

札幌南一条病院

でんしゃどおりつうしん

# 電車通り通信

夏号

2023.7 vol.38

FREE

特集 健診・人間ドックで  
わかること・わからないこと

看護部長就任のご挨拶

新任医師紹介

連携医療機関のご紹介

腎臓病向けレシピ

南一条INFORMATION

南一条INFORMATIONプラス



社会医療法人北海道恵愛会

札幌南一条病院

おしゃべり!

# 健診・人間ドックで わかること・わからないこと

1年半前の「電車通り通信」では、健診とドックの違いや、がんの発見につながる検査について、主に腫瘍マーカー検査、エコー検査や内視鏡検査を引き合いに概要をご説明しました。今回は、もう少し詳しく両者の違いや意味合いについてまとめてみたので、お読みください。



## 1 「けんしん」と「ドック」はどう違う？

さて、健診とは健康診断の略ですが、話し言葉で「けんしん」受けてますか?と効くと、「もちろん受けてますよ」あるいは「受けてないなあ」と色々な返事が返ってきます。御存知の方も多いかもしれませんが、「けんしん」には2種類あるため、こういう混乱が起きるのです。

つまり、企業や自治体(官公庁)が費用を負担し行う健康診断の「健診」と、自治体や国などが癌や種々の成人病など長期に高額なお金のかかる病気を早期発見して、本人の長生きだけでなく国の医療費全体の負担(もちろん税金負担も含めて)を抑えようとする「検診」の2種類があります。

企業などで受診が義務付けられている「健診」は、車の法定点検(車検)に相当します。「健診」では、企業が負担できる金額にも限度がありますので、現在仕事をするのに支障がないかを最低限の

検査で判断することになります。つまり、言い方は悪いですが営利団体である企業側主体の考え方ともとれます。個人で病気を早期発見しようとすると、やはり一定の年齢になるとお得に受けられる「とくとく健診」や自治体や国が一部負担する「がん検診」等を積極的に利用する、あるいは「人間ドック」を受ける方法を選ぶことになります。元々ドックとは、船の持ち主が今後の長い航海に備えて詳細な総点検や修理の必要性を判断する設備のことです。つまり、人間ドックでは健診よりも広範囲の身体の総点検を行い、修理(治療)の必要性を判断するわけです。例えば個人事業主で少人数の従業員で商売をされている方は、健診が義務付けられていません。何らかの症状がある場合に、病院で医師が必要と判断した検査(保険診療)で偶然病気がみつかるケースもあり、病気が進行した状態で発見されショックを受けることも少なくありません。特に、動脈硬化性疾患(脳梗塞や心筋梗塞、下肢動脈血栓症など)や増えてきている肺癌、大腸癌や肝硬変・肝癌等は適切なタイミングで予防早期発見しなければ仕事を続けることが困難になるでしょう。仕事継続のためだけでなく、人生という長い航海をより安心して乗り切るためにも、まずは健診、可能ならドックを受けることを一度お考え下さい。



## 2 健診でわかること

先に最低限の検査と書きましたが、一般的な定期健診でも、皆さんが思っている以上に相当な数の病気を発見するきっかけになります。年齢に応じて検査の種類は異なりますが、概ね病気の増える30歳～40歳くらい以上を目途に、以下の検査

