



社会福祉法人  
恩賜財団 済生会滋賀県病院  
SAISEIKAI SHIGA HOSPITAL

地域の皆さんと病院を“つなぐ”広報誌

# かけはし

## 223号

2024年5月

ご自由にお持ちください

特 集

2024年度 新任医師紹介

リハビリ通信

慢性的な肩こりが経済に与える影響と、その対策



作：南 久美子



## 2024年度 新任医師紹介

①大学卒業年 ②専門分野 ③趣味 ④自己PR ⑤抱負

何卒よろしくお願いします。(2024年4月1日付)

外科 部長 <sup>くまの たつや</sup> 熊野 達也

- ①平成13年卒
- ②消化器外科
- ③読書、ドライブ
- ④臨床では胃がんを主に専門とし、知識・経験・技術を磨いており、また管理職としての業務も経験しており、これらを活かして貢献していきたいと思っています。
- ⑤新たな手術手技を身に付けスキルアップに努め、臨床能力の幅を広げていき、後進の育成にも貢献していきます。



外科 部長 <sup>いいいたか だいすけ</sup> 飯高 大介

- ①平成16年卒
- ②消化器外科、内視鏡外科
- ③旅行
- ④一つ一つ着実にをモットーに頑張りたいと思います。
- ⑤大腸診療に全力投球します。



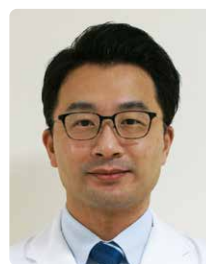
放射線科 副部長 <sup>みうら ひろし</sup> 三浦 寛司

- ①平成15年卒
- ②画像診断、IVR
- ③スポーツの動作解析
- ④ふとした疑問をそのままにせず、いけるところまでつきつめてみることをモットーにしています。
- ⑤画像診断、IVRで質の高い医療を提供できればと思っています。



外科 医長 <sup>こばやし ひろき</sup> 小林 博喜

- ①平成19年卒
- ②消化器外科
- ③アウトドア
- ④一人の人間としての患者さんとともに歩く医療を目指しています。
- ⑤患者さんの幸福に繋がる良質な外科治療の実績のため精進してまいります。



耳鼻咽喉科 医長 <sup>くれもと としひろ</sup> 呉本 年弘

- ①平成20年卒
- ②耳鼻咽喉科(特に鼻副鼻腔手術、甲状腺手術)
- ③筋トレ、読書
- ④舞鶴で医長として数年に渡り様々な症例を幅広く経験させていただきました。耳鼻咽喉科一般だけでなく鼻副鼻腔手術、甲状腺手術を専門としております。よろしくお願いします。
- ⑤経験したことを活かして貢献したいと思います。



眼科 医長 <sup>なかじ しんのすけ</sup> 中路 進之介

- ①平成20年卒
- ②網膜硝子体、眼科一般
- ③スポーツ観戦、ゴルフ
- ④患者さんやご家族の目線に立った医療を心がけ日々診療させていただきまます。
- ⑤地域医療に貢献する所存です。



放射線科 医長 <sup>まえはら ようすけ</sup> 前原 陽介

- ①平成25年卒
- ②画像診断
- ③読書
- ④丁寧な画像診断を心がけております。
- ⑤患者さんのためにより良い医療が行えるように頑張りたいと思います。



小児科 医長 <sup>はぎわら えり</sup> 萩原 恵理

- ①平成26年卒
- ②一般小児
- ③買い物
- ④わかりやすい説明を心がけます。
- ⑤湖南地域の小児医療に貢献できるよう頑張ります。



眼科 医長 <sup>わたなべ せいな</sup> 渡邊 聖奈

- ①平成30年卒
- ②眼科一般
- ③ゴルフ
- ④眼科5年目です。一般診療から白内障手術を主として緑内障、硝子体、眼瞼手術も少しずつ行っております。
- ⑤滋賀の地域医療に携わる者として、来院された患者さん全てに満足していただけるよう努めます。



