第 52 号

虹のはし

神戸市立医療センター西市民病院広報紙
ホームページアドレス　http://nishi.kcho.jp

発 行 者：地方独立行政法人神戸市民病院機構
神戸市立医療センター西市民病院
企画・編集：広報・ホームページ検討委員会
発 行 日：2021（令和３）年７月●日
〒653-0013　神戸市長田区一番町２丁目４番地
TEL 078－576－5251

病院の基本理念と基本方針

■基本理念

神戸市立医療センター西市民病院は、地域の中核病院として、市民の生命と健康を守るために、安全で質の高い心のこもった医療を提供します。

（平成19年６月１日改訂）

■基本方針

1．患者さんの人権を尊重し、患者中心のチーム医療を推進します。
2．医療安全体制の充実を図り、患者さん及び職員の安全確保に努めます。
3．救急医療の充実を図り、災害時の医療にも備えます。
4．高度・専門医療を充実させ、市民病院として地域医療に貢献します。
5．地域社会との連携を強化し、在宅医療を支援します。
6．医療従事者の職務の研鑽を深め、医療水準の向上に努めます。
7．職員の経営参画意識を高め、病院の健全な財政運営に努めます。

（平成30年12月３日改訂）

糖尿病チーム
「今だからこそ出来ること」プロジェクト

コロナ禍により、糖尿病を含めた生活習慣病に対して、強い逆風が吹いています。外出自粛による運動量低下・コロナ“うつ”・経済的問題・コロナ太りに加えて、受診中断・健診受診率低下などが重なり、早急な対応が必要な状況です。糖尿病チームでは、今まで多職種の協働や、医療機関を含めた地域のみなさんとの交流により、いろいろな問題を乗り越えてきました。それが今は大幅に制限されています。しかし、こんな時だからこそ出来ることもあるはずです。糖尿病チームでは“倍返し”を狙い、「今だからこそ出来ること」プロジェクトとして、以下のことに取り組んでいます。

① 西市民病院　糖尿病教室

院内において実施している糖尿病教室は、コロナ禍の影響で2020年は９月・10月のみ通常開催できましたが、その後は中断しています。この教室は患者さんが途切れることなく糖尿病治療を継続するために必要なサポートの一つであり、糖尿病チームとしてとても大切にしています。

そこで「今できること」として、教室をホームページ開催とし、外来通院されているかたにはデータをプリントアウトして配布しています。2020年12月・2021年１月・２月分について、現在も公開しています。一度、ご覧ください。

2020年９月11日　外来糖尿病教室
（写真許可につきましては、参加された方々の許可を得ております）

さらに2021年５月から糖尿病教室の You Tube 配信を開始しています。

５月は「コロナ禍における体重コントロール　～今だからこそ肥満専門医が伝えたいこと～」、６月は「５分で分かる糖尿病網膜症　～大切な眼を守るため　とにかく眼科へ～」というテーマでお届けしています。QR コードを読み取り、ぜひ動画をご視聴ください。

② 長田公民館・南須磨公民館　出張糖尿病教室

神戸市内の公民館において出張糖尿病教室を行なっています。2020年10月は長田公民館において第６回リフレッシュセミナー「知っ得！納得！！糖尿病！！！」として、医師→歯科衛生士→理学療法士→看護師→管理栄養士の５職種でバトンをつないで、お話をしました。参加者数は35名で、2019年までの３分の１程度まで減少しましたが、非常に健康意識の高い方々にお集まり頂きましたので、それぞれのご家庭や職場などのコミュニティで地域の「健康づくり」につながることが期待されます。

2020年10月：長田公民館
写真撮影につきましては、参加された方々の許可を得ております

続いて2021年６月22日に南須磨公民館で出張教室を実施しました。講演だけでなく、糖尿病の代表的な検査である血糖値と A1c の測定も行いました。

③ コロナ禍における　ホームページを活用した地域への啓発活動

どうか、西市民病院のホームページをご覧ください。
糖尿病チームによる、地域のみなさんへ向けたメッセージを掲載しています。
苦しいときこそ、少しでも前向きになれる内容でお届けしたいと考えています。

