あおぞら

2018
12

石心会グループ
神奈川地区広報誌

第7回 川崎幸病院 医療連携の会開催

巡回バス

JR川崎駅西口⇒川崎幸病院⇒川崎幸クリニックの巡回バスは、土曜午後、祝日も運行しています。なお、日曜日は運行しません。また外来循環ミニバスも運行しています。

川崎幸病院 → 川崎幸（さいわい）クリニック → JR川崎駅西口 → 川崎幸病院

日曜は運行しておりません。

時	川崎駅西口発	川崎幸病院発	川崎幸（さいわい）クリニック発
7	00 20 40	10 30 50	15 35 55
8	00 20 40	10 30 50	15 35 55
9	00 20 40	10 30 50	15 35 55
10	00 20 40	10 30 50	15 35 55
11	00 20 40	10 30 50	15 35 55
12	00 20 40	10 30 50	15 35 55
13	00 20 40	10 30 50	15 35 55
14	00 20 40	10 30 50	15 35 55
15	00 20 40	10 30 50	15 35 55
16	00 20 40	10 30 50	15 35 55
17	00 20 40	10 30 50	15 35 55
18	00 20 40	10 30 50	15 35 55
19	00 20 40	10 30 50	15 35 55
20		10（川崎駅西口行）	

外来循環ミニバス

JR川崎駅西口 ↔ 川崎幸（さいわい）クリニック ↔ 第二川崎幸クリニック

土曜午後・日曜・祝日は運行しておりません。

月曜日～金曜日	土曜日
始発　8時15分（川崎駅西口発）	始発　8時15分（川崎駅西口発）
毎時 15 分と 50 分に川崎駅西口を出発	
最終　16時15分（川崎駅西口発）	最終　12時15分（川崎駅西口発）

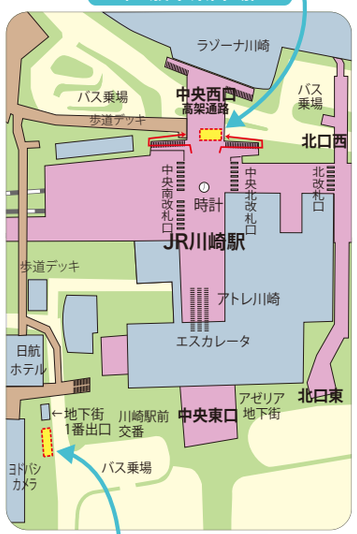
1 周約 25 分～ 30 分間の循環運行

※ご利用される方々の状況により、所要時間が遅れる場合が有ります。

川崎クリニックシャトルバス

JR川崎駅の東口、西口の2カ所から

JR川崎駅西口 ↔ 川崎クリニック ↔ JR川崎駅東口



運行は月～土曜日（祝日含む）、日曜日は運行しておりません。

川崎クリニック↔西口

時	川崎クリニック発 川崎駅西口行	川崎駅西口発 川崎クリニック行
8		15 45
9	30	15 45
10	00 30	15 45
11	00 (30)※	15
12	(00)※ (30)※	
13	00 30	15 45
14	00 30	15 45
15	00	15

土曜・祝日は運行しておりません。

※利用者がいない場合は運休となります。

川崎クリニック↔東口

時	川崎クリニック発 川崎駅東口行	川崎駅東口発 川崎クリニック行
8	50	00 20 40
9	10 30	00 20 40
10～12	この時間は運行しておりません	
13	00 20 40	10 30 50
14	00 20 40	10 30 50
15	00 20 40	10 30