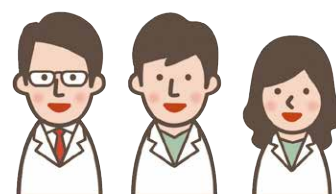
脳神経外科 医長 <sup>さかもと まなと</sup> 阪本 真人

- ①平成30年卒
- ②脳神経外科全般
- ③スポーツ観戦、ドライブ
- ④以前も当院で勤務していましたが、京都府立医科大学附属病院での勤務を経て戻ってきました。引き続きよろしくお願いします。
- ⑤患者さんに寄り添った医療を心がけます。



| 所属      | 役職  | 卒年     | 氏名                   |
|---------|-----|--------|----------------------|
| 消化器内科   | 専攻医 | 令和3年卒  | 高山 志帆 (たかやま しほ)      |
|         | 専攻医 | 令和3年卒  | 高塚 皓 (たかつか ひろし)      |
|         | 専攻医 | 令和3年卒  | 藤本 庸平 (ふじもと ようへい)    |
|         | 専攻医 | 令和4年卒  | 佐野 蘭 (さの らん)         |
| 呼吸器内科   | 医員  | 平成31年卒 | 佐井 那月 (さい なつき)       |
| 循環器内科   | 専攻医 | 令和2年卒  | 加藤 悠太 (かとう ゆうた)      |
|         | 専攻医 | 令和2年卒  | 野口 理希 (のぐち まさき)      |
|         | 専攻医 | 令和3年卒  | 山中 宏高 (やまなか ひろたか)    |
|         | 専攻医 | 令和4年卒  | 内田 康仁 (うちだ やすひと)     |
|         | 専攻医 | 令和4年卒  | 島 孝允 (しま たかのぶ)       |
| 脳神経内科   | 専攻医 | 令和2年卒  | 周防 大貴 (すおう ひろき)      |
| 腎臓内科    | 専攻医 | 令和3年卒  | 田中 桃子 (たなか ももこ)      |
| 整形外科    | 専攻医 | 平成31年卒 | 岸田 和大 (きしだ かずひろ)     |
|         | 専攻医 | 令和2年卒  | 大塚 健太郎 (おおつか けんたろう)  |
| 麻酔科     | 専攻医 | 平成31年卒 | 今里 絵梨香 (いまさと えりか)    |
|         | 専攻医 | 令和4年卒  | 大久保 翔 (おおくぼ かける)     |
| 泌尿器科    | 専攻医 | 令和2年卒  | 青谷 佳音 (あおたに かのん)     |
| 放射線科    | 専攻医 | 令和2年卒  | 平松 佑理 (ひらまつ ゆり)      |
| 救急集中治療科 | 医員  | 平成31年卒 | 佐々木 誠 (ささき まこと)      |
|         | 専攻医 | 令和2年卒  | 橋川 隆ノ介 (はしかわ りゅうのすけ) |
|         | 専攻医 | 令和3年卒  | 福中 健太 (ふくなか けんた)     |
|         | 専攻医 | 令和4年卒  | 辻 拓哉 (つじ たくや)        |

| 所属    | 氏名                |
|-------|-------------------|
| 臨床研修医 | 糸川 莉子 (いとかわ りこ)   |
|       | 今井 陽大 (いまい はると)   |
|       | 大田 竜平 (おおた りゅうへい) |
|       | 大村 彩 (おおむら さやか)   |
|       | 小倉 隆瑛 (おくら たかあき)  |
|       | 須知 優介 (すち ゆうすけ)   |
|       | 高橋 徹至 (たかはし てつじ)  |
|       | 名和 穂香 (なわ ほのか)    |
|       | 堀上 裕紀 (ほりかみ ゆうき)  |
|       | 三木 涼太 (みき りょうた)   |
|       | 只木 信宇 (ただき のぶたか)  |



# リハビリ通信

## 慢性的な肩こりが経済に与える影響と、その対策

リハビリテーション技術科 理学療法士 和田 拓弥

### 【慢性的な肩こりが社会に与える影響】

慢性的な肩こりは、現代社会において広く見られる健康問題の一つです。この肩こりが社会に与える影響について、皆さんご存じでしょうか？下記の数字は、痛みが個人の生活に与える影響だけでなく、社会経済に与える影響の大きさを示しています。

