

# 相模台 さんぽみち

白馬岳より杓子岳・鑓ヶ岳を望む



医療法人興生会  
**相模台病院**



- 相模台健診クリニック
- 介護老人保健施設 老健さがみ
- 相模台病院 訪問看護ステーション
- 相模台病院 居宅介護支援事業所
- 座間市相模が丘地域包括支援センター(委託)
- 座間市ひばりが丘地域包括支援センター(委託)

## ご挨拶

### 骨粗鬆症とロコモティブシンドロームについて



副院長 整形外科  
小林 明正 医師

ロコモティブシンドローム(ロコモ)は、2007年に日本整形外科学会から提唱された概念であり、「運動器障害によって移動機能が低下した状態」と定義しています。ロコモの原因となる運動器障害は、高齢者に多く、慢性に進行し、経過が長いという特徴があり、進行すると要支援・要介護となるリスクが高くなります。代表的疾患としては、骨粗鬆症、変形性関節症、脊柱管狭窄症などが挙げられます。

骨粗鬆症は骨強度が低下した状態をいい、閉経後の女性に多くみられます。また内分泌性の病気やステロイド剤の使用が原因となることもあります。骨強度の低下により、脊椎、股関節(大腿骨近位)、手関節、肩関節などで骨折を生じやすくなります。特に大腿骨近位での骨折は、立位・歩行が障害され移動能力が低下するため寝たきりになることがあります。このため高齢者の方は転倒しないよう注意することが肝要です。

骨粗鬆症の診断は骨密度を測定することで可能となりますので、50歳を超えたら検査を受けられることをお勧めします。測定の結果、骨粗鬆症が認められたら積極的に治療を行い、ロコモにならないようにして毎日の生活を送ることが大切です。

## 興生会の理念

私たちは、地域皆様の健康増進のため、安全で安心できる医療・介護を提供します。

### 基本方針

1. 説明と同意に基づき、良質な医療・介護を提供します。
2. チーム医療(医療・介護)を確立し、全人的医療を提供します。
3. 近隣の医療機関と連携し、地域皆様の心身の健康を守ります。
4. 豊かな人間性と強い使命感を持った医療人を育てます。

# すい臓がんの特徴



病院長 消化器外科  
大谷 剛正 医師

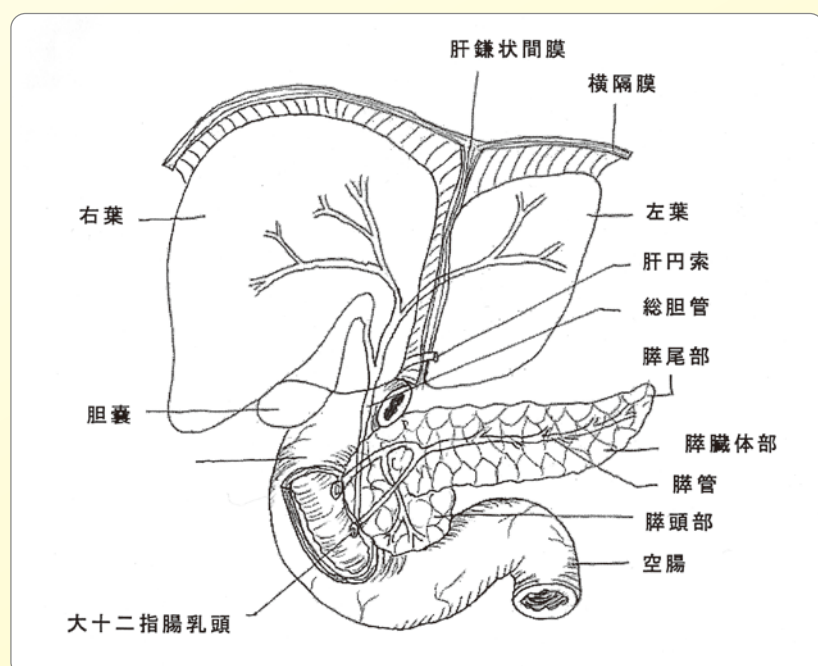
すい臓がんの特徴は、発見しにくいこと、自覚症状に乏しいこと、罹患したら他の癌に比べて予後(病気の治る見込み)が非常に悪いことです。

