

名古屋共立病院 「基本理念」



- 常に最新の先端技術を導入し、高度な専門医療を目指します。
- 真に総合的な医療(予防・治療・リハビリ・社会復帰)を目指します。
- 患者様の自己決定権を尊重する医療を目指します。
- 他の医療機関と連携して、地域医療の発展を目指します。
- 教育・研究を重視し、職員の自己研鑽に努めます。



当院までのアクセス

マイカー

外来患者様の利便性向上のため、駐車場を病院周辺に4か所ご用意しております。
外来患者様には、5時間無料の割引をさせていただきますので、「駐車券」を院内受付にご提示ください。

公共交通機関でお越しの方

地下鉄高畑駅より

市バス「高畑13(8番のりば)野跡駅・港区役所行」
(中川住宅下車すぐ)

八田駅より(JR・近鉄・地下鉄)

市バス「高畑13(1番のりば)野跡駅・港区役所行」
(中川住宅下車すぐ)



名古屋共立病院に来院される患者様へ **無料送迎シャトルバスを運行しております**

地下鉄高畑駅 と **名古屋共立病院 外来棟** の間で、無料送迎シャトルバスを運行しています。

シャトルバス時刻表は名古屋共立病院 外来棟の受付またはホームページでご確認ください。→



広報誌の創刊にあたり、名古屋共立病院の職員から誌名を募り、「すまいる」に決まりました。

「すまいる」についてのアンケートにご協力をいただいた方にはノベルティをプレゼントします。



UD FONT
by MORISAWA
見やすいユニバーサルデザインフォントを採用しています。

すまいる



特集 消化器内科・消化器内視鏡センター 新体制のご案内

- トピックス: メディカルフィットネス 偕行会ウェルネスセンターのご案内
- 見つけた! 中川区の「すまいる」
- 栄養士のイチオシレシピ: お正月メニュー
- とってもカンタン! お手軽エクササイズ: 寒い時期に気をつけたい こむら返り
- INFORMATION: 偕行会城西病院 眼科のご案内



消化器内科・消化器内視鏡センター 新体制のご案内

消化器内科・消化器内視鏡センターでは本年4月から有沢先生が、10月からは中村先生が着任。従来の消化器診療に加え近年増加している炎症性腸疾患診療や内視鏡的腫瘍切除など、更に充実した診療を提供することが可能となりました。潰瘍性大腸炎やクローン病といった炎症性腸疾患の治療は目覚ましく進歩しており、従来のステロイドだけでなく各病態に応じた個別化治療が可能になってきています。また、内視鏡的腫瘍切除もよりからだに負担の少ない治療が可能になっています。これまでの消化器疾患はもちろんのこと、さらに患者様のニーズに応じた治療を提供してまいります。

今回新たに
診療を充実させる
領域

- 炎症性腸疾患 (潰瘍性大腸炎、クローン病、腸管ベーチェット病など)
- 内視鏡的消化管腫瘍切除術 (食道・胃・大腸)
- 機能的消化管障害 (機能的ディスペプシア、過敏性症候群、慢性便秘症など)

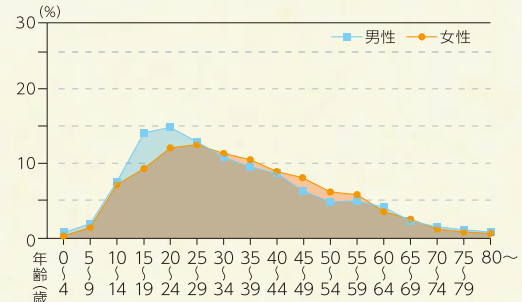
炎症性腸疾患、特に潰瘍性大腸炎に関して



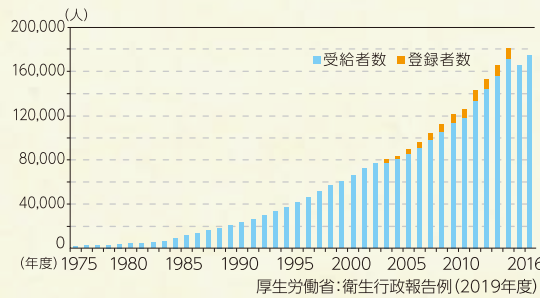
▲潰瘍性大腸炎の内視鏡写真

潰瘍性大腸炎は直腸を起点として奥の大腸の方に連続して炎症が広がる疾患で、ひどいときには盲腸まで全大腸が侵されます。はっきりした原因は不明ですが、大腸の過剰な免疫応答が関与していると考えられており、その意味からは腸内フローラ(腸内細菌叢)や生まれ持った個々の免疫の特性などが重要であろうと思われまます。近年、我が国ではこの病気は右肩上がり増加しており、特に20歳台を主に若年者に多く見つかる疾患ですが、最近では高齢発症の例も多数見つかっています。