慢性的な肩こりの基準を満たしている日本人・・・約39.3%  
痛みによる平均欠勤日数・・・年間9.6日



### 【慢性疼痛による経済損失額】

体の健康問題により、生産性が低下している状態をプレゼンティーズムといいます。では、慢性的な肩こりなどが、経済損失額にどの程度影響しているのでしょうか？

慢性的な痛みによる日本の経済損失額・・・年間約3兆円  
ある製薬会社4つの社員の一人当たりの年間損失額・・・平均34万418円

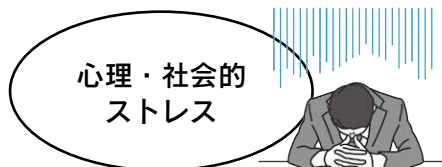
### 【慢性的な肩こりの原因】

#### 身体的負荷



- 長時間の不適切な姿勢
- 一定の筋肉への過負荷など

#### 心理・社会的 ストレス



- ストレスや不安、職場環境などの心理社会的な要因

### 【生産性を高めるための肩こり対策】

#### ① 身体的負荷に対する対策

慢性的な肩こりに対する対策として、肩や背中周りの筋力トレーニングやストレッチ、有酸素運動が有効です。特に有酸素運動では、脳内から内因性オピオイドという痛みを抑える物質が放散されるため、肩こり軽減・改善に繋がります。デスクワーク中に肩こりがある場合は、職場の環境や姿勢にも問題があるかもしれません。机が狭くないか、肘かけなどに腕を置けるか、パソコンのモニターの位置は適切か確認すると良いでしょう。



#### ② 心理社会的ストレスに対する対策

心理的負担が強い方は、そのストレスの元から出来るだけ距離を置く、日々の生活でストレスを発散することも必要になってきます。趣味に没頭したり、リラックスできる時間を儲けることが重要です。



# からだを守る医療機器

## Vol.6 体温計

臨床工学科 臨床工学技士 井上 直子

新型コロナウイルス感染症の流行などもあり、体温を測ることが増えたのではないのでしょうか？体温計はほとんどのご家庭にありますが、身近すぎて実は知らないことがあるかもしれません。そこで今回は、体温計や体温に関すること、正しい体温の測り方などをご紹介します。

体温計の歴史は古く、17世紀にイタリアの医師サントリオが世界で初めて体温計を考案しました。その後18世紀になるとドイツで水銀体温計が考案され、1983年（昭和58年）に電子体温計が登場しました。水銀体温計は電子体温計が開発される前はよく使用されていましたが、環境に負荷の高い水銀を使用していること、またガラス製で割れると水銀が人体に有害ということもあり、今では電子体温計が主流になっています。日本を含む多くの国で、新しい水銀体温計の製造・販売は禁止されています。

### 【一般的によく使用されている棒状体温計の測定方法について】

まずは質問です。正しい検温方法は①～④のどれでしょうか？

- ① 斜め上
- ② 真横
- ③ 斜め下
- ④ 真下

正解は③の「斜め下」です。それでは検温の方法を見てみましょう。



1. ワキのくぼみの中央（ワキで一番温度が高い）に体温計の先端をあてます。  
（体温計の先を下から上にむけて、押し上げるように）
2. 体温計が上半身に対してワキをしっかり閉じます。  
（このときワキに汗などがある場合は正しい値がでない場合があります）
3. 水銀体温計や実測式の体温計は10分以上、予測式なら電子音になるまでじっとしていきましょう。



日本人の体温の平均は、36～37℃程度だとされています（ワキ下検温）。時間帯で体温が変化します。早朝が低く、夕方が高くなります。平熱は年齢によっても変化します。小さい子供はやや高め、高齢者はやや低めになることが多いです。運動や外気温、睡眠、感情などさまざまな要因で変化します。

病院でも棒状体温計（ワキ）を使用しています。医療用と家庭用で何が違うの？と思いませんか。特別な区別はありませんが、多くの病院で使われている電子体温計は、消毒液に浸けても問題がないようにしっかりと防水構造になっています。電源スイッチボタンがあると、防水に問題があるため、収納ケースから取り出すと電源が入り、収納ケースに戻すと電源が切れる仕組みになっています。



