

# 百景 日

vol.117

令和7年5月15日

医療法人  
長谷川会

湘南ホスピタル

藤沢市辻堂3-10-2

TEL.0466-33-5111

発行責任者：有泉 義一



緑の絶景（立山室堂） 撮影：柏井 百合子

## 理念

### 人を暖かく迎える医療

地域の健康の守り手 高齢者をささえる医療 心を大切にする医療

## 基本方針

地域包括ケアシステムの一員として  
役割を果たす。

- 1 良質な地域包括ケア病床と医療療養病床の提供
- 2 外来機能の充実
- 3 連携強化型在宅療養支援病院の役割強化
- 4 居宅介護支援事業所・訪問看護ステーションの強化
- 5 地域とのつながりの強化

## 117号内容

### 支援活動

#### 外来新任医師紹介

- 部署紹介「検査室」
- 特集「健診を受けましょう」
- シリーズ

私のアロマセラピーダイアリー

Vol.2

## 能登半島地震の被災地に「チーム藤沢・災害復興支援グループ」の皆様を通じて 当院より支援を行わせていただきました。

「チーム藤沢・災害復興支援グループ」は災害時の緊急支援及び復興支援を専門とする藤沢に拠点を置く有志市民団体です。2016年の熊本地震の際に代表の下田亮さんの呼びかけに賛同した方々によって立ち上げられました。現在メンバーはフェイスブックグループを中心に1500名以上になります。

立ち上げ以降2018年の西日本豪雨災害や2019年の東日本台風などの支援活動を行われてきました。能登半島地震においても、震災直後の2024年1月5日から被災者支援活動を開始され、現在も継続されています。

当院と「チーム藤沢・災害復興支援グループ」の皆様とはコロナ禍が始まった当初の2020年5月に藤沢市内の医療機関への支援として、当時は入手が困難であったフェイスシールドとマスクのご寄付をいただいた事からのご縁となります。

今回、当院からは2025年2月26日に保管用のテレビの一部を寄付させていただきました。寄付したテレビは「チーム藤沢・災害復興支援グループ」にて梱包作業が行われ、クリニック様など能登半島地震の被災地で必要とされている方々に順次発送されていますとご報告をいただいております。

今回の行動が少しでも「恩送り」になれば幸いです。



## 新任医師紹介

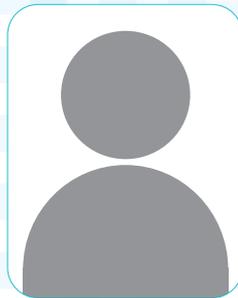
### 桔梗 英幸 医師

○診療日:月曜日午前・午後  
(要予約)

○専門科・得意分野・認定医等:  
神経内科専門医・指導医、  
認知症専門医・指導医、  
内科認定医、医学博士

○趣味・マイブーム:  
アウトドア、海外旅行

高品質な診療を目指しています。



### 梶田 至仁 医師

○診療日:火曜日午後  
(予約は必要ありません)

○専門科・得意分野・認定医等:  
呼吸器内科、日本内科学会  
内科専門医、日本呼吸器学  
会呼吸器専門医

○所属医療機関:横浜市立大  
学附属病院

○出身地:神奈川県

○趣味・マイブーム:プロ野球観戦

火曜日の午後の外来を担当させていただきます梶田です。大学の6年間以外はずっと神奈川で過ごしており、地域に根付いた診療を行っていきたくと考えております。よろしく願い致します。



「健診を受診して、  
ご自身の健康チェックをしてみませんか？」



検査室では患者様から採取した血液や尿を調べる『検体検査』と、患者様の身体に直接接触して行う『生理機能検査』を実施しております。

『生理機能検査』では、不整脈の有無を調べる心電図検査の他に、体の中の臓器の状態を画像にして調べる超音波検査等があります。よく「超音波検査は何か分かるんですか？」というご質問をいただくことがあります。健診の腹部超音波検査(※)では、肝臓、膵臓、胆嚢、腎臓、脾臓、腹部大動脈を観察しています。検査結果としてよく見られるのは“脂肪肝”、“胆嚢ポリープ”、“胆石”、“腎結石”等が挙げられます。このような所見が見られた際には大きさや形をよく観察し医師へ報告しています。

