



はまなす季刊

医療法人はまなすHP ▶▶▶ <http://www.hamanasugeka.com>

医療法人
はまなす 篠路はまなすクリニック

〒002-8024 札幌市北区篠路4条9丁目12番45号
TEL (011)776-3030・FAX (011)776-3001

医療法人
はまなす はまなす医院

〒061-3284 石狩市花畔4条1丁目141番地1
TEL (0133)64-6622・FAX (0133)64-6555

はまなす医院 院長宅のパイプオルガンです。
院長が奏でる音色が
多忙なサンタクロースをねぎらってくれるでしょう。
(N・Y)

アオマツムシ

副理事長 工藤 立史

9月のおわり、学会で東京へ行った際に街路樹の上から甲高いリーツ、リーツという虫の音が聞こえました。声の主はアオマツムシです。立ち止まって探してみたものの、葉に紛れて見つけることはできませんでした。

アオマツムシは本州以南で、夏から秋にかけて鳴くコオロギの仲間です。体長は20〜25mmほど、鮮やかな若葉色をしています。ケヤキやサクラなどの樹上に暮らしていて、木の葉や小昆虫をエサにし小枝の先に卵を産み付けます。

明治後期に中国から渡って来た外来種とされ、現地では飼育して鳴き声を楽しむ風習があつて売買もされているようです。

アオマツムシは丈夫で繁殖力が強く、近年その数を増やしています。東京では、最も多く鳴き声を耳にする秋の虫となりました。コオロギやスズムシなどの在来種を駆逐するのでは、と心配になりますが、彼らは地上で生活しているため、うまく住み分けているようです。温暖化で生息域が北上していずれ北海道でも鳴き声が聞かれるかもしれません。

大腸がん ～検診で早期発見を～

理事長 工藤 岳秋

がんによる日本人の年間死亡数は、男性222,467人、女性159,038人で、そのうち大腸がんは、男性28,080人(第2位)、女性24,338人(第1位)です(2021年)。ただ、早期に治療すれば完治し得る病気なので、無症状のうちに検診で発見することが重要です。

■大腸とは(図1)

長さは1.5m～2mで、1日に最大6Lの水分を吸収し便の形を作ります。盲腸、上行結腸、横行結腸、下行結腸、S状結腸、直腸と進み肛門につながります。

■大腸がんのでき方と進展(図2, 3)

良性のポリープ(腺腫)ががん化するものと、正常な粘膜から直接発生するものがあります。日本人ではS状結腸と直腸で60%以上を占めます。進行すると粘膜から大腸の壁に浸潤し、壁の外に広がります。リンパ液を経てリンパ節に転移したり、血流に乗って肝臓、肺などに転移したりします。腹腔内に散らばること(腹膜播種)もあります。

■症状

初期は無症状で、進行すると血便、便秘、下痢、便の狭細化(細くなる)、腹部膨満感、嘔吐などが起きます。貧血や体重減少に対する検査で見つかることもあります。

■大腸がん検診

2日分の便を用いて便潜血検査を行います。便は自宅で採取でき、食事制限は必要ありません。陽性率は6.7%、がん発見率は0.19%(2017年)で、陽性者の2.8%に精密検査でがんが見つかることになります。対象は40歳以上で、年1回の受診が推奨されています。市区町村で実施しており自己負担額は数百円～1000円程度で、集団検診の他、委託を受けた医療機関で個別検診として受けられます。

■精密検査

①全大腸内視鏡検査(大腸カメラ)

肛門から内視鏡を挿入し、盲腸から直腸まで直接観察します。病変から組織を採取することもでき、精密検査の第一選択です。

②注腸X線検査

肛門から大腸にバリウムを注入して撮影して、病変の位置、大きさ、形などを判断します。

③大腸CT検査

肛門から炭酸ガスを注入して大腸を膨らませ、撮影したCTを内視鏡検査や注腸X線検査に似せた3次元の画像に再構築し、病変を探します。

■治療

根治的な治療は切除することで、リンパ節転移の無い早期がんでは内視鏡治療が、それ以外は外科手術が適応となります。再発予防には薬物(抗がん剤)治療が行われます。他臓器に転移した場合は、外科手術もしくは薬物治療が選択肢となります。

■危険因子と予防

喫煙、飲酒、肥満、運動不足は危険因子で、生活習慣の改善が予防につながります。女性では加工肉の大量摂取がリスクとなる可能性があります。また血縁者に複数名の大腸がん患者がいる場合、注意が必要です。食物繊維・カルシウムの摂取は予防効果が期待できるとされています。

