

みゆき会病院広報誌

みゆき Miyuki Times

タイムズ

みゆきタイムズ編集委員会発行



Cure & Care

No.112

Spring 2021



contents

糖尿病の患者さんに 伝えたいこと

内科 平田 昭彦

- ・ 理事長挨拶
- ・ ワクチンの仕組みと働き
- ・ 発熱外来のご案内
- ・ 新型コロナウイルス感染症に関する検査について
- ・ 理念が新しくなりました
- ・ 辞令交付式・新入職員研修
- ・ ホープ誕生
- ・ スポーツ外来のご紹介
- ・ プロフェッショナル
- ・ Dr.金城の脳にいい健康レシピ
- ・ ニューフェイス
- ・ Let's 脳トレ!
- ・ 診療のご案内





糖尿病の患者さんに伝えたいこと ～長生きで健康に暮らすために～

診療部長（内科） 平田 昭彦

糖尿病は、血糖値が高い状態を放置し続けることで眼・腎臓・神経系の合併症がおり、最悪の場合、失明・人工透析・足切断に至る病気です。さらに、高血圧症や肥満があったり、煙草を吸う人は、動脈硬化が促進し脳卒中や心筋梗塞などの命にかかわる病気にも罹り易くなります。糖尿病の患者さんは、これらのことが起こらないよう

に糖尿病を良くしないといけません。

しかし、糖尿病は治らない病気と言われています。それは、いったん糖尿病の状態が良くなったとしても、間食が増えるなど食事が乱れ運動不足などになれば再び血糖値が上昇し糖尿病が悪くなるからです。したがって、糖尿病では良くなることを「治る」という言葉は使わず、「コントロールされる」と表現します。また、糖尿病の薬は「血糖値を改善する薬であり、治す薬ではない」のです。すなわち、糖尿病の治療（糖尿病をよくコントロールする）には、医療スタッフだけでなく患者さん自身も病気を理解し食事・運動に気をつけ、一緒に協力・連携していくことが重要なのです。さらに、糖尿病の合併症などを起こさないよう定期的な通院や日常生活に気をつけることはもちろんですが、健康に過ごすことができるように以下の点にも気をつけていただきたいと思います。

■「眼科受診」の勧め

糖尿病の目の合併症は、自覚症状を感じたときにはかなり進行した状態となっていることがあります。ひどい場合は失明寸前の状態で発見されることさえあります。定期的な眼科受診が合併症の早期発見・早期治療に役立ち、失明の予防につながります。糖尿病が良い状態でも年1回は眼科受診をしましょう。

■「足のチェック」の勧め

糖尿病により神経障害を起こすと感覚が鈍くなり痛みさえ感じなくなります。その結果、足の傷や化膿病変の発見の遅れにつながり、適切な治療を受ける機会が遅れ、ついには足の切断に至ってしまいます。毎日、お風呂上りなどに足に傷などないか確認しましょう。

■「検診」の勧め

糖尿病が良い状態であっても癌にも罹ります。日頃の診察だけで癌を見つけることはできません。早期発見・早期治療のためにも検診は必ず受けましょう。

そして、最後に、

■「考え方の置き換え」の勧め

みなさんの理想の人生とはどのような人生でしょうか？ 誰もが「長生きで健康に暮らしたい」と思っているでしょう。私なんかはさらに「好きなことをして好きなものを食べて疲れることなんかはしない（食事も気をつけず動くこともしない）で過ごせれば最高！」と思います。しかし、こんな毎日を過ごしていれば、いずれ糖尿病や高血圧症などになり上記のように多くの病気になってしまいます。もしかすると、「薬を飲めばいいでしょ」と考える人もいるかもしれませんが、こんなに医学が発展している現代においても、いまだに薬によってすべての病気が治るわけではありませんし、長生きできる薬などありません。「長生きで健康に暮らす」ためには、まだまだ、食事に関心を持ち運動を行うことが大切なのです。ただ、無理に頑張っても継続することは難しいものです。であるならば、理想の人生を実現することを目指し楽しく食事療法・運動療法を行えるように考え方を置き換えてみましょう。具体的には、近所に行く場合、「歩くので疲れるので車で行こう」→「歩いていけば、足腰も強くなるし血糖も下がるし体重も減るし、何より気分も爽快！」と考え方を置き換えて行動してみましょう。そして、たまには頑張った自分に「今日はいっぱい歩いたので、お菓子を食べてよう！」などのご褒美をあげることも必要でしょう。そして、食べ過ぎたりした時でも「今日はお菓子を食べたのでその分いつもよりいっぱい歩こう」と考えればさらに運動の励みになると思います。

