



# サンタ通信



## 特集 検査と病気

～最新技術で脳卒中を未然に防ぐ～



★ 留萌セントラルクリニック誕生祭開催

★ 第13回 留萌セントラルカップ争奪少年野球大会開催

— 経営理念 —

- 患者様・利用者様が安心してかかれる、安心して預けられる病院・施設を目指します
- 職員が気持ちよく仕事のできる職場づくりを目指します

# サンタ通信

Vol.14 SUMMER / 2019

## Contents

### ◎特集

## 検査と病気

～最新技術で脳卒中を未然に防ぐ～

#### ページ

- 03 鈴木院長からのお話
- 04 特集... 検査と病気
- 08 自宅でできるリハビリ体操
- 08 元気ごはん
- 09 催し物報告  
～留萌セントラルクリニック誕生祭～
- 10 セントラルカップ少年野球
- 12 新人紹介
- 14 ご近所さま企業訪問
- 14 わたしのおすすめ
- 15 もみの木通信
- 16 診療案内

#### 表紙の説明



セントラルカップの熱戦の一幕です。  
快音が響きわたりそうな青空ですね。



## 院長からのお話

院長 鈴木 進



『多くの病気の  
早期発見を目指しています』

今回のサンタ通信は「検査と病気」を主題としました。

検査と聞くと皆さん怖い、恐ろしいと思う人も沢山いるところでしょう。検査自体が怖かったり、悪い結果がでたらどうしようと敬遠することもよく理解できます。しかし、医療は確実に進歩しており、早期発見・早期治療で治る病気も大変多くなってきました。

検査と聞くとはじめに思い浮かぶのは採血検査でしょう。様々な事柄が血液検査で分かるようになってきました。癌で特異的に上昇する腫瘍マーカーやホルモン検査、血液の固まり方の検査、膠原病、免疫病など数え切れなく存在します。皆さんの血管から血液を採取した後に保管する瓶（スピッツ）は、それぞれの検査で必要な成分をうまく保存できる薬が入ってます。保存薬と血液の量の割合が決まっており、たった1項目でも10数項目でも採血後そのスピッツで保存できる検査は“1本とった”となるのです。今日は3本とられた、今日は5本だったと患者様が話していることがあります。これは検査の項目が3から5個に分かれていた結果だったのです。高コレステロールや糖尿病など生活習慣病の定期的な検査は必要ですので、是非食事制限や運動療法の効果を見るためにも血液検査を行ってください。

私も医師になって30年以上たちました。脳外科の検査もすばらしい進歩を遂げています。脳の検査は、背中から空気を入れて脳の内部を検査する気脳写検査がありました。私の時代はもうありませんでしたが先輩の医師から聞くと頭痛と嘔吐を繰り返し拷問の様な検査だった様です。脳血管造影は、頸から針を刺して造影剤を注入する時代がありました。当時の造影剤は副作用が多く頭痛、嘔吐が頻繁にありました。カテーテル素材が進歩して足の付け根や肘、手首から細い管を挿入し狙った血管に到達させ副作用の少ない造影剤で検査ができるようになりました。動脈硬化が進行した患者様では、カテーテルで血管のコレステロールや血栓をはがし脳梗塞を引き起こす危険性は今も残っています。

留萌セントラルクリニックでは、非侵襲的に検査が安全行われるように64列CT撮影装置、1.5テスラMRI、超音波診断装置を使用して多くの病気の早期発見を目指しています。特集号を御拝読いただければ幸いです。