※大腸がん検診は、はまなす医院と篠路はまなすクリニックで受けることができます。精密検査と外科手術は、篠路はまなすクリニックで行っています。

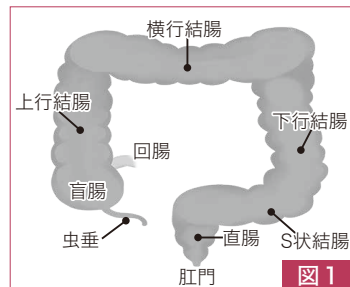


図1

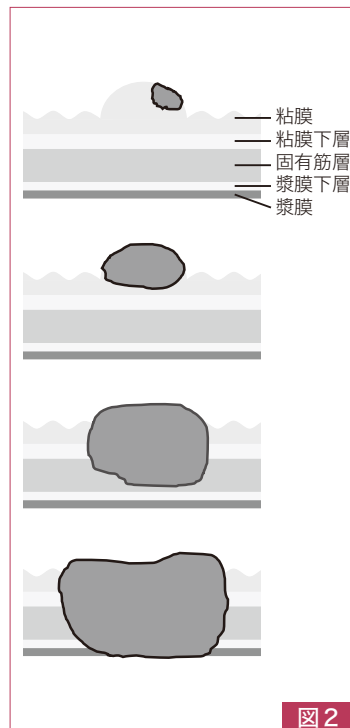


図2

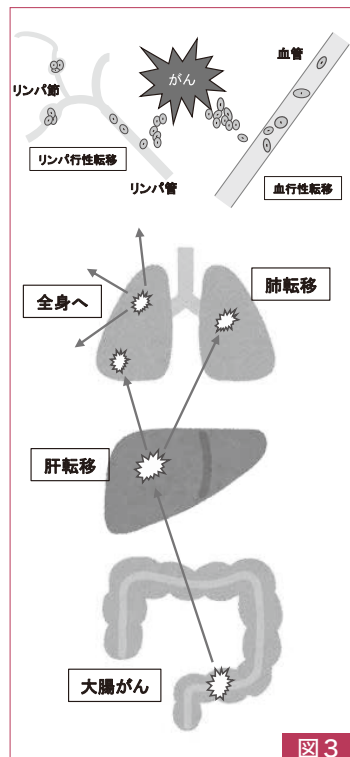


図3

参 考

- ・大腸癌検診マニュアル(2021年度改訂版)大腸がん検診精度管理委員会編集
- ・国立がん研究センターHP
- ・日本対がん協会HP

ケープタウンのピンクッション

副理事長 工藤 立史



先日、生花店でピンクッションという切り花が目にとまった。オレンジ色をした握り拳大の花で、「ピンクッション」の名のとおり球の表面に針がたくさん刺さっているようなフォルムである（英語でpin cushionは針刺しである）。この個性的な花は以前南アフリカを旅行した時に見て印象に残っていたが名前を知らずにいた。ピンクッションの名前で検索をかけると「南アフリカ原産の低木で、針のような長い雌しべが特徴的で、その姿から裁縫道具の針刺しになぞらえて命名された」とある。針に相当するのは雌しべで、花びらと雄しべは雌しべの根元に小さくおさまっている。雌しべ一本一本は5～6cmあり、これで一つの花を形成していて、その集合体を我々は鑑賞していることになる。無理に例えるとネギ坊主のようなイメージである。



2010年8月、私はアフリカの最南端ケープタウンを訪れた。町のシンボルであるテーブルマウンテンの東斜面にはカーステンボッシュという名の国立植物園がある。札幌中島公園の23倍ほどの大きさがあり、世界自然遺産「ケープ植物区保護地域群」の一部となっている。南半球の8月は冬なのに、最高気温は20度近くにもなり、赤やオレンジ、黄色のピンクッションが咲き乱れていた。大きなものは樹高が1.5mほど、群生する花々は見栄えがする。他に、南アフリカの国花であるキングプロテアをはじめ、ストレリチアなども見られて修景も豊かだ。



ピンクッションは発色が良く、切り花として2週間ほど楽しめるため、日本ではブライダル等を中心に人気が高まっている。ドライフラワーとしてもよく使われている。国内で目にするものは大半が輸入品で、主に南アフリカとオーストラリアから輸入している。寒さと湿気に弱いので日本の気候では栽培が難しいのである。

