



# St.Mary's

セント・マリーズ

第28号

2017年夏

ご自由に  
お持ちください



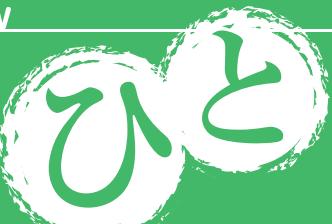
聖マリア病院「ユマニチュードグループ」。前列中央は福田賢治脳神経センター長

## 目 次

## INDEX

2 インタビュー「ひと」 ユマニチュード認定インストラクター 杉本智波	5 医療トピックス 連載「医療のしくみ ここがポイント」 [04] 健康寿命	9 健康エクササイズ+クッキング 「ロコモ」予防 上肢のトレーニング 栄養満点「うなちらし寿司」
3 診療科訪問 神経内科主幹 庄司紘史	6・7 聖マリア病院における 生体腎移植の実績	10・11 外来診療日一覧
4 活動日記 「3例目の法的脳死判定」	8 病気と向き合う 裂孔原性網膜剥離	12 紹介状なしで受診される患者さんへ 人間ドック・PET-CTのご案内ほか

## 今回のひと



## ユマニチュード認定インストラクター

すぎ もと ち なみ  
杉本 智波

福岡県立久留米高校から、1994年久留米大学医学部附属看護専門学校卒。看護師資格を得て、大阪府立千里救命救急センター（現大阪府済生会千里病院・千里救命救急センター）に就職。2006年聖マリア病院入職後、HCU・SCU（高度治療室・脳卒中集中治療室）やE-HCU・SCU（ER専用準集中治療室・脳卒中集中治療室）、などで経験を積み、16年3月よりE-HCU・SCU師長。同年、ユマニチュード認定インストラクター。

## 注目集める認知症ケア技術 優しさ届けるユマニチュードに挑戦

——新しい認知症ケアとして「ユマニチュード」が注目を集めています。

ユマニチュードは、患者さんとケアする側が絆をつくるための包括的なコミュニケーション技術です。認知症になると、その障害でコミュニケーションが成立しにくくなり、「何もわからなくなってしまった人」のようにとらえられがちです。ユマニチュードは、患者さんが本来もっている力を引き出し、コミュニケーションをはかることができる技術です。

——具体的にどんな技術なのですか。

人が赤ちゃんを抱きかかえる時、優しく触れて、じっと目を見て、声のトーンも優しくなりますよね。この技術は、人が人と接する時に誰もが振る舞う方法に基づいています。ユマニチュードという造語には「人間らしさを取り戻す」という意味が込められています。約40年前に開発した2人のフランス人体育学者のうちの1人、イヴ・ジネスト（Yves Gineste）さんが来日した昨年、私はインストラクター養成コースを受講し、資格を得ました。九州7県の有資格者は6人。院外でも指導できるセカンドレベルは3人で、看護師は私1人です。

のべ10週間の講義は、ユマニチュードの歴史に始まり、記憶のメカニズムと認知症の病態生理、病棟実習、基本実技演習、導入後の評価方法など盛りだくさん。実技では、赤いオーバーオールに蝶ネクタイといういでたちのジネストさんから全過程の指導を受け、「見つめる」「話しかける」「触れる」「立つ」の4要素を組み合わせて、巧みに意思を通じ合う独自のノウハウを徹底的に教え込まれました。それは「見つめながら会話位置へ移動する」「アイコンタクトが成立後3秒以内に話しかける」「言葉をかけながら相手に静かに触れる」といった

具合で、約150の技法は実践的な内容ばかりです。ジネストさんとの出会いは、国内の第一人者、本田美和子医師（国立病院機構東京医療センター総合内科医長）とのご縁のたまものです。

——患者さんの反応はどう変わりましたか。

これまでの看護は、傷や皮膚の状態、モニターの管理などに懸命なあまり、患者さんを見ていないと受け止められてもやむを得ない場面が多くあったかもしれません。看護師は、患者さんを大切に思い、早い回復を願いながら懸命にケアに取り組んでいますが、患者さんに声を掛けずにいきなり触れば、患者さんの心の中ではぞんざいに扱われているという印象が勝るため、ケアを拒絶され、うまくいかなかったのです。

ご家族は、自室で大声を出したり徘徊したりしていた患者さんが穏やかに過ごす姿に接することができ、「以前の父が戻ってきたようです」などと、うれしそうに語ってくださるケースが増えました。患者さんの生命や身体を保護するため、やむを得ず、身体を抑制する場合がありますが、ユマニチュード導入後の身体抑制は以前の約3分の1にまで減少し、数値でもはっきりと効果が確認でき、驚いています。

看護部の下に「ユマニチュード推進委員会」が発足し、ワーキングメンバーも14人に増えました。今後はモデル病棟を定めて、さらに普及を図ります。

——オフの過ごし方を教えてください。

自宅の庭には、寄せ植えの鉢をたくさん並べています。今は黄色のマリーゴールドや紫色のインパチエンスがかわいらしい花を咲かせています。7月は宮崎県綾町へ、3月は沖縄県石垣島へ、年2回の旅行は杉本家の「習わし」です。思い出は今しきつくれませんからね。