すい臓は胃の後ろ側にあり、糖尿病と非常に関係の深い臓器です。すい臓がんが発生しやすい人の特徴は糖尿病や慢性膵炎といった患者様に発生することが多くなっています。糖尿病では約1.8倍、慢性膵炎では4~8倍といわれています。またその他の危険因子としては、喫煙、過度の飲酒、肥満といわれています。煙草を吸わない人と比べると、男性で1.8倍(女性で2倍)との報告があります。肥満に関しては、肥満指標BMIが30以上では、それ以外の人と比べて発症率は約2倍といわれています。また遺伝的な面からも研究されていて、膵がん患者様の約4~8%に家族内に膵癌の既往歴があるとされていて、特殊な

家族性膵癌(遺伝性膵癌)の家系も発見されています。

現在部位別の癌死亡数は大腸癌、胃癌、肺癌が上位3つですが、膵癌は男性では第5位(2014年:16411名)女性では4位(2014年:15305人)となっています。膵臓癌で手術が可能であった患者様はわずか35%前後で、比較的早期のすい臓がんでも約半数の患者様が再発するといわれています。

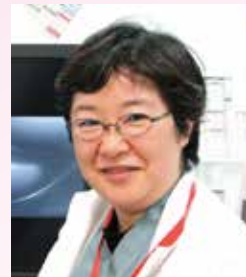
予防としては決定的なものはありませんが、先にも書きましたように危険因子の喫煙、飲酒、肥満は自分で予防できます。他の部位の癌でもこの危険因子は同じですので生活習慣を見直す事が最も重要です。



# 乳腺外来の診療枠拡大

平成30年4月より乳腺外来の診療枠を拡大いたします。

今までの週2枠の乳腺外来から、週7枠へ診療枠を拡大いたしました。  
もしも自己触診で異常を感じる方がいらしたら、その方は検診を受診するのではなく、出来るだけ早く乳腺外来を受診して検査を受けてくださるようお願いいたします。



外科部長  
坂本 いづみ 医師

外科(非常勤)  
菊池 真理子 医師★  
(北里 乳腺外科担当)

※金曜日の午後診療は  
一般外科+乳腺外来

月曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
<p>〈受付〉 15:00~16:30</p> <p>新規枠</p>	<p>〈受付〉★ 8:00~11:30 (第2・4週)</p> <p>新規枠</p> <p>14:00~16:00</p> <p>既存枠</p>	<p>〈受付〉 14:00~16:00 (第1・3週)</p> <p>既存枠</p>	<p>〈受付〉 8:00~11:30</p> <p>新規枠</p> <p>14:00~16:30</p> <p>新規枠</p>	<p>〈受付〉 8:00~11:30</p> <p>新規枠</p> <p>※予約のみ対応</p>

# 医療法人 興生会 平成30年度入職式



桜も満開の4月2日月曜日、興生会の入職式が行われ、医師・看護師はじめ25名の職員を新たに迎え、入職式を行いました。

1週間にわたる教育・研修の後、各職場に配属され業務に就きました。



# 着任医師のご紹介

この春から加わる、2名の常勤医師をご紹介します。



整形外科  
難波 孝徳 医師



精神科  
山角 圭 医師

## 神経内科 4月より変わりました

4月より

〈毎週火曜日〉14:00~16:30 永井医師

〈毎週水曜日〉14:00~16:30 栗田医師

神経内科・内科を担当します。

神経内科・内科(非常勤)

永井 俊行 医師

神経内科・内科(非常勤)

栗田 瑛里子 医師

【神経内科の主な疾患】頭痛・めまい・脳卒中・パーキンソン病等  
外来では上記 神経内科一般の疾患についてみています。



旬を満喫!

