



# まるくり

## インフォメーション

人間ドック・健康診断施設



### 協会けんぽご加入の被保険者の方へ

協会けんぽ 横溝 誠  
経営管理部 顧客管理課



協会けんぽは、全国健康保険協会(以下、協会けんぽ)生活習慣病予防健診実施機関に認定されております。生活習慣病予防健診(一般健診)は協会けんぽより補助が受けられ、自己負担金も少なくご受診いただけますので、ぜひ当クリニックで健康診断をご受診ください。年に一回の健康診断ですので、より充実した検査をご希望の方には、協会けんぽドックをご用意しております。ぜひこちらをご利用ください。※40歳・50歳の方は、付加健診の受診対象となります。

対象者: 一般健診(35歳から74歳の被保険者の方)を受診予定の方

全国健康保険協会 生活習慣病予防健診 検査項目一覧表

検査項目	一般健診	付加健診 (40・50歳時)	協会けんぽ ドック	
問診	既往歴・業務歴の調査、自覚症状・他覚症状の有無の検査	●	●	
身体計測	身長、体重、肥満度、体脂肪率、BMI、腹囲測定	●	●	
血圧測定	血圧測定	●	●	
眼科系検査	視力	●	●	
	眼底 眼圧	—	●	
聴力検査	オーディオメーター(1000Hz・4000Hz)	●	●	
尿検査	比重、PH、蛋白、糖、ウロビリノーゲン、ビリルビン、ケトン体、潜血	●	●	
	尿沈査	—	●	
呼吸器系検査	胸部X線 正面(直接撮影)	●	●	
	肺機能	—	●	
胃腸系検査	胃部X線(直接撮影)、免疫学的便潜血(2日法)	●	●	
超音波検査	腹部エコー(肝臓・胆嚢・腎臓・膵臓・脾臓・腹部大動脈)	—	●	
循環器系検査	心電図(安静時12誘導)、心拍数	●	●	
血液検査	血液学検査 赤血球、白血球、血色素、ヘマトクリット、血小板	●	●	
	血清学検査 CRP	—	●	
	末梢血液像 好中球、好酸球、好塩基球、単球、リンパ球	—	●	
肝機能検査	AST(GOT)、ALT(GPT)、γ-GTP、ALP 血清蛋白、アルブミン、総ビリルビン、LDH	●	●	
	脂質検査 総コレステロール、中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール non-HDLコレステロール	●	●	
糖尿病検査	血糖	●	●	
	ヘモグロビンA1c	—	●	
痛風検査	尿酸	●	●	
腎機能検査	クレアチニン・eGFR	●	●	
	尿素窒素	—	●	
膵機能検査	血清アミラーゼ	—	●	
診察	理学的所見(身体診察)	●	●	
医師面談	医師による結果説明、健康相談	●	●	
全国健康保険協会からの補助金額(税込)		11,666円	11,935円	11,666円
自己負担金額(税込)		7,150円	16,451円	21,780円

お申し込み  
お問い合わせ先

医療法人 溪仁会  
**溪仁会円山クリニック**  
〒064-0820 札幌市中央区大通西26丁目3-16  
健診実施日: 火曜日～土曜日(日曜日・月曜日休診)

TEL (011)611-7766 FAX (011)611-7539  
E-mail clinic@kejinkai.or.jp  
HP https://www.kejinkai.com/maruyama/



VEGETABLE 環境に優しい植物油インキを使用しています。

# サラネット

溪仁会グループの“いま”をお届けする、保健・医療・介護・福祉のフリーペーパー

# サラネット

2021  
春

サラネット 2021 春号  
発行者/医療法人 溪仁会 法人本部

「サラネット」への  
ご意見やご要望、ご感想  
などを送って下さい。

https://www.kejinkai.com  
〒006-0811 札幌市手稲区前田1条12丁目2番30号 溪仁会ビル3F 医療法人 溪仁会「サラネット読者」係  
TEL (011)699-7500 FAX (011)699-7501

溪仁会グループ

特集

## 新型コロナウイルス感染症 感染拡大防止対策のこれから

溪仁会グループ

特集

## 02 新型コロナウイルス感染症 感染拡大防止対策のこれから

・医療法人溪仁会 理事長 田中 繁道  
 ・社会福祉法人溪仁会 理事長 谷内 好

## 05 溪辞苑 溪仁会グループの感染症対策

## 06 暮らしのPOINT[臨床検査編]

「睡眠時無呼吸症候群(閉塞性SAS)」  
 札幌西円山病院 臨床検査科 臨床検査技師 菅原 未都暉

## 07 見たい!知りた!サラビット

「利用者さんの自立と、安心のために」

## 08 キラビト

「地域の皆さんの健康について『考え』『動く』仕事です」  
 溪仁会円山クリニック 経営管理部 顧客管理課 主任 永田 透

## 09 元気のもと

デイサービスセンターおおしま 生活相談員 高橋 倫子

## 思い出の本・映画・音楽紹介

医療法人稲生会 理事長 土島 智幸

## 10 SALAかんたん体操

「寝る前の3分間ストレッチ」  
 溪仁会円山クリニック 運動指導科 健康運動指導士 鈴木 雄人

## 11 医学ひとくち講座

「不育症 —治療も増えてきた、流産を繰り返す病態—」  
 手稲溪仁会病院 不育症センター センター長 兼 オンコロジーセンター ゲノム医療センター長 山田 秀人