「人生楽ありや苦もあるさ」と同じく、糖尿病のコントロールも山あり谷ありです。心身共に自分自身でのコントロールに心がけ、日々楽しみながら健やかに心穏やかに過ごしましょう。



みゆき会の新たな理念

～地域の持続的な発展のために～

理事長 武井 寛

新型コロナウイルス感染症によって、なかなか先が見通せない今日この頃ですが、季節は着実に巡ってきます。多くの方が希望と期待で胸を膨らませる4月を迎えました。

さて昨今、SDGs (Sustainable Development Goals 持続可能な開発目標) という言葉を耳にすることが増えました。地球温暖化などを原因とした環境破壊や不平等な格差の世界的な広がりを受けて、「このままではみんな幸せじゃない。次の世代はもっと不幸になってしまう。」と多くの人々が気づき始めた結果だと思えます。産業革命後の、地球の資源を消費して経済発展を図ると言うモデルの限界点が見えつつあるということでしょう。また、そういった経済活動の効率を高めるための「都市」というシステムの脆弱性も、新型コロナウイルス感染症によって凶らずも露呈されたと言っても良いかと思えます。あえて批判を恐れずというならば、“人間らしい生活”とは、過密にならない、豊かな自然に囲まれた地方にこそあると信じています。日本の場合、食料自給率を今よりもあげていく必要がありますが、それは都会ではできません。化石燃料に頼らない、水力・風力・太陽光といった再生可能エネルギーも自然豊かな地方にこそ、ふんだんにあるものです。現代のような混沌とした世界にあって、勤勉や和の精神といった日本人の伝統的な資質が見直されていますが、このような資質は都市や都会で形作られたものではありません。自然豊かな農村や漁村、つまり地方の共同体生活の中で育まれ、かつ培われてきたものであることに疑う余地はありません。自然豊かな環境の中で、『生まれ育った地域を大事にし、家族を大事にしながら生きていく』、そういった生活を時代や様式が変わっても子々孫々の世代にまで持続させることがSDGsの本来的な意味ではないかと考えています。

医療・介護を主たる業務とする当法人にとって、大事にしなければならない持続性とは、利用していただく周辺地域の持続性、そして当法人自身の持続性にほかなりません。このことを明確にするため、今年度から法人の理念を改変致しました。新しい理念は、「みゆき会は各世代への『専門的医療サービス』ならびにニーズに即した『高度な介護サービス』によって地域の持続的な発展を支えます」というものです。新たな理念をもって、「当法人は周辺地域を医療・介護で支えるインフラです！」と高らかに宣言致します。インフラとは道路や橋、はたまた通信網など、生活に欠かせない社会基盤のことです。そして質の悪いインフラしかない地域に住みたい人は多くありません。効率的かつ高品質で、使い勝手の良いインフラが整った地域にこそ人は住みたいものです。理念を改変するとともに、みゆき会という社会医療法人を、さらに使い勝手が良く、効率的で高品質な、時代のニーズに即したインフラにできるよう、引き続き努力して参ります。

「地域包括ケアシステム」が謳われて久しくなりましたが、これこそ国が提唱し、日本の医療・介護システムを持続可能にしていくための切り札です。これは地域の人々がその健康を守られ、同時に健やかな老いを生きていくために、医療や介護が必要になっても住み慣れた地域で適切なケアを適切な場所と形で受けられるようにと考え出されたシステムです。この考え方は、設立以来みゆき会が模索してきた方向性と合致します。このため、みゆき会病院ではこれまで各科・各疾患のスペシャリストを取り揃えるばかりでなく、地域包括ケア病棟を導入してきました。介護老人保健施設みゆきの丘は今年度から超強化型の施設となります。南館クリニックには前小国町立病院長・阿部吉弘医師が着任しました。阿部医師はこれまで小国町の地域包括ケアシステムを中心となって統括してきた専門家です。このように、当法人の持つ病院・介護施設・訪問診療／看護／リハビリテーションに加えて、みゆき会グループであるクリニック、介護老人福祉施設、ケアハイムといった布陣のネットワークによって、地域包括ケアシステムのより一層の効率化、高品質化を図って参ります。いわば「超強化型の地域包括ケアシステム」によって地域の人々が守られれば、それは暮らしの安心・安全につながって、地域の持続的な発展に大きく貢献できるでしょう。それによって当法人自身の持続性も保たれるはずで、少子高齢化が進んでいるこの地方の持続的な発展は、日本全体の持続的な発展を意味し、ひいてはそれが最先端のモデルとして世界の持続可能な発展にも寄与するものと考えます。新たな理念とともに、今年度の新たなスタートを切った社会医療法人みゆき会を、今後とも何卒よろしくお願い申し上げます。