頸動脈エコー(※)では首の頸動脈という太い血管を観察し、血管内に血栓やプラークがないか、血管が詰まっていないかどうかを確認しています。

その他に血圧脈波(ABI/PWV)測定(※)では、動脈硬化を調べることができます。ABI(足関節上腕血圧比)とは、A:Ankle(足首)、B:Brachial(上腕)、I:Index(比)つまり足首(A)と上腕(B)も血圧

比(I)をみています。通常、腕の血圧に比べて足の血圧のほうが少し高い(または同じくらい)ですが、動脈硬化等が起こると動脈が詰まり血流量が減るので足の血圧が下がります。つまりABIが低い場合は動脈が詰まっている可能性があるという事になります。逆にABIが高い場合は血管が固まっている(高度石灰化)ことが原因で血圧計が十分に駆血できない事が考えられます。PWV(脈波伝達速度)は心臓から発生した脈波(拍動)が動脈を伝わっていく速度を測定しています。血管には弾力性がありますが、動脈硬化の場合は血管が固くなり血管壁で拍動を吸収されず脈波が早く進んでしまいます。つまりPWVが高い人は血管が固まっている状態、動脈硬化である可能性があります。

6月2日より藤沢市健康診査、後期高齢者健康診査、がん検診がはじまります。検査を受けることにより、自分自身が気づいていない疾患を見つける事ができるかもしれません。是非、当院で検査を受けてはいかがでしょうか。

※当院では健診時にオプション検査として受けることができます。いずれも別途費用・予約制。



# 健診を うけましよう

理事長・院長  
木原  
明子



今年も藤沢市健康診査のお知らせが、皆様のお手元に届く時期となりました。

健診を受け、結果を手にする事で、自分自身の健康状態を知ることができます。体重が年々どう変化しているか、血圧は？不整脈はあるか？などがわかります。また、尿検査や血液検査により、糖尿病・脂質異常症・高尿酸血症などの生活習慣病があるか？腎臓の機能はどうか？などについてチェックすることができます。さらに貧血や心臓病の早期発見につながります。

自覚症状がなくても年1回の定期健診を受けることで、健康状態をチェックし、健康の維持・疾病の早期発見が可能となります。ぜひ、今年も藤沢市健康診査を受けましょう。

健診を受けたことで満足してしまい、結果を十分に確認しないうちに次の健診時期がきてしまったり、要精密検査や要受診のおすすめをスルーしてしまうと、せっかくの早期発見のチャンスを逃してしまいます。健診結果は自分自身のからだの案内図と思って、大事にご利用ください。

藤沢市では、基本健康診査と、がん検診を並行して受けることができます。

**肺がん検診**は胸部X線検査(胸部レントゲン)をおこないます。当院医師と藤沢市胸部X線読影委員会医師の4つの目でダブルチェックをおこないますので、結果が要精密検査や要受診の判定となった場合は、胸部CT検査・呼吸器内科外来受診をおすすめします。

胸部X線検査は、肺癌だけではなく、肺炎・間質性肺炎・肺気腫・気胸・肺結核・心不全など、さまざまな疾患を早期に見つけること

が可能なので、年1回は検査することをおすすめします。

**胃がん検診**は、胃カメラと、バリウム検査のどちらかを選択することができます。藤沢市では胃カメラは2年に1回、バリウム検査は1年1回、というルールがあります。当院で胃カメラをする場合は3とおりの選択肢があり、のどの麻酔をして口(くち)から通常通り・鼻腔の麻酔をして鼻から・鎮静剤で眠っている間に口(くち)から、どれかを選んでいただき実施しています。胃の検査も、癌だけではなく胃炎・胃潰瘍・逆流性食道炎・ポリープなど、いろいろな状態を見ることができ、治療につなげることができます。

胃バリウム検査は、院内医師2人の4つの目でダブルチェックをおこない、皆様に判定をお伝えしています。

また、胃がんリスク検診は、血液検査でピロリ菌の有無・胃の粘膜の状態を診断し、胃がんリスクが高いと判定されたら胃カメラをお勧めする、というものです。対象となる年齢のかたが受けられる検査です(40・45・50・55・60・65・70才)。対象年齢のかたにはぜひお勧めいたします。