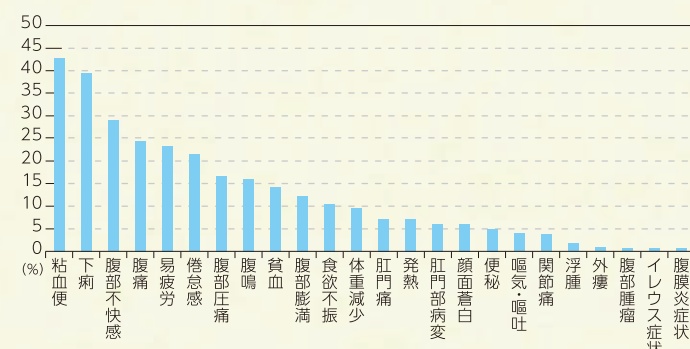
潰瘍性大腸炎の推定発症年齢



潰瘍性大腸炎医療受給者証交付数の推移



潰瘍性大腸炎 -臨床像-



この疾患を疑う初期症状は現在も変わりはなく、長期に続く粘液・血液を交えた下痢といってよいでしょう。また、その症状は長い年月の間によくなったり悪くなったりを繰り返すこともあります。心当たりがある場合は下部消化管内視鏡検査を受けられることをおすすめします。痔のせい?と患っていたら潰瘍性大腸炎だったということは珍しくはありません。治療に関しては、近年多くの新規薬剤が開発されており薬物療法でよくなる例がほとんどです。当院では新規治療を積極的に導入しており、また世界的治療にも参加した経験者も在籍しております。

内視鏡検査のご案内

以前は「胃カメラ」「大腸カメラ」と呼ばれていた検査ですが、現在ではそれぞれ「上部消化管内視鏡」「下部消化管内視鏡」といいます。病気の発見や診断後の経過観察に欠かせない検査ですが、一方で苦しもうとの印象を受けがちな検査でもあり、実施をためらってしまう方も多いようです。

上部消化管内視鏡検査

- 上腹部に痛みがある
- 吐き気、嘔吐が続く
- 黒い便が出る
- 胃の不快感、胸やけ、のどのまたは胸のつかえ感 など



下部消化管内視鏡検査

- 血便が出る
- 便通の異常 (便秘、下痢が続く)
- 腹痛、膨満感が続く など



当院の特長!

鎮静薬を使用した検査

当院では鎮静薬を使用して内視鏡検査を行うことができます。鎮静薬はいわゆる「睡眠薬」に似た成分で、静脈内に注射します。手術の時に使用する麻酔薬とは異なりあくまでも眠くなる薬で、検査に伴う苦痛を和らげることができます。「検査が怖くて受けたくない」「過去に実施した検査が良かった」という方は、ぜひ消化器内科にご相談ください。



医師紹介



名古屋共立病院 副院長
消化器内科 部長 消化器化学療法科 部長

栗本 拓也 医師

- 【資格】
日本内科学会 認定内科医 / 総合内科専門医 / 内科指導医
日本消化器病学会 消化器病専門医 / 指導医
日本消化器内視鏡学会 消化器内視鏡専門医
日本肝臓学会 肝臓専門医
日本臨床腫瘍学会 がん薬物療法専門医 / 指導医



消化器内科 部長
消化器内視鏡センター 部長

有沢 富康 医師

- 【資格】
日本内科学会 認定内科医 / 内科指導医 / 評議員
日本消化器病学会 消化器病専門医 / 指導医 / 執行評議員
日本消化器内視鏡学会 消化器内視鏡専門医 / 指導医 / 学術評議員
日本消化管学会 胃腸科専門医 / 胃腸科指導医 / 代議理事



消化器内科 副部長

中村 正克 医師

- 【資格】
日本内科学会 認定内科医
日本消化器病学会 消化器病専門医
日本消化器内視鏡学会 消化器内視鏡専門医 / 指導医
日本肝臓学会 肝臓専門医
日本消化管学会 胃腸科認定医 / 胃腸科専門医 / 胃腸科指導医
日本カプセル内視鏡学会 認定医
日本ヘリコバクター学会 H.pylori (ピロリ菌) 感染症認定医
日本がん治療認定医機構 がん治療認定医
日本人間ドック学会 人間ドック認定医
日本医師会 認定産業医