## 検査と病気 ～最新技術で脳卒中を未然に防ぐ～

近年、検査機器と技術の向上により脳卒中を未然に防ぐことが可能になりました。当院で行っている検査と、それに伴う病気についてご紹介いたします。

### 《MRI 検査について》

当院で行っている検査の一つに MRI 検査があります。MRI とは体の輪切りの写真を撮影する装置です。

CT やレントゲンなどの検査との大きな違いは X 線を使っていないため放射線による被ばくが無い事です。

MRI は大きな磁石による「強い磁場」と FM ラジオに使われているような電波を使って画像を撮影しています。

MRI に似た言葉の MRA は MRI を使った血管を撮影する検査です。

MRI を使えば脳梗塞や脳出血など様々な病気を発見することができます。



### 《CT 検査について》

CT 検査とは放射線を使って身体の輪切りの写真を撮る検査です。

くも膜下出血や脳出血、外傷による出血などに対する診断能力が優れています。

また、骨折などの骨への影響も詳細に診断することができます。

比較的検査時間が短く 5 分から 15 分程度で撮影出来ます。

ペースメーカーがある方でも検査を受けて頂くことが可能です。

造影剤といった薬を使って、より詳細に撮影を行うことがあります。



## 《くも膜下出血について》

くも膜下出血とは脳卒中のひとつであり、生命を脅かし、脳に重篤な障害をもたらすことの多い病気です。

くも膜下出血の原因となる大きな要因の一つとして脳動脈瘤の破裂があります。

動脈瘤とは脳の血管にできたこぶの様な物をいいます。

動脈瘤が破裂するとそこから血液が流れ出し

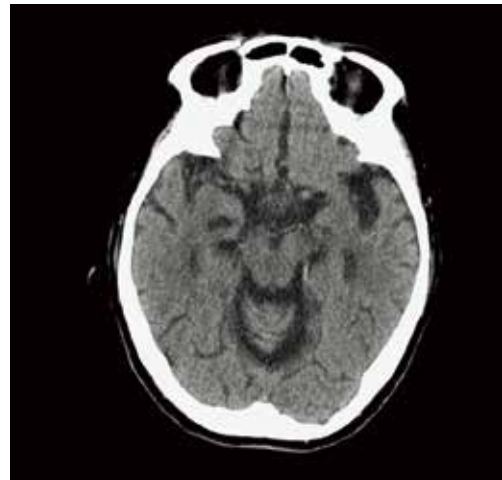
くも膜下出血を引き起こします。

下の図は CT で撮影したくも膜下出血の画像です。矢印で示した白い部分が流れ出した血液になります。右側は正常画像で黒くなっています。

くも膜下出血



正 常



くも膜下出血を未然に防ぎ動脈瘤を早期発見するには、MRI による MRA が活躍しています。MRA を用いることで血管の 3D 画像を作り、立体的に動脈瘤を探ることができます。

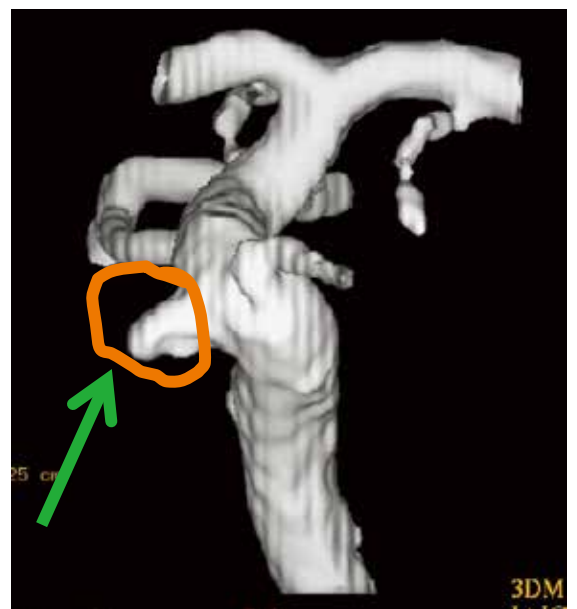
MRA 3D 画像

右図は動脈瘤の 3D 画像になります。

この動脈瘤の破裂を未然に防ぐ方法として脳動脈瘤クリッピング術があります。

この手術は脳動脈瘤の根っこの部分をチタン製のクリップで挟み込み、瘤が破裂する原因となる血液が入らない様にするテキストボックス：MRA 3D 画像手術です。

当院においては開院の 2006 年から 2019 年 6 月時点において約 156 件の脳動脈瘤クリッピング術を行っています。



## 《脳梗塞について》

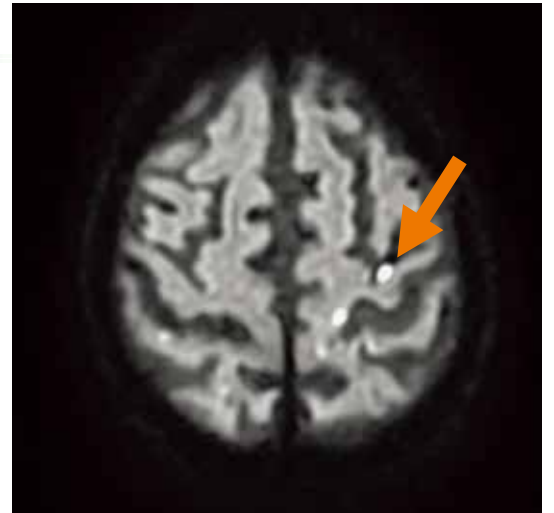
脳梗塞という病気は、ラクナ梗塞、アテローム血栓性脳梗塞、心原性脳梗塞の3つに分けられています。脳梗塞が起こった場合 MRI 検査によって発見することが出来ます。

