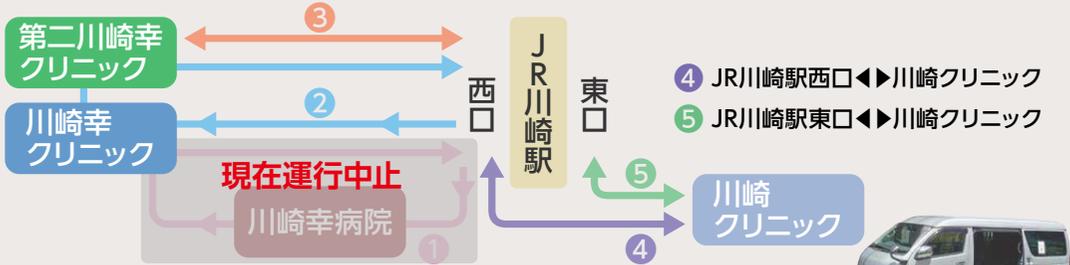


川崎幸病院発着のシャトルバスは運行を中止しています

JR川崎駅から各クリニックまでシャトルバスを運行しております、ご利用ください。

バスをご利用の方は、必ずマスクをつけてください。



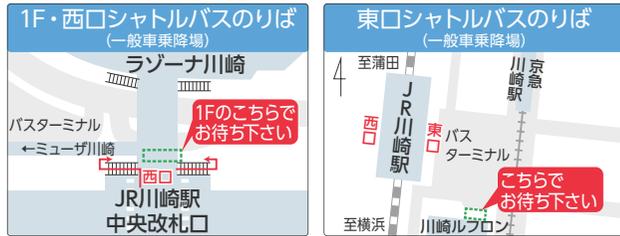
- ① 現在運行中止
- ② JR川崎駅西口▶川崎幸クリニック▶第二川崎幸クリニック▶JR川崎駅西口 循環
- ③ JR川崎駅西口◀▶第二川崎幸クリニック



シャトルバスは定員9名のワンボックスカーです。

① 巡回バス (現在、運行中止)

JR川崎駅西口⇒川崎幸病院⇒川崎幸クリニックの巡回コースでは、多くの方が乗り合わせることから、新型コロナウイルスの感染防止のために現在運行を中止しています。



川崎幸クリニック・第二川崎幸クリニック

定員9名

川崎クリニック

時	② 巡回ルート		③ 直行ルート(土曜日運休)		④ 川崎クリニック ◀▶西口 ⑤ 川崎クリニック ▶◀東口			
	川崎駅西口発	第二川崎幸クリニック発	川崎駅西口発	第二川崎幸クリニック発	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	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	15 50	35	45	30		15 45		15 35 55
9	15 50	05 35	15 45	00 30	00 30	15 45	05 25	15 35
10	15 50	05 35	15 45	00 30	00 30	15 45		
11	15 45 50	05 35	15	00 30	00 30	15		
12	15 50	05 35			00 30			
13	15 50	05 35	15 45	00 30	00 30	15 45	00 20 40	10 30 50
14	15 50	05 35	15 45	00 30	00 30	15 45	00 20 40	10 30 50
15	15 45 50	05 35	15	00 30	00		00 20	10
16	15	05 35		00 30				
17		00		00				

土曜は運行していません。

土曜・祝日は運行していません。

※ご利用される方々の状況により、到着時間が遅れる場合があります。

救急・急性期医療・放射線治療 川崎幸病院 TEL:044-544-4611(代)	入院・一般外来 さいわい鶴見病院 外来予約:045-581-1417	一般外来(内科系・小児科) 川崎幸クリニック 外来予約:044-511-2112
一般外来(外科系・消化器系) 第二川崎幸クリニック 外来予約:044-511-2112	一般外来・人工透析 川崎クリニック 外来予約:044-222-9259 透析センター:044-211-6500	一般外来・人工透析 さいわい鹿島田クリニック 外来予約:044-556-2722
人間ドック・生活習慣病健診 アルファメディック・クリニック 予約:044-511-6116	企業健診・一般健診 川崎健診クリニック 予約:044-511-6116	定位放射線治療・脳ドック 新緑脳神経外科 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 新川崎居宅介護支援事業所 福祉用具レンタルさいわい かしまだ地域包括支援センター	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
神奈川地区
広報誌

あおぞら

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:石井映暁 編集長:辻田征男 〒212-0014 川崎市幸区大宮町23-5 ユーラルビル 電話:044-511-2266(代) http://www.sekishinkai.or.jp