ワクチンの仕組みと働き～新型コロナウイルスワクチン接種のすすめ～

小児科 早坂 清



人の身体には、細菌やウイルスといった病原体やがんなどの異常な細胞を認識して攻撃し、身体を病気から守る機構があり、免疫と言います。この機構は身体の防御に働きますが、時に暴走し自らの身体を攻撃し、リウマチなどの自己免疫性疾患とか、喘息などのアレルギー疾患を起こします。免疫には、自然免疫と獲得免疫という2つのシステムがあり、一度も遭遇したことのない病原体に対処する自然免疫では、白血球の中の好中球

などが病原体を食べたり、抗菌剤を振りかけたりして身体を守ります。2度目の遭遇では、獲得免疫が作動し、リンパ球が中心となって、病原体を攻撃する抗体を産生したり、病原体に冒された細胞を攻撃したりして、身体を守ります。ワクチンは、この獲得免疫を利用して身体を守る予防法です。



現在、世界中に新型コロナウイルスが流行し、多くの人々を苦しめています。未だに効果的な治療法が無く、ワクチンを使って感染を予防することが重要となっています。一般的に、ウイルスに対するワクチンは、毒性を弱めたウイルスやウイルスの一部を用いて作成します。今回は、核酸ワクチンといってウイルス遺伝子の一部（細胞に侵入するスパイクを合成する遺伝子）を脂肪の膜や害のないウイルスの膜に入れて、筋肉に注射します。私達の筋肉内で、ウイルスの遺伝子がスパイク蛋白を産生し、身体がスパイクに対する抗体を産生する仕組みです。こうした遺伝子を用いた方法は、最近、様々な病気の治療に用いられており、安全性が確認されております。

50%前後の効果しか示さないインフルエンザワクチンなどと違って、コロナワクチンは発症や重症化を約95%予防することができますので、ワクチンの接種をお勧めします。ワクチンによる副作用としては、注射部位の疼痛や腫脹があります。また、重症のアレルギー疾患のある人や過去に薬やハチに刺されてアナフィラキシーを起こしたことのある人は、アナフィラキシーを起こすことがありますので、相談が必要です。



当院でのワクチン接種の様子

変異ウイルスは、外国からの伝播によるものだけでなく、感染を繰り返している間に、新たな変異ウイルスが出現します。遺伝子構造を調べ、新たなワクチンを作成し、対処することになります。幸い、英国で流行している変異ウイルスには、現行ワクチンは効果があります。しかし、流行期間は、ワクチンを受けても三密を避け、新たな変異ウイルスの感染から身を守る必要があります。

新型コロナウイルス感染症に関する検査について

新型コロナウイルスの流行により、「PCR検査」「抗原検査」「抗体検査」という言葉が当たり前に聞かれるようになりました。これらの検査は新型コロナウイルス感染症のためだけの検査だと思いませんか？これらは検査方法の名前であり、様々なウイルスなどの検査に使われる一般的な検査名なのです。検査方法、検体（患者様から採取するもの）はそれぞれメリット・デメリットがあり、状況や目的に合わせて選択されます。検体は鼻の奥に細い綿棒を入れる「鼻咽頭(鼻腔)拭い液」、患者様自身で採取する「だ液」、そのほかに「血液」があります。「鼻咽頭(鼻腔)拭い液」は鼻から綿棒を入れて採取します。その行為は咳やくしゃみを誘発してしまい、検査したことによって唾液や粘液の飛沫が周囲に拡散されるため、検査に携わる医療関係者はマスク・ゴーグル・防護服を着用し、検査で使用するたびに交換・清掃するなど対策を欠かしません。それに対して「だ液」検体は自分自身で容器に入れるため咳やくしゃみを浴びる危険がないのです。PCR検査ではこの「だ液」が選択されることがあります。

発熱外来のご案内

外来師長 杉 沼 妙 子

新型コロナウイルス感染症により、風邪などによる発熱との区別に不安を抱かれる患者様も少なくないのではないのでしょうか。当院では発熱外来を設置し、発熱やだるさ、せき、息苦しさなどの症状のある患者様を診察いたします。発熱外来では、入り口から診察室まで他の患者様と区別しており、患者様同士が接触しないようになっています。感染予防対策を徹底し、新型コロナウイルス感染症やインフルエンザをはじめとする様々な感染症に対応いたします。プライバシーにも配慮しておりますので、お気軽にご相談ください。