## 13 栄養士さんのひとSALA

「免疫力UP!! 蒸し大豆とひじきのサラダ」  
 きもべつ喜らめきの郷 栄養管理課 森田 郁海

## 14 教えて!〇〇さん

「回復期リハビリテーション病棟について」  
 札幌溪仁会 リハビリテーション病院 地域連携室 医療ソーシャルワーカー 菅原 哲朗

## 15 溪仁会人

「どんな相談にも応じる地域のかかりつけ医。多職種の連携で総合診療を実践しています」  
 手稲家庭医療クリニック 院長 大塚 亮平

## 16 TopiKs

## 19 手稲溪仁会病院 提携医療機関のご紹介

医療法人社団 わがつま小児科 院長 我妻 浩治 医師

## 20 溪仁会グループの社会的使命・事業理念 溪仁会グループ ラジオ放送のお知らせ

## 21 施設一覧

## 23 まるくりインフォメーション

「協会けんぽご加入の被保険者の方へ」  
 溪仁会円山クリニック 経営管理部 顧客管理課 横溝 誠

特集

# 新型コロナウイルス感染症 感染拡大防止対策のこれから



爆発的な感染拡大は収まったものの、首都圏における感染者数の下げ止まり、変異ウイルスの増加など、いまだに予断を許さない新型コロナウイルス感染症。溪仁会グループの医療法人溪仁会、社会福祉法人溪仁会では、初期段階からどのように対応し、その経験を踏まえて今後どのような方向性をめざしていくのか——。両法人の理事長が対談形式で語ります。

医療法人溪仁会  
理事長

田中 繁道

社会福祉法人溪仁会  
理事長

谷内 好



新型コロナウイルス感染症が感染拡大をはじめた、2020年初頭の状況などをお聞かせください。

田中 横浜港のクルーズ船で感染拡大の報道がなされた頃は、医療関係者として注視はしておりましたが、2020年2月に札幌市で陽性者が確認されると、各病院内に緊張が走ったのを覚えています。これはもう、対岸の火事ではないということで、発熱や倦怠感などがある患者さんが訪れた場合に備えてトリアージ外来(P5「溪辞苑①」参照)を設置するなど、準備が急ピッチで進められました。

谷内 介護施設においても緊張感はありましたが、当初は切迫したものではなかったように思います。インフルエンザ、ノロウイルスなどの感染症に対応してきた経験もあったからです。ところが、4月に札幌市の介護老人保健施設で大規模なクラスターが発生したことで、新たなマニュアルの策定を迫られました。厚生労働省が随時発表した、高齢者施設における感染対策の指針を基準としながら、現在まで7回の改訂を重ねて独自の指針を運用しています。

【サラネット】

「サラ」はイタリア語で「ホール」の意味。皆さんと一緒に健康や福祉、医療について語る集いのホールになればと考えます。

こちらからもアンケートサイトへアクセスできます



サラネット 読者アンケートが、WEBサイトからも回答できるようになりました

たくさんのご意見・ご感想をお待ちしていますので、ぜひご回答をお願いいたします



## 新型コロナウイルス感染症 感染拡大防止対策のこれから

### 医療機関・介護施設での感染対策物資の入手は いかがでしたか。

**谷内** 社会福祉法人内の施設においては、感染対策に使用する物資や備品が幸いにも不足することはありませんでした。当時、物資や備品の在庫状況について、法人対策本部で情報交換を行っていたことを覚えています。

**田中** 医療・介護施設では、国の手厚いサポートもあり、ある程度、物資や備品は確保していました。医療法人への支援はタイムラグがあったため、当初はN95マスクを、国の見解を受けて複数回滅菌をして使用し、現在もフェイスシールドは消毒しながら再利用を行っています。



### “溪仁会グループだからこそ”といったメリットは、 ほかにもありましたか。

**田中** 新型コロナウイルスに感染した患者さんを急性期の手稲溪仁会病院で受け入れて、回復後に定山溪病院・札幌西円山病院などの慢性期病院で受け入れてもらったケースがありました。病床を空けないと、新たな患者さんを受け入れることができませんので、その流れがスムーズに行えることもグループのメリットですね。

**谷内** 医療法人の感染管理認定看護師(ICN:Infection Control Nurse)に、感染拡大防止対策などについてアドバイスをいただいたことが大きかったですね。老人保健施設や特別養護老人ホームがある「岩内コミュニティの丘」(岩内郡岩内町)には実際に現地でご指導をいただきました。

