

ほほえみ **春**

【特集1】

理事長・院長就任のご挨拶



患者さんインタビュー

「腹膜透析・腎臓移植・血液透析」

を経験しました

【季節のレシピ】

- ・アスパラベーコンの卵マヨ炒め

【新規導入機器紹介】

- ・X線骨密度測定装置

【各種ご案内】

- ・勉強会・イベント 一時中止のお知らせ
- ・ハンカチを使った簡易マスクの作り方



就任のご挨拶

令和2年4月に理事長と法人4施設の院長が就任いたしました。

医療法人財団松圓会

理事長 東 仲宣



日が少しずつ延び、いつの間にか躑躅の季節になってることにさえ気づかずいるほど、新型コロナウイルス感染症の蔓延が世界を覆っている。だれもが経験したことのないこの状況を改善する方向にもっていくには、一人一人が手指消毒や人込みに出かけるのを避け、家で過ごすことを着実にできるかどうにかかっています。

この度、特定医療法人松圓会理事長に就任しました。どうぞよろしくお願いいたします。

特定医療法人理事長として、地域医療の崩壊を防ぎ、市民の健康維持と救急医療体制を堅持していくには、皆様のご協力が欠かせません。長期の投薬や、電話などによる診察での応対など、少し不便な思いをしていただかなくてはなりません。病院内で感染症がまん延すると外来診療や入院制限などの事態を招くこととなります。職員一同院内の感染防止に全力で取り組んでまいりますが、皆様には日々の体温のチェックなどの健康管理をきちんとしていただきたいと思っています。

特に腎臓病などの基礎疾患をお持ちの患者さんはコロナ感染症にかかるとう重症化しやすいと言われております。お一人お一人が注意をされることによ

り院内でのコロナ感染症発生予防につながっていきます。どうかこの難局をみんなで乗り切り、令和は「コロナ戦争に打ち勝った時代」だと評価されるようにしたいものです。

しかしこの戦いは短期戦ではありません。一年近くを覚悟しなければならいかもしれません。地域の医療機関との連携や行政、保健所との関係を緊密にし、日々の状況の変化に迅速に対応することが求められております。皆様に対する医療の提供が切れ目なく行えるように努力していきますので、どうぞご協力お願いいたします。



東葛クリニック病院

院長 内野 敬



この度、小田清一理事長が任期満了をもって退任され、東 仲宣院長が理事長に復帰されたため、4月1日付けを持ちまして東葛クリニック病院長に就任いたしました。ここに誌面を借りてご挨拶を申し上げます。

東 仲宣先生が長年病院長を務められ、松圓会をまとめてこられました。私も平成11年に大学病院を辞し、この病院に勤めてから21年が経過いたしました。今後も基本方針は変わらず継続してゆく所存です。この度は一度に多くの人事異動があり、本院からも多くの先生がサテライトに行かれたため本院の常勤医には余裕がありません。21年前も医師の数に関しては現在と似たような状況だったと思います。しかし現在は療養病床があるため、全床が急性期病床であった頃

よりは仕事量にはまだゆとりがあるかもしれません。

当院の理念である「協」すなわちチーム医療はこれからも今まで通り継続してゆきます。「恕」すなわち思いやりに関しては患者様に向けるのは当然ですが、職員同士もこの精神に則り、コミュニケーションを大切にしてゆきたいと思っています。至らぬ点も多いと思いますが、ご支援を賜るよう宜しくお願い申し上げます。

〔略歴〕

東京医科大学医学部卒業

東京医科大学病院、東京医科大学八王子医療センター等を経て、平成11年より東葛クリニック病院へ。平成21年に副院長就任、令和2年4月より院長

専門・外科へ日本透析医学会指導医



東葛クリニックみらい

院長 秋山和宏



この度、東葛クリニックみらい院長に就任いたしました秋山和宏です。1999年4月から東葛クリニック病院 消化器外科医として勤務し、2014年6月の当院開設時にオープニングスタッフとして数カ月間勤務しました。その後、本院に戻りながらも、週2回の透析室の回診でお世話になってきました。今回の異動では、施設長としての重責を拝命しましたので、透析診療のみならず一般診療においても尽力したいと考えております。

