

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。→



イベント開催の お知らせ

「愛知県まん延防止等重点措置」延長に伴い、
「名古屋共立病院 ふれあいデー」は
中止とさせていただきます。



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

vol.18
2022年3月



特集 腎臓内科のご案内

- トピックス:「やったつもり」や「やりすぎ」になっていませんか?感染対策あれこれ
- 見つけた! 中川区の「すまいる」
- 栄養士のイチオシレシピ: 春のいろどりメニュー
- 偕行会ウェルネスセンター無料体験実施中
- INFORMATION: 偕行会グループ関連会社「FSK株式会社」新サービスのご紹介



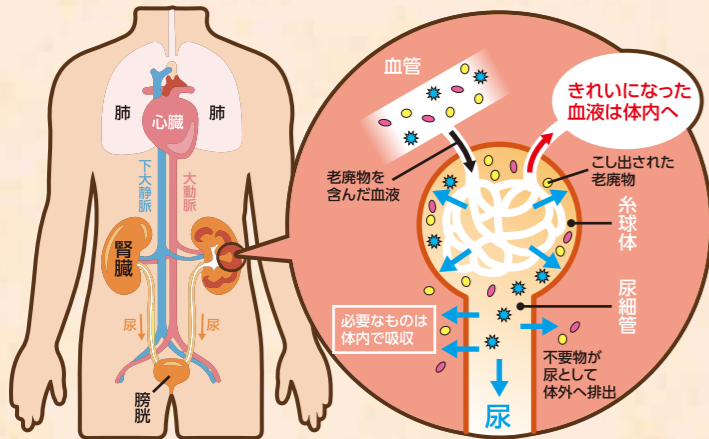
腎臓内科のご案内

毎年3月第2木曜日は**世界腎臓デー(World Kidney Day)**です。世界腎臓デーは、**腎臓病の早期発見と早期治療の重要性を啓発する国際的な取組み**として国際腎臓学会と腎臓財団国際協会によって共同で提案され、**国内外で啓発イベントが実施されています**。今号では「腎臓」にフォーカスをあて、当院の腎臓内科についてご案内します。

腎臓内科では、**慢性腎臓病(CKD)や慢性腎炎、腎不全、ネフローゼ症候群**などの腎臓に関する病気を診療しています。当院の他診療科や近隣の医療機関とも密に連携し、**患者様に最適な治療を提供できるよう心掛けています**。

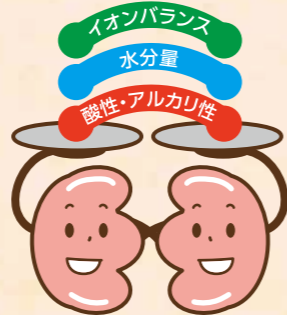
腎臓の仕組み

腎臓は、そら豆のような形をした、握りこぶしぐらいの大きさの臓器で、背中側の腰の高さに左右1個ずつあります。**血液中の老廃物を取り出して尿をつくる、からだの「ろ過装置」**です。



腎臓の役割は?

- ① 尿をつくる
- ② 体内環境を整える
- ③ 血圧を調整する
- ④ 血液を作る働きを助ける
- ⑤ 強い骨をつくる



腎臓の機能が低下すると…?

① 尿の不調



・泡立つ(タンパク尿)
たんぱく質など、本来なら糸球体のフィルターを通り抜けられないものが尿として排出されてしまいます。たんぱく質が大量に含まれている尿は便器の中でよく泡立ちます。



・血尿
赤血球など、本来なら糸球体のフィルターを通り抜けられないものが尿として排出されてしまいます。尿に混じる赤血球の量が多くなると、目で見て分かるような赤っぽい尿や、コーラのような茶色い尿が出ます。