第１弾：管理栄養士さんから
「自宅で簡単につくることのできる野菜たっぷりレシピ」
第２弾：理学療法士さんから
「自宅で楽しく続けられる西市民オリジナル運動を動画で」
第３弾：歯科衛生士さんから
「定期受診をためらう方に歯科セルフケア方法を動画で」
第４弾：看護師さんから
「猛暑だった今夏に関して熱中症予防方法を」
第５弾：薬剤師さんから
「誤った使い方で問題となった消毒薬の正しい使用方法を」

④「会社へ伺います！５分で判定！！出張糖尿病 Check！！！」

毎年、健康ライフプラザで健診異常者に対する講演をおこなうなど、予防医療に取り組んできました。ただ2020年度はコロナ禍の影響で、健診受診率が大幅に低下し糖尿病がご本人も気付かない状況で放置されています。またコロナを恐れての医療機関への受診控え、経済的問題による通院中断なども生じています。

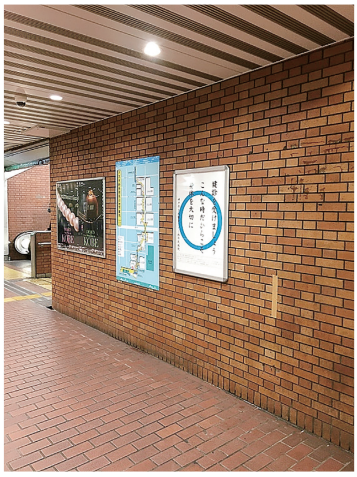
そこで病院を飛び出し地域の生活習慣病重症化予防に取り組むため、事業所への出張糖尿病 Check を開始しました。中小企業の保険者である協会けんぽと協働し、長田区内の事業所を選定（主に50人未満の事業所）し、保健師さんとともに直接事業所に伺い、出張検査（血糖値・A1c の測定）を行いました。その場で未受診者等に対して受診勧奨しています。一例として、39歳の男性が血糖値360mg /dl、A1c11.7%という検査結果でしたが、糖尿病を指摘されたことは無く、医療機関に通院していませんでした。現在当院に通院され、糖代謝は良好に推移しています。放置していたとすると、数年で網膜症（失明）・腎症（透析）など多くの合併症が進展していたことは間違いありません。

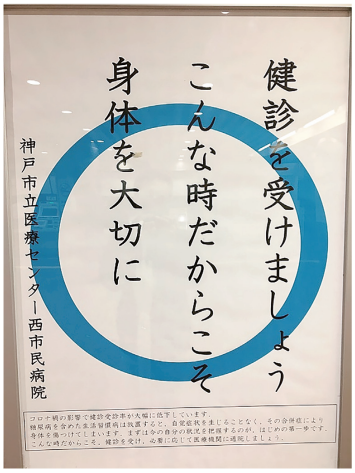
同行した後期研修医　西垣医師が血糖値と A1c 測定を手伝っているところ
（被験者のかたに同意を得て、撮影しています。）

⑤「健診を受けましょう」啓発ポスター

コロナ禍により健康診断の受診率が大幅に減少しています。2020年４月・５月に関しては例年比20%まで落ち込みました（日本総合健診医学会・全国労働衛生団体連合会報告）。９月に一度持ち直したものの、第３波・第４波の影響で再び大幅に減少しています。

糖尿病を含む生活習慣病は「沈黙の殺し屋」と呼ばれ、自覚症状なく合併症により多くの幸せを奪ってしまいます。そこで、コロナ禍で大幅に健診受診率が低下していることに対する啓発のため、2021年４月～５月に地下鉄新長田駅（西神・山手線）に健診勧奨ポスターを掲示しました。