2021年
10月入職

外来体制	診療時間	月	火	水	木	金
消化器内科 9:00~12:00	有沢富康/藤野 信男 (14:00~16:00)	野寄 昌	中村 正克/馬場 俊之	藤野 信男 9:00~15:00	廣瀬 健	
外来化学療法 9:00~17:00		栗本 拓也	栗本 拓也			

診療予約センター 052-353-9100 (月曜日~金曜日 8:00~18:00 土日祝日除く)



メディカルフィットネス 偕行会ウェルネスセンターのご案内

2021年9月1日に移転オープンした「メディカルフィットネス 偕行会ウェルネスセンター」で実施していただける代表的なプログラム概要についてご案内します！

こんな方におすすめ！

- ✓ 高血圧症や糖尿病、脂質異常症、肥満症などの生活習慣病を予防・改善したい方
- ✓ コロナ禍における外出自粛により、体力の低下が気になる方
- ✓ 心臓病など循環器疾患をお持ちの方
- ✓ 安心・安全な環境で、体力づくりや健康維持・増進のために運動をしたい方
- ✓ 医師より運動をすすめられている方
- ✓ 専門家による運動プログラムの作成を希望する方
- ✓ 退院後も運動を継続する環境が必要な方



集団コース

目的に応じて選択できる、2つの代表的なコース

個別コース



4名様までの小集団に対して健康運動指導士1名が安全に正しく・楽しい運動プログラムを提供します。生活習慣病予防・改善や健康づくりに最適です。



健康運動指導士1名がマンツーマンで目的に応じた専用の運動プログラムを提供します。オーダーメイドの充実した時間をお過ごし下さい。

プログラム料金表

(すべて税込価格)

プログラム	時間	料金	回数券(5回)
集団コース	60分	2,000円	8,000円
個別コース	20分毎	2,000円	8,000円
有酸素運動 (運動療法実施の方のみ)	~30分	500円	2,500円
炭酸泉足浴 (運動療法実施の方のみ)	15分	500円	

※いずれのコースも、医師より運動を止められていない方が対象になります。
※プログラムはすべて**完全予約制**です。実施時間詳細についてはお問い合わせください。

その他、安心して運動実施していただくためのメディカルチェックや楽しく身体を動かす運動教室、心疾患の再発予防を目的とした心臓リハビリコース、身体のゆがみ解消教室などのプログラムをご用意しております。詳細はお問い合わせください。

アクセス

「名古屋共立病院東館」すぐ横

住所 〒454-0933 名古屋市中川区法華1丁目202番地
 予約受付時間 月・水曜日 9:00~20:30
 火・木・金曜日 9:00~17:00
 土曜日 9:00~13:00
 休館日 日・祝・年末年始



エクササイズや運動療法について何かお聞きしたいことがありましたら、お気軽にお問い合わせください
メディカルフィットネス 偕行会ウェルネスセンター TEL:052-353-9124

見つけた! 中川区の「すまいる」^{Smile}

名古屋共立病院のある中川区で「すまいる」な人を毎号ご紹介いたします!



荒子連合町内会 会長 河西 清貴さん(67)

【お住まい】 中川区荒子
 【お仕事】 産業機械メーカーで監査役
 【性格】 温厚
 【好きなもの・こと】 ゴルフ・オーディオ・自動車

河西さんと写っているのは名古屋市指定文化財の「荒子の馬道具(パドン)」。前田利家が越前府中(現在の福井県武生)に領地換えを命じられた時に、荒子村の7つの屋敷に一飾りずつ馬飾りを与えた事に始まるとされている。(展示場所:荒子集会所)「荒子の場道具(パドン)」は、毎月第1、第3土曜日13:00~15:00一般公開。

地域での取り組み

戦国時代に活躍した大名「前田利家」にゆかりがある荒子で生まれ育った河西さん。

現在は荒子連合町内会(荒子の8町内会の連合組織)の会長を務めており、「荒子神明社(あらこしんめいしゃ)」「富士権現社(ふじごんげんしゃ)の氏子(うぢこ)として古くから続く祭礼行事にも精力的に取り組みられています。

数多くの歴史的資源がある荒子で誇るべきものは何でしょうか?