・量が減る
水分を摂取しても、尿意が起これにくくなります。

② 体がむくむ

血液を十分にろ過することができなくなり、老廃物や余分な水分、塩分を体外に排泄できなくなります。**体に溜まった余分な水分や塩分がむくみの原因**となります。

③ 倦怠感や息切れ

必要な量の赤血球が作られず貧血になったり、血圧がうまく調節できずに高血圧になることがあります。これらが**重症化すると、頭痛、めまい、肩こり、疲れやすいなどの症状**が現れます。



多くの腎疾患は残念ながら治る病気ではありません。どのように付き合っていくかによって大きく人生に影響します。

新たな国民病:慢性腎臓病(CKD)

CKD ステージ (病期)	G1	G2	G3a	G3b	G4	G5
腎臓の機能状態	90%以上	60-89%	45-59%	30-44%	15-29%	15%未満
eGFR	90≧	60-89	45-59	30-44	15-29	<15
症状	ほぼ正常 腎機能低下		中等度低下	高度低下	末期腎不全	
	自覚症状がほとんどない		むくみ、息切れ、疲れなど	透析		

CKD(慢性腎臓病)は**成人の8人に1人の割合で発症する新たな国民病**です。糖尿病や高血圧などの生活習慣病の方は、CKDの進行が早く、脳卒中や心筋梗塞などの発症のリスクが高くなると言われています。

【ポイント】
CKDはeGFR値(推算糸球体ろ過量)が、**60未満の状態**、あるいはタンパク尿が出るといった**腎臓の異常が3か月以上続く状態**をいいます。

腎臓病が進行すると、腎臓の動きが悪くなり、血液をうまくろ過できなくなってしまいます。働けなくなった腎臓の代わりに、**血液の中から体に不要な成分を取り除く腎代替療法(血液透析、腹膜透析、腎移植)**が必要になります。

当科では**腎疾患を持ちながらも、少しでも豊かな人生が送れるようなサポート**を目指しています。

医師からのメッセージ



名古屋共立病院 副院長/腎臓内科 部長
かすが ひろたけ
春日 弘毅 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
日本腎臓学会 腎臓専門医/指導医
日本透析医学会 透析専門医/指導医/評議員
日本医師会 認定産業医
愛知腎臓財団 評議員

腎臓病は自分で気が付くことが難しい病気です。しかし、**住民健診など血液検査や尿検査を受ける機会**は多く、これをきっかけに**腎臓病の可能性に気が付くチャンス**があります。もし、このような**検査で異常を指摘された場合**、「今は体調がなんともないから」といった理由で放置せず、**一度腎臓内科にご相談ください**。どのような病気にも共通することですが、**早期発見をしたほうが、対策の選択肢も広がりますし、治療効果も出やすい**ことが多いです。



→オンライン講座「こんな時は腎臓内科へ」もぜひご覧ください。

診療時間 9:00~12:00	月	火	水	木	金
腎臓内科	水越 俊博	伊藤 裕紀子	岡田 慶子	伊藤 裕紀子	岡田 慶子
腎・糖尿病		春日 弘毅			春日 弘毅
ネフローゼ				春日 弘毅	
膠原病(注1)				春日 弘毅	
膠原病・リウマチ(注1)				猪飼 浩樹(注2)	

注1「膠原病」「膠原病・リウマチ」の診療時間は14:00~17:00となります
注2 第1,3週のみ

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)



『やったつもり』や『やりすぎ』になっていませんか？ 感染対策あれこれ

新型コロナウイルス感染症との戦いも2年が過ぎました。
暗中模索していた感染対策のあれこれも、
何となく落としどころが見えてきたのではないのでしょうか。



呼吸は意識せずに行っていることが多いですが、意識して深呼吸したり、感情をコントロールするために呼吸の仕方を変えたりすることができます。感染対策も同様で、平時は意識しなくてもできるようにし、緊急時は十分留意して実践していく必要があります。

習慣は力なり

特別な対策ではなく日常生活での実践がなにより効果的



定期的に換気すること



自分も相手も守るため正しくマスクを着用すること



皮膚バリア*を守るため手荒れ対策すること

*流水と石けんでの手洗いとアルコール消毒を一緒に行う必要はありません。手荒れの原因となりますので、どちらかを行いましょ。大切なのは、手を濡れたままにしないこと、しっかり水分をふき取りましょ。そして保湿を忘れずに行いましょ。