最後に

コロナ禍における西市民病院糖尿病チームの活動をご紹介しました。糖尿病はその合併症により失明したり、透析を余儀なくされたり、患者さんの幸せを大きく奪ってしまう病気です。特に自覚症状が無いまま悪化するのが厄介です。健診を受けていないかたは健診を、通院が必要と言われたかたは通院の継続を、ご家族やご近所の皆さんで声を掛け合いながら、より多くの方々が元気で機嫌よく過ごせる地域であり続けることを願っています。

新 ひょうごの医療

コロナ禍を生きる

2型糖尿病悪化の恐れ

新型コロナウイルスの感染拡大を受け、「不要不急の外出自粛」の日々が続いている。運動不足や過食、ストレスがさまざまな疾患につながるが、とりわけ生活習慣病とも言われる「2型糖尿病」を悪化させる恐れがある。自覚症状がないまま進行し、深刻な合併症を引き起こすケースもある。神戸市立医療センター西市民病院（長田区）糖尿病・内分泌内科の中村武寛部長は「コロナ禍だからこそ、（2型）糖尿病の予防を意識してほしい」と注意を呼び掛ける。

（霍見真一郎）

成人の体には、2リットルのペットボトル2本分、つまり4リットル程度の血液が流れており、その中に、エネルギー源にしやすい糖の一種である「ブドウ糖」が、わずか4グラム入っている。これは、角砂糖1個程度の重さだ。この、4リットルの血液中にブドウ糖4グラムというのが、「血糖値100」という正常値。体には常に4グラムのブドウ糖が血液に乗って巡っていて、これによって各臓器にエネルギーが行き渡る仕組みになっている。空腹時など4グラムを下回る場合には肝臓がブドウ糖を作り、4グラムを上回るときには、膵臓から出るインスリンが増え、細胞の中に糖を取り込ませる。

糖尿病は、このインスリンの必要量が補えない疾患で、血糖値自体（200以上は糖尿病）と、過去一定期間の血糖値の影響を調べることができる「ヘモグロビンA1c（エーワンシー）」という値で診断する。糖“尿”病と呼ばれるが、尿は診断基準にない。

肥満傾向の人に多いのが、運動不足や食べ過ぎでインスリンの必要量が増えているのに分泌が追いつかないタイプで、痩せ型の人に多いのは、そもそも分泌量が少ないタイプだ。アジア人は、インスリンを出す力が欧米人の半分程度とも言われており、必要量が補えない人が多いとされる。

血糖値を測る機械で検査を実演する中村武寛部長とヘモグロビンA1cを計測できる機械（右）＝神戸市長田区一番町2、市立医療センター西市民病院

外出自粛で運動量低下、進む症状

足切断、失明…重い合併症

■細い血管にも障害

血糖値が上がると、血管が傷む。コレステロールが高い人と同じように、太い動脈の壁が厚くなったり、詰まってしまったりすることで、脳梗塞や心筋梗塞が起こるリスクが高まるが、糖尿病に特異的に起きるのが、細い血管の障害だ。

糖尿病の三大合併症が起こる部位は、「し（神経）・め（目）・じ（腎臓）」と覚えると良い。

細い血管で栄養を補っている神経が傷む「糖尿病神経障害」では、頭から最も離れた足が腐ってしまい、切断しなければならない場合もある。「糖尿病網膜症」は、網膜で詰まってしまった細い血管を補う新しい血管が出血し、最終的に失明する場合もある。また、細い血管の塊といってもいい腎臓で血管が詰まると、一生透析をしなければならなくなる。

問題は、深刻な病態を発症するまで、なかなか自覚できないことだ。特に新型コロナウイルス禍においては、外出自粛に伴い運動量が低下しているため、糖尿病患者の増加が見込まれるという。感染を恐れて外出しなくなった高齢者だけでなく、リモートワークで通勤がなくなった現役世代もリスクが高い。