下の画像で白く光っている部分が脳梗塞です。

### ラクナ梗塞

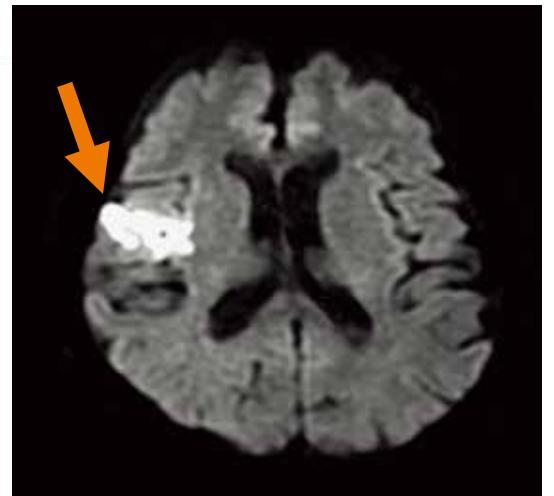
脳に入った太い血管は、次第に細い血管へと枝分かれしていきます。

日本人に最も多く起こる脳梗塞です。症状としては、意識が無くなる事はなく、朝起きたら手足のしびれや力が入らない、あるいは言葉が話しにくいといった症状が起こります。



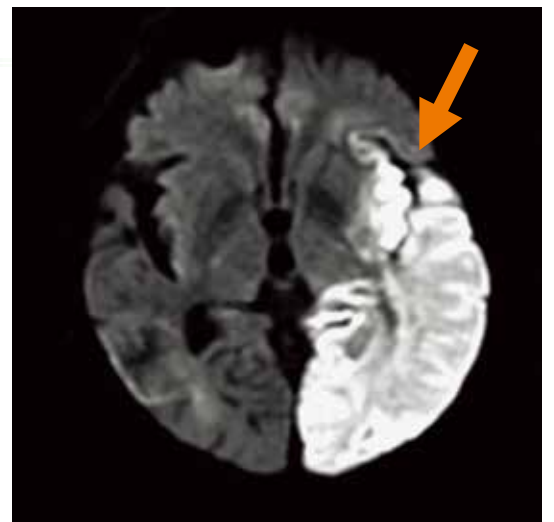
### アテローム血栓性脳梗塞

脳内の比較的太い動脈や頸動脈の動脈硬化が進行し、血栓（血の塊）を形成してつまらせたり、血栓が血管の壁から剥がれ落ちて脳内深部の血管をつまらせてしまうことで生じる脳梗塞です。



### 心原性脳梗塞

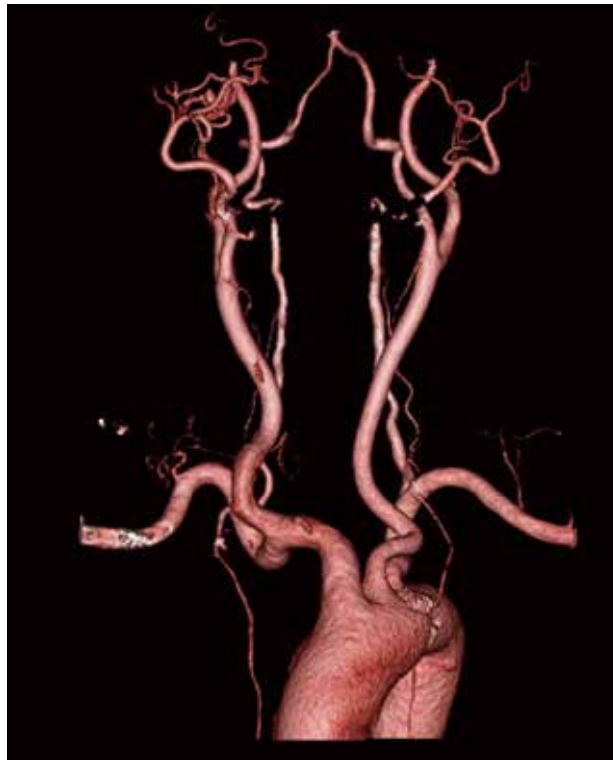
心臓内にできた血栓が脳内の血管まで流れて閉塞させる脳梗塞です。特に心房細動という不整脈や心臓弁膜症などの心臓病を持っている方に多いと言われています。症状としては急激な意識障害などの重篤な症状が発生し、死に至ることもあります。



