際には、下記の**夜間受付電話**にご連絡のうえ、ご来院ください。15歳以下のお子さまを対象に、小児科医が診療を行います。

***血液検査、点滴等の処置、入院等を必要とする場合は他病院を紹介します。**

3月1日から31日までの準夜間小児初期救急医療体制は下記の通りです。なお、都合により医師の変更もありませんので、ご了承ください。ご不明な点は、下記夜間受付にお問い合わせ願います。

受付時間 毎日午後**6時30分**～午後**9時45分**

診療時間 毎日午後**7時**～午後**10時**

夜間受付 ☎**03-3382-9991**

3月準夜間小児初期救急担当医

日	月	火	水	木	金	土
					1 亀井 宏一	2 保崎 明
3 右田 王介	4 小須賀 基通	5 齋藤 哲也	6 村杉 寛子	7 堤 範音	8 清水 泰岳	9 亀井 宏一
10 清水 泰岳	11 小須賀 基通	12 高梨 栄	13 小池 林太郎	14 税所 純也	15 亀井 宏一	16 右田 王介
17 右田 王介	18 小須賀 基通	19 荻原 正明	20 細谷 直人	21 右田 王介	22 清水 泰岳	23 清水 泰岳
24 清水 泰岳	25 小須賀 基通	26 細谷 直人	27 宇都 ちひろ	28 税所 純也	29 清水 泰岳	30 亀井 宏一
31 右田 王介						

新渡戸記念を支える

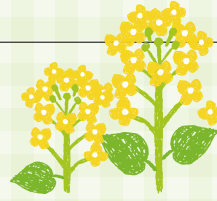
職場紹介

患者様が安全で有益な放射線診療を受けられるように 放射線科

放射線科技師長 金澤 友近

放射線科では、放射線科医師・診療放射線技師・看護師・看護助手のスタッフで、主として他の診療科からの依頼により、CT検査・MRI検査・超音波検査・透視アンギオ検査・心臓カテーテル検査・マンモグラフィー検査・一般X線撮影検査・骨塩定量検査及び、診断、治療を行っています。

また、他の開業医の先生方からのCT・MRI等の検査のご依頼もお受けしています。スタッフ一同、安全・迅速・正確で、患者様の快適・満足を最優先した放射線診療を目指し、日々業務を行っていますので、ご質問などありましたら、放射線科受付までお問い合わせください。



新渡戸 の 言葉

平成30年3月より「新渡戸の言葉」の連載を始めて丸1年が経ちました。心の拠りどころになる新渡戸 稲造先生の言葉は汲めども尽きずの感があり、私如きが徒然なるまま文章を書き連ねるのはおこがましいとも思うのですが、新渡戸記念中野総合病院にゆかりある者として、縁のある方々へお伝えするのが私の役目とも考え、連載を続けて参ります。どうぞ宜しくお願いいたします。

今月号の言葉は、「目的を定めたら、困難があろうとも、ぶれず焦らず柔軟に到達すべし」。大正時代より百年の刻を超え、新渡戸 稲造先生から新渡戸記念中野総合病院への励ましの言葉と受け止めています。添えられた明治天皇の御製は、“繁き蘆間あわみづたを分けつつ漕ぎ行く舟の障りは多くとも、手にとる長さ棹の如く、心長く気を落ち着けて、目的地へ漕ぎつけよ”（『明治天皇御製百題：絵画入解説』笠原 鴨涯著、大正11年刊）とお心を表しています。今こそ本分を守るために、fortitude(不屈の精神、勇氣)を奮う時かもしれません。

新渡戸記念中野総合病院副院長 山根 道雄

新渡戸 稲造 『一日一言』 二月十七日付

取る棹の心長くぞ漕ぎ寄せん
蘆間の小舟さはりあるとも

明治天皇御製

予定通り捗ることなくとも、一度定めたる
目的は容易に変ふべきものにあらず。
百難を冒してもやり徹す気前あれば気長く、
遠回りも厭ふべからず。