また、安価なうどんやおにぎりといった食品は糖質の高いものが多い。スーパーでまとめ買いするたびに、カップラーメンやお菓子、果物を必要以上に買ってしまうこともあるかもしれない。ストレスでインスリンの効きが落ちることも分かっている。

糖尿病の合併症で傷んだ足（神戸大病院坂口一彦准教授提供）

■会社に出張健診

西市民病院は昨秋から「会社に出張　糖尿病チェック」という取り組みを始めた。神戸市長田区の中小企業では、39歳男性が深刻な糖尿病になっていることが判明した。中村部長は「小規模事業所の健康診断実施率は低いが、コロナ禍でさらに下がっているように思う」と話す。この男性は放置していれば三大合併症すべてが数年で発症していた可能性があったが、治療を開始したことで、急速に改善してきているという。

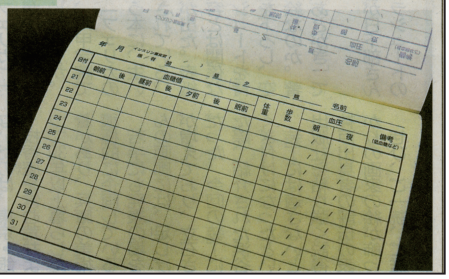
健康診断の結果で兆候を捉えるには、どこに注目したら良いか。中村部長は「ヘモグロビンA1cの値が最も重要」と指摘する。この値は、6・5％以上が糖尿病と診断する基準となるが、簡便な方法としては、30を足して体温と同じように判断するものがある。出張診断で糖尿病が判明した男性は11・7％で、30を足して“体温”に換算すれば「41度7分」だった。

血糖値管理に支援グッズ配布

糖尿病患者は、血糖値などの自己管理を根気よく続けることが重要だが、ハードルが高い。そこで、療養支援などを行う公益社団法人「日本糖尿病協会」（東京都）は、患者に役立つグッズを無料配布している。

特に、このほど改訂された、小ぶりな手帳サイズの「自己管理ノート」＝**写真**＝は、自己測定した血糖値の推移を記録でき、血圧や体重、歩数なども書き込むことができる。また、複写式になっており、主治医に切り取って渡すこともできる。毎年100万部ほど発行されているという。

一方、「糖尿病連携手帳」は神経障害、網膜症、腎症など、さまざまな検査結果を書き込めるほか、糖尿病に関する基礎知識がまとまっている。また、低血糖で倒れた場合などに備えた緊急連絡用ＩＤカードもある。いずれも病院などで入手できるという。



『神戸新聞』2021年５月９日「ひょうごの医療」

新西市民病院整備基本方針（案）が発表されました

当院は昭和45年１月に現在の場所に開院し、震災からの再建後も施設の増改築等を繰り返しながら地域の医療需要を踏まえて医療提供体制を整えてきました。しかしながら、今後の医療技術の進歩等への対応においては施設が狭あい化していることに加え、一部の建物では竣工から約30年が経過するなど施設の老朽化も課題となっています。

このたび神戸市から発表された「新西市民病院整備基本方針（案）」では、新病院の建設予定地を新長田駅前の若松公園の一部とすることが示され、鉄人28号モニュメントをシンボルとした地域密着型の病院として、令和11年度頃の開院が見込まれています。

新病院の整備に併せて、若松公園全体のリニューアルを行うことで、遊び広場の再整備や屋内でこどもが遊べる交流施設の整備により公園機能を確保するとともに、大規模災害時における防災機能の強化ができるように神戸市と市民病院機構が連携して新病院の整備に取り組みます。