身近なもので健康レシピ

# 春キャベツと桜エビの塩昆布和え



## 材料(2人分)

- 春キャベツ ..... 120g
- 塩昆布 ..... 5g
- 桜エビ ..... 5g
- 白いりごま ..... 5g
- 焼き海苔 ..... 1/3枚
- ごま油 ..... 大さじ1

## 作り方

- ①キャベツを食べやすい大きさにちぎる。
  - ②ボールの中に材料をすべて入れて混ぜ合わせる。
  - ③器に盛り付けて出来上がり。
- ※塩昆布の量は、お好みで調節を。

## ●栄養豆知識

春キャベツは水分と甘味があり、軟らかくて食べやすく、生野菜感覚で食べるとよいでしょう。春キャベツは、通常のキャベツよりビタミンCやカロテンが豊富に含まれています。美肌効果・免疫力アップ・整腸作用などがあるとされています。

## ●栄養量(1人分)

- エネルギー 97kcal
- たんぱく質 3.5g
- 脂質 7.6g
- 塩分 0.6g

診療支援部 栄養科



※バスの車両は、運行状況により変わる場合がございます。



## ■送迎バス時刻表■

### 小田急相模原コース(平日・土曜)

南口発		病院発	
7	50	7	
8	10 28 50	8	
9	10 30 50	9	5 25 45
10	10 30 50	10	5 25 45
11	10 30 50	11	5 25 45
12	10 50	12	5 45
13	10 40	13	5 35
14	10 40	14	5 35
15	10 40	15	5 35
16	10 40	16	5 35
17	10 40	17	5 35
18	10 40	18	5 35
19	10	19	5 35

### 中央林間コース(平日・土曜)

北口発		病院発	
7	40	7	
8	10 45	8	
9	35	9	15
10	25	10	5 55
11	15	11	45
12	5	12	40
13	0 40	13	20
14	35	14	15
15	25	15	5 55
16	15	16	45
17	5 50	17	30
18	35	18	15 55
19		19	35

赤字は土曜日運休となります。 ※日曜・祝祭日、休診日はすべて運休となります。

※平成30年春に大型商業施設が病院周辺に開業するため、交通状況によっては、送迎バス運行の見直しをさせていただく場合がありますので、ご了承ください。

## ●お願い

- 車イスでのご利用には対応しておりません。
- 交通事情により時刻表通りに運行できない場合がございます。
- 途中降車はできません。
- 満席の場合はご乗車できませんのでご了承ください。
- 相模台病院及び関連施設にお越しの方以外のご利用はできません。運転手が行き先をおたずねする場合がございます。

## 座間市コミュニティバス「ザマフレンド号」(有料)をご利用の患者様・ご家族様へ

◆小松原・相模が丘循環コース ◆小田急相模原方面循環コース 各コース共、相模が丘または小田急住宅入口で下車されて、病院まで徒歩5～6分の距離となります。



# 医療法人興生会

<http://www.sagamidai.com/>

発行: 相模台病院 事務部広報担当 〒252-0001 座間市相模が丘6-24-28

- 外来診療医師担当表は、総合受付に設置のチラシ・病院ホームページにてご確認ください。
- 病院への問合せ等で電話番号のかけ間違いのないよう、よくご確認ください。

- 相模台病院 (TEL) 046-256-0011
- 相模台健診クリニック (TEL) 046-256-9235
- 介護老人保健施設 老健さがみ (TEL) 046-266-5010
- 相模台病院訪問看護ステーション (TEL) 046-251-0363

- 相模台病院居宅介護支援事業所 (TEL) 046-256-1550
- 座間市相模が丘地域包括支援センター (TEL) 046-266-5222
- 座間市ひばりが丘地域包括支援センター (TEL) 046-255-2555