土曜・祝日は運行しておりません。

※川崎クリニック直通です。
川崎幸病院・川崎幸（さいわい）クリニックには行きませんのでご注意ください。
※定員９名のワンボックスカーです。

石心会グループ神奈川地区

救急・急性期医療・放射線治療	川崎幸病院	神奈川県川崎市幸区大宮町31番27　TEL:044-544-4611（代）
入院・一般外来（電話予約が必要です）	さいわい鶴見病院	神奈川県横浜市鶴見区豊岡町21-1 外来予約電話番号:045-581-1417
一般外来（内科系・小児科）（電話予約が必要です）	川崎幸（さいわい）クリニック	神奈川県川崎市幸区南幸町1丁目27番1 外来予約電話番号:044-511-2112
一般外来（外科系・消化器系）（電話予約が必要です）	第二川崎幸（さいわい）クリニック	神奈川県川崎市幸区都町39-1 外来予約電話番号:044-511-2112
一般外来・人工透析（電話予約が必要です）	川崎クリニック	神奈川県川崎市川崎区日進町7-1 川崎日進町ビルディング6・7・8F 外来予約:044-222-9259　透析センター:044-211-6500
一般外来・人工透析（電話予約が必要です）	さいわい鹿島田クリニック	神奈川県川崎市幸区新塚越201　ルリエ新川崎3・4F 外来予約電話番号:044-556-2722
人間ドック・生活習慣病健診（電話予約が必要です）	アルファメディック・クリニック	神奈川県川崎市幸区堀川町580-16　川崎テックセンター8F 予約電話番号:044-511-6116
企業健診・一般健診（電話予約が必要です）	川崎健診クリニック	神奈川県川崎市川崎区駅前本町10-5　クリエ川崎8F 予約電話番号：044-511-6116
定位放射線治療 脳ドック	新緑脳神経外科（横浜サイバーナイフセンター）	神奈川県横浜市旭区市沢町574-1　TEL:045-355-3600

在宅事業部（在宅医療・在宅看護・在宅介護）

さいわい訪問看護ステーション	TEL:044-556-4213	福祉用具レンタルさいわい	TEL:044-522-6312
さいわいヘルパーステーション	TEL:044-522-6871	かしまだ地域包括支援センター	TEL:044-540-3222
新川崎居宅介護支援事業所	TEL:044-522-6307		

いま求められる医療をもっと高めたい
社会医療法人財団 石心会
石心会グループ法人事務局　TEL:044-511-2266(代)
〒212-0014 神奈川県川崎市幸区大宮町23-5 コーラルビル

表紙：ティータイム
中井 悠紀子
（川崎美術協会会員）

川崎幸病院／さいわい鶴見病院／川崎幸クリニック／第二川崎幸クリニック／川崎クリニック／さいわい鹿島田クリニック／新緑脳神経外科／アルファメディック・クリニック／川崎健診クリニック／石心会グループ在宅事業部
発行責任者：石井 暎禧　編集長：倉重 成忠　〒212-0014 川崎市幸区大宮町23-5 コーラルビル　電話：044-511-2266（代）　http://www.sekishinkai.or.jp

第7回

川崎幸病院 医療連携の会開催

11月16日、川崎幸病院と医療連携をする、クリニックや病院の医師をはじめ主なスタッフが集い、より円滑で深い連携を行うために「医療連携の会」が開催されました。

この日、参加したのは川崎市幸区、川崎区、中原区、麻生区、横浜市鶴見区など36クリニックの82人、26病院の63人の合計145人の皆さん。川崎幸病院の医師35人をはじめ石心会グループのクリニック医師、看護師、コメディカルなど100人が応対しました。

もっと連携を深めましょう

まず山本晋・川崎幸病院院長が開会の辞として、

「皆様は、すでに川崎幸病院がどのような病院であるのか十分ご承知だと思います。やはり病院には得手、不得手なことがあります。お集まりいただきました病院の先生方、管理者の方々のご協力を得て、川崎市や周辺地域の医療をさらに盛り上げていきたいと思っています。川崎幸病院をはじめとする石心会グループは、ますます精進してまいります。よろしくお願いします」

と、話しました。

石井暎禧理事長

山本晋院長

続いて石井暎禧・石心会理事長が挨拶に立ち、

「この会も７回と回を重ね、川崎はじめ横浜、東京の一部などを含む地域医療の連携を深める役割を果たしていると思います。

最近では、ますます地域の各医療機関が、得意とする分野で住み分けて、スムーズな医療連携が進められています。厚生労働省もこうした医療連携の動きを全国的に進めています。

川崎市とその周辺では、病院と病院、病院とクリニックなどの連携が全国よりも比較的早くから進められています。

この『医療連携の会』を機会に、お互いの病院やクリニックをさらによく知っていただき、この地域の医療をさらに充実していただきたいと思います」と、この会の大切さを強調しました。