現地のピンクッションを再度見たいと思うが、南アフリカは容易に行けるところではない。この度身近な花屋さんで手に入ることがわかった。この冬は庭の花を楽しめなくなる頃この花を購入し、自宅に飾ってみたいと思っている。

トップ 対談

さつぽろ内科・リウマチ膠原病クリニック院長 近祐次郎先生に聞く

「さつぽろ内科・リウマチ膠原病クリニック」はJR札幌駅北口そばで2017年に開院しました。院長の近先生はリウマチ専門医で、北海道大学や地方中核病院にて豊富な経験と実績を持っています。私とは大学の同期生の間からでもあり、医療法人はまなすの産業医を務めていただいております。この度、先生のクリニックを訪問し、お話をうかがってきました。

聞き手：医療法人はまなす理事長 工藤岳秋

●内科の中でもリウマチ・膠原病の分野を専門に選んだ理由は何か？

外来でも診療を続けられる専門分野をはじめから考えていました。もともと外科医になる気は全くなかったのですが、外科医のメスに当たるようなものを内科で鍛えようと専門を決めました。

●どのような症状の時に先生のクリニックを受診するのでしょうか？

リウマチに関してはこわばり、痛み、腫れです。医者でも診断するのは難しいので、なかなか治らない痛みがあればおいでいただければと思います。膠原病なんかも症状がありすぎて大変ですが、関節痛から膠原病と診断されている人は多いです。次は皮疹かな。これも通常は皮膚科からの紹介で来院されますので、やはり長く続く関節痛という患者さんが圧倒的に多いと思います。

●イギリスに留学されていましたが、どのようなことに苦労されましたか？印象に残った体験を教えてください。

もちろん会話に苦労しました。まず銀行口座を作る

のに、苦労しました。大抵は電話でいろいろと用事は済むのですが、イギリス英語はとても聞きづらく、何度直接銀行にうかがって話を聞かないとわからないことがありました。

●学生時代はアイスホッケー部に所属されていましたが。今も何かスポーツをされていますか？

いまもアイスホッケーを続けています。ただアイスホッケーの施設がいまの地下鉄などと同じ1972年の札幌オリンピックに作られたものが多く、老朽化して、修理でリンクが使えないんですね。最近では3か月に一度くらいしか行けていません。ほかには真剣に



近 祐次郎先生

略 歴

1998年北海道大学医学部卒。2007年に北海道大学大学院博士課程修了。2009年にはイギリスSt Thomas病院へ留学。北海道大学病院内科Ⅱ元助教。日本リウマチ学会専門医、日本リウマチ学会指導医、日本内科学会専門医、日本医師会認定産業医、札幌市医師会理事、札幌市医師会政策担当部長等。

さつぽろ内科・リウマチ膠原病クリニック

〒060-0807 札幌市北区北7条西2丁目-20
NCO札幌駅北口（受付3階）
TEL 011-700-2000
<https://www.sapporo-rac.jp/>

近先生の経営する飲食店

●西洋料理NiNi

〒060-0807 札幌市北区北7条西2丁目-20
NCO札幌駅北口 別棟 2F
TEL 011-727-0022
<https://nini-sapporo.com/>

●CRAFT BEER BARヒニツカ

〒060-0807 札幌市北区北7条西2丁目-20
NCO札幌駅北口1階（南向き）
TEL 011-700-0012
<https://www.hininituka.com/>

ゴルフを始めました。

●クリニックの近くでレストランを経営されていると伺いました。お店を出すに至った動機を教えてください。

もともとイタリアンレストランを作るのが夢でした。ピザレストランがはじめの夢だったのですが、今のようになくなりました。ピザ窯を作るのに今の場所ではどうしてもお金がかかってしまうので、まずはこのスタイルでやってみようと思いました。コロナ禍でつぶれていくレストランがどんどん出てきてチャンスだと思いましたね。ぜひ食べに来てください。

○本日はどうもありがとうございました。これからも医業とレストランの経営にはげんで下さい。

◎対談を終えて

大学に入学して以来の付き合いが30年を超えました。自分と全く違う専門分野に進んでくれたおかげで、色々教えてもらうことができて助かっています。飲食店を出すとは思っていませんでしたが、行ってみるとなかなか美味でリピーターになりそうです。