## introduction

# 聖マリア病院 神経内科

## 増えるパーキンソン病にチームで対応

聖マリア病院神経内科は、2011年4月に開設され、火・水・木曜の外来を中心に活動しています。2015年度より短期間の検査・治療入院を受け入れ、神経内科らしくなって参りました。「日本神経学会准教育施設認定病院」を取得しています。高齢化時代を迎え、パーキンソン病・類縁疾患、認知症など神経変性症が増加しています。一方、急性発症あるいは増悪する多発性硬化症(MS)、ギラン・バレー症候群(GBS)、重症筋無力症(MG)、筋萎縮性側索硬化症(ALS)、家族性ミオパチー・ニューロパチーなども、入院を含めて増えています。

### 診療内容 針・表面筋電図検査で診断精度アップ

振るえ、小刻み歩行、脱力、しびれ、頭痛、ふらつきなどが頻度の高い訴えです。急性発症か緩徐の起り方かという発症様式や病歴聴取が第一ステップで、ハンマーなどによる診察所見で、責任病巣・原因の特定を進めます。神経内科疾患への免疫学的検査や遺伝子診断の急速な進歩とともに、治療の選択肢も増えています。

総合神経内科を目指し、2012年5月より針・表面筋電図の検査を開始し、末梢神経伝導速度などとあわせ、診断の精度を高めています。眼瞼痙攣、頸部ジストニアなどへのボトックス治療を継続しています。



写真上は聖マリア病院で開かれたパーキンソン病教室の様子。写真下は久留米大学でのヘルペス脳炎周辺疾患情報の場「SAKURA」集会

### 特徴・実績 ダットスキャンが威力を発揮

月に十数例前後の新患のご紹介をいただいている。このうち約半数がパーキンソン病、パーキンソン症候群(レビー小体型認知症、進行性核上性麻痺、大脳皮質基底核変性症、多系統萎縮症など)、ついで末梢神経障害、物忘れ・認知症、ミオパチー、頭痛などです。

2014年3月よりパーキンソン病の診断にダットスキャン(dopamine transporter scan)が威力を発揮しており、類縁疾患との鑑別に有用です。他の施設に先駆けて数十例の解析結果を国内誌に発表し、注目されています。年2回の院内筋電図検討会のほか、5月にパーキンソン病教室を、2016年度より軽度認知障害の勉強会をそれぞれ開催しています。

臨床研究は、①パーキンソン病・類縁疾患のDAT scan解析(桂木ほか:神経内科82:638-40,2015、庄司ほか:神経内科84:322-5,2016)、②家族性神経内科疾患の遺伝子診断(光延ほか:16年度聖マリア学会賞受賞、Mitsui J et al, Neurol Clin Neurosci 4:189-91,2016)、③ヘルペスウイルス群による脳炎・髄膜炎・神経根障害(久留米大学でのヘルペス脳炎周辺疾患情報の場「SAKURA」集会)、毎日新聞デジタル版(2016/12/20, <http://mainichi.jp/articles/20161220/k00/00e/040/163000d>)、④認知症の言語機能解析(爲数ほか:神経内科83:166-170,2015) -などです。



庄司紘史主幹

(次ページに続く)

**スタッフ****非常勤加え守備範囲拡大**

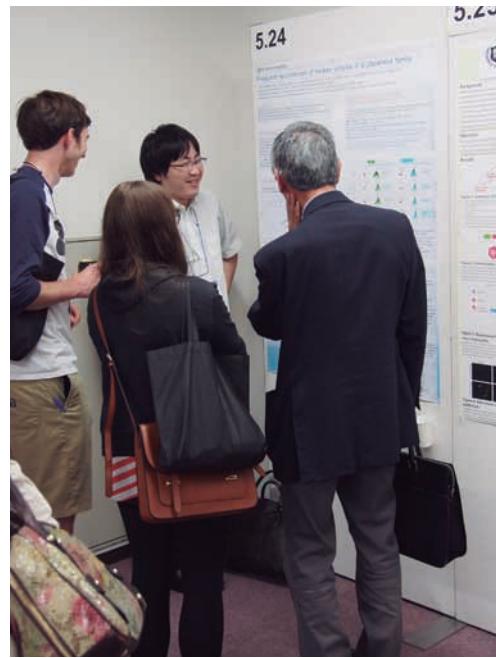
常勤医師は庄司紘史。非常勤医師の姫野洋平は当院の元研修医で、水曜日に外来・病棟で勤務しています。また、4、8月の木曜日には国際医療福祉大学言語聴覚学科の爲数哲司教授による外来診察を行います。

**神経内科主幹 庄司紘史**

入院患者さんの内訳は2015年9月以降、パーキンソン病・パーキンソン症候群(7人)、筋萎縮性側索硬化症(4人)、ヘルペス脳炎、脊髄炎・尿閉症候群(4人)、ギラン・バレー症候群(2人)、重症筋無力症(2人)、多発性ニューロパチー(2人)、多発性硬化症(2人)などに分類されます。

急性期、あるいは増悪期の治療がポイントなりますが、アシクロビル点滴投与、免疫グロブリン大量投与、副腎ステロイドのパルス療法、タクロリムスの早期導入、ラジカットの点滴静注などが有用です。

65歳以上の高齢者の場合複数の病気が重なりがちである点、廃用症候群に陥りやすいなど、注意が必要です。リハビリテーションを含めた関連領域のチーム医療でQOL(生活の質)を保つことを心掛けています。



国際ヘルペス会議(IHW2014)での姫野洋平医師(左から3人目)による発表の様子(神戸国際会議場)