**大腸がん検診**は、便潜血検査のことで、合計2日、検便を提出していただき、便に血液が混じっていないか科学的に判定する検査です。陽性(血液が混じっている)と判定されたら、大腸内視鏡検査を受けることをお勧めいたします。

**前立腺がん検診**は、前立腺癌のマーカーであるPSAを調べる血液検査です。この検査も早期発見につながる検査ですので、ぜひお受けください。

**肝炎ウイルス検診**は、ウイルス性肝炎があると肝硬変・肝臓癌の発症リスクが高まることから、ぜひ対象年齢のかたには受けることをお勧めいたします。

ところで、この時期に、湘南ホスピタル独自のオプション検査を準備しております。

## オプション検査

- 胸部CT検査**(胸部X線検査では見えにくい部分も含め、輪切りにして映し出します)
- 骨密度測定**(骨粗鬆症の早期発見・予防のため、前腕骨X撮影で診断します)
- 肺年齢**(肺活量などを測定して肺の年齢を計算します)
- 甲状腺検査**(甲状腺ホルモンの分泌異常の有無を調べます)
- 腹部超音波検査・頸動脈超音波検査・血管年齢**(血圧脈波検査)については、3ページの部署紹介・検査科のページをご覧ください。
- 前立腺癌マーカーPSA、喀痰細胞診、肝炎ウイルス検査、胃がんリスク検診**は、藤沢市では対象年齢外のかたに、当院オプション検査として受けていただくことができます。

♥新たなオプション検査項目も検討したいと考えています。

予防が  
一番大事



## 困った時のちょっとお助け 私のアロマセラピーダイアリー②

薬剤科科长 佐藤玲子

### 薬剤師として医療現場の「困った」に遭遇する

私は当院に2000年に薬剤師として入職しました。入職後しばらくして「病棟薬剤師」として1日の大半の時間、病棟で薬剤業務を行う事となりました。その頃の薬剤師は調剤室での調剤業務が中心でしたので、当時としては大変先進的な取り組みでした。

より患者様に近い医療現場にいる事で病棟のスタッフや入院患者様から様々な「困った」について相談を受けることが増えてきました。そんな中、医薬品では対応が難しい「困った」に遭遇することとなったのです。

### 病院でアロマセラピーを活用する

2002年のある時看護師より、「皮膚の乾燥や痒みが特にひどく血が滲むほど掻きむしってしまう。夜も眠れない。痒くて日中も夜も叫んでしまうことがある。ご本人も病棟スタッフも困っている患者様がいる。何か良いものはない？」と相談がありました。

まずは様々な医薬品で対応しましたがなかなか改善が見られませんでした。

そこで以前から学んでいたアロマセラピーによるスキンケアで対応できないか書籍などを調べ主治医・担当看護師に提案しました。精油は皮膚への侵襲性が低く、鎮静作用、消炎作用及び細胞の新生を促す作用があるとされる「真正ラベンダー(*Lavandula Angustifolia*)」を選択し、日局オリブ油、日局精製水で希釈したローションを通常医療と併用して使用する許可を主治医より得ました。その結果 皮膚を掻きむしってしまうことや 痒くて大声で叫んでしまうことを減らすことができました。

その患者様の様子を見たスタッフから他にも使いたい患者様がたくさんいると希望があり当院初のアロマ製剤「1%ラベンダーオイルローション」が誕生する事となりました。

この後、病院の中で安全にアロマセラピー(精油)を活用するため様々な仕組みを作り運用する事となりました。

こうして私は薬剤師としてアロマセラピーに取り組む事となったのです。

そしてここから医療の中でアロマセラピーを活用するための新たな勉強が始まりました。

### アロマセラピーの歴史

薬草療法を含め芳香植物から得られた精油を用いた療法という意味ではアロマセラピーの歴史は古代エジプトや古代ギリシャから始まっています。

一方「アロマセラピー」という言葉が使われたのは19世紀に入ってからです。

1937年にフランス人科学者ガットフォセによって命名されました。

ガットフォセは1910年7月実験室で小爆発に遭い、手に火傷を負いました。

この時とっさにラベンダーの精油を使い ラベンダーの治療効果を発見したのが始まりと言われます。

\*参考:日本アロマセラピー学会編 アロマセラピー標準テキスト基礎・実技編 丸善出版

### ちょっとお助けアロマオイル②ラベンダー

アロマセラピーに使用する精油の代表的なもののひとつです。主な産地はイタリア・英国・オーストラリア・南フランスなどで日本では北海道の富良野のラベンダー畑は有名です。学名の「*Lavandula*」は洗うという意味のラテン語「lavare」からつけられたとの説が強いですが、同じラテン語の「livere」青色も花の色から関係があるとされています。

