



# 新渡戸記念 中野総合病院 だより

Nitobe Memorial Nakano General Hospital

## 理念

新渡戸稲造博士の精神(誠意と  
思いやりの心)を基にした医療  
を誠実に実践し、疾病を抱えた  
人を真心で支援する

## 基本方針

- ① 安全で質の高い医療の推進
- ② 急性期医療の充実
- ③ 地域医療の拡充と  
地域医療連携の強化
- ④ 臨床研修指定病院としての機能の充実
- ⑤ 災害時医療の拠点病院としての機能の充実
- ⑥ 職員の教養・知識・技術の向上と待遇改善
- ⑦ 経営の安定化

## 「胆石」って何? ～総胆管結石を中心に～

消化器内科 医長 山田 康嗣

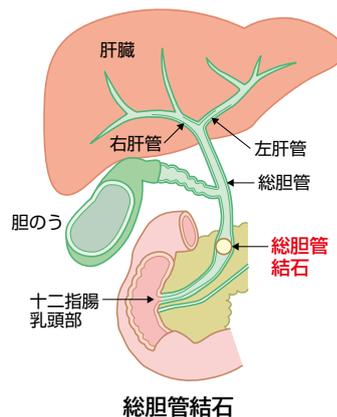
「胆石」という言葉は日頃よく耳にするかもしれませんが。健康診断の結果や通院中の医療機関だけでなく、TVやインターネットの普及した昨今では簡単に情報が入ってくるかと思われまます。この胆石とは肝臓で作られた胆汁が肝臓内の胆管から肝臓外の胆管を經由し、胆嚢という袋でためられた後、十二指腸に排泄される経路(この経路を胆道と言います)に作られる石の総称を指します。胆嚢内にできる石を胆嚢結石、肝臓内の胆管にできる石を肝内結石、胆嚢から総胆管に出てきたものや総胆管にできた石を総胆管結石と言います。

ここでは総胆管結石について述べていきます。典型的な症状としては腹痛や黄疸、発熱などを発症することが多い疾患ですが、時には無症候性のものもあり偶発的に発見されることもあります。総胆管結石により胆汁がうっ滞して黄疸となり、皮膚や目が黄色くなり、かゆみが出たりします。また尿が濃くなり、便が灰白色といった症状がでることもあります。さらにここに感染が加わると急性胆管炎という状態をきたし、重症化すると敗血症となることがあり、無症状であっても原則治療が必要となります。

血液検査ではビリルビンや肝・胆道系酵素の上昇、

白血球やCRPなど炎症マーカーの上昇が見られ、腹部超音波検査やCT検査、MRI検査(MRCP)などを用いて胆道や結石の評価を行います。最終的にはERCP(内視鏡的胆管膵管造影法)という内視鏡検査で胆管にステントを入れ胆汁の流れ道(内視鏡的胆道ドレナージ術)を作ったり、出口を切開や拡張した後、特殊な処置具を用いて結石を除去(内視鏡的胆管結石除去術)したりすることができます。検査からそのまま治療へと繋げることができるのがこのERCP並びに関連処置となっており、当院でも積極的にこの治療を行っております。

また胆石の治療は外科との連携が大変重要ですが、ここ新渡戸記念中野総合病院では消化器内科と外科との風通しの良さは格別であり、消化器内科一同、外科の先生とともに診療を行なっております。消化器領域は緊急性の高い疾患が多く、ご判断にお困りになるかとは思われますが、お気軽に当院までご相談ください。





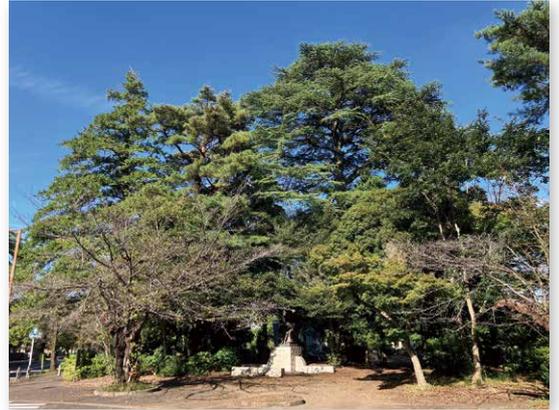
# 新渡戸稲造博士 墓参記

病院長 山根 道雄

9年前に新渡戸記念中野総合病院へ改名後、恒例で命日の頃に墓参してきましたが、汗ばむ程の10月14日新渡戸 稲造博士の眠る多磨霊園を訪れました。今年は命日(日本時間)2日前ながら既に墓前には東京女子大学はじめ拓殖大学、新渡戸文化学園の献花があり、当院からも花を供えました。