さて、私は勤務医の傍ら社会起業家として一般社団法人チーム医療フォーラムを主催しています。外科のメスを社会変革の志に持ち替えて、一人ひとりの患者を治す外科医から社会全体を診る医師を目指しています。昨今、医療の現場では多職種協働のチーム医療が盛んです。

医師、看護師、薬剤師、その他の様々な専門職種がチームを組んで治療に当たると多大な効果が生まれます。しかし、私が考えるチーム医療はそれにとどまりません。そのチームに患者や家族のみならず市民が参画すべきと考えています。

「チーム医療は市民参加型に進化していく」と固く信じています。今、新型コロナウイルス感染が全世界に猛威を振るっています。世界が一つの運命共同体であり、全人類がワンチームとなる絶好の機会と感じています。「みんなが みんなで健康になる」をモットーに、自分たちに来ることを粛々と行っていきたいと思っています。

皆様、どうぞ宜しくお願いいたします。

〔略歴〕

防衛医科大学校卒業
東京女子医科大学病院、至誠会第二病院を経て、平成11年より東葛クリニック病院、平成21年に副院長に就任、令和2年4月より東葛クリニックみらい院長
専門：消化器外科

東葛クリニック 院長

中澤了一



東葛クリニック柏が開設されましたのは1975年5月で、松圓会（東葛クリニック）グループの分院としては小岩分院に次ぎ2番目になります。2011年3月に現在の地に移転後も地域医療に貢献し、計45年の歴史があります。これまで、小林先生、松島先生と受け継がれてきた院長職のバトンを、今般東葛クリニックみらいに所属しておりました小生が引き継ぐことになりました。

長期透析例で50年生存の方もおいでになる時代になり、いわゆる透析合併症に対する予防・治療の見直しが迫られております。今後、抗加齢医学的視点も取り入れた透析医療に取り組んでいきたいと思っております。

どうぞ宜しくお願いいたします。

〔略歴〕

新潟大学医学部卒業
新潟大学医学部付属病院等を経て、平成27年より東葛クリニックみらい副院長、令和2年4月より東葛クリニック柏院長

専門：内科（腎臓内科）へ日本透析医学会専門医、日本腎臓学会専門医、日本抗加齢医学会専門医

東葛クリニック 院長

我孫子 藤田省吾



この度、令和2年4月1日から東葛クリニック我孫子院長に就任いたしました藤田省吾です。この場を借りまして、皆様に自己紹介を含め、ご挨拶を申し上げます。

私は平成16年に医師となり、東京医科大学茨城医療センターに腎臓内科医として勤務しておりました。当院で腎炎

内科外来を行っている小林正貴先生（現東京医科大学茨城医療センター院長）のご紹介で、平成22年4月より非常勤医師として腎臓内科外来を行っておりました。患者様を通じて東葛クリニック病院とのご縁が強くなり、平成25年より常勤医として勤務させていただいております。

患者様のために日々精進してまいりましたが、いまだ自分の力不足を痛感する毎日です。そのように未熟な身ではありますが、東葛クリニック我孫子院長という大役を拝命するにあたり誠心誠意、全身全霊を傾け務めさせていただく所存です。つきましてはこれまでと変わらぬご指導、ご厚情を賜りますようお願い申し上げます。

〔略歴〕

東京医科大学医学部卒業

東京医科大学霞ヶ浦病院、東京医科大学茨城医療センターを経て、平成25年より東葛クリニック病院、令和2年4月より東葛クリニック我孫子院長

専門・腎臓内科（日本透析医学会専門医、日本腎臓学会腎臓専門医、日本内科学会認定内科医）

〈当法人の理念〉

其接也以恕

（その接するや恕をもつてし）

其治也以協

（その治するや協をもつてす）

私たちは、相手の立場に立った思いやりの心である恕の精神で人に接し、専門性を超えたコミュニケーションを尊重する協の精神でチーム医療を推進し、これがもたらす最適医療の成果を患者さんに提供することを誓います。