特集
7月12日 人間ドックの日
~アルファメディック・クリニック~

2021
6&7

7月12日 人間ドックの日 特集

～アルファメディック・クリニック～



7月12日は人間ドックの日。アルファメディック・クリニックの人間ドックは、正確性はもちろんのこと、検査の待ち時間の少なさや施設内の雰囲気も受診者の皆さんから高評価をいただいています。今回は職員の皆さんに、見つけやすい病気や健診の大切さについてお伺いしました。
取材協力：アルファメディック・クリニック 看護師(林、旗持、永池)、放射線技師(若林)、臨床検査技師(鈴木)



— 皆さんのお仕事内容を教えてください。

若林 (以下・若)「放射線技師は、胸部レントゲン、バリウム検査、CT、マンモグラフィの撮影の他、超音波検査、撮影したデータの処理を行っています。」
鈴木 (以下・鈴)「臨床検査技師は、身体計測などの計測関係、生理機能検査が中心です。超音波検査も腹部、乳腺、頸動脈、心臓を対象に行っています。」

林「看護師は、身体計測や聴力測定などの計測関係、採血、内視鏡（胃カメラ）や婦人科健診の介助、報告書作成などのデータ処理業務を行っています。」



— 様々な職種の皆さんがたくさん検査を行っているのですね。健診でよく見つかる病気は何ですか？

林「肝機能障害、コレステロール、血糖値というような『生活習慣病』が多いです。便潜血検査で見つかる『大腸がん』をはじめとした悪性疾患も

少なくないですね。」
永池 (以下・永)「内視鏡（胃カメラ）で『胃のポリープ』や『逆流性食道炎』が見つかることもよくありますよ。」

旗持 (以下・旗)「『逆流性食道炎』も生活のリズムの乱れからおこる『生活習慣病』の1つと言えます。夜遅くに食事を摂ってすぐに寝てしまうと、胃酸が食道の付近まで上がってくことで粘膜を障害してしまい、胃のもたれや痛みも自覚されている方も多くいらしています。」

— 健診で疾患の早期発見がしやすくなったとよく聞きます。その理由は何でしょうか？

若「検査装置は、以前の装置に比べて細かい部分まで鮮明になり、処理速度が上がったことで判断できることが増えています。」

林「機器の性能だけではなく、受診者の方の健康意識が高まっていることも理由だと思います。当施設では、最後の医師面談で当日の受診結果の説明があるのですが、検査当日に結果を知ると意識が高まり、それが早めの受診に繋がっているのかなと思います。」

— 健診の大切さはこういったところにありますか？

鈴「病気が重篤になると、長く大変な治療になってしまう患者さんもいます。そうなる前に早い段階で病気を見つけ、体の負担をできるだけ少なく

して治療する。それが健診を受ける最も大切な理由だと思います。もしなにか異常が見つかって、当施設の石心会グループには治療が可能な外来クリニックや川崎幸病院が近くにあります。近いということは受診者さんにとって便利です、すぐ受診ができるので心強いのではないのでしょうか。」

— こちらの施設は大変評判がいいと聞いています。その理由や気を付けている点などがあれば教えてください。

若「検査をする機械の台数が多いことは、お待たせする時間が少ない理由の1つだと思います。また、小さなことかもしれませんが、マンモグラフィ（乳房X線撮影）では上半身は何も着用をしないため、技師が女性でも気にされる方がいらっしゃいますので、自分の持ち物が受診者さんに当たるなどして不快にさせてしまわないように、身だしなみにも気を付けています。」



永「最初の間診時に検査で不安を感じていることをお聞きし、できるだけ不安をなくしてリラックスして検査を受けて頂けるようにしています。」

林「忙しい時間を割いて受診をされている方が多いので、そこで求められている『速さ（待ち時間の少なさ）』、『正確性』にできるだけ応えられるよう努めています。『美味しいご飯を食べて帰れる』ことも評価のポイントになっているかもしれません。」

旗「高い評価をいただけていることは大変嬉しいです。期待に応えられるように職員一同で頑張りたいと思います。」

豆知識 人間ドックの「ドック」ってどんな意味？
一般的には船を点検・修理するためのドック(dock)に由来するといわれています。船が長い航海のあと点検・修理のためにドックに入るように、人間も定期的にドックに入る必要がある、という考えから生まれた言葉なのだそうです。 ※公益社団法人 日本人間ドック学会より

— 7月12日は「人間ドックの日」です。健診を受ける事を迷っている方にメッセージをお願いします

若「健診結果には、これからの生活で気を付けるべきポイントが書いてあります。今は何もなくても、それを知るだけでも健診を受けるメリットはあると思います。」



林「年1回の人間ドックを、自分の体に意識を向けるきっかけにさせていただけたらと思います。『病気を見つけに来る』のではなく『自分の体を知る』という意味で、まずは受診されてみてはいかがでしょうか。」