地域活動

地域の方を対象に「感染対策」をテーマとした出張講演会を実施しています。



本記事は2021年12月末の状況で寄稿しています。



名古屋共立病院
感染管理認定看護師
三宅喜代美

感染対策のために携帯用のアルコール消毒を持っている方も多いと思いますが、予備のマスクや清潔なハンカチなどを持っていると安心です。百均のビニールケースなども便利ですが、外したマスクを入れっぱなしにしてしまうと湿気で雑菌が増えるので注意ましょ。

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」な人を毎号ご紹介しましょ!



へあーサロン じんの
店長 神野 喜多男さん(76)

【お住まい】 中川区畑田町
【お仕事】 理容師、「へあーサロン じんの」を経営
【性格】 お世話好き
【好きなもの・こと】 自動車・海鮮料理・囲碁

地域での取り組み

人生の遍歴

10人兄弟の9番目に生まれた神野さん。父親のすすめもあり、理容師をめざされました。昭和38年に理容師免許を取得後、名古屋市内の理髪店で技術を磨き、昭和44年に独立。現在の土地にお店を開きました。

また、現在は西中島学区の区政協力委員会委員長も務められており、地域に密着して日々活動されています。



お仕事風景

独立して50年以上経ちますが、理容師を続けていて良かったことは何ですか？

やはり、地域の方々との交流ができることが良いと思っています。この業界は10年経つとお客さんが入れ替わると言われていますが、長い間地域の方に通っていただいています。

また、長野県に引っ越された方がしばらく通っていただいたり、オープン当初から来ていただいている方もいらっしゃいます。



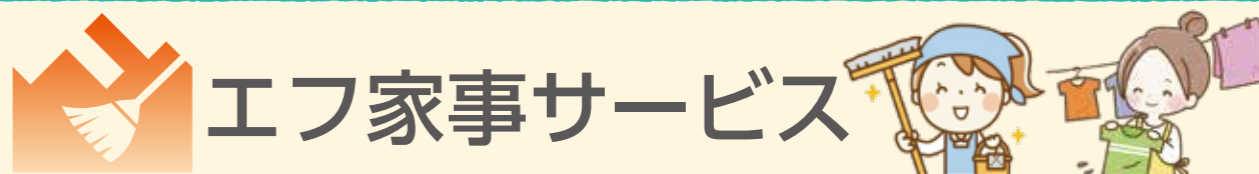
【住所】 名古屋市中川区畑田町3-45-2
【電話番号】 052-381-8196

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!

偕行会グループ関連会社「FSK株式会社」 新サービスのご紹介

① 2022年1月より「生活支援型訪問サービス」(家事代行)をはじめました!



エフ家事サービスは、令和4年1月より在宅で生活されている方で支援が必要な高齢者などを対象に「**名古屋市高齢者日常生活支援研修**」の修了者らのご自宅を訪問し、**掃除・洗濯・ゴミ出し・買い物等の生活のサポート**をさせていただきます。

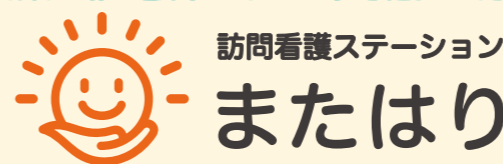
一人暮らしに不安が出てきた方、日常生活でサポートが必要な方、どうぞお気軽にご相談ください。

対象者	要支援1・2または事業対象者の方(65歳以上で基本チェックリストによる判定で該当した方)
対象エリア	名古屋市中川区、港区、中村区、熱田区、南区
サービス内容	食事の用意・片付け、洗濯、部屋の掃除・ゴミ出し、日用品や食材などの買い物、衣類の整理・収納、等の日常生活上の支援
利用者負担	サービス費用の1割(一定以上の所得者は2割または3割)を負担していただきます。負担割合は、介護保険制度のサービス利用における所得等に応じた負担割合と同じです。

お問い合わせ TEL 052-685-4819 FAX 052-685-7794
9:00~17:30 月曜~金曜(土日祝日除)

HPはこちらから▶

② 2022年春より「訪問看護事業」を開始予定です!