東葛クリニックグループ主催

勉強会・イベント

一時中止のお知らせ

現在、新型コロナウイルス感染が全国的に蔓延しており、千葉県においては非常事態宣言が発令されている状態です（4月20日現在）。

これらの状況を踏まえ、新型コロナウイルス感染予防、拡大防止の観点から、当法人が主催のすべての勉強会・イベントを一時中止することといたしました。今年度の勉強会・イベントの開催につきましては、現在、予定が立っていない状態です。

開催が決定した際には、院内ポスター、ホームページなどでお知らせをいたします。

ご理解の程、よろしくお願いいたします。

季節のレシピ

今回は5月から6月に旬を迎えるグリーンアスパラガスを使ったレシピをご紹介します。



＜材料＞ 1人分

・グリーンアスパラガス	60 g (3本程度)
・卵	50 g
・ベーコン	40 g (Mサイズ1個)
・マヨネーズ	12 g (大さじ1)
・油	12 g (大さじ1)

アスパラベーコンの 卵マヨ炒め

＜作り方＞

- ① グリーンアスパラガスは根元1/3部分の皮をピーラーで剥ぎ、硬い部分を切りおとし、約3 cm程度の長さに切る。
- ② 油をひいたフライパンに、溶いた卵を流し入れ、箸で円を描くようにスクランブルエッグを作り、一度皿に取り出します。
- ③ ②のフライパンで1 cm幅に切ったベーコンを軽く炒め、アスパラと水50 mlを入れて、水気が無くなるまで炒めます。そこに②の卵とマヨネーズを入れ、さっと混ぜ炒めて出来上がりです。



POINT

・カリウムが気になる方は、アスパラを茹でこぼすと10%ほど、カリウムを減らすことができます。

・カロリーを減らしたければ、マヨネーズをコンソメに変えると約マイナス100キロカロリーの減量になります。

＜1人分の栄養成分＞

エネルギー	442 kcal
たんぱく質	13.2 g
塩分相当量	1.3 g
カリウム	314 mg
リン	228 mg



(栄養部)

管理栄養士・小川晴久

東葛クリニックグループでは、新型コロナウイルス感染症防止の対応として、当法人の病院、診療所に来院されるすべての方に、マスクの着用をお願いしています。マスクの購入が難しい方は、簡易マスクでも構いませんので、口を覆う配慮をお願いします。

ハンカチを使った簡易マスクの作り方

〈準備〉ハンカチと紐を準備する

① ハンカチの左右の端を折る

「注意」この時の左右の幅が、完成したマスクの横幅になります。

② 上下を折る

この時の上下の幅が、完成したマスクの



※ 紐の長さは90cm
あれば充分です



引用:

https://www.huffingtonpost.jp/entry/story_jp_5e3cbd32c5b6f1f57f0e2e7d

縦幅になります。厚みがあまり出てしまうとマスクが浮いて見えるので、程よい厚みのハンカチで作ってみてください。

③ サイズを確認・調整する

この段階で、いったん、マスク型のハンカチを顔に当ててみましょう。

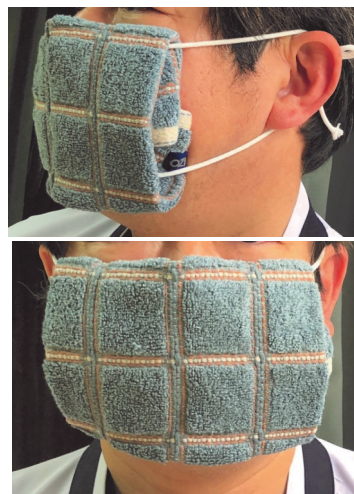
息苦しいようなら、もう少し薄めのハンカチを選ぶか、通気性がいい生地 of ハンカチを選んでください。

④ 上下の折り目の位置に紐を置く

上下の折り目の中に紐を通していきます。

⑤ 紐の長さを調整する

耳にかけられる長さに調節し、紐を結びます。(好みの問題ですが、少しキ



— 完成 —

※ ハンカチが大きくてもご自身に合ったサイズまで折り込めば大丈夫です。
ツイくらいがずれる心配がなくていいかもしれません

新規導入機器紹介

X線骨密度測定装置



X線骨密度測定装置
(日立製作所)
ALPHYS A

はじめに

骨の強さ(強度)は70%が骨密度、30%が骨質によって決まるといわれています。骨の強さに大きく関係する骨密度とは、骨を構成するカルシウムなどのミネラル成分量のことをいいます。