1. 事前に電話予約をお願いします。

発熱して受診を希望される場合、ご来院される前にお電話でご予約下さい。お名前、ご住所、連絡先、また発熱などの症状についてお話を伺います。また、お車でのご来院方法についてご説明いたします。



2. お車でご来院ください。

お車でご来院いただき、駐車場に到着されましたら再びお電話をいただきます。お車まで外来看護師が伺い、発熱外来専用の入口からご入館いただき、その後隔離室までご案内いたします（お車でご来院が難しい場合は、正面玄関風除室にて待機いただき検温、その後隔離室までご案内いたします）。



3. 医師の診察

隔離室にて問診させていただき、状態を観察いたします（状態によっては、そのまま車の中での待機となる場合もあります）。その後、医師が診察いたします。医師の診察後、状態によっては抗原検査を実施する場合もあります。診察が終了しましたら、そのまま隔離室でお待ちください。



4. お薬、お会計について

お会計は、隔離室まで担当職員がまいります。その後、発熱外来専用の入口からお帰り下さい。お薬が処方された場合は、院外の調剤薬局をご案内いたしますので、お薬を受け取ってからお帰りください。

【ご予約：受付ダイヤル：023-672-8282（代表）】

「受診のながれ」

	PCR検査	抗原検査	抗体検査
分かること	今、感染しているか	今、感染しているか	過去（2、3週間前）に感染したか
検出するもの	ウイルスの遺伝子配列	ウイルスのタンパク質	ウイルスに対する抗体
検体	鼻咽頭（鼻腔）拭い液、だ液	鼻咽頭（鼻腔）拭い液	血液
検査時間	数時間～1日	約30～40分	約30～40分
特徴	<ul style="list-style-type: none">専用機器や専用技術が必要である感度が高いだ液で検査できる	<ul style="list-style-type: none">定量検査は感度が高いがPCRよりは感度は劣る迅速に検査できる	<ul style="list-style-type: none">精度が十分検証されていない結果が陰性でも現在感染していないとはいえない

新型コロナウイルスPCR検査（自費診療）のご案内



みゆき会の理念が
新しくなりました。

4月より、みゆき会の理念が新しくなりました。

みゆき会は
各世代への『専門的医療サービス』と
ニーズに即した『高度な介護サービス』によって
地域の持続的な発展を支えます

これからも、より地域の皆様と共に歩み、地域の皆様にご利用いただけるように努力して参ります。
みゆき会を、これからも宜しく願っています。

令和3年度 辞令交付式並びに 新入職員研修を行いました

4月1日（木）、法人主催の辞令交付式が行われ、看護師、リハビリ、ケアワーカー、管理栄養士、合わせて17名が新たにみゆき会の職員となりました。新入職員研修も新型コロナウイルス感染対策を講じながら行われ、社会人そして医療・福祉の専門職として、決意を新たにしていました。



辞令交付



武井理事長より
激励の言葉



安藤病院長
新型コロナウイルスについて



佐藤副院長
医療安全管理について



感染対策について

ホープ誕生

回復期リハビリテーション病棟 看護師 茅原 祐奈

私がみゆき会病院で看護師として勤務し1年が経過しました。入職当時は全てが初めてのことばかりで、先輩方の後ろについて行くことで精一杯でしたが、毎日ご指導をいただき、少しずつ1人で出来る業務が増えてきたと感じています。最初は患者さんを目の前にして、自分の行なった看護で患者さんが楽になったのか、業務を行うにあたっての優先順位はこれで良いのかと悩むことも多々ありましたが、多くの先輩方に相談にのっていただき、乗り越えて行くことができました。看護師の仕事は大変なこともたくさんありますが、患者さんが元気になって笑顔で帰られる姿を見ると、とてもやりがいを感じ看護師になって良かったと思います。2年目を迎えるにあたって、今までと同様、患者さんやご家族に寄り添い、個別性に合わせた看護を行いたいと思います。そのためには日々学び、たくさんの知識や技術を深めていくことが必要です。これからも初心を忘れず、学び続ける看護師として成長していきたいと思っています。

回復期リハビリテーション病棟 看護師長 細谷 由紀

入職して不安そうな表情をしていた茅原さんが、今では頼もしい表情となり生き生きと働いている姿を見て成長したなあと日々感じています。

特に、自分から積極的に学ぼうという姿勢は素晴らしいと思います。患者様から「茅原さん、ありがとう」と声をかけてもらい、とても嬉しかったと話をしている茅原さんを見て、患者様の立場になって考えることができる優しい看護師になるなあと感じました。