腎臓病教室が開かれました！

はまなす医院 看護師 山田 尚子



9月21日(木) 当院ラウンジで「第2回患者と家族のための腎臓病教室」が開催されました。患者さんとその家族、そして石狩市役所の保健師さんと栄養士さんも合わせて12名にご参加いただきました。当院の院長から腎臓のしくみ、病気が進行しないための予防策について、栄養士からは食生活の改善方法等の講義が行われました。

1日あたりに摂取可能な塩分量や、インターネットで減塩食品を取り寄せる方法があることなど、皆さん熱心にメモを取っていました。「自分がどんな病気なのかわかった」「取り寄せできる食品もあるんだ」との感想が聞かれ、患者さんが食事で迷っていることが多く、疾患についても不安を感じていることがわかりました。医師、看護師、栄養士に相談できることで、不安解消の手助けができたように感じています。今後も適宜このような勉強会を開きたいと考えています。



「腎臓にやさしい食事のおはなし」というテーマで10分程度お話をさせていただきました。

内容としては、食事はなぜ重要なのか、食事の工夫について（塩分・たんぱく質・カリウム）、そして最後に当院のお食事を紹介させていただきました。

治療食となると、どの食品をどれだけ食べても良いのか、これは食べても良いのか等、お食事で悩む方もいるかと思います。そこで今回のお話では、減塩の実践方法、控えた方がよい食品の適正量について等、普段どのような点に気を付けていれば良いのかを具体的に説明しました。

今回のお話が、少しでも普段の食事に活かせるようになれば嬉しいです。今後もお食事について困った事があればご相談ください。

はまなす医院 管理栄養士 伊藤 栞

『透析情報管理システム』を リニューアルしました

はまなす医院 臨床工学技士 技士長 高藤 一教

ここに顔が
写ります

このたび、システムのリニューアルにより初めて顔認証システムが搭載されました。透析前後の体重測定時、顔がカメラに写ると、その患者様を認識します。体重測定が済むと自動的にシステム側で適切な除水量を計算して各ベッドサイドの透析装置へ条件が送られます。透析終了後には再び顔認証が行われ、体重が自動的に記録されます。

このシステムは、各ベッドサイドの透析装置とオンラインで繋ぐことで必要な情報を送信します。手作業によるヒューマンエラーの防止につながっており、透析装置の情報や進行状況や血圧などを受信しパソコンで一元管理しています。リアルタイムに患者さまの状況を確認でき迅速な対処が可能になって透析業務改善の一翼を担っています。

いままでは患者さまのバーコードカードを作成し読み取っていたので選択ミスにつながるリスクがありました。顔認証システムではそのようなことはなく快適に運用できています。

これからも安心、安全の透析が行われるよう対応していきますのでご協力よろしくお願いします。



藤女子の実習生

当法人では、毎年藤女子大学の栄養学実習生を受け入れております。
今年は10月に篠路はまなすクリニックで4名、約2週間実習が行われました。
実習を終えた生徒さんたちに感想をお聞きしました。 （袋田美樹）



高田和加奈さん

実際の業務を目で見て体験することで色々なことを学びました。管理栄養士として、患者さんや調理員さんに様々な配慮をされていたことが印象的でした。この経験を生かせるよう今後も学んでいきたいです。

河村和奈さん

食数の変動や様々な食形態、提供時間の違いなどがあり、調理員の人数が少ない中ほぼ手作りで対応していることに驚きました。透析食では、脂質を増やし高カロリーにするための工夫を学ぶことができました。事前に考えた実施献立を提供させていただき、充実した実習期間を過ごすことができました。



齊藤なつみさん

十五夜に合わせて月見ババロアを調理し、マシュマロをウサギに見立てて飾り付けしたのを皆さんに褒めていただき大変嬉しかったです。病院食を初めて検食させていただきましたが、どれも美味しくて驚きました。

伊川巴奈さん

工夫次第でビビンバや麻婆豆腐など病院食で提供できる事に驚きました。また、調理員の方と一緒に厨房作業も経験させていただき、同じ職場で働く方々との信頼関係は重要だと改めて感じました。

ジェントル・ハーマイオニーと「冬物語」

ジェントル・ハーマイオニーは昨年購入したバラの新参者だ。今年はまだ幼木だがそれなりに多くの花を見せてくれた。整った樹形に大輪のピンクの花を載せていかにも優雅。イギリスのローズ・ナーセリー「デビッド・ローズ・オースチン」が生み出した傑作の一つとされているが、なるほど我が家の庭にあっても姿よし、香りよしの、優美なバラである。