骨密度測定検査について

骨密度の測定方法は複数あり、それぞれ測定部位や原理が異なります。

代表的なものは、腰椎・股関節・前腕等に2種類のX線をあて、骨密度を測定する「DXA法」と、かかると超音波をあてて測定する「QUS法」です。

どちらも骨密度を測定できますが、「DXA法」は「QUS法」と比べ、検査精度がより優れており、日本骨粗しょう学会において、「骨粗しょう症診断に有効な検査」とされています。

「DXA法」について

「DXA法」は、2種類の異なるX線を骨にあて、X線の透過率から骨密度を評価する方法です。体の一部に放射線をあてますが、放射線の量は微量なため身体への影響はほとんどありません。

当院では、令和1年9月に新たに「DXA法」による骨密度測定装置(日立製作所・ALPHYS A)を導入しました。従来の装置は、超音波を利用していましたが、今回導入した装置は非利き腕の前腕骨の骨密度を測定します。

新しい装置は患者さんに合わせて高さを調節できるため、車椅子の方でも大きく体勢を変えることなく検査が行えます。

検査結果は図1のようにグラフ表示もされているため、継続して検査を受けることで経過を観察することができます。検査時間は5分程度です。



骨粗しょう症について

骨粗しょう症とは骨密度が低下し、骨がスカスカになり骨折をおこしやすくなっている状態をいいます。この病気の原因は、加齢と生活習慣が関係しています。骨密度のピークは20歳頃で、その後、

あなたの骨密度（カルシウム量）は、 **0.891** (g/cm³)です。

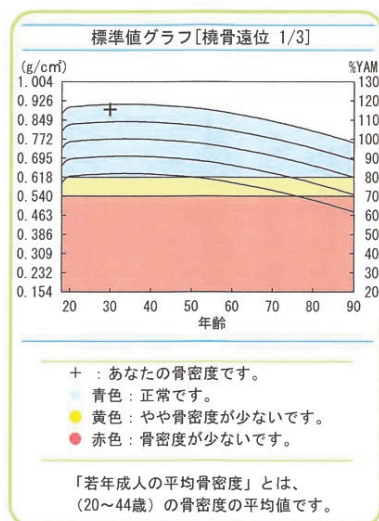
若年成人の平均骨密度と比較すると、 **115** (%)です。

あなたの同じ年齢の骨密度と比較すると、 **116** (%)です。

部位： 橈骨遠位 1/3

骨塩量： 1.121 (g)

骨面積： 1.257 (cm²)



判定

あなたの骨密度は、若年成人の平均骨密度と比べて同等以上といえます。これからもバランスの良い食事や適度な運動を心がけましょう。定期的に検査を受けてください。

図1.検査結果

骨密度・若年成人の比較値・同年齢の比較値から判定されます。

加齢とともに緩やかに減少しますが、低栄養や運動不足の場合、さらに減少します。また、女性は閉経によって骨をつくるホルモンが減り、骨密度が減少しやすい体質になるため、女性に多い病気です。一度スカスカになった骨を修復することは難しく、この病気を予防するには、骨密度の低下を抑えることが重要です。食事（カルシウム、ビタミンDなどをとる）や運動、禁煙など、生活習慣を改善することで、骨密度の低下を緩やかにできます。

最後に

骨密度測定について、ご不明な点がございましたら、医師・看護師・診療放射線技師にお問い合わせください。

(放射線技術部)



『腹膜透析・腎臓移植・血液透析』 を経験しました



このコーナーでは東葛クリニックグループで透析治療を受けていらっしゃる方のお話を紹介しています。



東葛クリニック病院
くろだ とおる
黒田 徹 様(59歳)
血液透析歴 9年5月

Q. 腎臓が悪いと言われた時期とその後の経過を教えてください

A. 昭和49年、中学二年生(14歳)の時、学校の健康診断の尿検査で蛋白尿であることが分かり、都内の総合病院を受診したところ、直ちに入院、生まれつき左側の腎臓が欠損している片側性腎無発症と診断されました。右側の腎機能も著しく低下しているもので、将来的には、透析導入もやむなしという結果になりました。その後、10年間は、通院しながら投薬と食事療法で透析導入を免れていました。