を行い、意外と多くの病気発見の糸口になります（カッコ内は異常所見を糸口として、2次健診やその後の精密検査によって発見されるかも知れない病気の一例です）。

指摘された検査異常所見	精密検査までに想定可能な疾患群あるいは他の原因
白血球数高値	各種炎症性疾患、感染症や白血病、慢性喫煙など
白血球数低値	ウイルス感染症、肝硬変、骨髄異形成症候群など
赤血球数高値	遺伝性球状赤血球症、真正多血症
赤血球数またはヘモグロビン低値	貧血（鉄欠乏性貧血、ウイルス感染症、慢性炎症、骨髄異形成症候群など）
血小板数低値	肝硬変や骨髄異形成症候群、血栓症など
血小板数高値	炎症、骨髄纖維症、本態性血小板血症、慢性骨髄性白血病など
総蛋白あるいはアルブミン低値	蛋白摂取不足、肝炎や肝硬変、悪性腫瘍や重症感染症後など消耗性疾患、慢性腎臓病、骨髄腫によるアミロイドーシスなど
尿酸高値	痛風予備軍、痛風、高度の脱水など
クレアチニン高値	脱水など腎前性腎不全、慢性腎臓病、前立腺癌など腎後性腎不全
中性脂肪およびコレステロール高値	脂肪肝、動脈硬化症、脳梗塞や心筋梗塞予備群など
AST高値・ALT高値	AST<ALTの場合：脂肪肝、慢性肝炎、薬剤性肝機能障害 AST>ALTの場合：肝硬変、胆汁うっ滞など
ALP高値、γGTP高値、総ビリルビン高値	胆石、胆道腫瘍、脾腫瘍、前立腺癌骨転移、白血病など
血糖高値	糖尿病、脾腫瘍など
腫瘍マーカー高値	過去よりも上昇した場合：炎症や癌など（CEAは慢性喫煙で、CA19-9は先天性の酵素異常での高値のことあり）
尿蛋白陽性	腎臓病、膀胱癌、腎臓癌、骨髄腫、アミロイドーシス、過剰な運動後など
便潜血検査陽性	大腸癌、大腸ポリープ、内痔核、胃潰瘍、胃癌、食道癌、出血を伴う歯槽膿漏など
心電図異常所見	不整脈、心房負荷、心肥大、狭心症など
胸部レントゲン異常所見	心肥大、弁膜症、動脈瘤、肺腫瘍、肺炎、肺気腫、気管支偏位：甲状腺癌や胸腺腫など

※ ■ は疾患以外の原因

## 3 最後に

このように、一般定期健診でも実に多くの病気を発見するきっかけとなります。進んでしまった病気の治療費で国の医療費負担が増え、日本が誇る国民皆保険制度がつぶれてしまっては、皆さんの健康維持にかかる負担は益々増えてしまいます。まずは健診を受けて未病の健康寿命を伸ばしましょう。尚、ドックで調べられる病気の種類については、またの機会にご説明します。当院では標準的なドックをリーズナブルな料金で受けることができます。

消化器内科  
主任医長  
**小林 大介**  
こばやし だいすけ



### PROFILE

札幌医科大学医学部卒業。医学博士。室蘭日鋼記念病院、北海道循環器病院、ハーバード大学医学部VAメディカルセンター研究員、札幌医科大学附属病院などの勤務を経て、2015年9月より現職。日本内科学会認定医、日本消化器病学会専門医、日本癌学会、日本臨床検査医学会所属。

ご不明な点は、病院までお問い合わせ下さい。☎011-271-6050(札幌南一条病院 地域医療連携室)

## 看護部長就任のご挨拶



6月1日付で、看護部長を拝命いたしました、高橋由香です。前任の白川看護部長、居上看護部長が築いてきたものを基盤に、新たなものを積み重ねて行ければと考えています。

少し自己紹介をさせていただきます。私は、室蘭市出身で、市立室蘭看護専門学校を卒業後、日鋼記念病院(室蘭市)に就職し、呼吸器内科病棟、循環器内科・心臓血管外科病棟で勤務しておりました。夫の転勤を機に札幌に転居した際に、自分の経験が活かせると考え、平成13年に当院(当時「南一条病院」)に就職し、早22年となりました。当院では、循環器内科・腎臓内科病棟(旧7階病棟)を皮切りに、療養病棟(旧6階病棟)、一般病棟(旧8・9階病棟)、障害者病棟(旧5階病棟)で勤務致しました。8・9階病棟時には、一般病棟から障害者病棟への病棟再編に携りました。更に、新病院移転の事業を皆さんと一緒に成し遂げ、新病院移転後は外来、病棟、そして何より昨年の新型コロナのクラスター発生と、本当に様々な経験を積むことが出来たと思っています。

また職歴としては、平成18年に主任、平成21年に科長へ、昨年副看護部長となり、現在に至ります。私自身は、病棟や外来で患者さんやご家族とお話ができる臨床現場が好きで、ずっと現場に

北海道恵愛会 札幌南一条病院

### 看護部長 高橋由香

居たいと思っていましたが、昨年10月より、現場から少し離れることとなってしまいました。振り返るとこれまで17年も看護管理者として歩んできたのだと、感慨深いものを感じています。新人の頃は、看護部長なんてまったく考えもしていませんでしたが、今は人生の巡り合わせなんだと思っております。