スケジュール（予定）

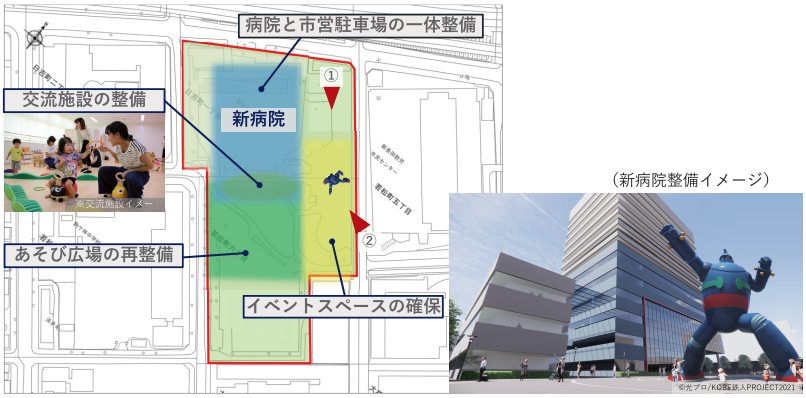
令和３～５年度	基本方針、基本構想、基本計画の策定
令和５年度～	設計・工事
令和11年度頃	新病院開院（開院まで現病院の運営は継続）