Q. 透析導入時の状況はどうでしたか

A. 昭和59年9月、大学院在学中(24歳)、尿毒症を発症し、通院中の総合病院で、腹膜透析(CAPD)導入となりました。昭和51年に松戸市樋野口に転居していたので、自宅から数分の東葛クリニック病院の東先生を紹介していただき転院して来しました。それから約40年のお付き合いとなります。

Q. その当時の思い出はありますか

A. その頃、私の体調が悪いと、東葛クリニック病院の透析室スタッフの方々が、仕事帰りに私の家に様子を見に寄っ

てくれました。年齢も近く良き話し相手でした。現在では、想像もできませんが、のどかな時代でした。

Q. 腹膜透析、腎臓移植、血液透析歴を経験されたそうですが？

A. 昭和61年7月、腹膜透析導入2年後、東先生の勧めもあり、都内の大学病院で、父親からの生体腎移植手術を受けました。父との組織の適合が良かったため、25年間、透析から離脱することができました。しかし、徐々に腎機能が低下し、平成22年10月、50歳で血液透析再導入となり、再び東葛クリニック病院でお世話になることになりました。今年で10年になります。

Q. 透析再導入時の体調と心境は？

A. 透析再導入になった時は、さすがに精神的なダメージを受けました。夜、自分の意志に関係なく、足が勝手に動き、寝ている間に歩きまわったり、無意識のうちに、壁に体当たりしてしまったり、という夢遊病の症状が出てしまいました。都内の大学病院の精神神経科の先生が治療してくださり、現在では、そのような症状が出ることはなく、順調に毎日を過ごしています。透析は、体調だけではなく、精神神経にも、

大きな影響を及ぼします。私と同じような症状で苦しんでいる透析患者さん多いと思います。そのような時は、躊躇せずに、心療内科や精神神経科を受診することをお薦めします。

Q. それでは、お仕事のお話を聞かせていただけますか

A. 現在は、週3回の透析日を除いて、大学で『万葉集』や『古代日本語の文法』について講義をしています。万葉集の研究者として、学会誌や大学の紀要に論文を発表して来ました。その成果を『万葉歌の読解と古代語文法』『万葉歌の構文と解釈』『万葉歌の解釈と言語』（いずれも万葉書房刊）の3冊にまとめることができました。専門書なので、あまり読者はいないと思いますが、もし興味のある方がいて、読後感などをお寄せ頂ければ幸いです。



黒田さんの著書

Q. 趣味などの紹介もお願いします

A. 私が所属している学会に、国語・国文学・国語教育の専門家が集う「解釈学会」があります。その学会誌の表紙

には、各地の文学碑の写真を掲載することになっています。文学碑を訪ねて歩くのは、

元々趣味だったので、現在、趣味と実益を兼ねて、東葛地区（松戸市、流山市、市川市、柏市、我孫子市、東京都葛飾区）の文学碑を中心に探訪し、解説文を書いています。研究論文を執筆するのとは違って、エッセイ風の文章を書くのも楽しいものです。



松戸市内の文学碑／黒田さん撮影

Q. 運動や食事など日頃の生活で気をつけている事はありますか

A. 右脚が人工関節になっているので、長時間の歩行はできませんが、なるべく歩くようにしています。学会が地方の大学で開催される時は、泊りがけで出かけるので、外食が続く上、学会の幹事で懇親会に出席するとどうしても体重が増加し過ぎて、除水限界を越えてしまいます。そのような時は、自宅に戻ってからの食事の量を控え目にして、週末までにドライウエイトに持って行けるように注意しています。

Q. 病院へ希望や要望はありますか

A. 現在、本院で早朝外来透析を受けていますが、おかげで午後からの時間を調査・研究に充てることができ、大変助かっています。スタッフの皆様は大変だと思いますが、今後も継続して頂きたいと思います。

Q. 最後に、これからやりたいと思っている事は何ですか

A. 著書を3冊出版しましたが、まだまだ、書いておきたいこと、書かなければならないことが沢山あります。副院長の秋山先生からは、「10冊出版して下さい」と言われていますが、5冊を目標に自分の学問を体系化したいと思っています。また、臓器移植ネットワークに登録し、10年経ちますが、日本では、献腎移植の件数が欧米諸国に比べて、かなり少ないのが現状で、平均待機年数は15年だそうです。日本の献腎移植がもつと増えること、そしてもう一度、透析から離脱した生活を送れる日が来ることを切望しています。