心理的な効果として心を落ち着かせ身体・感情両面のリラックス・鎮静効果・安眠・作業集中効果をもたらすとされています。認知症の周辺症状・中核症状の改善にも効果があったとの報告があります。

\*参考:日本アロマセラピー学会編 アロマセラピーのための精油ハンドブック 丸善出版

#### 【精油の取り扱いに関する注意①】

原液を直接塗らない:精油には植物の成分が高濃度で凝縮されているので、原則として薄めて使用します。

#### 【精油の取り扱いに関する注意②】

パッチテストを行う:体質によっては精油にアレルギー反応を起こす方もいるため初めて使用する時は、アレルギーの無いことを確認します。

#### 【精油の取り扱いに関する注意③】

内服はしない:精油の内服(飲用)は、安全性が確立されていません。粘膜刺激、摂取過量による毒性、消化管の炎症、内服薬との相互作用などの懸念があり危険であるため内服は行わないこととしています。また国内外から乳幼児の精油誤飲による中毒事例が多数報告され、中には死亡例も報告されています。

参考:安全な精油の使い方:ガイダンスと注意事項(日本アロマセラピー学会ホームページ)



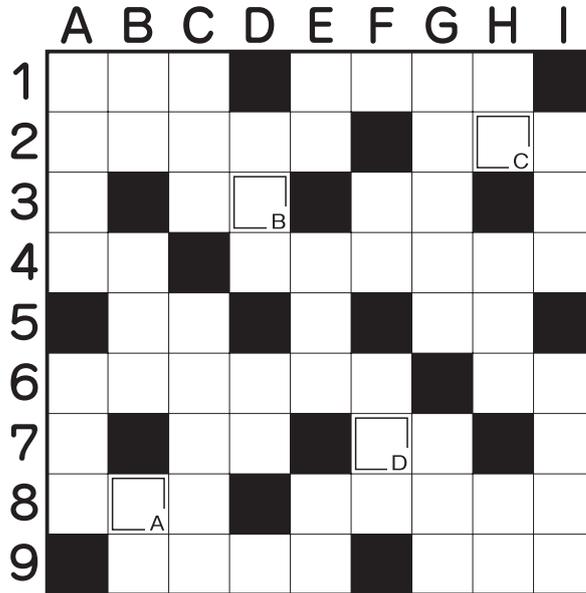
[ラベンダー]

# ラインクロス

ヒントから言葉を思いついても、すぐには入れられません。  
文字数や交差する言葉が頼りなのです。

## 問題

二重枠に入った文字を枠  
A～枠Dの順に並べて  
きる言葉は何でしょう？



## やり方

- ◆ 普通のクロスワードと同じようにタテ・ヨコに言葉を入れます。
- ◆ カギは列ごとにまとめられています。
- ◆ 例えば、ヨコ1には2つの言葉が入りますが、どのカギの言葉がどこに入るかはすぐには分かりません。文字数や交差する言葉を手がかりに解きほぐしましょう。

### ヨコのカギ

1. 「—の子女」はよいおうちのお子さん
  - ・「つの—」は終生暮らすおうち
2. レジで商品を入れるもの
  - ・海へと突き出しているもの
3. 江戸時代にあった雨具の一つ
  - ・—とケンカは江戸の華
4. 地鎮祭でクワをこれに入れる
  - ・建物の完成で行うセレモニー
5. 水生生物が使う呼吸器
  - ・長良川が流れていく県
6. 人物を描いた絵
  - ・描いた絵を入れて飾る
7. 辞書で言葉の—を調べる
  - ・手紙の—を切る