コロナ禍でこの3年間、入院患者さんのご家族の面会が規制されてきました。またこの3年間、臨地実習もままならない状況の中入職された新卒スタッフもいます。そのため、ご家族への対応や配慮についての経験が少ないスタッフが多くいます。以前は、毎日面会に来ていたご家族がたくさんいらっしゃいました。患者さんとご家族の関係性や罹患した経緯など、患者さんには様々な背景があります。5月8日から新型コロナ感染症は5類へ変更となり、今後更に面会も緩和されていくと考えます。その中で、患者さんの背景をとらえ、少しでもその患者さんやご家族にとって良いケア、「望む看護」「望まれる看護」が考えることのできるスタッフの育成を目指して行きたいと考えています。

まだまだ、不安でいっぱいですが、患者さんやご家族、そして職員の皆さんとの協力を得ながら、より良い看護・介護の提供、さらにはより良い病院作りに貢献できるよう、頑張っていこうと思っています。どうぞよろしくお願い致します。

# 新任医師紹介

**PROFILE**

札幌医科大学 医学部卒業  
在日米国海軍医療センター研修医  
南アラバマ大学医学部 研究員  
北海道立江差病院内科医長  
札幌医科大学内科学第二講座教授  
札幌医科大学循環器・腎臓・代謝内分泌内科学講座教授  
札幌医科大学医学部長  
札幌そうせいイーストクリニック内科診療顧問  
北海道科学大学薬学部教授

循環器内科・腎臓内科 顧問

## 三浦 哲嗣

## [資格・所属学会等]

- ・医学博士・日本内科学会認定内科医・日本内科学会総合内科専門医・日本循環器学会専門医,FJCS・日本循環器学会特別会員・日本心不全学会名誉会員・アメリカ心臓学会フェロー(FACC)・アメリカ心臓協会フェロー(FAHA)・札幌医科大学名誉教授

族・親族を含めた多くの患者の診療や医師派遣の件で、工藤靖夫前院長や土田哲人院長には大変お世話になってきました。今回、札幌南一条病院で再び仕事ができることを大変嬉しく思っております。

2021年3月まで勤務した札幌医大では、学生・研修医の教育のほか、心不全や心筋梗塞の研究をしていましたが、現在は北海道科学大学の薬学部で循環器病、腎臓病の治療や医療倫理について学生への講義と研究を行っています。薬学部での仕事を通じて知ったことですが、薬剤師に求められる職務は大きく変わりつつあり、チーム医療の向上のための早期教育として、医学、薬学、看護学、作業療法学、理学療法学の学生が共に多職種連携を学ぶプログラムも全国で広がりつつあります。2017年設立のNPO法人北海道医療連携ネットワーク協議会(<https://hcp-meeting.jp/>)の一員としても活動してきましたが、連携の枠組みを薬局に広げる取り組みを最近始めました。札幌南一条病院での勤務は週2日ですが、院内の診療のほか、臨床研究などの学術活動、研修会、他の医療機関や薬局との連携など様々な面で貢献できるよう努力致しますので、何卒宜しくお願いいたします。



循環器内科・腎臓内科 医師

## 小松 弘明

**PROFILE**

札幌医科大学医学部卒業  
[資格・所属学会等]  
・日本内科学会内科専門医  
・日本腎臓学会  
・日本透析医学会

令和5年4月から、腎臓専門外来を担当させて頂く事となりました。札幌医科大学 循環器・腎臓・代謝内

分泌内科学講座の小松弘明です。慢性腎臓病(chronic kidney disease=CKD)は成人全体で8人に1人とされ、新たな国民病と言われています。慢性腎臓病は、糖尿病、高血圧症、喫煙、高尿酸血症など生活習慣と関連しており、その発症進展予防には食事管理、適度な運動、禁煙といった生活習慣のは正が重要です。糸球体腎炎など腎臓そのものの病気が疑われる場合には、大学病院と連携しながら腎生検(腎臓の一部を針で採取して顕微鏡で観察する検査)や適切な薬物治療を行います。大切な腎臓を守るために一緒に考えていきましょう。

# 連携医療機関の ご紹介

いつも札幌南一条病院の先生方、職員の皆様にはお世話になりありがとうございます。

当院は1964年に整形外科を専門とする病院として開院しました。1989年4月には医療法人化し、1996年には地域の皆さんによりいっそう最新の医療を提供したいとの思いから病院の建て替えを行い、現在に至っています。また、当院は急性期45床と回復期35床の計80床を有し、整形外科疾患の急性期から社会復帰まで一貫した医療を提供できる環境を整えています。