入職して不安そうな表情をしていた茅原さんが、今では頼もしい表情となり生き生きと働いている姿を見て成長したなあと日々感じています。

これからも様々な経験を積み、患者様により良い看護を提供できるよう笑顔を忘れずに頑張っていきたいと思います。



「スポーツ外来」を開設しました！



整形外科では、新たに「スポーツ外来」を開設しました。スポーツによる痛みやケガなどを、専門に診療します。スポーツ愛好家やアスリートの皆さんが、ベストコンディションで楽しくスポーツが出来るように、お手伝いさせていただきます。皆さん、お気軽にご相談下さい。

診療日：毎月第3金曜日 15：00～
 担当医師：山形大学医学部
 整形外科 鈴木朱美 医師
 (紹介ホームページ) <https://www.miyuki.or.jp/hp/departments-hp/orthopedic-hp/747#akemi>



プロフェッショナル

保育士

みゆき会病院保育園 園長 鈴木 陽子

「大きくなったら何になりたい？」誰もが1度は聞いたり、答えたりしたことがあるのではないのでしょうか。

「小学生将来の夢ランキング2020」では、女子部門の1位が保育士、続いて看護師、パティシエと続きます。子ども達に人気の高い保育士ですが、小さな子どもを預かるので大人には大変なイメージがあるのではないのでしょうか。そこで、今回は保育士の仕事を紹介します。

最近では、多様化するニーズに応え、保育園、幼稚園の他認定こども園などそれぞれ特徴ある施設ができており、時代に添った対応が求められています。みゆき保育園は平成6年に24時間保育、令和2年から病児保育「ぼかぼか」をスタート。働く保護者の強い味方となっています。

それでは、保育士にはどんな役割があるのでしょうか。1番大切なのは、子どもの命を保護者に代わって預かる

ということです。また、集団生活を通して他者との関わりの中から社会性を育むサポートをする教育的役割

があります。保育指針をもとに保育計画の作成、発表会やイベントの計画、配布物の作成と多岐にわたります。また、保育に至るまでの準備や事務作業も多いのが保育士の仕事の特徴と言えるでしょう。それぞれの家庭環境を考慮して、子どもだけでなく、保護者をサポートすることも大事な役割の1つです。体調面、精神面にも配慮し家庭支援を行います。

子ども達、保護者に寄り添い、働くお父さんお母さんがホッとできる場を目指します。ぜひ、お立ち寄り下さい。



脳 Dr.金城のいい健康レシピ



作り方

うど、ながいも（皮をむいて）、にんじんを斜め切りにして電子レンジ、600Wで6-7分間加熱、ちょうどよい柔らかさにしてボウルに入れ、さば缶を加えて混ぜる。

うどのさば缶和え 一減塩を意識して



100gあたり

エネルギー 96kcal
 塩分 0.20g
 食物繊維 1.15g

1人分

エネルギー 123kcal
 塩分 0.31g
 食物繊維 1.78g

材料(4人分)

うど 200g
 ながいも 150g
 にんじん 80g
 減塩のさば水煮缶 190g

春の山菜のなかでも、うどはマイルドで食べやすいと思います。うどをながいも、にんじんとあわせて電子レンジで加熱するのみ。あとはさば缶と混ぜるだけでとても簡単です。味がうすくてもの足りないならばみそを足してみてください。このときもトータルの塩分がどれだけになるのかを意識して、できれば計算しましょう。このさば缶の食塩量は1.2gです。「タニタの減塩みそ」10g（塩分0.8g）を加えると塩分総計約2gになります。これを4人で分けると1人あたり塩分0.5gになります。

理事就任のごあいさつ



みゆき会南館クリニック院長
ライフケアセンター南館センター長 **阿部 吉弘**

4月1日よりみゆき会南館クリニック院長、ライフケアセンター南館センター長を務めております阿部吉弘と申します。

出身は山形市で、30年ぶりに山形市に戻ってきました。勤務する南館地区は、私の中学校時代の学区でもあります。しかし、今は当時に比べ家並みや風景は全く変わってしまっています。私と同年代で、昔からここに住んでいる方とは話が合うかもしれません。