**田中** 手稲溪仁会病院の感染制御チームが伺って、主に感染管理認定看護師から施設での感染防止対策として弱い部分、足りない内容などを、病院での経験をもとにお話しました。

**谷内** 施設によって感染対策に温度差が見られるケースもあったのですが、専門の看護師からのご指導は新たな気づきにつながったのではないかと思います。まとめていただいたレポートは各施設に水平展開しました。



### 医療法人内でも、 同じような指導は行われていたのでしょうか。

**田中** 手稲溪仁会病院にCMAT(P5「溪辞苑②」参照)という医師から事務スタッフまでが加わるチームを設けています。当グループの職員から新型コロナウイルスの陽性者が出ていますが、その際にはCMATが施設に行って、事後の対策などについて協力を行いました。

**谷内** 検体検査が自前でできるようになったことも大きいですね。これもグループならではの強みだと思います。

**田中** そうですね。7月には手稲溪仁会病院で検体検査ができるようになっていました。接触者の検体を手稲溪仁会病院に運んで、スピーディーに検査できたおかげで、スムーズに通常体制に戻すことができたと思っています。

**谷内** 社会福祉法人では職員や利用者さんに新型コロナウイルス陽性の方が出ました。幸い、保健所の指示に従うことにより感染拡大をすることはありませんでしたが、グループ内にこうした態勢があることは大きな安心感につながります。

**田中** その一方で、2020年の秋から冬にかけてグ

ループ内でも感染が広がり、患者さん、ご家族、地域の方々には大変なご心配をおかけしました。その経験を無駄にしないよう、そこで得た知識を整理し、感染予防対策に役立てようと立ち上げたのが先にお話したCMATです。

### 大きな負担を強いられる 医療・介護スタッフへの対応は？

**田中** スタッフは、感染する危険と隣り合わせであるうえに、感染源となるリスクを回避するため、移動などが著しく制限されています。一部で医療従事者が誹謗中傷の対象になるなど、やりきれない現実もあるなか、グループ内の相談室での面談などを通して、心のケアに努めています。

**谷内** 介護施設でも同じです。利用者さん、ご家族への感染対策に加えて、特に若いスタッフのメンタルケアを十分に行うよう、各現場にはお願いしています。

**田中** 現場は今も、大きなプレッシャーに晒されていることは確かです。一方で、危機感を共有し、少しでも良い方向へ進めようという意識が現場の一体感を生んでいるというプラス面も感じられます。病棟に心やすらぐ川柳を飾ったりするなど、殺伐としがちな現場の改善も行われています。

**谷内** スタッフだけではなく、入居者さんやご家族にも面会を制限せざるを得ないという状況が続きました。デジタルツールを活用したオンライン面会も行っていますが、直接触れ合って話す温かみにはかなわないと思っています。

**田中** そうしたなか、スタッフにも大きな力となっているのが、多く寄せられている感謝の言葉です。

**谷内** 面会は制限したものの、そこまでして大切な家族を守ってくれているという感謝の声も届いています。より一層、対策に力を入れなければならないと思っています。



### 新型コロナウイルスの収束は、 まだ見通せない状況ですが、 今後の方向性などをお聞かせください。

**田中** このウイルスについては、データの蓄積によりかなり詳細がわかってきている部分もあるので、的確に対応しながら“コロナがある”という前提のもと、患者さん・利用者さんに安心してサービスをご利用していただける環境をつくっていくことが目標です。

**谷内** 2021年度に改訂される介護保険制度には、新型コロナウイルス感染症を盛り込んだBCP(事業継続計画)の策定とシミュレーションの実施が盛り込まれます。これにともなって、感染対策をより強化していくとともに、全職員にワクチン接種を行ってもらうための環境づくりが大切だと考えています。

**田中** 溪仁会グループとして、地域にも情報を伝えていくことは、とても大切だと思います。医療現場では、高血圧・糖尿病・高脂血症など慢性疾患の患者さんが通院を控える傾向にあり、心筋梗塞や脳卒中のリスクが高まる懸念されます。

**谷内** 通所サービスの場合も、感染を恐れて利用を控える傾向にあり、利用者さんがフレイル(P5「溪辞苑③」参照)に陥る危険が考えられます。そこで、安心してご利用いただけるよう、地域活動を通して正しい情報を提供したり、心配ごとについて伺うなどの対応を進める必要性を感じています。

**田中** 新型コロナウイルスを“うつさない・うつらない・持ち込まない”という原則を再確認し、安心してサービスをご利用していただける体制とマインドづくりが急務となっています。

※対談はパーティション設置など、感染防止対策のもと行いました。

① トリアージ外来  
 【とりあーじがいらい】  
 感染防止を図るための外来  
 トリアージとは、「選別」を意味するフランス語で、一定の基準に従って優先順位を決めることを言います。医療の分野では、たとえば災害発生時に、負傷者を重症度などに基づいて判定し、優先順位を決めることで治療の効率化を図り、より多くの命を救うために用いられます。新型コロナウイルス感染症においてもこの考え方が用いられており、病院内における感染拡大を防止し、一般診療の体制を守るため、患者さんの受付時に発熱、呼吸器症状、倦怠感などの有無で選別・隔離などを行います。そのために専用に設ける外来をトリアージ外来と呼んでいます。