《脳梗塞にならないために》

脳梗塞にならないためには高血圧、高脂血症、糖尿病などの動脈硬化の危険因子をなくすことが重要です。また、日頃の検査において頸動脈のエコー検査で血管の狭窄や血栓の有無を確認することや、血栓があった場合はCTやMRIの造影検査などを行っていくことが重要になります。治療方法としては薬物療法を行います。高度な狭窄では外科的手術が必要なこともあります。

当院においては外科的手術として頸動脈内膜剥離術を行っており、開院の2006年から2019年6月時点で約30件の手術を行っております。



頸動脈CT造影画像



頸動脈内膜剥離術前



頸動脈内膜剥離術後

自宅で  
できる

## リハビリ体操

### 椅子に座って行う首・肩こり体操

首から肩にかけての筋肉が硬くなると肩コリを感じやすくなるので普段から柔らかくしておきましょう。



片方の腕を後に回します。



反対側の手を頭に添えます。腕を後に回した方の肩が上がらないようにしましょう。



息を吐きながら、頭に添えた手を斜め前方に倒し、30秒キープします。

出来るだけ背中を伸ばし、身体が倒れないようにおこなってください。

## 元気ゴハン

★身近な材料で一品！簡単レシピ★

### 食材『ナスの中華マリネ』

グループホームもみの木で入居者様にお出しした夏をテーマにした一品を紹介します。

☆ナスは成分のほとんどが水分で利尿効果のあるカリウムがあります。豆腐は畑の肉と呼ばれ高たんぱくの優秀食材です。体を守るビタミンEが多く含まれています。



#### 【作り方】

- ①ナスは1口大に切り、水につけあく抜きをします。
- ②ボウルにあく抜きをしたナスを入れ、塩少々とごま油を混ぜ合わせレンジで5分加熱します。
- ③出来たものにニンニク、生姜を入れ、ポン酢と醤油を加えて混ぜ豆腐の上にかけます。

#### 【材料】4人分

豆腐……………1丁  
ナス……………2本  
ニンニク（みじん切り）1かけ  
生姜（みじん切り）1かけ  
塩……………少々  
ごま油………大さじ1杯  
ポン酢………大さじ2杯  
醤油……………大さじ2杯

#### ♪ポイント♪

○豆腐以外にも、うどんやごはんの上に乗せてもおいしいですよ。

調理師 中村正子



# 社会医療法人孝仁会30周年記念

## 留萌セントラルクリニック誕生祭開催



社会医療法人孝仁会は今年12月で30周年を迎えます。

留萌セントラルクリニックも開院14周年となり記念として第2回誕生祭が令和元年6月1日（土）10:00から開催されました。今年は職員30名が参加、90名ほどの来客があり、認知症や動脈硬化症、骨粗鬆症や嚥下などスタンプラリー形式でブースを周り、沢山の方が体験や相談に訪れ健康啓発コーナーも大盛況でした。

屋台村では焼き鳥や豚汁が用意され、大盛況！美味しく楽しく賑わって無事終了しました。バザーや屋台等の売り上げは社会福祉協議会へ寄付の予定をしています。今後も留萌地域に根差した医療・介護を提供させていただきます。

# セントラルカップ

今年で13回目を数える『セントラルクリニックカップ争奪少年野球大会』が、令和を迎えてすぐの5月3日（金）～4日（土）の2日間にわたり開催されました。

今大会は社会医療法人孝仁会開設30周年記念と冠し、留萌管内からはもちろん管外の岩見沢・富良野・名寄からもご参加頂き、14チーム・250余名の選手たちで熱戦が繰り広げられました。

大会1日目は例年同様、朝からの強風で開会式を省略することとなりましたが、徐々にコンディションも回復し、留萌市営見晴球場・市営浜中球場・市営ソフトボール場の3会場で1・2回戦が行われました。大会2日目の準決勝には管内3チーム・管外1チームが勝ち上がり、決勝戦は奇しくも昨年同様のカードとなりました。