**活動日記**

DIARY

**当院で3例目の法的脳死判定**

聖マリア病院に脳血管障害で入院していた50代男性がことし1月、臓器移植法に基づいて当院で3例目となる脳死と判定され、心臓や肺など6つの臓器が九州大学病院(福岡市東区)など4つの施設に提供されました。

聖マリア病院は脳死または心臓停止後の臓器提供ができる国指定の病院です。当院での法的脳死判定としては、2012年6月に入院中の男性から5つの臓器が東京大学医学部附属病院(東京都文京区)など6施設に、15年1月には入院中の男性から4つの臓器が国立循環器病研究センター(大阪府吹田市)など4施設に、それぞれ提供されたケースがあります。2016年10月、これら2件に対して臓器移植推進に顕著な貢献があったとして、厚生労働大臣より感謝状を贈られました。

聖マリア病院では、臓器提供意思表示カードなどにより臓器提供の意思を確認した場合やご家族が臓器を提供をしてもよいとお考えの場合、その意思がかなえられるよう、さまざまな家族援助業務を行っています。



聖マリア病院内で開催された臓器移植関係者会議(2017年1月)



厚生労働大臣から贈られた感謝状

## 医療のしくみ



複雑で分かりにくいといわれる日本の医療制度。シリーズ「医療のしくみ ここがポイント」は、新聞やテレビによく出る言葉をやさしく解説します。第4回は「健康寿命」。担当は聖マリア健康科学研究所の平田輝昭所長です。

04

## 健康寿命

「健康寿命」という言葉を聞くと、連想されるのが「ピンピンコロリ」略してPPK。「病気もせずに元気に長生きしてコロリと死のう」。長寿県である長野県で発案された健康体操の標題に使用され、のちに全国に広がりました。

「健康寿命」とは、一生のうちで平均的に健康に過ごす年数のこと。実際の計算では平均寿命から不健康な期間を引いて算出されます。すなわち「健康寿命」を長くするには、不健康な期間を短くすることが必要なのです。

不

健康な期間の長くなる理由として多いのは、高血圧、脂質異常症、糖尿病などの生活習慣病とその結果としての脳血管障害や心疾患、あるいは膝関節症などの運動器の障害です。

これらを予防するためには、健康を維持する基本としてバランスの良い食事、継続的な楽しみながらの運動、そして十分な睡眠を代表とした休養です。

中年期以降は新陳代謝量が低下しますが、ついつい若いころと同じ量の食事を摂りがちです。また、仕事の忙しさや自動車の便利さにかまけ、運動から遠ざかりがちですが、PPKの精神でいま一度日常生活を振り返ってみてはいかがですか。

ピンピンコロリは食事、運動、睡眠から

そ

そもそも「健康寿命」という言葉は、2000年にWHO(世界保健機関)が健康で長生きすることが重要であるとの考え方から提唱したのが始まりです。2015年のWHO報告では、日本は男女とも世界で最も健康寿命が長い国となっています。



聖マリア健康科学研究所  
平田輝昭 所長

日本では2012年に策定された「健康日本21(第2次)」で「健康寿命の延伸」を掲げ、公式に使われました。この中では健康寿命とは「健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間」と定めています。

「健康寿命=平均寿命-不健康な期間」という式が成り立つのですが、「不健康な期間」あるいは「健康上の問題で日常生活が制限される期間」を、どんな調査から計算しているのでしょうか。

現

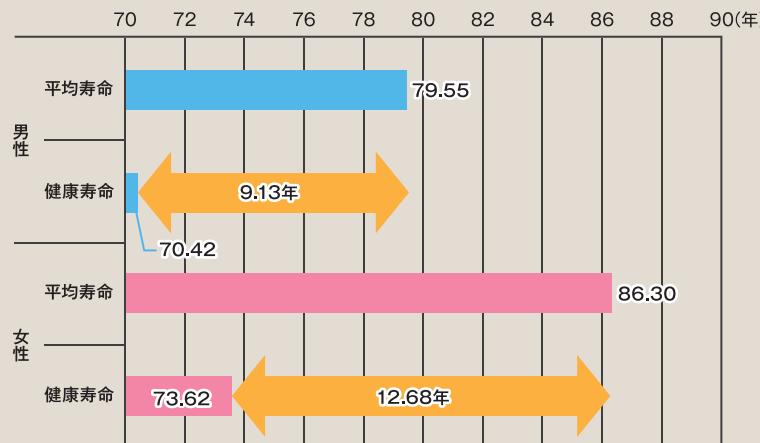
在、日本では都道府県・指定都市レベルの健康寿命を算出するのには「国民生活基礎調査」が、一方、市町村レベルの健康寿命を算出するのには「介護保険」の要介護度が、それぞれ利用されています。

「国民生活基礎調査」での健康調査は3年ごとに行われており、「あなたは現在、健康上の問題で日常生活に何か影響がありますか」という質問に「はい」と回答した人は「不健康」と整理されます。この調査はサンプル数が少ないため、都道府県・指定都市単位での結果しか出しができません。

一方、市町村レベルの健康寿命では、要介護度2~5の人を「不健康」として計算する方法が用いられています。この方法は65歳以上の人の割合しか得られないことや、要介護レベルが高くて介護保険の申請を行っていない人が除外されるなど課題もあります。