② CMAT【しーまっと】  
 コロナの被害を抑えるチーム  
 新型コロナウイルス感染症による「病院内の被害を最小限に抑える」ことを目的として手稲溪仁会病院が独自に発足した組織で、COVID-19機動対策チーム(COVID-19 Medical Association, Medical Team)の略称です。医師1名・看護師2名・ロジスティクス(医薬品・資器材管理者)1名で構成され、新型コロナウイルスの現地対策本部の活動支援および関係機関との情報共有・連絡調整支援を行います。溪仁会グループの施設に赴き、検査体制、リスク管理方法の指導、施設内のゾーニング、職員への状況報告、対策の進め方の指導などを実施しました。



## 溪仁会グループの感染症対策

- 職員にマスクの着用、手指衛生を適切に実施しています。
- 職員は毎日の検温等で健康状態を適切に管理しています。
- 職員が体調不良を訴えた場合に適切な対応を講じています。
- 患者さん・利用者さん・取引業者さんなどに対して、マスクの着用、手指衛生、検温など、適切な実施を指導しています。
- 面会(入院患者さん・入居者さん)を原則禁止としています。
- 受付における感染予防策(飛まつ防止対応など)を講じています。
- 一定の距離を保てるよう必要な措置を講じています。
- 共用部分、共有物等の消毒、換気等を適時・適切に実施しています。
- 職員の行動については、新北海道スタイルを遵守するよう指導しています。
- 職員へ原則「新型コロナウイルス接触確認アプリ」の活用を促しています。



## 第13回 溪辞苑

難しい保健・医療・介護・福祉の言葉を、わかりやすく解説します。

専門職が教える

# くらしのPOINT [臨床検査編]



溪仁会グループで働く医療技術職や専門職のスタッフが、その豊富な経験と知識から、家庭で役立つ暮らしのポイントをお届けします。

## 睡眠時無呼吸症候群 (閉塞性SAS)

### 睡眠時無呼吸症候群とは？

睡眠時無呼吸症候群(Sleep Apnea Syndrome、以下SAS)は、睡眠中に呼吸が止まる、または浅く、弱くなる疾患です。主に閉塞性と中枢性に分けられますが、今回はその大半を占める閉塞性SASを取り上げます。

### 閉塞性SASはどのような人になりやすい？

閉塞性SASは、睡眠中に鼻や口から肺に至る気道(空気の通り道)が狭くなり、塞がってしまう疾患です。日本人は下顎骨の形成異常が原因となるケースが多く、ほかにも扁桃の肥大や、肥満の方も要注意です。また女性はホルモンバランスの変化から、閉経前後にSAS罹患率が3倍に急増するとも言われています。



### 症状の進行によるリスクは？

肥満に伴う高血圧、脂質異常、耐糖能異常\*と合併して、心血管病、脳卒中、慢性腎疾患(CKD)を併発しやすいことが判明しています。また胃食道逆流症(GERD)、妊娠高血圧症候群、居眠り事故などの一因としてSASが関与していることもあります。

\*糖尿病と診断されるほど高血糖ではないものの、血糖値が正常より高い状態にあること。

### 家庭でできる対策は？

睡眠時のいびきや寝相の悪さ、寝汗、夜間頻尿、不眠に加え、日中の倦怠感や頭痛、記憶力や集中力の低下、抑うつ状態、性機能障害(ED)が閉塞性SASのサインです。鼻呼吸テープや横向きで寝るなど簡単な対策はできますが、絶対的な予防法がないため、症状に気づいたら医療機関での検査をおすすめします。自宅でもできる簡単な検査もあるので、気軽に受診してください。症状の早期発見のため、ご家族に睡眠時の様子を聞いたり、睡眠記録アプリを活用するのも効果的です。



札幌西円山病院  
 臨床検査科  
 臨床検査技師  
 すがわら みつき  
 菅原 未都暉



# 見たい! 知りたい! サラビット

普段は見えないサービスの仕組み。知っているようで、意外と知らない実際。保健・医療・介護・福祉の“見たい”“知りたい”にサラネットのマスコット「サラビット」が迫ります。

## 利用者さんの自立と、安心のために

白石区をはじめとした地域の皆さんに親しまれている「デイサービスセンター白石の郷」。ここでは地域と連携した介護・福祉サービスを提供しているんだ。今回はコロナ禍における取り組みや、新しく始まった利用者さんの自立支援について聞いてきたよ。

デイサービスセンター白石の郷 〒003-0024 札幌市白石区本郷通3丁目南1-16 (コミュニティホーム白石 併設) 電話:011-864-3100



案内してくれたのはこのお二人  
 デイサービスセンター白石の郷 所長 みずしま しげき  
 左 水島 茂樹さん  
 主任 なりた よしろう  
 右 成田 佳朗さん