だがつい最近までハーマイオニーという名前の由来が判らなかった。ジェントルは一般的に使われる形容詞である。優しい、という日本語訳が一般的だが、人を傷つけない、というニュアンスが濃い。ハーマイオニーは人物名だろう。では由来はどこか？

バラの名前には凝ったものが多い。ハーマイオニーもその一つだろう。かの有名な映画ハリー・ポッターにこの名前の女性が登場する。しかし役柄を見る限りジェントルというのは当てはまらない気がする。

話はそれるが、このところシェークスピアにハマっている。後期高齢者の今頃に

なつて初めてシェークスピアを読むのである。ずいぶん奥手なことではあるが戯曲を読むのが苦手なことに加えてシェークスピア独特の長い饒舌なセリフに恐れをいだいていた。

だがバラの栽培に凝るようになってからはシェークスピアを避けて通れなくなつた。その作品にちなむネーミングが少なからず見られるからである。

そこで一念発起してシェークスピア全集（松岡和子訳・ちくま文庫・全33巻）を買入れた。この夏からランダムに25巻ほど読み進んで「冬物語」という一編を開いたところハーマイオニーという女性が現れた。

ハーマイオニーはシチリアの心根の優しい王妃である。ひたすら夫のレオンティーズを愛し続けるが理解されないまま不義を疑われて投獄されてしまう。お腹に王の子供を宿していたハーマイオニーは獄中で女の子（パーディタ）を産み終えて死ぬ。

レオンティーズとボヘミアの王ポリクシニーズは幼馴染みの間柄だった。レオン

ティーズはポリクシニーズと妻との関係に疑いをいだき嫉妬に苛まれたあげく家臣の諫めにも耳を貸さず貞淑な妻を死地に追いやつたのである。

レオンティーズは生まれた子供をも家臣のアンティゴナスに命じて殺させようとする。赤子を憐れんだアンティゴナスは王の命に背いてひそかにボヘミアへと逃れさせる。

爾来16年、物語は大団円を迎える。ハーマイオニーはじつはアンティゴナスの妻ポリリーナの計らいでひそかに生きのびていた。パーディタと名づけられた娘は16歳、美しく成長してボヘミアの王子フリゼルと愛し合っていた。事の次第を知ったレオンティーズは激しく後悔し神に赦しを請う。やがてパーディタとフリゼルは王と王妃の祝福を得て結婚する。シェークスピアの中でもロマンス劇と位置づけられるこの作品はあと味がいい。

ジェントル・ハーマイオニーがつぼみを膨らませて花開くとき「冬物語」が語り掛けてくる。

篠路はまなすクリニック 新入職員歓迎会開催

4年
ぶりに

病棟・外来 放射線科

9月3日に『ルンゴカーニバル札幌駅北口店』で篠路病棟・外来・放射線科の合同歓迎会を行いました。ここ数年で入職した6名もすっかり部署に馴染んでおり、理事4名・佐藤裕二先生を含め総勢20名、とてもなごやかで楽しいひと時となりました。(安藤)



透析室



10月21日ミアボッカ北2条店で篠路透析室の歓迎会を行いました。令和元年以来の開催でまとめて10名を歓迎する会となりました。久しぶりのお酒の席では総勢31名が出席して、大いに盛り上がりました。(野口)

表紙写真

自宅のパイプオルガン

2017年
マナ・オルゲルパウ社製

学生時代、北大パイプオルガン研究会に所属し、クラーク会館で演奏していました。趣味が高じて自分で一台持ちたいと思い始め、自宅を新築するにあたり思いきって設置するに至りました。製作は、北大オルガンのメンテナンスを担当されていた東京のオルガン工房にお願いしました。(工藤立史)

新入職員紹介



はまなす医院
看護師
松村来未さん

編集
後
記

先日、孫に「スポーツの日ってなに？」と聞かれ違和感を覚えた。そもそも1964年に日本で初めてオリンピックが開催され開会式の10月10日にちなんだ制定した国民の祝日が「体育の日」であったのがハッピーマンデーだの世界的な名称だったので、今は10月第2月曜日がスポーツの日と呼ばれるようになった。いろんな事が変化していく中で、これが時代の流れなのだと思います。更新ボタンを簡単にポチっとできないのが現状である。(A・H)