このように、何を指標として使うかによって得られた結果は異なるものになりますので、そのことを心まって参考にしてください。

## ■健康寿命と平均寿命との差



資料:平均寿命(2010年)は、厚生労働省大臣官房総計情報部「完全生命表」、健康寿命(2010年)は、厚生労働科学研究費補助金「健康寿命における将来予測と生活習慣病対策の費用対効果に関する研究」

(注):健康寿命:人の寿命において「健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間」

## 聖マリア病院における生体腎移植の実績

筑後地区の一人でも多くの方に移植で助かる命があることをご理解いただき、そして一人でも多くの方が移植医療を通してお元気になることを願い、聖マリア病院では2015年9月より移植外科外来を開始し、同年11月より生体腎移植を開始しました。移植医療は、移植外科医だけで行うものではなく、患者さんを中心としたチーム医療によってこそ達成できるものです。当院の生体腎移植の数は「オール聖マリア病院」によるチーム医療により、最初の移植手術から約1年半を経過した現在、予想を超える計23例を数えるに至りました。

(谷口雅彦、青柳武史、古川みゆき、荒巻和代、松井礼、東治道)



移植外科診療部長  
谷口雅彦

# 毎月1例のハイペースで23例

## 「オール聖マリア」で生体腎移植 22カ月間の実績

### 半数以上は先行的腎移植

腎移植は、あくまで末期腎不全（さまざまな原因による慢性腎不全が進行し、腎機能が低下して、生命を保つことが難しくなった状態）の患者さんに対する腎代替療法の一つです。その他の腎代替療法である血液透析や腹膜透析と相補う役割を果たすとの観点から、当院では腎臓内科と常に連携を取りながら腎移植を行っています。

移植前のドナー（腎臓を提供する方）、レシピエント（移植を受ける方）の適応判断、術後のドナー、レシピエントの経過や退院後の健康管理に至るまで、いつも腎臓内科チームとともにを行っています。

これまでの23例の内訳は、レシピエントとドナーの関係では、親子間が13例と最も多い（57%）、ついで夫婦間9例（39%）、姉弟間1例でした（図1）。

血液型適合の内訳は、一致10例（43%）、不適合9例（39%）、不一致4例（17%）と、不適合移植が全体の3分の1超を占めました（図2）。

最近では欧米と同様に、透析導入前に腎移植を行う、いわゆる「先行的腎移植」が日本でも多く行われるようになりました。当院でも先行的腎移植は11例（48%）と全体のほぼ半数を占めています（図3）。

以上のように、今後も当院では、①夫婦間移植、②血液型不適合移植、③先行的移植一に積極的に取り組みたいと考えています（表2）。

### 認定レシピエント移植コーディネーター

前述のように、移植医療は究極のチーム医療であり、その要となるのがレシピエント移植コーディネーターの存在です。レシピエント移植コーディネーターとは、移植前のレシピエントやその家族への移植についての説明や情報提供を行い、移植に関する相談窓口として、精神的、身体的に不安の多い待機期間中の体調管理や移植準備への支援を担います。

移植が決定したら、移植手術時の各種手配、レシピエントの退院後の健康・生活指導などを行います。チーム医療に関わる多くのスタッフの調整役として、

表1：生体腎移植  
(2015年11月～2017年8月)

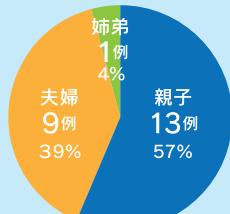
全23例	
2015年	…… 4例
2016年	…… 13例
2017年	…… 6例

ドナー  
術後平均在院日数:7日  
レシピエント  
術後平均在院日数:15.5日

表2：今後の方向性

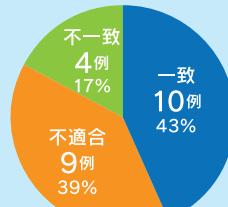
1. ABO 不適合移植
2. 夫婦間移植
3. 先行的移植
4. 献腎移植

図1：レシピエントとドナーの関係



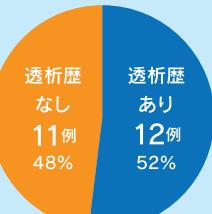
夫婦間移植が全体の1/3超

図2：血液型適合



血液型不適合移植が全体の1/3超

図3：透析歴の有無



先行的移植が全体の半分



「オール聖マリア」として生体腎移植のチーム医療に取り組む医師とスタッフ

#### 図4:腎臓移植の現状(2015年)

献腎移植希望登録数 12,000 (透析患者の約4%)

**腎移植総数 1,661**

獻腎移植  
167(10.1%)

生体腎移植 1,494(89.9%)

**献腎移植の平均待機期間 13年間**

(臓器移植ファクトブック2016)

患者さんと接する機会が多く、患者さんや家族の気持ちが分かる看護師が、主にその役割を担います。

当院でその役割を担当している荒巻和代看護師長は今夏、日本移植学会が認定するレシピエント移植コーディネーター試験に合格し、正式な認定コーディネーターとして従事することが可能となりました。今後、コーディネーター業務のより一層の充実を図っていきたいと思います。

#### ■ 献腎移植実施へ準備急ぐ

日本は、脳死下臓器提供数が近隣諸国と比べて圧倒的に少ないため、亡くなつた方から腎臓を提供していただく、いわゆる献腎移植が生体腎移植に比べて非常に少ないという現状があります(図4)。