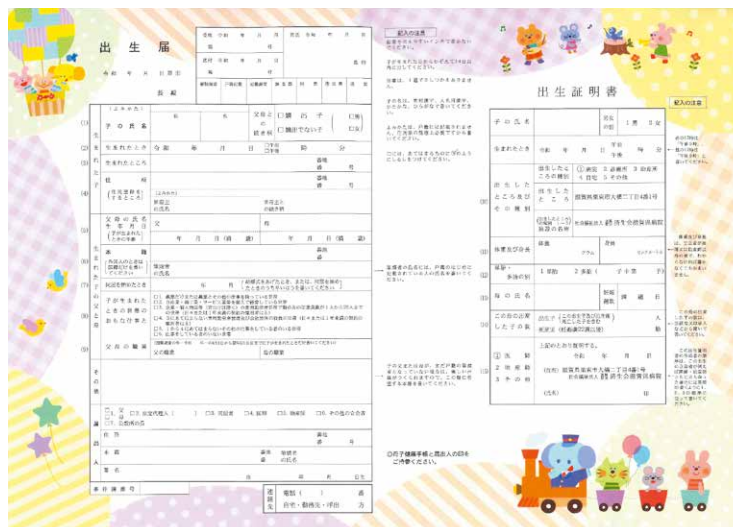
CEの  
一言メモ

## 当院オリジナル！可愛い出生届を作成しました

近年、さまざまなデザインの出生届が増え、可愛い出生届で提出したいという妊婦さんからの需要が高まっていることから、当院オリジナルの出生届を作成しました。

出生届は医療従事者にとっても妊婦さんやご家族と同じ喜びを共有できる大切なものです。医師は無事に生まれてきてくれたことへの感謝の気持ちと赤ちゃんの健やかな成長への願いを込めて、一文字ずつ大切に記入しています。

出産の思い出がより良いものになる一助になればと思います。



## Information

### 令和6年度 糖尿病教室のお知らせ

糖尿病についてなるべくご理解いただけるよう、わかりやすく、時には楽しくお話しいたします。この教室がひとつのきっかけかもしれません。ぜひご家族、ご友人などでお気軽にご参加ください。



参加無料  
申込必須

| 開催時間・場所                                                                                                                                                          | 日程                    | テーマ                                   | 担当者                    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|---------------------------------------|------------------------|
| <b>【開催時間】</b><br>各日程 午後2時00分～<br>午後3時30分<br><br><b>【開催場所】</b><br>当院10階<br>健診センターラウンジ<br><br><b>参加申込み・お問い合わせ</b><br>TEL：077-552-1221(代)<br>担当：糖尿病療養指導チーム<br>品質管理室 | 2024年<br>6月18日<br>(火) | 糖尿病の治療について                            | <b>医師</b><br>山地 真由     |
|                                                                                                                                                                  |                       | 糖尿病食は何を食べてもいいって本当？<br>～季節の食べ物で注意すること～ | <b>管理栄養士</b><br>守崎 勢津子 |
|                                                                                                                                                                  | 7月16日<br>(火)          | 糖尿病患者さんが心がける<br>フットケアとマウスケア           | <b>看護師</b><br>川口 真実    |
|                                                                                                                                                                  |                       | 糖尿病の運動療法<br>～運動を好きになるキッカケ作りましょう～      | <b>理学療法士</b><br>磯崎 悠依子 |

## 当院では無料低額診療事業を実施しています

詳細は当院ホームページをご確認ください。



▲HPはこちら



# ドクターカーで命を救う秘密を学ぼう！ 救急災害医療 済生会フェア

2024年6月16日(日)  
12:00~15:30

会場

栗東芸術文化会館  
さくら  
(参加無料・申込不要)

## 体験型イベント

シンボル広場 12:00~15:30

ドクターカーに  
見て！触れて！体験しよう！

### 実施内容

- ・ドクターカー、消防車両の展示
- ・ドクターカーユニフォームや子供用白衣の着用&写真撮影
- ・救急医療に必要な道具の重さを体験してみよう！
- ・心肺蘇生体験
- ・スタンプラリー

and more...!



### お願い

- ※交通費、駐車場代金などは各自ご負担をお願い致します。
- ※感染状況・悪天候によりイベント内容の変更または中止となる場合がございます。
- ※感染症防止のため、当日はマスクの着用にご協力をお願い致します。

【お問合せ】済生会滋賀県病院経営企画課  
TEL:077-552-1221 (代)

## 市民公開講座

大ホール 13:30~14:30 (13:00開場)