リベンジを誓う天塩タイガースでしたが、大会連覇を狙う富良野東ドングリーズに惜しくも敗れ、富良野東ドングリーズの大会2連覇という形で今大会は幕を降ろしました。

最後に、今大会にご参加頂いた選手はじめ指導者・保護者の皆様、ご協賛・ご協力頂いた関係者の方々並びに軟式野球連盟の皆様、大変ありがとうございました。



### 富良野東、天塩が決勝へ

セントラルクリニックカップ争奪少年野球大会の決勝戦が、4日（土）の夜、留萌市営見晴球場で行われ、富良野東ドングリーズが天塩タイガースを破り、大会2連覇を果たした。

天塩タイガースは、3日（金）の1回戦で留萌市内のソフトボールチームと対戦し、勝利を収めた。2日目の準決勝では、富良野東ドングリーズと対戦し、惜しくも敗れた。3日（金）の2回戦では、天塩タイガースと対戦し、勝利を収めた。4日（土）の決勝戦では、富良野東ドングリーズと対戦し、勝利を収めた。

富良野東ドングリーズの選手たちは、大会2連覇を達成し、優勝トロフィーを手にした。天塩タイガースの選手たちは、惜しくも準決勝で敗れた。

（森康太）



日刊留萌 5月5日の記事

### 富良野東が2連覇

セントラルクリニックカップ争奪少年野球大会の決勝戦が、4日（土）の夜、留萌市営見晴球場で行われ、富良野東ドングリーズが天塩タイガースを破り、大会2連覇を果たした。

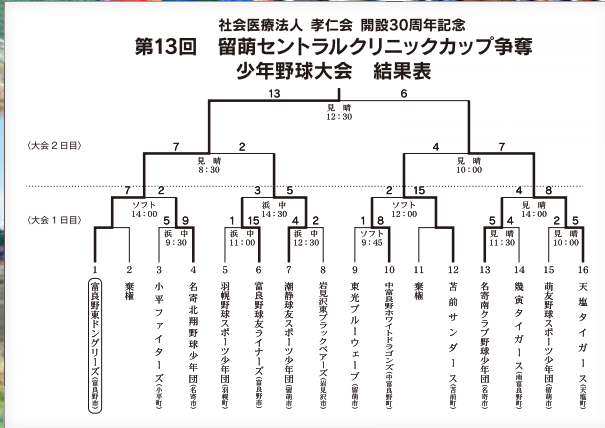
天塩タイガースは、3日（金）の1回戦で留萌市内のソフトボールチームと対戦し、勝利を収めた。2日目の準決勝では、富良野東ドングリーズと対戦し、惜しくも敗れた。3日（金）の2回戦では、天塩タイガースと対戦し、勝利を収めた。4日（土）の決勝戦では、富良野東ドングリーズと対戦し、勝利を収めた。

富良野東ドングリーズの選手たちは、大会2連覇を達成し、優勝トロフィーを手にした。天塩タイガースの選手たちは、惜しくも準決勝で敗れた。

（森康太）



日刊留萌 5月8日の記事



## 第13回 留萌セントラルクリニックカップ争奪少年野球大会

文：留萌セントラルクリニック 向井 敏晴



第13回

留萌セントラルクリニックカップ争奪  
少年野球大会

5月3日(金)～4日(土)

## ご近所様企業訪問 第4回

### GE healthcare japan 様

日頃からお世話になっている企業様を紹介させて頂くコーナーです。医療機関で取り扱う検査機器などの製造・販売・メンテナンスまで一貫したサービスを提供されており、留萌セントラルクリニックとは密接な関係にある企業様です。今回は「北海道統括支社 サービス部 旭川サービスステーション長 飛渡雅仁様」にお話を伺いました。



Q：GEヘルスケア・ジャパンとはどのような会社ですか？

A：職責に関係なくフラット、オープン、社長を含め社内はすべて“さん”づけで呼んでいる、やる気があってチャレンジをしたい人には良い会社です。“我々は、患者さんのために最善を尽くすことに誇りを持つ”という社是があり、皆、日本の医療に貢献したいという情熱を持っています。

Q：どのような商品を取り扱っていますか？

A：CT、MR、超音波装置などの画像診断機器の他、お客様先の機器稼働率やワークフローの向上をサポートするようなサービス、ソリューションを主に提供しています。

日本国内に開発、製造から販売、保守までの機能を持っているのが特長であり、強みです。24時間365日体制のコールセンターもありますので、お客様サポートもしっかりしております。