近隣諸国と同様に臓器提供が普及し、多くの方に献腎移植を受けていただける社会になるよう、病院として臓器提供を啓発しています。

他方、当院はことし、献腎移植を実施する施設としての施設基準をクリアすることから、献腎移植実施に向けて早急に準備してまいります。

#### 不安と期待に共感し続け、チーム医療を引っ張りたい—メッセージ

「筑後地区にも移植医療を」と2015年11月より生体腎移植プログラムを開始し、1年9ヶ月で23人に「命の贈り物」が届けられました。

私は、レシピエント移植コーディネーターとして、レシピエント、ドナーとそれを支える家族へ寄り添い、不安や期待に共感し、コーディネートしてまいりました。

また、組織横断的な関わりをもち、スムーズな移植医療ができるよう、チーム医療の「要」として移植医療の環境を充実させる役割を担い続けたいと思っています。

(レシピエント移植コーディネーター・荒巻和代)



#### ■ 筑後地区の腎不全患者のために

この1年、「筑後地区の腎不全患者のために」という思いで、病院一丸となって生体腎移植プログラムを進めてまいりました。開始1年半で23例という全国的にも例を見ない症例数は、聖マリア病院全部署のスタッフの努力によるチーム医療の結晶であると実感しています。一方、我々のプログラムの真価は、正にこれから問われるものと考えています。

今後、さらに移植医療の技術と質の向上を目指し、眞の意味での「筑後地区の腎不全患者のため」の医療を構築してまいりたいと考えています。

連載「ドクター教えて！ 大腸がんはこわくない」(第2回)は休みます。

# 裂孔原性網膜剥離

## 早めに眼科医の診察を

裂孔原性網膜剥離とは、網膜に穴(裂孔)があき、そこから網膜の下に水が入って網膜が剥がれる病気です。剥離した網膜は徐々に機能を失っていき、放置すれば失明にいたる恐ろしい病気です。毎年1万人に1人の割合で起こるといわれています。

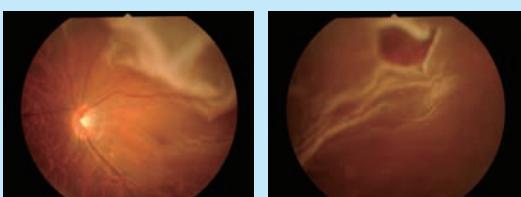
### ◆症状の現れ方

黒いゴミや蚊が飛んで見える飛蚊症や光が走って見える光視症に続いて、視野欠損が起こり、ものを見る中心である黄斑に網膜剥離が及ぶと、急に視力が低下します。

### ◆診断と治療

網膜剥離自体は眼底検査で容易に診断できますが、原因となる網膜裂孔をさがし出すことが重要です。

ごく初期の網膜剥離は、レーザー治療(網膜光凝固術)だけですむこともありますが、ほとんどの場合手術が必要です。若年者の丈の低い網膜剥離の場合、経強膜バックリング法といって眼球の外側にスポンジを縫い込む方法で治療



網膜剥離の眼底写真。右写真上部が網膜裂孔

します。中高年者の丈の高い網膜剥離の場合は、眼球の中に細い手術器具を挿入し、眼球の中から網膜剥離を治す硝子体手術という方法で治療します。この方法では、剥がれた網膜を押さるために眼球内に特殊なガスを入れますので、手術後は約2週間のうつぶせの体位制限が必要となります。

### ◆予後

手術療法によって多くの網膜剥離は復位させすることができますが、一度の手術で網膜が復位しないために、複数回の手術を必要とすることもあります。また、重症例は増殖性硝子体網膜症と呼ばれ、剥離した網膜上に増殖膜が形成された状態で難治であり、最大限に手を尽くしても、残念ながら失明してしまう場合もあります。

術後の視力に関しては、もともと黄斑が剥がっていない場合には手術前と同程度にまで回復する場合が多いのですが、黄斑が剥がれてしまっていた場合には、元通りの視力に戻ることは難しくなってしまいます。網膜剥離が発生から間もない状態であり、剥がれている範囲が狭い場合は、手術も比較的簡単で見え方も元通りに回復する可能性が高いので、飛蚊症や光視症のような症状を自覚した場合には、早めに眼科医の診察を受けることが大切です。

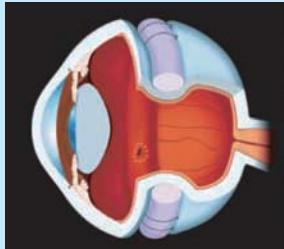


眼科診療部長  
指原裕之

### ◆網膜剥離の手術法◆

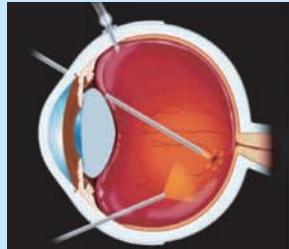
#### 経強膜バックリング法

眼球周囲にシリコンのバンドが網膜剥離部分の下敷きとして縫い付けられています。剥離の原因となった裂孔も固められています。



#### 硝子体手術

眼球内の硝子体を取り除いて、その代わりに特殊ガスを入れて、剥離した網膜を元に戻します。裂孔にも手術中にレーザーを当て固めてしまいます。



## 第27回 「ロコモ」予防 上肢のトレーニング

ロコモティップシンドローム(ロコモ=運動器症候群)は、筋肉や関節などの働きが低下した状態で、寝たきり・要介護状態の要因の一つ。ロコモ予防のエクササイズを紹介します。

Check!