すべての患者様に安心して治療に専念していただけるよう、“患者様とご家族が安心して治療に専念できる信頼される病院をめざす”という当院の基本理念を基に職員一丸となって日々取り組んでいます。

ひと口に整形外科と言っても専門領域は首から指先、足のつま先まで広範囲にわたります。当院では、患者さまの体の部位ごとに丁寧できめ細やかな医療を提供するために、脊椎(首・腰)・上肢(肩～手)・下肢(股関節～足)の各分野を専門とする医師をそろえ、症状に応じて総合的な診療を行っております。

当院に在籍している医師には、日本整形外科学会が認定する、整形外科専門医やスポーツ医、さらには日本スポーツ協会が認定するスポーツドクターの資格を有しているものもあります。現在も実際の現場で活躍しているスポーツドクターもあり、スポーツ外傷などで来られた患者様に対しスポーツドクターとしてのサポートも行っています。私自身は、学生時代にアメリカンフットボールをしていた経験から、北海道社会人アメリカンフットボール連盟のチームドクターをしていますし、ほかにもスポーツ

ドクターとしてナショナルチームに関わっている医師もあります。

慢性期の患者さまはもちろん、急性期の病気やけがに対しても安心して通院していただけるよう、整形外科専門医が患者さま一人ひとりに適した医療を提供しております。急性期の患者さまについては、当院が札幌市のが(災害)の一次救急指定病院でもあることから、月2回24時間体制を取っています。慢性期で対応している病気については、変形性膝関節症による膝関節痛、腰痛や座骨神経痛などで受診される方が多く、腱板損傷や年齢に伴う肩関節の痛みで肩が動かないという患者さまに対しては、体への負担が少ない“内視鏡”を用いた手術も行っております。

開院以来60年以上にわたり、当院は地域の皆さんのがんや病気の治療に尽力してまいりました。具体的には外来診察に加え、老人ホームへの往診や整形外科医が不足している近隣地域への医療協力などです。患者さまの中には、親・子・孫の3世代にわたって来院

してくださっている  
方や市外遠方から  
らしてくださる方もおられ  
ます。そういう地域の皆  
さんとのつながりを大切  
にしながら、これからも患  
者さまの要望に可能な限  
り応えていきたいと考え  
ています。



理事長・院長  
**伊藤 宇一 先生**

## 〈PROFILE〉

日本整形外科学会  
整形外科専門医・認定スポーツ医  
日本専門医機構 認定整形外科専門医  
北海道臨床整形外科医会 理事  
北海道社会人アメリカンフットボール連盟 指名理事  
社会人アメリカンフットボールチーム  
「北海道ブルズ」チームドクター  
日本体育協会 公認スポーツドクター

札幌市中央区南2条西10丁目5番地

☎ 011-241-5461

<http://ito-seikei.or.jp/>

## 【診療時間】

[月・火・水・金] 9:00～17:00

[木] 9:30～12:00

\*昼休み 12:00～14:00

[休診日] 土曜・日曜・祝日

## 腎臓病向けレシピ



### ミルフィーユポテトサラダ

#### 材料(1人分)

じゃがいも	30g	マヨネーズ	15g
きゅうり	10g	白こしょう	少々
ロースハム	10g	粉パセリ	少々
		ケチャップ	1g

### ミルフィーユポテトサラダ

#### 作り方

- じゃがいもは薄くスライスし、茹でる。(6枚準備する。)
- きゅうり、ロースハムはみじん切りにする。
- ボウルにマヨネーズ、②、白こしょうを入れ、よく混ぜ合わせ、五等分にする。
- ①と③を交互に重ね、器に盛り付け、ケチャップを飾り、粉パセリを振る。

エネルギー  
151kcal

たんぱく質  
2.5g

塩分  
0.6g



## MINAMI 1 JO HOSPITAL INFORMATION

南一条病院インフォメーション

1

### 令和5年度の入社式が 執り行われました

去る令和5年4月3日、新年度の入社式が執り行われました。コロナ禍での入社式、万全の感染対策の上で行われ、札幌南一条病院にて新社会人としての第一歩を踏み出しました。新入職者の、医療人としてのひたむきに学ぶ姿勢に、職員一同改めて気持ちが引き締まる想いです。まだまだ未熟な点はございますが、皆様どうぞよろしくお願い致します。