## 万全の対策とみんなの心構えで健康を守る!

デイサービスセンター白石の郷では、新型コロナウイルス感染症予防のために、さまざまな対策を行っているよ。



食堂では、テーブルに仕切り板を取り付け、椅子が向かい合わせにならないように配置しているよ。共用の手すりや車椅子、トレーニングマシンは、使用のたびごとにアルコール消毒を欠かさず行っているんだ。

入浴前は脱衣完了後にマスクを外し、入浴後すぐのマスク着用を徹底しているよ。入浴中もなるべく喋らないように心がけているんだって。

職員や利用者さんが施設内に入室する時は、マスクの着用、アルコール消毒、検温を実施中。みんなが忘れずに対策を行うことで、施設の安心・安全が守られているんだね。

- ほかに
  - 送迎車のアルコール消毒
  - 1時間に1回の室内換気
  - 職員ロッカー内での三密回避
  - 食事前後の手洗い

## 自立支援のために施設内独自の通貨を発行!

2021年2月から施設内通貨「サンキュー」を使った自立支援プログラムを始めたんだって。これは「見守り介護」の観点から、利用者さんの自発的行動を促すことが目的なんだ。施設でお仕事をしてもらうことで、その対価に見合った通貨(サンキュー)をお支払いして、社会活動を楽しんで活力を養ってもらおうんだって。



貯めた通貨でどんなことができるのかな?それはまだヒミツみたいだよ。ワクワクしちゃうね!



仕事内容には食事の後片付けや帰る前のゴミ集めなどがあるんだね。みんな楽しそうだな。ほくもやってみよう!



※読み取りたいQRコード以外を指で隠してご利用ください。

# キラビト

溪仁会グループの現場でキラリと輝く職員、それが「キラビト」です。職場を支える個性豊かなバイタリティを持つ「キラビト」たちをご紹介します。

溪仁会円山クリニック  
 経営管理部  
 顧客管理課 主任  
 ながた とおる  
 永田 透



## 「考え」「動く」仕事です。地域の皆さんの健康について

当クリニック顧客管理課の渉外としての主な業務は、契約先の企業や各健康保険組合と打ち合わせをして、その団体に所属する従業員さんの年間の健康診断(以下 健診)実施スケジュールを決めていくことです。実施する企業や団体は健診を希望される時期が重なることが多く、できる限り皆さんの要望に応えられるように日程を組むのが腕の見せどころです。

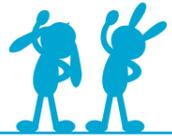
健診は、病気にかかっていない、もしくは特に自覚する症状がない方に行う場合がほとんどです。「今は何ともないから受けなくてもいい」と思われるかもしれませんが、早期発見という言葉があるように、病気の症状が進行してからでは遅いのです。病はいつ、どこまで進んでいるかわかりませんので、定期的な健診はとても大切だと思います。よく「クリニックの渉外ってどういう仕事なの?」と聞かれることがあります。そんなとき、私は自信を持って「健康を保つためのお手伝いをしています」と答えています。

現在の部署は9名体制で業務を行っています。契約先と各自が一人で商談を行うことが多いので、主任として課を一つにまとめるのも重要な職務です。部下の状況を考えながら、全体で目標を達成できるよう日々精進しています。この仕事に必要なのは「準備」と「把握」です。訪問する企業や団体の例年の動きや要望を把握し、先回りして準備に取りかかることがスムーズな健診へとつながります。

仕事を通じて思うのは“健康は自分で守るもの”ということです。しかしながら自分の体のことを理解していなければ、本当に健康かどうかすらわかりません。健診ではデータが数値化されて、いま体がどのような状態なのか一目瞭然となります。気になる症状が出てしまう前に定期的な健診を受けて、いつでも元気な体づくりを目指しましょう。

【健診実施機関の顧客管理】  
 企業や各健康保険組合と連携を図り、必要に応じた集団健診を提案する職種。溪仁会円山クリニックでは地域の健康づくりのために、専門の営業職を配置し、きめ細やかに顧客ニーズに対応しています。

# かんたん体操



浜仁会円山クリニック  
運動指導科  
健康運動指導士  
すずき ゆうと  
**鈴木 雄人**  
(本文・モデル)

## 寝る前の3分間ストレッチ

質の良い睡眠は免疫力を維持するために欠かせない要素の一つです。寝る前にストレッチを行い、体をリラックスさせると睡眠が促され、効果的です。無理をせず、のんびりと取り組んでみてください。

### 肩周り

呼吸を続けながら  
30秒間キープ



★反対も同様に行う

### お尻

呼吸を続けながら  
30秒間キープ



★反対も同様に行う

### 胸～腰

呼吸を続けながら  
30秒間キープ



★反対も同様に行う



## 元気のもと

デザイナービスセンターおおしま  
生活相談員  
たかはし ひろこ  
**高橋 倫子**

私がデザイナービスセンターにおおしまに勤務して早20年。以前は食べ物の好き嫌いが多く、気仙沼出身にもかかわらず、赤みの刺身以外の海の幸は「大嫌い」でした。特に雲丹や牡蠣、海鞘などはもってのほかで、人生で一度しか口にしたことがなかったくらいです。形や磯の香りでさえも受け付けませんでした。