私は前任地での経験から、地域包括ケアシステムの根幹はサービスの受け手である地域住民の方々の安心、それと共にサービス提供者、ここでは南館クリニック・ライフケアセンター南館の職員が安心して働けることが重要だと考えています。そして安心を担保する大きな要素は医療であると考えています。野球に例えれば、地域に根ざした活動をしているライフケアセンター南館は内野、そしてその後方で医療を担う南館クリニックがしっかりバックアップして、この地域の地域包括ケアシステムの充実につながると考えています。

今後皆様のご理解、ご協力を得ながら頑張らせて参ります。何卒よろしくお願い致します。

new face 新任医師紹介



内科（専門：糖尿病） **高窪 野恵**

山形に来て今年で21年目になります。前任地は山形大学医学部附属病院第三内科でした。糖尿病診療に少しでもお役に立てるよう、精進いたします。よろしくお願い申し上げます。



内科（専門：呼吸器） **佐藤 徹**

主に呼吸器担当の佐藤です。出身は群馬県高崎市です。以前、県立中央病院では呼吸器外科を専門とし肺癌の治療を行っていましたが、退職後は内科医として頑張っています。少しでも、地域医療に貢献できればと思います。

new face 新任スタッフ紹介

①出身地 ②自己紹介



2階西病棟
看護師 **黒井 美里**

①真室川町
②実家で猫を飼っており、趣味は猫吸いです。卓球も少しだけ始めました。細かいところまで気を配り、率先して行動できる看護師を目指します！



3階東病棟
看護師 **淀野菜々美**

①川西町
②趣味は韓国ドラマをみることです。職場の先輩方からたくさんご指導していただき、質の良い看護を患者様に提供できるよう、日々努力していきたいです！



3階西病棟
看護師 **本間 夏奈**

①尾花沢
②趣味は映画鑑賞。患者様の心の声に耳を傾け、それを反映した個別性のある看護を提供できるよう頑張ります。よろしくお願い致します。



リハ病棟
看護師 **小野塚 陸**

①上山市
②趣味は野球やバスケットボール、スノーボードなど体を動かすことが好きです。職場ではわからないことだらけだと思いますので、積極的に勉強することや先輩方から助言を頂くなどして、少しでも早く力になれるように努力していきたいです。



リハビリセンター
理学療法士 **海老名 秀喜**

①村山市
②趣味はサイクリングです。自転車で北海道一周したことは良い思い出です。常に向上心を持ち、「困った」に寄り添っていきます。



リハビリセンター
理学療法士 **川村 亜悠美**

①山形市
②趣味は、体を動かすことです。早く日々の業務に慣れて、一人一人の患者様と向き合えるよう笑顔を決やらず頑張ります。



リハビリセンター
理学療法士 **小野 栄一**

①天童市
②美味しいものを求めてサイクリングするのが好きです。向上心を持ち業務に励んでいきたいと思ひます。よろしくお願ひ致します。



リハビリセンター
理学療法士 **本田 みなみ**

①東根市
②趣味は野球観戦で特に高校野球が好きです。患者様にとってよりよい生活が送られるためのリハビリを提供できるように頑張ります。



リハビリセンター
作業療法士 **本間 香帆**

①東根市
②趣味はパン屋巡りです。患者様との出合いを大切に、寄り添うことが出来る作業療法士を目指していきたくひです。よろしくお願ひします。



栄養科
管理栄養士 **神保 果那**

①上市市
②趣味は温泉巡りと山菜採りです。5年ぶりに地元へ帰ってきました。管理栄養士として地域の皆様にたくさんのお顔を届けるよう、頑張っています。よろしくお願ひ致します。



栄養科
副主任管理栄養士 **渡邊 千晶**

①山形市
②趣味は家庭菜園と息子達のサッカー観戦です。皆様の食事の時間が楽しく、美味しいと感じられるひと時となる様、少しでもお手伝ひさせて頂きたいと思ひますので宜しくお願ひ致します。



診療情報管理室 **小林 麻美**

①上市市
②趣味は旅行、食べ歩きです。責任を持ち仕事をし、日々成長したいと思ひます。よろしくお願ひします。



WORD SEARCH ことばさがし

縦・横の一直線に下記の単語がかくれています。小文字も大文字になっています。縦と横の組み合わせもあります。テーマは、「山形の方言」です。()内の意味に合う方言を考えながら探してみてください！
Let's try!