※詳細については、神戸市のホームページにて「新西市民病院整備基本方針（案）」をご確認ください。

○建設予定地　新長田駅前（若松公園）

※建設場所はイメージであり、公園や市営駐車場機能の再編・代替計画によって変わる可能性があります。

○若松公園リニューアルのイメージ



（新病院整備イメージ）

※リニューアルのイメージであり、医療機能の検討や、公園・市営駐車場機能の再編・代替計画によって変わる可能性があります。

神戸市立医療センター
西市民病院

TEL 078(576)5251

診療予定表

令和３年７月１日～

受付：午前8時45分～11時45分 （午後は原則として予約診察のみ／土・日・祝は休診）

※★印は、女性医師。

診療科／診察室			月 午前	月 午後	火 午前	火 午後	水 午前	水 午後	木 午前	木 午後	金 午前	金 午後	備考
診察受付1 内科	呼吸器内科	2診	冨岡	冨岡	冨岡（予約のみ）	冨岡	網本	網本	和田	和田	―	★橋本	火曜午後 冨岡（専門外来 間質性肺炎） ※火曜日冨岡医師の診察は予約のみ 気管支鏡 火（午前）、金（午前）（予約制） 禁煙外来 水 4診（午後）（予約制）
		4診	―	―	―	―	―	禁煙外来 冨岡・★山崎		―	―	―	
		8診	―	―	―	李	―	―	―	―	―	―	
		9診	網本	―	山下修	―	金子	金子	瀧口純	瀧口純	金子	金子	
		11診	和田	―	藤井	藤井	★橋本	★橋本	―	―	―	―	
		12診	―	―	―	―	―	岩林	―	―	―	―	
	消化器内科	3診	山下幸	山下幸	★髙田	★髙田	住友	住友	山下幸	山下幸	山田	山田	
		7診	原拓	原拓	―	―	―	―	―	―	―	―	
		10診	今村	今村	山下幸	山下幸	星	星	山本健	山本健	平佐	平佐	
		12診	―	―	―	―	―	―	―	―	中川	中川	
	循環器内科	4診	髙橋	―	吉野	―	髙橋	―	★田畑	―	永野	―	※第2木曜午前 不整脈外来 小堀 **（不整脈外来受付は11:00まで）** **※月・水曜 受付は11:30まで**
		8診	―	―	―	―	―	―	第２週 小堀		―	―	
	糖尿病・内分泌内科	1診	―	―	―	★宗	―	★宗	―	―	―	★西垣	**※第2金曜日午後 中村医師診察は糖尿病教室開催のため休診となります**
		4診	―	―	―	―	―	―	―	★武部	―	―	
		5診	中村	中村	倉本	倉本	★武部	★武部	第１・３・５週 西垣 第２・４週 倉本	中村	中村	中村 第１・３・４・５週 ※第２週 休診	
		8診	―	倉本	―	―	―	―	―	―	―	―	
	リウマチ膠原病科	4診	―	壷井	―	安部	―	―	―	―	―	―	
		8診	―	―	―	―	―	―	―	田村	―	―	
		11診	―	―	―	―	―	―	―	―	壷井	壷井	
		12診	―	―	―	―	壷井	―	―	―	―	―	
	血液内科	12診	―	―	薬師神	―	―	―	★渡部	―	―	―	**※火・木曜日 受付は、11:00まで**
	腎臓内科	4診	―	―	―	―	―	―	―	―	―	医師交替制	
		7診	―	―	★原明	★原明	隈元	―	渡邉周	渡邉周	―	―	
		12診	★瀧口梨	★瀧口梨	―	―	―	―	―	―	―	―	
	脳神経内科	6診	菅生	菅生	―	―	医師交替制	―	―	―	菅生	菅生	
	総合内科	1診	小西	―	王	―	濵崎	―	小西	―	王	―	一般内科・健康診断は総合内科が担当 （健康診断）予約制3名 月・火・水・金
		8診	―	―	―	―	山本大	―	―	―	―	―	
放射線外来		内科11診	―	―	―	―	―	―	―	馬屋原	―	―	**※予約制**
脳神経外科		内科6診	―	―	足立	足立	―	―	足立	足立	―	―	
診察受付2	小児科	1診	江口	乳児健診 14：30～15：30	★吉野	★田中 アレルギー外来（14:00～16:00）	光田	光田	―	シナジス外来 14：00～15：30	森川	乳児健診 14：30～15：30	小児神経外来 木曜日 午後 小児循環器外来 第1・3・4 金曜日 午後 初診はFAX予約必要 火曜日午前1診 吉野医師診察は10:00～ 予防接種とシナジス外来は完全予約制 詳しくは、当院ホームページをご覧下さい。
		2診	森川		江口	江口	★田中（アレルギー）	★田中 アレルギー外来（14:00～16:00）	光田	予防接種 14：00～15：30	江口		
		3診	★田中（アレルギー）	★田中	安島	★吉野	安島	森川	安島	小児神経外来 西山	光田	第１・３・４週 小児循環器 ★則武	
	歯科口腔外科	1診	西田	西田（手術）	西田	日帰り麻酔（手術）	インプラント外来手術	西田（手術）	西田	西田（手術）	西田	西田（手術）	（歯周病外来）月（午前）／火（午前・午後）／水（午後）／木（午前）／金（午後） **※火曜日の受付は11:00まで** （インプラント・外来手術 ）水（午前）