やはり「前田利家」「荒子観音寺」「円空仏」がキーワードですね。この3つが荒子の歴史を語るうえで欠かせないものであり、それらに関する代々の行事は大事にしたいと常に思っています。



円空作/鹿嶋大明神
 円空(えんくう)は江戸時代の僧侶で全国各地に「円空仏」と呼ばれる独特の作風の仏像を残したことで知られる。

氏子の活動を通して良かったことは何ですか?

まず、私自身が荒子の歴史に触れる機会になりました。初めはわからないことも多く、専門家に聞いたり調べたりしました。こういった歴史や文化を後世に伝えていくことは重要ですので、「人にいかに伝えていくか」が大切だと感じます。せつかく荒子に住んでいるので、私だけでなく、町民の方々に歴史

こんな取り組みもしています



歳旦祭(1月2日(日))午前11時より雅楽・神楽奉納もありますのでぜひご参拝ください。
 連絡先:052-361-2839(河西)

【10月に行われた「秋祭り」の様子】



(上段)富士権現社/(下段)荒子神明社

名古屋共立病院に対して気になることを教えてください!

個人的に、開業医さんと名古屋共立病院さんがどういった連携をされているのが気になります。地域医療における開業医さん・他医療機関とどう連携されているかや、名古屋共立病院さんの特色をこういった広報誌などでPRしていただくと良いのではないのでしょうか。

を守り継いでいただくよう活動をしていきたいと思っています。

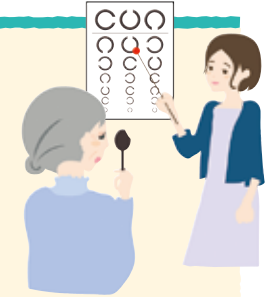
INFORMATION

名古屋共立病院を運営する偕行会グループは、名古屋市を中心に東海・関東エリアで病院やクリニック、介護施設を運営する医療法人グループです。
ここでは偕行会グループの最新の情報や取り組みをご紹介します！

偕行会城西病院 眼科のご案内

目の定期検査を受けていますか？

目が見えることは、生活の質を高めるうえでとても大切です。自覚症状が無のまま進行する病気も多くあります。



主な疾患

白内障

加齢により、水晶体が白く濁るために、目がかすんで見えにくくなる病気です。「かすむ」や「まぶしい」などの症状が出ます。年のせいなどと思わず、症状があるようなら眼科を受診しましょう。当院では、入院・日帰り手術のいずれにも対応しています。また、人工透析を受けている方も安心して手術を受けられる環境を整えています。

加齢黄斑変性症

ものがゆがんで見えたり、中心が見えにくいなどの症状がでる病気です。遺伝的要素に加え、喫煙や生活習慣などが原因とされています。予防のための生活習慣の改善やサプリメントの服用、硝子体内への注射による治療（外来で可能）などを行います。



変視症 ※イメージ



中心暗点



感度の低下

写真提供：ノバルティスファーマ株式会社

緑内障

視神経が圧迫されて少しずつ視野が欠けていく病気です。40歳以上の約20人に1人*は緑内障といわれています。早期発見・早期治療が大切ですので、年に1回は定期検査を受けましょう。

*日本緑内障学会 多治見スタディ



初期



中期



末期

※イメージ

糖尿病網膜症

糖尿病と診断されたら必ず眼科も受診しましょう。気づかぬうちに糖尿病網膜症（出血・網膜剥離・視力低下等）を発症し進行していることがあります。当院では、内科と連携して治療を行っています。

糖尿病や高血圧などの生活習慣病により、目の病気を発症するケースが増えています。早期発見し進行を抑えるためにも、内科での診察とあわせて眼科での定期検査をおすすめします。目について少しでも気になることがありましたら、お気軽にご相談ください。



▼ ご相談はこちら ▼



お問い合わせ **医療法人偕行会 偕行会城西病院**

名古屋市中村区北畑町四丁目1番地

TEL 052-485-3777



診療科目 内科、腎臓内科、人工透析内科、糖尿病内科、神経内科、整形外科、眼科、放射線科、泌尿器科、循環器内科

栄養士のイチオシレシピ

お正月メニュー

雑煮

材料 (1人分)