例：あ○○ (=行こう) → 「あいべ」

- *お○○○しな (=ありがとう)
- *じ○さ○ (=簡単・すぐできる)
- *た○る (=さがす)
- *ま○ぼ○ (=まぶしい)
- *ご○○げる (=腹が立つ)
- *わ○わ○ (=急いで)
- *も○さ○ (=かわいそう)
- *う○が○ (=水にひたす)
- *め○ご○ (=かわいい)
- *こ○い (=ひどく疲れた)
- *さ○け○ (=差し支えない)
- *す○だ○ (=かなりたくさん)
- *や○こ (=男の子)
- *へ○こ (=女の子)
- *む○さ○ (=花嫁・結婚式)

べ	お	た	ね	る	よ	い	ご	す	け	ね	る	む	ご	し	い
い	し	す	さ	へ	こ	じ	も	さ	は	ん	め	き	ま	つ	ぽ
あ	よ	こ	え	ま	つ	よ	お	め	ら	わ	ら	わ	さ	す	が
ま	り	わ	や	い	が	さ	う	へ	な	こ	じ	ん	や	う	な
が	さ	い	だ	ご	う	ね	く	お	む	だ	ご	こ	ろ	も	し
む	じ	よ	め	ん	ね	た	け	す	が	る	う	し	め	よ	う
た	ご	し	ね	す	も	ご	さ	い	あ	り	や	も	て	し	さ
ね	わ	や	げ	る	う	こ	や	ま	だ	こ	す	ん	へ	お	じ

(解答は10ページ)



診療のご案内

2021年4月～



外来受付時間

日曜日・祝日は休みです

	月	火	水	木	金	土
午前	8:30～12:00					8:30～12:00 【整形は8:30～11:00】
午後	14:00～16:30 【小児科は14:00～16:45】					休診

整形外科 外来担当医師一覧表

日曜日・祝日は休みです

	月	火	水	木	金	土	
午前	五十嵐(1・3・5週) 膝関節	高木(1週) 9:30～11:30 膝関節・リウマチ・骨代謝 (予約制)	鈴木(智) 背骨・背髄・骨粗鬆症 (予約制)	中島(2・4週) 膝関節 (予約制)	豊島 膝関節 (予約制)	土曜外来 担当医	
	三上(2・4週) 整形外科全般	原田 整形外科全般	腰曲がり予防外来※1 武井 背骨・背髄・骨粗鬆症 (予約制)	背骨センター※1 武井 背骨・背髄・骨粗鬆症 (予約制)	原田 整形外科全般		
	高田 膝関節 (予約制)	原田 整形外科全般	椎骨センター 杉田 背骨・背髄・骨粗鬆症 (予約制)	高田 膝関節 (予約制)	土田 手の外科・内反足 (予約制)		金谷 整形外科全般 (予約制)
	土田 手の外科・内反足 (予約制)	椎骨センター 杉田 背骨・背髄・骨粗鬆症 (予約制)	高田 膝関節 (予約制)	土田 手の外科・内反足 (予約制)	金谷 整形外科全般 (予約制)		高田 整形外科全般 (予約制)
午後	金谷 (新患外来) 整形外科全般	土田 (新患外来) 手の外科・内反足	土田(1・3・5週) 豊島(2・4週) (新患外来)	背骨センター 杉田 (新患外来) 背骨・背髄・骨粗鬆症	高田 (新患外来) 膝関節		
	背骨センター※1 武井 背骨・背髄・骨粗鬆症			背骨センター※1 武井 背骨・背髄・骨粗鬆症			
	背骨センター 杉田 背骨・背髄・骨粗鬆症 (予約制)		丸山 (2・4週) 上肢 (予約制)	背骨センター 杉田 背骨・背髄・骨粗鬆症 (予約制)			
	金谷 整形外科全般	豊島 膝関節	高田 膝関節	原田 整形外科全般	スポーツ外来(15:00～) 鈴木(朱) (3週)		

小児科※3 外来担当医師一覧表

日曜日・祝日は休みです

	月	火	水	木	金	土
午前	早坂	早坂		早坂	早坂	
午後	早坂	早坂	佐藤(裕)	早坂	早坂 (1・2・4・5週)	