＜インタビューを終えて＞

ありがとうございます。のどかな時代を知るスタッフより。（東葛クリニック 病院・総務部 水村宏之）



昔話とインタビューの様子



東葛クリニック病院 外来診療のご案内

(2020年4月1日現在)

[受付時間] 午前 8:30～12:00 午後 13:30～16:30

[診療時間] 午前 9:00～12:30 午後 14:00～17:00

※ 日曜・祝日は休診です。諸事情により担当医が変更になる場合があります。

外来診療予約電話 TEL 0120-113-751 (受付時間8:30～17:00)

※ 当院は予約制となっております。診療券をお持ちの方はお手元にご用意の上、お電話下さい。

※ 但し、急患、新患の方はこの限りではありません。

		月	火	水	木	金	土	備考
内科	午前	○	○	○	○	○	○	
	午後	○	○		○	○		
外科	午前	○	○	○	○	○	○	土曜 第2、第4のみ
	午後	○		○	○			土曜・午後 第4のみ
腎臓内科	午前	○		○	○			
	午後	○		○	○	○	○	
呼吸器内科	午前	○				○		
	午後		○					
循環器内科	午前				○			木曜・午前 診療9:30～ 月曜・午後 診療14:30～
	午後	○	○					
消化器外科	午前				○	○		
	午後							
泌尿器科	午前	○	○	○	○		○	月曜 第1、第3、第5のみ 土曜・午後 第1、第3、第5のみ 月・火・木曜の午後は検査のみ
	午後	○	○		○			
整形外科	午前			○			○	土曜・午前 第2、第4のみ
	午後			○			○	診療時間 14:30～16:00
呼吸器外科	午前							
	午後			○	○			午後診療時間 13:30～15:00
神経内科	午前							
	午後							

		月	火	水	木	金	土	備考
血管外科(循環器外科)	午後			○	○			水曜日 第2、4のみ
	午前	○	○		○			
糖尿病外来	午後		○		○			
	午前	○	○		○			
アクトス外来	午後		○	○	○	○	○	土曜日 第2、4のみ
	午前	○	○	○	○	○	○	第1、第3のみ
腎炎外来	午後					○		
	午前		○					
乳腺外来	午後							
	午前							
ペインクリニック	午後			○				
	午前				○			第2、第4のみ
ストーマ外来	午後				○			
	午前							金曜日 第2、第4のみ
腎不全外来	午後		○			○		診療時間 13:30～
	午前							
創傷ケア	午後					○		
	午前							9:00～11:00 14:00～16:00 第2月曜日、土曜日のみ
フットケア外来	午後	○					○	
	午前	○					○	
褥瘡外来	午後				○			第2、第4のみ
	午前							
胃内視鏡	午後		○	○	○		○	土曜日 第3のみ
	午前		○	○	○		○	
大腸内視鏡	午後		○	○		○	○	土曜日 第1、第3のみ
	午前							



東葛クリニックみらい

[受付時間] 午前 8:30～11:30 午後 14:00～16:30

[診療時間] 午前 9:00～12:00 午後 14:30～17:00

外来診療のご案内

東葛クリニックみらい電話 TEL 047-366-6150

※1 心療内科・物忘れ外来は完全予約制です。 ※ お薬は院外処方となっております。

	月	火	水	木	金	土	備考
内科・循環器内科	午前	○	○	○	○		
	午後	○	○	○	○		
糖尿病外来	午前			○			午後 診療時間 14:00～ (受付時間 13:30～)
	午後			○			
腎臓内科	午前		○				第1、第3のみ
	午後						

	月	火	水	木	金	土	備考
内科・呼吸器内科	午前			○			
	午後		○				
消化器外科	午前		○				
	午後		○				
心療内科※1	午前					○	午後 診療時間 13:30～ (受付時間 13:00～)
	午後					○	