石心会グループの各医療施設を紹介

第１部の講演会では、これまでは病院のセンターや診療科を紹介してきましたが、今回は石心会の各事業所が紹介されました。

川崎クリニックの若狭幹雄副院長、さいわい鹿島田クリニックの笠間靖史事務課長、さいわい鶴見病院の塚本喜昭院長、石心会在宅事業部の深井純子所長、川崎幸クリニックの杉山孝博院長、第二川崎幸クリニックの関川浩司院長がそれぞれの医療施設を紹介しました。

また、川崎幸クリニックに新設された「失神外来」の内容について、伊藤賀敏・川崎幸病院循環器内科副部長/心臓病センター副センター長から説明が行われました。

顔が見える医療連携を目指す

第２部として、参加者それぞれが「顔の見える医療連携」を目指して懇親会が開催され、川崎幸病院の医師らが紹介された後、それぞれに医療情報の交換を行うなど、親睦を深めました。ふだん忙しい皆さんが、こうして一堂に集まることはあまりないだけに、有意義なひと時を過ごしていました。

石心会グループ各施設の発表者

川崎も例外でない 2025年問題

2025年問題とは、全国に約800万人いる団塊の世代の人々が、75歳以上の後期高齢者になり、世界でいちばん早く超高齢化社会へ突入することです。2025年には国民の4人に1人が75歳以上という超高齢化社会になるといわれています。医療・介護・福祉サービスの整備が急務となっています。

川崎市は、今年３月１日現在で人口150万5,741人です。

2015年では人口が147万1,400人で、65歳以上の方は29万3,100人、そのうち75歳以上の方は13万6,800人でした。

それが10年後の2025年には人口が、151万5,700人になると推測されています。

65歳以上の方が34万500人と4万7,400人増で、75歳以上の方が19万9,300人で6万2,500人増えると推計されています。

こうした事態に十分な対応するために、地域で合理的な医療連携を進めなければなりません。

石心会グループ　年末・年始のお知らせ

各医療施設の年末年始休診の予定です。

川崎幸病院	24 時間 365 日　救急診療対応
さいわい鶴見病院（外来）	12 月 29 日（土）――― 1 月 3 日（木）
川崎幸クリニック	12 月 29 日（土）――― 1 月 3 日（木） 休日診療体制。内科・小児科は診療を行っています
第二川崎幸クリニック	12 月 29 日（土）――― 1 月 3 日（木）
川崎クリニック外来	12 月 29 日（土）――― 1 月 3 日（木）
さいわい鹿島田クリニック外来	12 月 29 日（土）――― 1 月 3 日（木）
新緑脳神経外科	12 月 29 日（土）――― 1 月 3 日（木）

みんなの健康塾 2018年12月の予定

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

カレンダーの●は健康塾の日

12月のみんなの健康塾から

クリスマス特別イベント

怒り・不安・イライラ 年末一掃フォーラム

12月18日（火） 14:00～16:00（開場予定13:15）

●川崎市産業振興会館 1階ホール（川崎市幸区堀川町 66-20） 定員478人

年の瀬です。大掃除、正月の準備、忘年会など、何かとすることが溜まっていて、せわしなくなります。

何をしようかと、頭では考えるのですが、体が伴わず、あせりをつのらせたり、イライラすることがあります。気持ちが空回りします。イライラすると、何ごとにも過敏になってしまい、周囲の人たちにあたってしまうこともあります。