済生会滋賀県病院のドクターカーや  
災害時のDMAT活動について  
お話しします！

### 講演内容

講演1：ドクターカーの有効性について  
済生会滋賀県病院 救命救急センター長 越後 整

講演2：能登半島地震でのDMAT活動について  
済生会滋賀県病院 救急集中治療科副部長 奥村 能城

越後 整

奥村 能城



主催



社会福祉法人

恩賜財団 済生会滋賀県病院  
SAISEIKAI SHIGA HOSPITAL

共催：湖南広域消防局 中消防署



詳細はHP・SNSをご覧ください。



# まちの診療所紹介

## かかりつけ医をもちましょう

「かかりつけ医」は患者さんやご家族が、身近に日常的な治療及び健康管理について相談できるお医者さんです。体調の変化で気になることを気軽に相談できる関係性を築くことで、病気の早期発見や予防につながります。自宅や職場の近くにかかりつけ医をもっていただくことをお勧めします。



滋賀県栗東市安養寺1丁目9-9  
TEL.077-596-3168

### 【診療科目】

小児科・思春期内科

### 【診療時間】

〈午前〉9:00～12:00  
〈午後〉13:30～15:30  
〈夜診〉16:00～19:00

○・・・一般診療

▲・・・ワクチンおよび健診のみ

□・・・一般診療およびワクチン

### 【休診日】

水曜・土曜午後・日曜・祝日



▲HPIはこちら

| 診療時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|------|---|---|---|---|---|---|
| 午 前  | ○ | ○ | / | ○ | ○ | □ |
| 午 後  | ▲ | ▲ | / | ▲ | ▲ | / |
| 夜 診  | □ | □ | / | □ | □ | / |

栗東市

2024年5月7日開院

## あんようじこどもクリニック

院長 今村 俊彦 先生

地域のお子様の健やかな成長に貢献します！

このたびご縁があり、2024年5月7日に「あんようじこどもクリニック」を開院させていただくことになりました。場所は滋賀県栗東市安養寺で、栗東市役所から徒歩3分のクリニックモールです。

私は、小児科医になって30年間の大半を大学病院で過ごし、小児の難治性疾患、とりわけ白血病を中心とした血液疾患の患者さんの診療と研究に携わってきました。そして、これからは地域のこどもたちの健やかな成長のお役に立ちたいと思っています。

私自身も3人のこどもの父親ですので、その経験を活かし、お子様やご家族のお気持ちに寄り添った診療を心がけますので、どうぞよろしくお願い致します。



滋賀県栗東市小柿7-1-3  
TEL.077-551-5515

### 【診療科目】

脳神経外科

### 【診療時間】

〈午前〉9:00～12:00  
〈午後〉14:00～19:00

### 【休診日】

水曜午後・土曜午後・日曜・祝日



▲HPIはこちら

| 診療時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|------|---|---|---|---|---|---|
| 午 前  | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 午 後  | ○ | ○ | / | ○ | ○ | / |

栗東市

2024年5月1日開院

## 草津たにもと脳神経外科クリニック

院長 谷本 匡浩 先生

滋賀医科大学を卒業後、滋賀県内の地域医療に従事してきました。

このたび滋賀県栗東市小柿に『草津たにもと脳神経外科クリニック』を開院させていただくことになりました。頭痛、もの忘れ・認知症、脳卒中、めまい、しびれ、てんかん、頭部外傷などの診断・治療や、脳ドックによる脳疾患の早期発見や生活習慣病予防にも対応いたします。

患者様の利便性を考慮し、院内でのMRI検査を可能にするため、MRI検査機器も導入いたします。MRI検査の後すぐに検査結果をお伝えし、当院で診断から治療まで迅速に対応することが可能なクリニックです。

頭痛診療におきましては、これまで地域中核病院において頭痛専門外来を担当し、多くの頭痛患者様を診断・治療してまいりました。その専門的頭痛診療の経験を活かし、あなたの頭痛を治します。

私達は、チームとして連携し、患者様一人一人に最適な医療を提供いたします。健康に不安を抱える患者様の立場に寄り添い、日々の診療を行っていきたいと考えております。



### 病院理念

私たちは、済生会の「救療済生」の精神に基づき、安全で質の高い医療の提供と、心温まるサービスを実践し、地域の皆様の安心と幸せな未来へ貢献します。

かけはしNo.223 2024年5月

発行元 社会福祉法人 滋賀県済生会

〒520-3046 滋賀県栗東市大橋二丁目4番1号

TEL (077) 552-1221 (代) URL <https://www.saiseikai-shiga.jp/>