「またはり」はインドネシア語で「太陽」という意味です。「おひさま」のようなあたたかい、まごころを込めたサービスを提供します。

- 基本理念
『笑顔』『安心』『真心』
- 笑顔** 私たちはいつも笑顔を心がけ、皆さまの笑顔を大切にします。またスタッフ全員が笑って、楽しく、やりがいを感じ、成長できる職場を作ります。
 - 安心** 私たちは皆さまが安心して生活できるように、**24時間・365日緊急時にも対応できる体制を整えています。**
 - 真心** 私たちは地域の皆さまと共に、**ご利用者様・ご家族様が住み慣れた場所で、心ゆたかに安心して暮らせるよう真心を込めてサポートします。**

訪問地域 名古屋市中川区、港区、中村区、熱田区、南区

一緒に働いていただける看護師さん募集中です。詳しくはお問い合わせ下さい

事業開始までのお問い合わせ先 FSK株式会社
TEL 052-365-5657

栄養士のイチオシレシピ

春のいろどりメニュー

さわらの若草焼き

材料(1人分)

- さわら……………1切れ(100g)
- 酒……………小さじ1/2(5g)
- オリーブ油…小さじ1/2(2g)
- マヨネーズ…小さじ2(8g)
- 白みそ……………小さじ1/2(3g)
- 三つ葉……………5g
- トマト……………30g
- 春菊……………10g
- しょうゆ……………1g

作り方

- 三つ葉は細かく切り、マヨネーズ、白みそと合わせておく。
- トマトは角切りにする。春菊は3cm幅に切り茹でて、水気を絞り、しょうゆと和える。
- さわらは酒をふっっておき、水気を拭いたらオリーブ油をひいたフライパンで片面を焼く。
- オープンシートにさわらの焼いた面を上にしてのせ、①のソースを上にかけて、オーブントースターで5分ほど焼く。
- 器に盛り付け、トマトと春菊を添える。



※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……………1.5g

ごはん1膳分200gを含みます

管理栄養士からのポイント

若草焼きとは、魚や鶏肉などに早春の若草にみたくたソースをかけて焼く料理で、バサつく魚や肉でも美味しく食べられるのが特徴です。今回はソースに三つ葉を使用していますが、春菊・菜の花・大葉・ほうれん草なども作ることができます。



若竹煮

材料(1人分)

- 乾燥わかめ……………2g
- 水煮たけのこ……………50g
- かつおだし……………60g
- 酒……………小さじ1/2(2.5g)
- みりん……………小さじ1/2(3g)
- しょうゆ……………小さじ1/2(3g)

作り方

- わかめは水で戻しておく。水煮たけのこは一口大に切り、下茹でしておく。
- 鍋に①のたけのこ、かつおだし・酒・みりん・しょうゆを入れて煮る。最後にわかめを加え、ひと煮立ちさせたら完成。

メディカルフィットネス 偕行会ウェルネスセンター

今だけ! 無料体験実施中!!

POINT1 選べるコース

グループでマンツーマンで目的や好みに応じた運動プログラムを用意!



POINT2 納得のサポート



健康運動指導士による徹底的なサポートにより自己管理能力向上!



POINT3 最新機器 独り占め!

200種類以上のストレッチ・筋力トレーニングが可能。最新機器で充実の個別指導!



POINT4 心臓リハビリ



心疾患をお持ちで不安な方は心電図モニターを見ながら安心・安全に運動実施!

住所 「名古屋共立病院東館」すぐ横
〒454-0933 名古屋市中川区法華1丁目202番地
営業時間
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)



お問い合わせ
TEL 052-353-9124