### 買い物をして持ち帰るのがきついというあなたへ

立ち上がる時、つい「どっこいしょ！」と両手を使ってしまうことが最近増えていませんか。また、荷物や重たい物を自然と持たないようになっていましたか。「疲れるから」といって上半身の筋力を発揮させずにいると、腕や手の筋力が低下が進み、瓶のふたを開ける時とか買い物の時などにちょっと困ったりするでしょう。腕や握力を強化して日常生活で困らない程度の筋力を維持したいですね。シリーズ最後の今回は上半身のトレーニングを紹介します。

#### <壁立て伏せ>

- ①両手を肩幅より少し広めに広げて壁の前に立つ。ひじを伸ばしたとき壁に手の先がつくくらいが目安。
- ②ひじをゆっくりと息を吸いながら曲げ、鼻が壁につくくらいまで曲げたら今度は息を吐きながらゆっくり伸ばす。このとき、背中から腰にかけて一直線になるように姿勢をキープ。
- ①②の動作を5回～20回繰り返します。

壁を使って行う腕立て伏せは床で行うより比較的簡単にできそうですね。回数にこだわらず、動作をゆっくり、正しい姿勢で行えば腕、胸、肩など上半身全体を鍛えることができます。特に年齢とともに筋肉量が減少する胸の筋肉「大胸筋」は若々しく元気な姿勢を保つポイントです。あなたもぜひ「壁立て伏せ」を日常生活のなかで実践してみましょう！



うな  
ちらし寿司

### 栄養満点で疲れ知らず

うなぎは、良質なタンパク質や脂質、健康維持に不可欠なビタミンB1やミネラルが豊富に含まれています。ビタミンB1は、炭水化物をエネルギーに変える酵素の材料となります。これが不足すると、炭水化物は疲労物質(乳酸)になり、疲れを感じやすくなります。うなぎを食べると、ビタミンB1が疲労物質を抑えるので、疲れにくい元気な体をつくることができるのです。

#### 作り方

- お米を洗い、炊く30分前に洗ってザルにあげる。炊飯器に洗い米、水加減を通常より少なめ(すし飯炊飯の分量)の水、昆布を入れて炊飯する。
- 干ししいたけはぬるま湯200mlに浸して柔らかくし、軸を落としてみじん切りにする。もどし汁100mlは残しておく。
- にんじん、レンコンは皮をむいてみじん切りにする。
- 鍋にしいたけ、にんじん、レンコン、しいたけのもどし汁100mlを入れ、(煮汁)の調味料を入れて煮汁が少量になるまで煮る。具をザルにあげ、水気を切る。
- 鍋に合わせ酢の調味料を入れ、さっと煮たて、冷ましておく。
- 卵を溶きほぐし、砂糖、塩をよく混ぜ合わせる。フライパンを熱してサラダ油をひき、薄焼き卵を焼く。冷まし、千切りする。
- 絹さやは筋をひき、分量外の塩を入れた、熱湯でさっとゆで斜め細切りにする。
- ご飯が炊きあがったら10分～15分蒸らし、昆布を取り出す。飯台にご飯を入れ、合わせ酢をまわしかけ、切るように合わせる。
- すし飯にしいたけ等の具を入れ、さっと混ぜる。
- 器によそって刻みのり、錦糸卵、絹さや、うなぎのかば焼きをのせる。



聖マリア病院  
栄養指導管理室長  
立野 順子

#### 材料〈2人分〉

材料〈2人分〉		1人分の栄養素		熱量411kcal タンパク質16.2g 脂質12.4g 塩分2.4g	
お米	180g	★錦糸卵		★煮汁	★合わせ酢
昆布	1枚(5cm角)	卵	2個	料理酒	大さじ1 酢
うなぎのかば焼き	1/2尾	砂糖	小さじ1.5	しょうゆ	小さじ1.5 砂糖
干ししいたけ	2枚	少々		少々	大さじ1 大さじ2
にんじん	30g	サラダ油	少々	塩	小さじ1/6 小さじ1/6
レンコン	20g	絹さや	20g	みりん	小さじ1.5
		刻みのり	0.5g		



## 外来診療日 - 聖マリア病院

電話 0942(35)3322(代)