ひどくなるとうつ病を疑われることがあります。こうした兆候は、特に高齢者に多いと言われています。

心についてよく知り、イライラをその場で解消する体操を覚えてください。

怒り・不安・イライラ! ネガティブ感情をリセットする習慣とは
稲富 正治　川崎幸クリニック臨床心理士 / 室長

カッとなったら! イラッとしたら! 突進しないで! その場で解消できる猪田式体操
猪田 佐和乃　川崎幸クリニック 認定理学療法士

クリスマス・シークレットコーナー

6日（木） 14:00～15:30 ミューザ川崎 シンフォニーホール 4階研修室（定員90人）

脱! 生活習慣病! すきま時間にできる「たったこれだけ体操」
土屋 結香　川崎幸病院 理学療法士

このまま放っておいていいのか? すい臓に水が溜まった袋があるといわれたら
塚本 啓祐　川崎幸病院 消化器内科医長

12日（水） 14:00～15:30 ミューザ川崎 シンフォニーホール 4階研修室（定員90人）

寝たきりにならないためには……
中村 潤一郎
川崎幸病院 整形外科医師 / 顧問

脈の乱れは万病のもと
川上 徹
川崎幸病院 循環器内科副部長 / 不整脈部門部門長

27日（木） 14:00～15:30 ミューザ川崎 シンフォニーホール 4階研修室（定員90人）

年末感謝講演

手足のふるえ、こわばり、実はパーキンソン病かも
武井 直樹　川崎幸クリニック 神経内科医師

塩っぱいものを食べると、なぜからだに悪いのか?
宇田 晋　川崎幸病院 腎臓内科部長

うんち、見てますか? 赤・黒・灰・緑! その病気の正体とは
成田 和広　川崎幸病院 外科副部長 / 救急・総合診療部部長代行

講座スケジュール

参加費無料　お申込み不要　当日先着制

地域の皆様が病気や医療について知識を深め、健康維持・増進、疾病の早期発見・早期治療に役立てていただけるよう、市民公開講座（みんなの健康塾）を開催しています。

●定員になり次第受付終了とさせていただきます。
●川崎市以外にお住まいの方もご参加いただけます。

クリスマス特別イベント 怒り・不安・イライラ 年末一掃フォーラム

先着478名様 限定

				開催場所
18日（火） 開場予定時間 13:15	14:00～16:00	怒り・不安・イライラ! ネガティブ感情をリセットする習慣とは	川崎幸クリニック 臨床心理士 / 室長 稲富 正治	A
		カッとなったら! イラッとしたら! 突進しないで! その場で解消できる猪田式体操	川崎幸クリニック 認定理学療法士（地域理学療法） 猪田 佐和乃	
		クリスマスシークレットコーナー		

一般講演　講演開始30分前開場予定です。

				開催場所
6日（木）	14:00～15:30	初登壇 脱! 生活習慣病! すきま時間にできる「たったこれだけ体操」	川崎幸病院 理学療法士 土屋 結香	B
		がんWeek勝手にプレ講演 このまま放っておいていいのか? すい臓に水が溜まった袋があるといわれたら	川崎幸病院 消化器内科医師 / 医長 塚本 啓祐	
12日（水）	14:00～15:30	寝たきりにならないためには・・・	川崎幸病院 整形外科医師 / 顧問 中村 潤一郎	B
		初登壇 脈の乱れは万病のもと	川崎幸病院 循環器内科医師 / 副部長 不整脈部門部門長 川上 徹	
27日（木）	14:00～15:30	年末感謝講演 手足のふるえ、こわばり、実はパーキンソン病かも ～でも安心してください、こわくないですよ～	川崎幸クリニック 神経内科医師 武井 直樹	B
		塩っぱいものを食べると、なぜからだに悪いのか?	川崎幸病院 腎臓内科医師/部長 宇田 晋	
		うんち、見てますか? 赤・黒・灰・緑! その病気の正体とは	川崎幸病院 外科医師 / 副部長 救急・総合診療部部長代行 成田 和広	

さいわい鶴見健康塾　さいわい鶴見病院で開催している健康講座です。

				開催場所
20日（木）	15:00～16:00	大腸がん検診・胃がん検診のススメ!!	川崎幸病院 消化器内科医師 / 部長 大前 芳男	C

開催場所（定員）

A	B	C
川崎市産業振興会館 1階ホール（478人） （川崎市幸区堀川町66-20）	ミューザ川崎 シンフォニーホール4階 研修室1+2+3（90人）	豊岡第二・三町会館 （横浜市鶴見区豊岡町28番18号） 会場お問合先：さいわい鶴見病院 045-581-1417

●町内会・学校・企業、各種団体への”出張講演”を無料で承ります。～まずはお気軽にご相談ください～
※ご希望の3ヶ月以上前にご連絡ください。内容によってはご希望に沿えない場合もございます。

※講演テーマ、講師は予告なく変更になる場合もあります。最新の情報は川崎幸病院ホームページ http://saiwaihp.jp/ でご確認ください。

みんなの健康塾についてのお問い合わせ先：TEL.044-542-7007

さいわい糖尿病デー

11月10日（土）川崎幸クリニック・コスモス友の会・みんなの健康塾共催による「さいわい糖尿病デー」は、会場を川崎幸クリニックの５階にして実施されました。

この日は400人を超えるたくさんの皆さんが来場されました。

無料測定会、低糖質お菓子試食、栄養相談コーナー、糖尿病予防体操教室、川崎幸クリニック糖尿病科の安島美保、森上善史両医師によるドクター相談コーナー、さらに展示として「上手なおやつのとり方とは？」「コスモス友の会の歩み」など、スタッフが頑張ったイベントになりました。また、この間、川崎幸クリニックがブルー・ライトアップしました。