8. 赤ちゃん対赤ちゃんて競う
  - ・アリが地中に掘る
9. おや？と抱く
  - ・インチキと同じものなのか？

### タテのカギ

- A. お奉行さまの裁きの場合
    - ・五輪はこの祭典
  - B. アルファベット9番目
    - ・10—メートルで1センチ
    - ・生まれたてのお魚
  - C. よい企業のは高値が付くかも
    - ・よいとオシドリに例えられる
  - D. 陸で最大の動物
    - ・海で最大の動物
  - E. 創意—を重ねる
    - ・—整然と説明する
- ・—放送で中継する
  - F. 窓を開けて—を取り込む
    - ・—に入って買い物をする
  - G. 海水浴のときに着ている
    - ・海水浴のとき食事したりする
  - H. お前百までわしゃ九十九まで、ともに—の生えるまで
    - ・驚き—の木サンショの木
    - ・坊主憎けりゃ—まで憎い
  - I. 宝くじで1等？ なんて—のいい人だ！
    - ・え、また1等？ ミラクルだ、日本語で言えば—だ！

## 応募方法

答え、住所、郵便番号、氏名、フリガナ、年齢、電話番号をはっきり書いて、待合室横の投書箱に入れるか、ハガキで送ってください。ハガキの場合の宛先は当院「麗日編集部」まで。1人1枚に限ります。

※なお、読者の皆様からお預かりした個人情報は、当院が責任を持って管理いたします。

### ●賞金

正解者の中から1人に1万円、2人に各5千円、20人に図書カードを抽選で。

### ●締め切り

令和7年9月5日

### ●発表

商品の発送をもってかえさせていただきます。

116号の答え「②⑥」

# 外来診療担当表

赤字… 予約制

※予告なく変更することがあります。予めご了承ください。

■ 2025.5.15 現在

	月	火	水	木	金	土
午前	福田 勉 内科・呼吸器内科	福田 勉 内科・呼吸器内科	福田 勉 内科・呼吸器内科	木原 明子 内科・呼吸器内科	木原 明子 内科・呼吸器内科	木原 明子 内科・呼吸器内科
	桔梗 英幸 神経内科		松井 和子 内科・神経内科	黄 沾 消化器内科	黄 沾 消化器内科	石井 吉秋 内科
	廣井 直樹 糖尿病内科・内分泌内科			堤 菜津子 内科・消化器内科	松井 和子 内科・神経内科	吉田 勇治 内科
						廣井 直樹 糖尿病内科・内分泌内科
午後	桔梗 英幸 神経内科	梶田 至仁 内科・呼吸器内科	石井 吉秋 内科	福田 勉 内科・呼吸器内科	石井 吉秋 内科	
	石井 吉秋 内科			鈴木 俊彦 循環器内科	高岸 泰 精神科	

腰や関節の痛み、手足のしびれ等の症状の方

内科／呼吸器内科／消化器内科／循環器内科／糖尿病内科／内分泌内科／神経内科／精神科

忠伏おん Shinobu

は5月のお節句  
たべるの？

柏の葉は  
新芽が  
古い葉が  
とだえな

だから子孫  
繁栄の願  
い

ホクは  
オセリが  
「とだえな」事  
願うヨ。

特殊外来・検査など	実施日	※予約制です。
訪問診療・往診	月曜、水曜、金曜	
禁煙外来	●現在、禁煙補助薬調達困難により休診中	
もの忘れ外来	月曜(午前/午後)、ほか	
嚥下造影検査	調整中	
内視鏡検査	火曜(午前/午後)、木曜(午前/午後)	
特定保健指導	平日 9:00~16:30 土曜 9:00~11:30	
栄養相談	木曜(午後)、土曜(午前:第1~4週)	

**湘南ホスピタルからのお知らせ**

6月2日から藤沢市健診・がん検診が始まります。

**受診はお早めに!!**  
午前中、特に9、10月は大変混みます。

**要予約**

- 【がん検診】  
胃がん検診
- 【当院オプション検査】  
腹部超音波検査、血管年齢、頸動脈エコー

※上記検診、検査以外は、予約は必要ありません。  
※胃がん検診は4/1～翌年3/31まで

**MAP**

湘南ホスピタル  
医療法人 長谷川会  
ケアポート湘南  
コスモ訪問看護ステーション

**HOSPITAL 医療法人 長谷川会**

## 湘南ホスピタル

診察時間	午前	9:00~12:00(受付 8:00~11:30)
	午後	13:30~17:00(受付 11:30~16:30)
電話問合せ	8:45~11:30/13:15~16:30	

**休診日** 土曜午後・日曜・祝日

**TEL. 0466-33-5111**

〒251-0047 藤沢市辻堂 3-10-2

外来診療の変更・休診等については、当院ホームページでご確認ください。

湘南ホスピタル 検索

<https://www.shohos.org>