2017年8月1日現在

診療科 専門外来	診療日	★印は備考欄参照	専門外来担当医師など						診療ブロック	
小児科	午前・午後	月 火 水 木 金 土	小児科は15歳まで						1階	
小児神経外来	午前		木*							
小児アレルギー外来	午後	火								
小児腎外来	午後		水*							
新生児科	午前・午後	月 火 水 木 金 土	急患以外は電話予約制。周産期発達フォローも担当							
育児療養外来	午前	火								
新生児腎外来	午後			金*						
新生児神経外来	午後		水*		土*					
小児外科	午前*	月 火 水 木 金 土	午後は急患のみ							
小児歯科	午前*・午後*	月 火 水 木 金 土	初診は電話連絡ください。午後は電話予約制							
口唇口蓋裂外来	午前・午後	火*							2階 Sブロック	
矯正歯科	午前*・午後*	月 火 水 木 金 土	午前・午後とも電話予約制							
循環器内科	午前	月 火* 水 木 金 土	火曜は午後も受け付け							
血管外来	午前		木*	金*						
不整脈外来	午前	月*	水*							
睡眠時無呼吸外来	午後*		木							
ペースメーカー外来	午後	火*								
成人先天性心疾患外来	午前*			金	土					
小児循環器内科	午前*・午後	火		金						
心臓血管外科	午前	火 水*	木*							
糖尿病内分泌内科	午前	月 火 水 木 金 土	火曜外来開始10:00。安永医師は第1・3・5火曜午前。電話予約制 青柳医師は水曜・木曜午前。電話予約制							
消化器内科	午前	月 火 水 木 金 土							3階 Aブロック	
ピロリ菌除去外来	午前			金						
肝癌予防外来	午後		水							
C型肝炎外来	午前*			金						
外科	午前	月 火 水*	木 金 土	水曜午後は再診のみ受け付け						
移植外科	午前・午後*	月*		木 金*						
脳神経外科	午前	月	水*	金						
脳血管内科	午前	月 火 水 木 金 土	水曜午後は再診のみ受け付け							
神経内科	午前	火 水 木								
リウマチ膠原病内科	午前	月 火 水		金	土	完全紹介電話予約制				
整形外科	午前	月 火 水 木 金 土							3階 Bブロック	
小児整形外科	午後				土*	初診は予約不要、再診は電話予約制				
呼吸器内科	午前	月* 火 水 木 金*	土*	月曜・金曜は再診のみ。土曜午後は再診のみ						
呼吸器外科	午前		水	金						
気胸外来	午前・午後		水	金		<大渕俊朗>水曜・金曜・緊急時				
形成外科	午前	月 火 水 木 金 土	熱傷は形成外科。眼瞼下垂関連は雑賀医師、内田医師担当						3階 Cブロック	
口唇口蓋裂・クラニオ外来	午前	火				<雑賀厚臣>第1・3・5火曜午前 <内田悠記>第2・4火曜午前				
フットケア外来	午後*	月	木			<雑賀厚臣>月曜・木曜13:30~16:30。電話予約制				
メディカルアロマテラピー外来	午前・午後		水*	金*		<担当医(交代制)>水曜・金曜9:00~16:00 電話予約制。保険外診療				

## 外来診療日 - 聖マリア病院

電話 0942(35)3322(代)

2017年8月1日現在

診療科 専門外来	診療日 ★印は備考欄参照							専門外来担当医師など	診療ブロック
皮膚科	午前	月	火	水	木	金	土		3階 Cブロック
泌尿器科	午前	月	火	水	木	金	土		
腎臓内科	午前	月	火*	水	木*	金*	土	外来開始は9:30。火曜の初診は予約のみ	
CKD外来	午後				金			<松井礼>金曜午後。電話予約制。再診のみ	
産科	午前・午後	月	火	水	木	金	土*	土曜は午前、事前連絡の紹介患者・急患のみ	3階 Dブロック
妊婦検診	午前・午後	月	火	水	木*	金		木曜は午前のみ	
超音波予約	午後				木			<下村卓也>木曜午後	
一ヶ月検診	午後				木				
婦人科	午前・午後	月	火	水	木*	金	土*	木曜午前は予約再診のみ。土曜は午前、事前連絡の紹介患者・急患のみ	3階 Eブロック
子宮腫瘍外来	午後			水				水曜午後	
女性ヘルスケア外来	午前				木			<福井聰子>	
放射線治療科	午前	月		水		金			
乳腺外科	午前	月	火	水		金			3階 Fブロック
血液内科	午前・午後	月	火	水	木	金	土*	土曜は午前のみで事前相談ください 急患以外は予約制。初診受付は13:30まで	
止血異常症外来	午前		火		木			<岡村孝>火曜午前・木曜午前	
ホスピス科	午前・午後	月*		水	木			月曜は午後のみ。電話予約制	
精神神経科・心身症クリニック	午前*	月	火	水	木	金	土	初診は電話予約制	3階 Gブロック
歯科・口腔外科	午前・午後*	月	火*	水	木	金	土	火曜は午前のみ。午後は予約制	3階 Fブロック
耳鼻いんこう科	午前	月*	火*	水	木	金*	土	手術日の月曜・火曜・金曜は事前連絡の紹介患者のみ	3階 Gブロック
眼科	午前	月	火	水	木	金	土		

## 外来診療日 - 聖マリアヘルスケアセンター

電話 0942(35)5522(代)

2017年8月1日現在

診療科	診療日 ★印は備考欄参照							備 考	診療ブロック
生活習慣病科	午前・午後	月		水	木	金	土	健康診断のフォローアップ、インフルエンザの予防接種。予約制	1階 診療室1
禁煙外来	午前・午後	月		水	木	金	土	<福井卓子>電話予約制	
内科	午前*		火					回復期リハビリテーション病棟・療養病棟を退院後のフォローアップ	1階 診療室2
リハビリテーション科	午前・午後*	月	火	水	木	金	土	回復期リハビリテーション病棟・療養病棟を退院後のフォローアップ	1階 診療室3
透析科	午前*	月	火	水	木	金	土	血液透析療法を実施。予約制	2階 透析センター
消化器内科	午前・午後*	月	火	水	木	金	土	健康診断後の内視鏡診療外来。予約制	3階 内視鏡センター

### ●診療受付時間

原則8:30~11:30(診療開始9:00)。午後は予約制。平日夜間救急と日曜祝日は地域医療支援棟1階で受け付けます。

### ●夜間・日曜祝日の当直体制

内科・外科・整形外科・産婦人科・形成外科・小児科・新生児科・脳神経センター・腎センター・循環器センター・画像診断部の各医師。眼科は夜間のみオンコール(呼び出し)制です。