（食べてみなさいの意）と勧められ、海の幸を初めて口にしたとき「たんまげだー！（びっくりしたの意）こんなおいしいもの、食ったごどねえ！（食べたことがないの意）」と言いたくなるほど、新鮮で美味しい海の幸ばかり…。

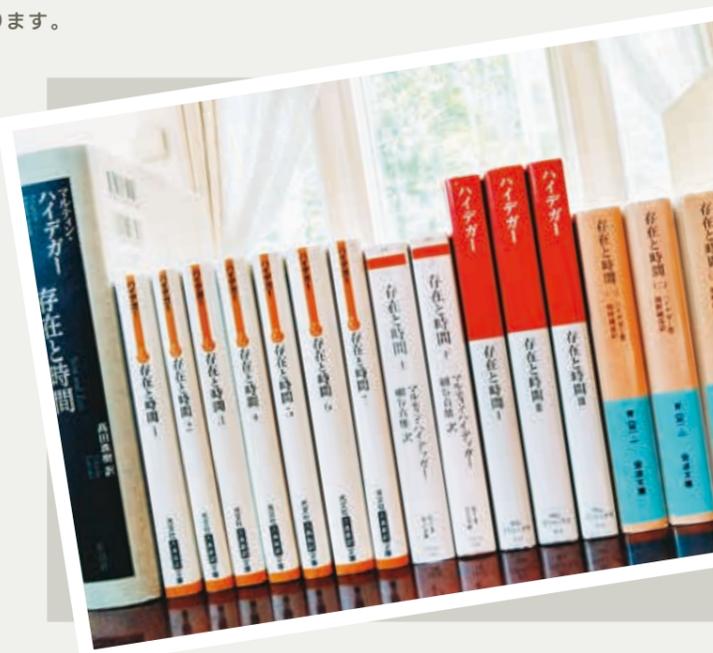
この20年間で今まで大嫌いだった海の幸が、今では大好きになり、季節になると決まって海の幸を食べるようになりました。特におすすめなのが、大島産の牡蠣と海鞘。新鮮なのはもちろん、その質の良さが自慢です。私は日本一だと思っております。その栄養価も高く、たんぱく質・亜鉛が豊富で、タウリンも多く含まれており、疲労回復（特に肝臓）や美容（肌・髪など）、ストレスの緩和などにも絶大な効果が期待できるということです。

以上のことから、私の「元気のもと」は「気仙沼市大島のとっても新鮮な海の幸を沢山食べること」です。百聞は一見にしかず、みなさんもぜひ大島自慢の海の幸をご賞味あれ!!

## 思い出の本・映画・音楽紹介

浜仁会職員の心の琴線に響いた作品への思いを、本人の言葉で綴ります。

私は哲学書を読むのが好きだ。高校時代に初めて手にしたのがハイデガーの『存在と時間』。「存在」「不安」「死」…当時の私が抱えていた苦悩に答えてくれるのではと思ったが全く歯が立たず。四半世紀を経て再び挑戦している。翻訳書については複数を読み比べるのが私のスタイル。新型コロナの影響もあり、2020年5月からオンラインで始めた「哲学学校」(futurecreating.net)では、中公クラシックス版を使用して毎回10名弱の参加者とともに読み進めている。私はクリスチャンでもあるのでもちろん聖書も愛読書である。今のような世界的状況にあって、哲学と信仰がより求められていると思う日々である。



医療法人稲生会 理事長  
どばた ともゆき  
**土島 智幸**

## 不育症 —治療法も増えてきた、流産を繰り返す病態—

子どもを産むことができない、といえは不妊症を思い浮かべる方が多いかもしれませんが、妊娠はするものの流産や死産を繰り返す「不育症」は、あまり知られていません。子宮形態異常、甲状腺機能異常、自己免疫疾患など、さまざまな原因があり治療法も多岐に渡ります。今回は2021年1月に道内で初めての不育症センターを立ち上げた手稲溪仁会病院の山田秀人 センター長に、不育症治療の現状と取り組みについて聞きました。

### 「不育症」とはどのような病気ですか？

不育症は、ひとことで言うと流産や死産を繰り返す病気です。流産には、自然流産や切迫流産などさまざまな分類がありますが、そのうち反復流産・習慣流産と呼ばれる、2回以上の流産の既往(過去に発症した経験)がある場合が不育症です。

流産の既往が2回以上ある不育症の患者さんは、人口の5%程度います。20組に1組のカップルにその可能性があり、決して頻度の低い病気ではないと言えます。ただし、妊娠はできるため不妊治療を受けることができません。また、不育症を標榜している産科クリニック等はあるものの、現在、専門の窓口が北海道内にはないのが現状です。また、そもそも不育症という病気であることが、認識できていないケースも見受けられます。