切り餅(市販)……2個(100g)
小松菜……30g
人参……10g
だし汁……50g
醤油……小さじ1/2(3g)
かつお節……少々

作り方

- 餅は焼いて器に入れておく。
- 小松菜は茹でて3cmに切っておく。人参は花型に切り抜く。
- だしと醤油でつゆを作り、人参が軟らかくなるまで煮る。
- 餅の入った器に小松菜と人参を盛り付け、つゆを注ぐ。



※写真は一人分です

1人分の栄養量

エネルギー……600kcal
たんぱく質……28g
食塩相当量……2.0g

ごはん 1膳分200gを含みます

煮しめ

材料 (1人分)

こんにやく……20g
ごぼう……20g
たけのこ……20g
人参……20g
さといも……20g
干しいたけ……1枚
絹さや……2枚(5g)
油……小さじ1/2(2g)
しょうが……少々
砂糖……小さじ1/2(4g)
しょうゆ……小さじ1杯(6g)
だし汁……適宜

作り方

- 干しいたけは戻しておき、絹さやは茹でておく。
- こんにやく、ごぼう、たけのこ、人参、さといもは一口大の乱切りにし、さつと茹でておく。
- 鍋に生姜と油を入れ、2の野菜を炒める。
- 砂糖、だし汁を入れて野菜が軟らかくなるまで煮る。
- しょうゆを加え、煮汁がなくなるまで煮含める。

煮豆

材料 (1人分)

黒豆(干)……20g
砂糖……小さじ1(9g)
しょうゆ……小さじ1/2(3g)
だし汁……少々

作り方

- 豆をよく洗っておく。
- 豆の10倍の水と、砂糖、しょうゆを鍋に入れ沸騰させる。沸騰したら重曹を加え、豆を入れて約8時間つけておく。
- 落し蓋をし、とろ火で約3時間軟らかくなるまで煮る。(途中で蓋を開けないように注意)

みそ焼き

材料 (1人分)

しゅうまいの皮……2枚
さわら……20g
サーモン……20g
みそ……小さじ1(6g)
醤油……小さじ1(6g)
しょうが……1g
あさつき……5g
オリーブ油……小さじ1(4g)

作り方

- 魚は1口大の薄切りにする。あさつきは小口切り、しょうがは千切りにしておく。
- ポウルに1とみそ、みりんを加えて混ぜ合わせ、ホイルカップ2個に分けて入れる。
- しゅうまいの皮を4等分に切り、2の上に格子状にのせ、その上からオリーブオイルをかける。
- トースターで8分焼く。最初はアルミホイルで蓋をして6分、魚に火が通ったら蓋を外して、焼き目がつくまで約2分焼く。

管理栄養士より

餅は2個(100g)でごはん1杯(150g)と同じエネルギー量です。1食に、女性で2個(100g)、男性で3個(150g)を目分量にするとよいでしょう。食べすぎには注意をしましょう。



とってもカンタン!! お手軽エクササイズ

第3回 寒い時期に気をつけたい こむら返り

メディカルフィットネス 偕行会ウェルネスセンター
健康運動指導士 山田敏夫

教えて!

こむら返りってなに?!

こむら返りとは、筋肉が急激に収縮し、縮んだまま伸びなくなっている状態(足がつった状態)のことで、ふくらはぎに起こるケースが最も多く、激しい痛みを伴います。

主な原因

- 運動不足による筋力・体力低下
- 運動後の筋肉疲労
- サウナ・長風呂の後の脱水症状
- 冬場やプールの後など、身体の冷え
- 足の血液循環の悪化

予防法

- 準備運動をしっかりと行う** 突然運動を行うと、こむら返りだけでなく様々な傷害を引き起こす恐れがあります。
- 筋肉に疲労を溜めない** 運動後や立ち仕事の後は、ストレッチ、入浴等で筋肉の緊張を和らげましょう。
- 栄養を摂る** 汗をかいた時はミネラルが不足しやすいので水分補給をこまめに行いましょう!
- 身体を温める** 身体が冷えると血行が悪くなります。これからの季節は飲食物や服装の工夫、入浴、軽い運動などで身体を温めることを心がけましょう!

対処法

- 縮んでしまった筋肉をゆっくり伸ばします。ふくらはぎの場合、痛みが治まるまでつま先を手前に引きましょう。タオルを用いると実施しやすいです。
- 痛みが治まってきたら足先から心臓の方向に向かってふくらはぎを指で押していきます。強く押しすぎてしまうと再発する場合がありますので軽く揉みほぐす程度にします。その後は、温湿布・カイロ・入浴などで患部を温めて筋肉の緊張を取りましょう。