### ●耳鼻いんこう科・皮膚科・歯科について

夜間・日曜祝日の診療は行っておりません。

### ●ご予約変更受付

14:00~16:00

※事情により変更が生じる場合があります。ご了承ください。



聖マリア病院  
外来医師担当表



<http://www.st-mary-med.or.jp/doctors.html>

聖マリア  
ヘルスケアセンター外来



<http://www.st-mary-health.jp>

## 紹介状なしで受診される患者さんへ

聖マリア病院などの「地域医療支援病院」や、大学病院などの「特定機能病院」は、他の病院・診療所の紹介状（診療情報提供書）をお持ちにならず受診される患者さんから、初診・再診にかかる定額費用（保険外併用療養費）を診療費とは別に徴収することが義務づけられました。

医療保険制度改革関連法の2016年4月1日施行に伴うものです。  
全国約250カ所のこれらの病院が、より高度な医療を必要とす

る患者さんの治療に専念する一方、一般的な外来受診は「かかりつけ医」を受診するという効率的な国際医療制度の浸透を図るのが目的です。

どうぞ、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

### 定額費用＜医科・歯科同額＞

初診の方 … 5,400円（税込み）

再診の方 … 2,700円（税込み）

※急病や自然災害などの搬送された場合、再診予約中や当院の他の診療科を受診中など、定額負担の対象外となる場合がございます。  
窓口にておたずねください。

※詳しくは当院のホームページ <http://www.st-mary-med.or.jp/patient/senteiryouyouhi.php> をご覧ください。

**お知らせ** 外来診療費・入院診療費などの一括お支払いに、クレジットカード・デビッドカードがご利用いただけます。取り扱いカードなど詳細は、聖マリア病院外来棟、同地域医療支援棟、同聖母病棟、聖マリアヘルスケアセンター各1階会計窓口にておたずねください。

## 聖マリアヘルスケアセンター

### 人間ドックのご案内

#### 特徴

1. 男女別フロア
2. スムーズな検査で時間を短縮
3. オプションで大腸カメラ検査も可能
4. 胃カメラは3つの検査方法から選択
  - ①経口内視鏡 ②経鼻内視鏡
  - ③静脈麻酔による睡眠状態での経口内視鏡

#### 日帰りドック

- 実施曜日 月～土曜（祝日を除く）
- 受診時間 午前8時から午後2時頃まで
- 基本料金 **38,000円**（税別）
- 実施曜日 月・水・金曜（祝日およびその前日を除く）
- 受診時間 午前8時から翌日午後2時頃まで
- 基本料金 **61,000円**（税別）

#### PET-CT 総合がん検診

日本人の2人に1人が「がん」になり、3人に1人は「がん」で亡くなるといわれています。PET-CT検査では、痛みもなく、特に50歳以上の方や、喫煙者、女性特有の「がん」（乳がん、子宮がん、卵巣がんなど）を心配されている方などにおすすめです。

検査項目	検査内容								
問診									
身体計測	身長、体重、標準体重、肥満度（BMI）、腹囲、血圧測定								
PET-CT	全身PET-CT検査								
超音波検査	腹部エコー								
便検査	潜血反応（2日法）								
血清検査	CRP CA-19-9（肺臓がん） PSA（前立腺がん）※男性のみ CA-15-3（乳がん）※女性のみ CA125（卵巣がん）※女性のみ CEA（大腸がん） AFP（肝臓がん） CYFRa、SCC（食道がん）								
腫瘍マーカー	<table border="1"> <tr> <td>● PET Onlyコース</td> <td><b>89,000円</b></td> </tr> <tr> <td>● PET 基本コース</td> <td><b>120,000円</b></td> </tr> <tr> <td>● PET+日帰りドック</td> <td><b>150,000円</b></td> </tr> <tr> <td>● PET+宿泊ドック</td> <td><b>176,000円</b> (いずれも税別)</td> </tr> </table>	● PET Onlyコース	<b>89,000円</b>	● PET 基本コース	<b>120,000円</b>	● PET+日帰りドック	<b>150,000円</b>	● PET+宿泊ドック	<b>176,000円</b> (いずれも税別)
● PET Onlyコース	<b>89,000円</b>								
● PET 基本コース	<b>120,000円</b>								
● PET+日帰りドック	<b>150,000円</b>								
● PET+宿泊ドック	<b>176,000円</b> (いずれも税別)								



※PET onlyコースではオプション検査を選択できません

**お問い合わせ** 0942-35-5522 内線 8035・8036

※女性がんドック、各種オプションをご用意しております。

※検査内容や料金などは変更する場合がございます。事前にお問い合わせください。

社会医療法人 雪の聖母会

## 聖マリア病院

福岡県久留米市津福本町422

TEL 0942(35)3322(代)

FAX 0942(34)3115(代)

## 聖マリアヘルスケアセンター

福岡県久留米市津福本町448-5

TEL 0942(35)5522(代)

FAX 0942(34)3306(代)

## 聖母の家

福岡県久留米市津福本町387-1

TEL 0942(34)3573(代)

FAX 0942(34)4165(代)

<http://www.st-mary-med.or.jp>

広報誌についてのお問い合わせは聖マリア病院 広報部まで