そこで、手稲溪仁会病院では、不育症について気軽に相談ができ、的確なスクリーニング(病気の可能性を見つける検査)やエビデンス(医学的根拠)の明確な治療を行う「不育症センター」を開設しました。

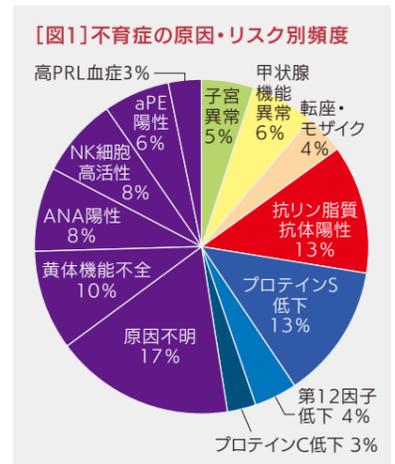
### 不育症の検査はどのように行われますか？

AMED(国立研究開発法人 日本医療研究開発機構)の委託事業によってまとめられた「不育症管理に関する提言2021」に基づいてスクリーニングが行われます。専門的な内容のため、詳細は割愛しますが、不育症に影響を与える要因(年齢、身長、体重、BMI、喫煙歴、アルコール摂取量、カフェイン摂取)や、次回の妊娠で無事に産める確率に関わる既往流産回数などについての問診から、スクリーニングはスタートします。というのも、既往流産回数が増えるほど次回の流産確率は高まりますが、もちろん今後も妊娠の可能性があるので、

このほか、推奨されているスクリーニングとしては、不育症例において高頻度で認められ、流産とも関係する「子宮形態異常」、流産と明確な関連性がある「内分泌検査(甲状腺機能)」、染色体の異常を調べる「夫婦染色体検査」、流産・妊娠高血圧腎症と関連のある「抗リン脂質抗体検査」などがあります。

### 不育症の原因には、どのようなものがありますか？

【図1】のような、なんらかの異常が原因とされています。たとえば甲状腺機能低下症があると代謝が低く、受精卵が育ちにくくなります。また、抗リン脂質抗体が陽性だったり、プロテインS低下がみられると血液が固まりやすく、胎盤に詰まってしまう、赤ちゃんが育たない原因ともなります。なお、左側の紫の部分は原因不明とされているもので、全体の約半数を占めています。不育症の原因と治療法を【図2】に示します。このように、不育症の半数近くは原因不明であり、有効な治療・予防法が確立されていないなか、私は、人の免疫に関わる重要な分子(HLAクラスII分子)によってできるネオ・セルフ



抗体(β2GPI/HLA-DR抗体)という自己抗体(自分の体の成分に対して攻撃を行うタンパク質)が、不育症の原因とされる抗リン脂質抗体の一種であることを発見しました。そして研究を行った結果、不育症227組のうち、原因不明とされた54%のうち、20%がネオ・セルフ抗体陽性であることがわかりました。前述したように抗リン脂質抗体が陽性の場合、血が固まりやすくなるため、たとえば抗血栓・抗凝固療法といった治療法が確立すれば、原因不明の割合を下げるができます。現在もこの研究は続いています。

### 新たな治療法などはありますか？

私が1993年から取り組んできた、免疫グロブリン大量療法という治療法があります。免疫グロブリンとは、血液や体液中にある抗体のことで、これを妊娠初期に投与します。4~14回の流産歴がある不育症患者さん71人にこの治療

法を行ったところ、52人(73%)が子どもを持つことができました。出産にいたらない染色体異常の妊娠を除いて計算すると、有効率は90%にのびます。この治療法については、全国の医科大学などで二重盲検法\*による治験が行われ、2021年2月に効果が実証されました。現在、保険適用に向けて準備が進んでいます。

まだ治療法が開発途上にあるともいえる不育症ですが、絶望する必要はありません。流産を繰り返しても、赤ちゃんが生まれる可能性が高いからです。ただ、年齢によっては1回でも流産があれば主治医に不育症の検査について相談することをお勧めします。多くの自治体には不育症の検査や治療に対する助成金制度があります。手稲溪仁会病院の不育症センターでは、保険適用の検査法からはじめ、結果にもとづいて治療法の検討を行っていきます。お気軽にご相談ください。

【図2】不育症の原因と治療法

	原因		治療法	
	母体因子	夫婦因子	母体因子	夫婦因子
母体因子	子宮異常		子宮形態異常 子宮腔癒着症 子宮筋腫 頸管無力症	子宮形成 癒着剥離 筋腫核出 頸管縫縮
	内分泌代謝異常		黄体機能不全 甲状腺機能異常 耐糖能異常	ホルモン療法、排卵誘発、 ドーパミン作動薬 内科的治療 内科的治療
	感染症		梅毒、クラミジア	抗生剤
	自己免疫疾患		抗リン脂質抗体 凝固異常症	ステロイド、アスピリン アスピリン、ヘパリン アスピリン、ヘパリン
	夫婦因子	染色体転座保因者、遺伝性疾患		カウンセリング、着床前診断
母体因子	血液型不適合		血漿交換、胎児輸血	
原因不明	2~3回流産		アスピリン、黄体ホルモン テンダーラビングケア	
	4回流産/3回流産でNK細胞高活性		免疫グロブリン大量療法	