年に1回の体のメンテナンス<人間ドック>。皆さんも受診して、健康について改めて考えてみてはいかがでしょうか？

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 8階
【各種お問合せ】044-511-6115
●予約専用ダイヤル 044-511-6116
【健診曜日】月曜日～土曜日
【予約受付】月曜日～土曜日
8:30～17:00
※日曜・祝日・年末年始は除く

みんなの健康塾ちゃんねる情報

7月12日は「人間ドックの日」。病院が作った健康情報サイト【みんなの健康ちゃんねる】では、人間ドックについての詳しい情報や疾患についての解説動画などが掲載されています。右記のQRコードから、みんなの健康塾ちゃんねるをご覧ください！

みんなの健康塾ちゃんねる

私たちの仕事をご紹介します

～アルファメディック・クリニック 管理栄養士～

一人一人の健康状態や栄養状態にあった食事をアドバイス

その人の生活習慣や抱えている病気によって、どのような食事を摂ったらよいかをアドバイスしてくれるのが管理栄養士。一人一人の健康状態や栄養状態によってアドバイスが異なるので、その業務は多岐にわたります。

今回は人間ドック終了時に皆さんに提供し

— とてもおいしそうですね！

まさかこんなに豪華なお料理が出てくると思いませんでした。



梶館「このような懐石スタイルで提供されると思われていない方もいらっしゃると思います。ま

た想像よりも豪華でうれしいとお聞きすることもあります。品数は多いですが、カロリーは低めですよ。」



— どのような気持ちでメニューを考えているのですか？

梶館「健康診断で体もメンテナンスをして、その延長線にバランスの良い食事の参考になればと思っています。美味しい料理を食べ歩いて欲しい気持ちと、栄養バランスのとれた食事のイメージを持って帰っていただきたい気持ちの両方です。」

高梨「健診後は健康意識が高まっているので、食事についても意識を高めて帰っていただければと思っています。新鮮な旬の食材で工夫



アルファメディック・クリニック
管理栄養士 主任
高梨かおり



アルファメディック・クリニック
管理栄養士
梶館久美子

ている食事のこだわりについてインタビューをしました(※)

※ご契約内容によって食事がついていない方もいらっしゃいます

を凝らして、美味しく、見た目も良い料理にしている部分もこだわりポイントです。」

— お食事を召し上がった利用者さんの感想はいかがですか？

高梨「年に一回、アンケートをとっています。SNSに感想を載せてくださっている方もいて見かけると嬉しいです。」

梶館「例えば・・・和食中心の食事はあっさりとしていて食べやすい／季節感があって良かった／小鉢の種類が多く、色々な味付けを楽しんだ／こちらの食事が食べたいので、アルファメディックを選んでいるなど・・・好意的なご意見を沢山いただいています。」

— 一般の方が食事を摂る際に気を付けるべきポイントがあれば、アドバイスをお願いします。

梶館「食べ過ぎには注意して、バランス良く食べることです。それを続けるのが中々難しいのですが・・・。」

高梨「そのためにも頑張り過ぎないことも大切だと思います。極端に何かを減らしたり、何か一つのもの食べ過ぎるようなことはせずに、満遍なく旬の食材や色々な調理方法、味を試して頂いて、お食事を楽しく美味しく感じながら摂って頂くのがいいと思います。」

利用者さんの声 ～アルファメディック・クリニック～

「対応のよさと効率のよさが気に入っています！」



戸田裕昭(とだひろあき)
株式会社WE 代表取締役 / 総務省「地域力創造アドバイザー」/ 上智大学非常勤講師
教育を通じた社会のあるべき姿の実現を目指し、小学生から大学生・若者を対象とした授業や教育プログラムの開発・実施、地方創生事業、新規事業創造支援などの事業を展開している。

子どもが生まれてから、健診が大切だと思いうようになりました。成長はずっと見ていたのですからね。知り合いに紹介され、こちらを利用し始めました。皆さんの対応がとても良くて気に入っています。待ち時間を感じさせませんし、1フロア完結で移動が少ないこともいいですね。時間がなくて、前回はおいしい提供食が食べられなかったので次回こそ！と思っています。

胃によく症状が出るのですが、こちらでピロリ菌がいることがわかり、同じ石心会グループの第二川崎幸クリニックで除菌しました。異常があってもすぐ相談ができる施設があることは安心です。