今回は新たな発見がありました。それは第7区墓石近くにある新渡戸博士の銅像の右後方に聳える杉の大木です(写真上)。晴天に高く聳える杉の大木を目の当たりにし、その由来を現地で入江理事長より伺いました。一年前の令和5年10月号「新渡戸の言葉」で小日向台町の新渡戸家門前の杉のことを紹介しましたが、矢内原 忠雄氏の『余の尊敬する人物』「新渡戸博士」に後日談がありました。「その後、右の杉の木の上に変化がありました。記念事業の一つとして東京郊外多磨墓地内、先生の墓の近くに、先生の銅像が建てられました。而して右の杉の木二本は小日向台町の門前から移されて、銅像背後の植込みの中に植えられたのです。」

新渡戸 稲造先生を師と仰ぎ、『武士道』を格調高い文体で邦訳した矢内原 忠雄氏が一高生であった大正2年5月新渡戸先生の送別の際に、一高生から贈られた花籠にあしらわれていた杉の梢を、日本人初の農学博士の新渡戸 稲造先生とgreen fingersをもつ萬理子夫人が当時の教え子の心に応えて植え育て、それが引継がれて今も静謐に存在し続けている。教育の本質は何かということ、師弟間で魂はうつる(=引継がれる)という小林秀雄の言葉を、To doよりTo beのbe(常にあり続ける)の意味を、真直ぐに天高く伸び続ける樹齢111年の樹木の佇まいを通して理解し、そこに教育者新渡戸先生の心映えを目に見える姿として実感する感動を覚えました。



## いきいき体操 19 バランス能力編

リハビリテーション科 技師長 柳澤 正也

今回のいきいき体操シリーズ(全4回)はバランス能力についてのお話です。バランス能力とは、静止姿勢または動的動作中の姿勢を任意の状態に保つ、また不安定な姿勢から速やかに回復させる能力のことをいいます(厚生労働省e-ヘルスネット)。この能力は転倒の予防という点でとても重要で、感覚系・中枢司令系・筋力系などの要素によって決まります。高齢者においては、このうち筋力の要素が重要です。

今月号は、高齢者に向けた筋力維持のための基本的なトレーニングがテーマです。まずは、普段から継続して屋外での運動を行うことから。日中などの動きやすい時間・動きやすい場所で、無理のない範囲

で毎日体を動かしましょう。ウォーキングでもどのような運動でも良いです。まずは、一日30分程度から始めてみましょう。**継続することが大切です。**運動する際は、適度な水分補給も忘れずに。



# 病院からのお知らせ

## インフルエンザ予防接種開始のお知らせ

10月7日(月)からインフルエンザ予防接種を開始しました。当院のインフルエンザ予防接種は予約制となりますので、ご希望の方は1階④番受付、またはお電話にてご予約をお願いします。

なお中学生以下の方は小児科のご予約となりますので、小児科外来までお問い合わせください。

\*当院では妊婦の方へのインフルエンザ予防接種を行っておりません。かかりつけ医にご相談ください。

予約枠 1日20名

実施日 月曜日～金曜日の平日のみ

接種時間 16:00～16:30 (受付:15:45～)

費用 4,400円

65歳以上(区発行の予診票をご持参の方) 2,500円

\*中野区・杉並区以外の方は、お住まいの市区町村にご確認ください。

予約 03-3382-1231(代) 予防接種とお伝えください。  
(9:00～16:00/日曜・祝日除く)

## 当院はマイナンバーカードを利用した「オンライン資格確認」を行っています

「オンライン資格確認」は健康保険証利用の登録をしているマイナンバーカードを読み込むことにより、患者の皆様の資格情報等(加入している医療保険や自己負担限度額等)をその場で確認できる仕組みです。

2024年12月2日から現行の健康保険証の新規発行は終了します。今後、保険証利用には、マイナンバーカードが必要になりますので、まだお持ちでない方は、マイナンバーカードを取得して健康保険証利用登録を行ってください。