▲土田院長・高橋看護部長を囲んで

2

### 眞木医師の記事が 雑誌に掲載されました。

「暮らしと健康の月刊誌ケア」  
5月号の特集ページに、  
呼吸器内科・漢方内科の  
眞木医師の記事が掲載されました。



## MINAMI 1 JO HOSPITAL INFORMATION



### 『本郷新先生の生家の場所に』

宮の森にある本郷新記念札幌彫刻美術館を訪れたときのこと、生い立ちのパネルを見て、目を瞠(みは)りました。本郷新(1905-1980)先生の生家は、『札幌市中央区南1条西13丁目317番地』。なんと、当院の住所と同じだったのです！大通公園の『泉の像』を知らない方は少ないと思いますが、戦後日本を代表する、北海道が誇れる彫刻家が、今から約120年前にこの場所で幼少期を過ごされていたと思うと感慨深いですね。

興味を持たれた方は、この夏、本郷先生の彫刻美術館を訪ねてみてください。



▲本郷新記念札幌彫刻美術館



本郷新「泉の像」▶

## 外来担当医一覧



科目	時間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
循環器 腎臓内科	午前	高木	青山	青山	工藤	工藤	ホームページ 参照 ※1
		占部	高木	土田	土田	占部	
		小松 (腎臓専門外来・完全予約制)	鳥井	陳	神津	鳥井	
	午後	土田	工藤	高木	青山※4 (透析専門外来)	青山	休診
			土田※2 (透析専門外来)		三浦		
		陳	占部	鳥井※3 (透析専門外来)	(循環器専門外来・完全予約制)	陳	
呼吸器 内科	午前	中島	田垣	眞木 漢方外来 一般診療との並行診療	中島	中島	担当医 下記参照※5
			眞木※7 ドック				
	午後	田垣	眞木 漢方外来 一般診療との並行診療	中島 禁煙外来・完全予約制 一般診療との並行診療	田垣	眞木 漢方外来 一般診療との並行診療	休診
	午前	高木	高木	—	—	—	休診
糖尿病 内科 一般診療との 並行診療	午後	—	—	高木	—	—	
	午前	小林	長佐古 (内視鏡検査のみ)	小林	小林 (内視鏡検査)	小林 (内視鏡検査)	休診
	午後	—	—	—	—	—	

※1 循環器・腎臓内科外来の土曜日担当医は、毎週変更となりますので、事前にご確認ください。

※2 循環器・腎臓内科の火曜日(原則として第2週のみ)午後は土田医師による透析専門外来の完全予約制(13:30~14:30)です。

※3 循環器・腎臓内科の水曜日午後は鳥井医師による透析専門外来の完全予約制(13:30~14:30)です。

※4 循環器・腎臓内科の木曜日午後は青山医師による透析専門外来の完全予約制(13:30~14:30)です。

※5 呼吸器内科外来の土曜担当医は以下の通りです。 第1・3・5週／田垣医師 第2・4週／中島医師

※6 消化器内科の診察は、月・水曜の午前中のみとなり、その他は内視鏡検査のみとなります。

※7 呼吸器内科の火曜日午前は眞木医師によるドックの完全予約制(9:30~11:00)です。

## ご予約のお問合せ



- 初めて当院を受診・他院からの紹介で当院を受診・3ヶ月以上受診されていない方

**地域医療連携室【直通】 TEL:011-271-6050 FAX:011-271-6033**

※お問合せ時間：平日／9:00～17:00 土曜日／9:00～13:00

- 再診受診のご予約、お問い合わせの方

**外来予約専用ダイヤル TEL:011-271-3712**

※予約・お問合せ時間：平日／9:00～16:30 土曜日／9:00～12:00

社会医療法人北海道恵愛会  
**札幌南一条病院**

〈診療科目〉循環器・腎臓内科、呼吸器内科、糖尿病内科、消化器内科、人工透析、人間ドックほか

〈受付時間〉平日 8:30～11:30、13:00～16:30

土曜 8:30～11:30

〈診療時間〉平日 9:00～17:00 土曜 9:00～13:00

〈休診日〉日曜・祝祭日・年末年始

〒060-0061 札幌市中央区南1条西13丁目

電話 011(271)3711

FAX 011(281)0275

URL <http://www.h-keiaikai.or.jp/minamiichijo/>

社会医療法人北海道恵愛会 札幌南一条病院

社会医療法人北海道恵愛会 札幌南一条病院

VOL.38

〈発行日〉令和5年(2023)7月20日

〈発行元〉札幌南一条病院 広報委員会