あとはできれば、待ち時間が有意義な時間になる情報が欲しいです。例えば、自分の検査の意味を知るとか。スマホでそういった情報が見られるともっと嬉しいですね。

石心会ニュース①

川崎幸クリニックでひざ外来スタート



ひざの痛みの原因として、最も多いと言われているのは変形性ひざ関節症です。加齢やひざの酷使が原因でひざ軟骨がすり減り、関節内に炎症が起きることで痛みが生じる病気です。

変形性ひざ関節症は、比較的高齢者や女性に多いと言われていますが、日ごろから仕事やスポーツでひざに負担をかけることが多いと30～40代の方や男性でも発症することがあります。

また、わずかな症状から始まり少しずつ進行するため、気付いた時には病状が進行していることがあります。

ひざに違和感、こわばり、痛みなど気になる症状があれば一度医師に相談することをおすすめします。

川崎幸クリニックでは、同グループ さいわい鶴見病院 大澤克成医師(関節外科)の『ひざ外来』が始まりました。患者さんの病状を正確に診断し、適切な治療法を選択・提案させていただいております。特に手術においては人工関節だけでなく患者さんご自身の《ひざ》を残す治療である関節温存手術「ひざ周囲骨切り術」に力を注いでおります。

ひざの痛みに関する治療・手術のLINE相談も開始しましたのでひざでお悩みの方はご相談下さい。

川崎幸クリニック

診療日：毎週金曜14:00～16:30
外来予約番号 ☎044-511-2112



変形性ひざ関節症に対する新しい治療

さいわい鶴見病院 『再生医療外来』では、変形性ひざ関節症に対する新しい治療法「PRP-FD」を開始しました。

再生医療は、からだが出来持っている回復能力を利用して、臓器の修復を目指す医療です。

ひざの再生医療、PRP-FD治療は、ご自身の血液から、自然治癒の作用をもつ血小板機能を抽出し活用することで、傷んだ組織の修復や関節炎の症状軽減を促進することができる治療法です。

鎮痛剤やヒアルロン酸注射を使用しているものの手術に踏み切れない方、高齢などを理由に手術ができない方などお気軽にご相談ください。

再生医療 (PRP-FD) の3つの特徴

①自らの再生能力を利用

血液に含まれる、修復・再生能力を利用し、関節内の環境を改善するため長期的な効果が期待できます。

②体に負担の少ない治療

採血・注射のみの治療のため、体への負担が少なく、手術や入院も不要です。

③副作用のリスクが少ない

PRP-FD注射は、ご自身の血液を利用します。そのため、アレルギー反応や拒否反応などのリスクが少ないです。

さいわい鶴見病院

診療日：毎週月曜 14:00~16:00

※第三週は休診

外来予約番号 ☎045-581-1417



私の街紹介

～川崎マリエン～

ビーチバレーボール トップ選手の練習拠点

川崎マリエンは、市民と港の交流を深めるために生まれたコミュニティ施設です。

2018年にビーチバレーボールナショナルトレーニングセンター※競技別強化拠点に指定され、日本のトップクラスの選手たちが、オリンピック出場を目指して練習しています。

※トップアスリートが強化活動に専念するために、国が指定する拠点。



マリエン外観（ビーチ）

病院がつくった健康情報サイト

みんなの健康塾ちゃんねる

6・7月の
予定から

公式 LINE
QRコード



役にたつ医療・健康情報が無料で閲覧できる「みんなの健康塾ちゃんねる」では、聞きたくても聞くことが出来なかった情報や、知っていれば未然に病気を防ぐことができる情報など盛りだくさん！

公式 LINE を登録して、チェックしてみてくださいね！

Pick
UP

コンテンツ

【心臓外科医が教える】心臓弁膜症の手術と病院の選び方

川崎幸病院 川崎心臓病センター長／心臓外科主任部長の高梨秀一郎医師による「心臓弁膜症」の手術や病院の選び方のお話です。「心臓弁膜症」は、テレビCMや新聞で特集されるなど近年注目度が高い疾患となっています。心臓疾患の専門家による解りやすく、詳しい動画を是非ご覧ください！



6 & 7月更新予定コンテンツ

※更新内容は変更になる場合があります。予めご了承ください。

- みんなの健康塾ちゃんねるポケット版 6月号
- 【心臓外科医が教える】心臓弁膜症の手術と病院の選び方
- いま、あなたができること ～献血編～
- 健口体操で誤嚥を防ごう！
- 見つかりにくいすい臓がん ～すい臓がんの高リスク群～
- カラダよろこぶ健康定食
- みんなの健康塾ちゃんねるポケット版 7月号
- フクスケの人間ドック体験レポート
- 変形性膝関節症の骨切り術のお話
- フクスケ脳トレVol.10 ～絵探し編～