※公費医療証は引き続きご提示いただく必要があります。 ※12月2日時点で有効な健康保険証は最大1年間有効です。

### 医師就任のお知らせ

2024年10月1日より、麻酔科 <sup>つばたに ゆり</sup> 坪谷 有里医師が就任いたしました。どうぞよろしくお願いたします。

## 人気メニューのレシピをご紹介します!

### 栄養科通信 36



#### 【けんちん汁】

けんちん汁は、建長寺というお寺で700年以上前から食べられてきたと言われている歴史ある精進料理です。粗食のイメージがある精進料理のなかでも具だくさんの汁物である理由は、他の精進料理で余った野菜を無駄なく用いて作っていたためです。

#### 材料 (1人前)

大根…………… 20g  
人参…………… 5g  
木綿豆腐…………… 20g  
つきこんにゃく …… 20g  
サラダ油…………… 0.5g  
出汁…………… 100ml  
醤油…………… 1g  
塩…………… 少々

#### 調理方法

- ① 大根、人参はイチョウ切り、つきこんにゃくは2cmの長さに切り、木綿豆腐は3cm角に切る
- ② 鍋にサラダ油を入れ、大根、人参、つきこんにゃくを炒める
- ③ 軽く炒めたら②の鍋に出汁を入れ野菜が柔らかくなるまで加熱する
- ④ 木綿豆腐を加え1分程加熱する
- ⑤ 醤油と塩を加え、味を整えたら完成

栄養成分表示(1食あたり)  
エネルギー 26kcal / たんぱく質 1.6g / 脂質 1.5g / 炭水化物 2.1g (食物繊維 1.1g) / 食塩相当量 0.5g

## 「がん哲学外来」のご案内

当生協「新渡戸稲造記念センター」の樋野興夫センター長が全国に展開している「がん哲学外来」が当院でも開設されています。「がん哲学外来」は「がん」にまつわる様々な悩みを樋野興夫センター長との対話を通して解消する外来です。東京医療生活協同組合の組合員(ご家族)の方ならどなたでも無料で予約できます。

お電話で予約申し込みを受け付けています

電話 03-3382-1507  
9時～16時30分(日曜、祝日を除く)

開催予定日 11/7(木)、11/12(火)、11/19(火)  
11/20(水)、11/25(月)  
1回約50分(1日4組まで)

樋野興夫センター長による「言葉の院外処方箋」はこちら▶



## ご意見をお寄せください

東京医療生活協同組合は、皆様のご意見を当生協の運営に活用させていただいております。皆様のご意見は右記宛先までお送りいただきますようお願いいたします。なお、ご意見をお送りいただきます際には、ご氏名に加えて必ず組合員番号(組合員証に第〇〇〇〇〇〇号と記載されています)をご記入いただきますようお願いいたします。

宛先

東京医療生活協同組合 渉外・広報課

住所 〒164-8607

中野区中央四丁目59番16号

メール syougai@nakanosogo.or.jp

FAX 03-3381-4799



## 新渡戸 の 言葉

8月の臨時総代会で日本文化厚生農業協同組合連合会(文化連)への加入が承認され、導入された厚生連オンラインカレッジ(K-カレッジ)受講(視聴)を全職員が10月より開始しました。今後職場の魅力の一つとして定着し、当院の文化になることを期待しています。また、10月4日東京科学大学(旧東京医科歯科大学)病院オーラルヘルスセンター長の松尾 浩一郎教授に秋の特別研修会として口腔管理につきご講演頂きました。東京工業大学と統合して東京科学大学(Institute of Science Tokyo)となった今こそ、母校の旧東京医科歯科大学との絆を強め、当院の医科・歯科連携を推進したいと考えています。

多磨霊園の新渡戸博士の銅像に寄り添うように静謐に佇む杉の大木は、「医術の学習は大地に植えられる植物に似ている」と記した医聖ヒポクラテスの言葉(『ヒポクラテス医学論集』「法」 國方栄二編訳 岩波文庫)を彷彿させます。「私たちの素質は土壤に似ている。教師の考えは種に似ている。幼少期の学習はよい季節に畑に種を蒔くことである。学習がおこなわれる場所は、周囲の空気から植物にあたえられる養分に似ている。勤労は土壤を耕すことであり、時間はすべてに力をあたえ、最後まで育つように尽力する。」

今月の新渡戸の言葉は「墓参記」で紹介した矢内原 忠雄著『余の尊敬する人物』からの転記です。月を愛でた新渡戸 稲造博士の和歌二首は、様々な改革を遂行する者達へのエールと真摯に受止めています。

新渡戸記念中野総合病院 病院長 山根 道雄



新渡戸  
稲造

見る人の心ごころにまかせおきて  
高根に澄める秋の夜の月  
折々は濁るも水の習ひぞと  
思ひ流して月はすむらん