		2診	★向仲	★向仲（手術）	★向仲	医師交替制（手術）	★向仲	★向仲（手術）	★向仲	★向仲（手術）	★向仲	★向仲（手術）	
		3診	★髙原	★髙原（手術）	★髙原	―	★髙原	★髙原（手術）	★髙原	★髙原（手術）	★髙原	★髙原（手術）	
診察受付3	外科	1診	原田	原田	松井	―	姜	―	竹尾（胸部・血管）	―	本間	―	（手術日）月～金 ペースメーカー外来 偶数月 竹尾 第3火曜14:00～16:00 **【乳腺外来】** **月・水・金曜日 午前診の受付は11:00まで** **※予約患者さん優先となります** **月・木・金曜日午後は予約の方のみ**
		2診	★中嶋	―	竹尾（胸部・血管）	竹尾	姚	姚	村上	村上	水野	―	
		3診	三瀬（乳腺外来）	三瀬（乳腺外来）［予約のみ］	大越・調枝	―	★多山（乳腺外来）	―	谷野	三瀬（乳腺外来）［予約のみ］	三瀬（乳腺外来）	三瀬（乳腺外来）［予約のみ］	
		整形3診	―	―	口分田	―	―	―	―	―	―	―	
	整形外科	1診	西口 備考欄※①参照	西口	藤田	藤田	藤原	藤原	山根（脊椎）	山根	布施（関節外来）	布施	**※①月曜日、午前 予約外の診察は西口・相江の2人体制で担当します。** **※受付は10:30まで。**
		2診	山根［予約のみ］	山根	藤原［予約のみ］	藤原	西口［予約のみ］	西口	―	笠井	藤田［予約のみ］	藤田	
		3診	相江 備考欄※①参照	相江	（外科）	―	布施［予約のみ］	布施	相江［予約のみ］	相江	―	―	
	眼科		石田	（予約検査のみ）	石田	（予約検査のみ）	石田	（予約検査のみ）	石田	（予約検査のみ）	医師交替制	（予約検査のみ）	**※受付は月～木曜日は、11:30まで** **金曜日は、 10:30まで**
診察受付4	産婦人科	1診	市田	市田	田邉★杉野（隔週）	―	田邉	市田	杉野 田邉（隔週）	―	森島	森島	（手術日）火・木 ※火・木（午後） 産後外来 **※木の受付は10:30まで** **※月・水・金 午後の婦人科健診は完全予約制です。** **※①火・木 助産師外来は5階病棟先ずは2階4番診察受付にお立寄りください（9:00～12:00, 13:00～16:00 予約制）**
		2診	田邉（妊婦検診）	田邉（妊婦検診）	新谷	新谷	森島（妊婦検診）	森島（妊婦検診）	新谷	新谷	★杉野（妊婦検診）	★杉野（妊婦検診）	
		3診	医師交替制	健診（完全予約）	―	―	―	健診（完全予約）	―	―	新谷	健診（完全予約）	
		5階病棟	―	―	備考欄①参照 助産師外来	備考欄①参照 助産師外来	―	―	備考欄①参照 助産師外来	備考欄①参照 助産師外来	―	―	
	泌尿器科	1診	中村	医師交替制	中村	中村	医師交替制［予約のみ］	医師交替制	八尾	八尾	八尾	医師交替制	（手術日） 月・水・金 （ED外来） 金 14:00～（予約のみ）
		2診	田代	―	★三田	★三田	中村	―	坂田	医師交替制	坂田（医師交替制）	―	
		3診	―	―	田代［予約のみ］	―	―	―	田代	―	―	―	
	耳鼻咽喉科	1診	木戸上	（予約検査）	後藤	（検査・手術）	医師交替制	―	後藤	（予約検査）	医師交替制	―	**※水・金の受付は10:30まで**
		2診	後藤（10：30～）［予約のみ］	―	木戸上（10：30～）［予約のみ］	―	―	―	木戸上（10：30～）［予約のみ］	―	―	―	
	認知症疾患医療センター		木原（認知症鑑別）［予約のみ］	木原（認知症鑑別）［予約のみ］	木原（認知症鑑別）［予約のみ］	木原（認知症鑑別）［予約のみ］	木原（認知症鑑別）［予約のみ］	木原（認知症鑑別）［予約のみ］	木原（認知症鑑別）［予約のみ］	木原（認知症鑑別）［予約のみ］	―	―	**※認知症鑑別は、予約制** **月・火・水・木曜日の午前・午後** **午前は10:00～** **※診察は、精神・神経科 2診で行います。**
	精神・神経科	1診	―	―	大塚［予約のみ］	―	竹村［予約のみ］	―	谷藤［予約のみ］	―	―	―	**※月曜、金曜は休診となります** **※診察は<u>完全予約制</u>です。他院から紹介の方はFax予約手続きの上、受診ください。**
		3診	（心理判定）［予約のみ］	―	―	―	（心理判定）［予約のみ］	―	（心理判定）［予約のみ］	（心理判定）［予約のみ］	―	―	
診察受付5	皮膚科	1診	藤原	専門外来	藤原	（手術）	藤原	専門外来	八木田	（手術）	藤原	専門外来	**※火・木の受付は11:00まで**
		2診	八木田		★上田		八木田		★上田		★上田		