さいわい鶴見病院でも世界糖尿病デー・イベント

糖尿病デー・イベントのスタッフの皆さん

11月15、16日の両日、さいわい鶴見病院でも世界糖尿病デーにちなんだ催しがありました。

「糖尿病と糖質のお話」、「フットケアについて」の講演や血糖測定、スタッフによる展示などが行われました。

第10回　第二川崎幸クリニック・オープンギャラリー

「西森禎子と8カ国の子ども展」

11月5日～30日、第10回目になる第二川崎幸クリニック・オープンギャラリーとして、「西森禎子と８カ国の子ども展」が開催されました。

西森さんは、作家としての創作の他に、児童壁画指導者として活躍されています。写真は会場での西森さんと関川浩司・第二川崎幸クリニック院長。

養生しましょう㉚

養生とは、病気になる前に食事や暮らしの仕方で予防することです。

今年は林真理子さん原作の『西郷どん（せごどん）』が大河ドラマになって、大いに注目されました。

川崎に住む私たちは、「西郷さん」というと、上野公園にある犬をつれた銅像を思い出してしまいます。この犬は、猟犬の薩摩犬の雌で「ツン」と呼ばれています。もっとも銅像の犬はツンがモデルではなく、薩摩犬の雄だそうです。

西郷さんは大の犬好きで、たくさんの猟犬を飼っていました。分かっているだけでも13匹いて、ツンのほかシロ、サワ、ゴン、テツ、クロ、雪（ユキ）、攘夷家（ゴジャ）、ハヤ、ツマ、カヤ、ブチ、トラという名前でした。中でもゴジャは、外国人にだけ吠えるので名付けられたそうで、いかにもご一新の真っ只中らしい名ですね。

政府の中軸を担うようになって

西郷さんは見た目通りの巨漢ですが、若い頃は貧しく粗食しか食べられなかったはずです。島津久光の怒りを買って、徳之島に島流しされ、さらに沖永良部島へ流された時には、食べ物すら満足に与えられなかったそうです。

それが40歳を過ぎ、明治の新政府の参議となり、高い俸禄を得てデスクワークをするようになると、たちまち太り始めました。

特に骨付き豚肉のブツ切りを桜島大根と一緒に煮込み、黒糖や麦味噌、焼酎で味付けした薩摩の郷土料理「豚骨」に目がありませんでした。白米やウナギの蒲焼が大好きでよく食べ、酒はあまり呑まず、甘い砂糖菓子が好物でした。今も残る西郷さんの軍服から、身長は178センチ、体重が108キロと推測されます。

過酷なダイエット

動脈硬化のためか、胸の痛みを訴えるようになった西郷さんを心配した明治天皇は、ドイツから招いた侍医、テオドール・ホフマンに診察させました。

ホフマン医師は、西郷さんをメタボと診断。それも危険な状態としました。下剤としてひまし油を１日５回飲むよう処方し、白米や豚肉を控えるように指示。運動は散歩程度ではダメだと山歩きを課しました。天皇の命を受けての診察ですから西郷さんも従わざるをえません。

山歩きでは、さかんにウサギ狩りをしました。お供は愛犬ツン。効果があって、体重は３年で80キロまで落ちました。でも、下剤を頻繁に飲んだため、大げさかも知れませんが１日50回以上便所に駆け込んだこともあったとか。これで、精神がかなり参ってしまったようです。

当時のダイエット法としては、最先端のものでしょうが、精神が参ってしまうのはいただけません。

現代でも極端にはしる方もいらっしゃいますが、ものごとは何でも程々がよろしいようで。

川崎の町角から　54

今年も残りわずかになりました。

風疹の流行はまだ衰えを見せていません。また、これからインフルエンザが広がりを見せることでしょう。あまり疲労しないように、年末・年始をお過ごしください。

川崎幸病院は年中無休、24時間オープンしています。また、川崎幸クリニックは、内科と小児科に限って年末、年始ともオープンしています。急病の時は、遠慮なくおたずねください。

みなさま、来年も良い年でありますように！