内科 外来担当医師一覧表

日曜日・祝日は休みです

	月	火	水	木	金	土
午前	山内 心臓・循環器	佐藤(徹) 呼吸器	山内 心臓・循環器	山内※4 (新患のみ11:00まで)	平田 糖尿病	土曜外来 担当医
	三沢 消化器	安藤 呼吸器・感染症	三沢 消化器	太田 脳神経内科 (隔週)	有本 心臓・循環器 呼吸器	
	平田 糖尿病	高窪 糖尿病	平田 糖尿病	高窪 糖尿病	佐藤(徹) 呼吸器	
	高窪 (2・4週) 糖尿病		佐藤(伸) 血液内科		佐藤(伸) 血液内科	
午後	高窪 (2・4週) 糖尿病	佐藤(徹) 呼吸器	山内 心臓・循環器	佐藤(建) 呼吸器	安藤 (1・3週) 呼吸器・感染症※2	
	佐藤(伸) 血液内科	安藤 呼吸器・感染症 (第4週休診)	三沢 消化器	高窪 糖尿病	有本 心臓・循環器	
	平田 糖尿病	相澤(1・3週) 鈴木(琢)(2・4・5週) 血液	安藤 呼吸器・感染症	佐藤(徹) 呼吸器	佐藤(徹) 呼吸器	
		高窪 糖尿病	高窪 糖尿病			

脳神経外科 外来担当医師一覧表

日曜日・祝日は休みです

	月	火	水	木	金	土
午前		金城		小久保 (10:30～12:00)		
午後	金城					

歯科 外来担当医師一覧表

日曜日・祝日は休みです

	月	火	水	木	金	土
午前	午前は齋藤・佐藤(尚)、 午後は齋藤が診察いたします。					交代で診察 (予約制)
午後	休診日については、歯科へお問い合わせください。(予約制)					

■学会等の都合により、休診や担当が変更になる場合がありますのでご了承ください。

※1…武井医師の診察はすべて完全予約制です。

※2…午後2:00～2:30禁煙外来新患 午後2:30～4:30禁煙外来再来診察になります。

※3…小児科の予防接種の受付は午後4:00までです。 ※4…11:00～他の外来医師、安藤医師が対応します。

●健康診断は火曜日、金曜日の午前(予約制)となっております。お電話でお問い合わせください。

得意とする分野	医師	こんな症状についてのご相談
膝関節	豊島・中島・五十嵐	膝の痛み、けが、変形など
手の外科・内反足	土田	肘から指先まで、足の全般的なけがや麻痺、変形など
背骨・背髄・骨粗鬆症	武井・杉田・鈴木(智)	背骨の痛み・変形、手足のしびれなど
股関節・リウマチ・骨代謝	高木	リウマチ、股関節、足関節の痛みなど
上肢	丸山	上肢(肩から手指にかけて)の機能に 関係する疾患や外傷全般を扱います
整形外科全般	原田・金谷・高田・三上	骨・関節・筋肉の痛み、けが、変形など
脳神経外科	金城・小久保	頭痛、頭部外傷、けいれん、一時的な半身の 麻痺、一時的に言葉が出ない時など
歯科	齋藤・佐藤(尚)	虫歯、歯周の腫れ、痛みなど歯科全般

得意とする分野	医師	こんな症状についてのご相談
呼吸器・感染症	安藤	肺炎、気管支炎、喘息、感染症全般
呼吸器	佐藤(建)	肺炎、気管支炎、喘息、いびき、日中の強い眠気など内科全般
	佐藤(徹)	呼吸器外科領域
心臓・循環器	有本・山内	狭心症など心臓血管を中心とする病気、高血圧、不整脈など
糖尿病	平田・高窪	糖尿病・生活習慣病など内科全般
消化器	三沢	消化管(食道・胃・腸)、肝臓、胆のう、膵臓領域
血液	佐藤(伸)・相澤・鈴木(琢)	血液疾患領域
脳神経内科	太田	神経難病、認知症
小児科	早坂・佐藤(裕)	小児科一般

みゆき会病院ホームページもご覧ください。



QRコードは
こちら

LET'S 脳トレ! 解答

べ	お	た	ね	る	よ	い	ご	す	け	ね	る	む	ご	し	い
い	し	す	さ	へ	こ	じ	も	さ	は	ん	め	き	ま	つ	ぼ
あ	よ	こ	え	ま	つ	よ	お	め	ら	わ	ら	わ	さ	す	が
ま	り	わ	や	い	が	さ	う	へ	な	こ	じ	ん	や	う	な
が	さ	い	だ	ご	う	ね	く	お	む	だ	ご	こ	ろ	も	し
む	じ	よ	め	ん	ね	た	け	す	が	る	う	し	め	よ	う
た	ご	し	ね	す	も	ご	さ	い	あ	り	や	も	て	し	さ
ね	わ	や	げ	る	う	こ	や	ま	だ	こ	す	ん	へ	お	じ

みゆき会病院

〒999-3161 上山市弁天二丁目2-11 ☎023-672-8282
ホームページ <http://www.miyuki.or.jp/>

みゆき会

検索