Q：お忙しい所インタビューに答えていただきありがとうございます。最後に何か一言ありましたらお願いします。

A：留萌セントラルクリニックの放射線技師の皆様とは“患者様のために”という共通認識のもと点検・修理にあたらせて頂いております。お客様とメーカーの垣根を越え一つのチームとして、これからも良いお付き合いをして頂けますように頑張ります！



## 留萌でひとつだけの味

### Blanc (ブラン)

僕がお勧めするパン屋ブランは、知らないと通り過ぎてしまうような外観ですが、20年くらい前に一久庵から独立したお店で味は保証付き。お勧めはベーコンフランスとガーリックフランスで焼きたては最高に美味しいですね(^ ^) / 焼き上がり順にお店に並ぶため、10:30過ぎに行くと焼き立てを購入する事が出来ますよ。



飲み物も別に注文してイートインできます。



焼きたてがお勧めです。



見た目は普通の家のように可愛いですね(^ ^)

営業 10:00 ~ 18:00 定休日 水曜日 住所 留萌市末広町3丁目4-2

# もみの木通信

令和元年7月発行

発行元：グループホームもみの木

住所：留萌市栄町1丁目5番27号

TEL：(0164) 56-4666 FAX：(0164) 56-4660

4th  
Anniversary

平成31年4月1日より、もみの木は4年目の春を迎えました。これもひとえに皆様のお力添えがあつてのことと感謝しております。これからも皆様に愛され信頼されるホームとなるように職員一同一丸となって頑張ります。なお5月1日より、新たな元号として令和がスタートすることになり、もみの木も新たにスタートしていきます。職員一人ひとりが責任を持ち、質の高い福祉・介護サービスの提供を心がけていきます。入居者様が安心して過ごして頂けるように職員一同支援して参りますので宜しくお願いします。

## 池田様100歳を祝う



もみの木全員集合！！他の職員、ご家族様、1F2F職員で池田 清様を祝う会を開催しました。楽しいお誕生日会になり、池田様もご満足な様子でした。

大正8年4月20日生まれ  
100歳  
池田 清 様

## デイサービスもみの木

認知症で困っている方、不安な方をサポートするデイサービスです。定員6名だけの小さなデイサービスですのでお問い合わせはお早めに！共用型認知症対応型通称介護グループホームもみの木は認知症の方専門のデイサービスです。(月・水・金)  
9:30～15:30までのサービス利用時間です。  
TEL0164-56-4666

## 日々の様子



## スタッフ紹介

## 小野寺 加奈子

所属部署 居宅介護支援事業所サンタ・グループホームもみの木兼務  
職種 管理者 趣味 読書

Q：令和時代となり何か目標はありますか？

A：元号も変わったので、自分も初心に戻って

新しい部署の仕事を1日も早く理解できるように頑張ります。



## ★グループホームもみの木行事予定★

7月～留萌祭り見学など。

8月～もみの木BBQ・盆踊り大会  
などたくさんあります。





## 診療案内

医師名	診療科	受付時間	月	火	水	木	金	土
院長 鈴木 進	脳神経外科 午前①	8:00 ~ 11:30	○	○	○	○	○	○
院長 鈴木 進	脳神経外科 午後①	16:00 ~ 18:00	○	×	×	×	○	×
大野記念病院 医師	循環器科 午前②	8:00 ~ 13:00	×	×	×	○	×	×

※土曜日の脳外科は出張医となる場合があります。

※受付時間以外の緊急受診の際は事前にご連絡下さい。

◎診療時間 午前① 8:30 ~ 午前② 10:00 ~  
 午後① 16:30 ~

◎休診日 日曜・祝日・年末年始【12月30日(午後) ~ 1月3日】  
 ※脳神経外科の診察は緊急手術等にて休診になる場合があります。



## 募集案内 (皆様の応募をお待ちしております)

### 介護職員 急募中

- \* 医師
- \* 看護師・准看護師
- \* 理学療法士
- \* 作業療法士
- \* 言語聴覚士
- \* 放射線技師
- \* 臨床検査技師
- \* 臨床工学技士・社会福祉士・介護支援専門員・保育士・ヘルパー

\*印：奨学金制度あり

託児所完備！

※詳細は事務 村井まで



## 社会医療法人 孝仁会 <留萌地区>

- 留萌セントラルクリニック
- 通所リハビリテーション
- 訪問リハビリテーション
- グループホーム もみの木
- 居宅介護支援事業所 サンタ
- 訪問看護ステーション サンタ
- サンタ託児所



JR留萌駅から ..... 徒歩5分  
 中央バスターミナルから ... 徒歩2分