\*関わる全ての人が、どのような薬を投与するのか不明のまま行われる治験方法。



手稲溪仁会病院  
不育症センター センター長  
兼 オンコロジーセンター  
ゲノム医療センター長  
山田 秀人

### プロフィール

- ・苫小牧市立総合病院
- ・北海道大学病院
- ・神戸大学医学部附属病院
- ・米国立衛生研究所
- ・ハーバード医学校
- 大阪大学招聘教授
- 日本産科婦人科学会産婦人科専門医
- 日本産科婦人科学会産婦人科指導医
- 日本生殖医学会生殖医療専門医
- 日本人類遺伝学会臨床遺伝専門医
- 日本不育症学会暫定認定医
- 日本女性医学学会女性ヘルスケア暫定指導医
- がん治療に携わる医師を対象とした緩和ケアに関する研修修了
- 日本産婦人科感染症学会理事長
- 日本生殖免疫学会常任理事
- 日本女性栄養・代謝学会常任理事
- 日本不育症学会理事
- 日本母性衛生学会理事
- 日本生殖医学会評議員
- 日本周産期・新生児医学会評議員
- 日本妊娠高血圧学会評議員
- 日本母体胎児医学会幹事
- 新胎児医学研究会幹事
- 日本糖尿病・妊娠学会評議員
- 日本女性医学会、日本免疫学会、日本血栓止血学会、日本性感染症学会、周産期新生児感染症研究会代表世話人
- 日本産科婦人科学会周産期における感染に関わる小委員会委員長

# 栄養士さんの ひとSALA

免疫UP!!  
蒸し大豆とひじきの  
サラダ

## 1人分の 栄養価

エネルギー …… 134kcal  
たんぱく質 …… 7.3g  
脂質 …… 9.0g  
カルシウム …… 41mg  
鉄 …… 1.7g  
食物繊維 …… 3.8g

免疫力UPには腸内環境を整えることが重要です。今回使用する蒸し大豆は食物繊維が豊富な上、大豆オリゴ糖も含まれており、腸内環境を整えるためにとても便利な食材となっています。あっという間に作れる一品ですのでぜひお試しください。



## 材料(3人分)

蒸し大豆 …… 100g  
干しひじき …… 大さじ1(3g)  
人参 …… 1/3本(50g)  
ツナ缶(油漬) …… 1/2缶(35g)  
砂糖 …… ひとつまみ  
A マヨネーズ …… 大さじ1(12g)  
塩こしょう …… 少々

## POINT!

- 干しひじきは、レンジでは時短のため電子レンジを使用していますが、水で戻していただいても大丈夫です。
- カロリーが気になる方は水煮缶のツナを使用すると約20kcalカットできます。
- 今回は人参を使用していますが、冷蔵庫にある野菜でどんどんアレンジしてみてください。

## 作り方

- 干しひじきを耐熱ボウルに入れてひたひたになる程度の水を加え、ふんわりとラップをかけて電子レンジに入れ、600wで2分程度加熱し水気を切る。
- 人参を千切りにし、耐熱皿に乗せて水大さじ1/2(分量外)をふりかけた後ふんわりとラップをし、電子レンジに入れ、600wで1分30秒程度加熱する。
- ツナ缶(油漬)は軽く油を切る。
- 蒸し大豆、ひじき、人参、ツナをボウルに入れ、Aを加えて混ぜ合わせたら出来上がり。

## Profile

きもべつ喜らめきの郷  
栄養管理課

もりた いくみ  
森田 郁海



天使大学 看護栄養学部 栄養学科 卒業  
2013年より当施設勤務  
入居者の皆さんが、お食事に関して何でも話しやすい栄養士を目指して日々業務に取り組んでいます。

## 教えて!!

菅原 さん

札幌深仁会  
リハビリテーション病院  
地域連携室  
医療ソーシャルワーカー  
すがわら てつ お  
菅原 哲朗



専門のスタッフが制度や手続きなどについて解説します。

## 回復期リハビリテーション病棟について

医療ソーシャルワーカー

患者さんご家族から通院、入院、退院に関わる相談を受け、生活の質の確保に向けたアドバイスや支援を行うスタッフです。

### 回復期 リハビリテーション 病棟とは

脳血管疾患または大腿骨頸部骨折などの病気で急性期を脱しても、医学的・社会的・心理的なサポートが必要な患者さんに対して、集中的なリハビリテーションを実施し、心身ともに回復した状態で自宅や社会に戻っていただくことを目的とした病棟です。



### 入院できる 疾患や期間

厚生労働省の定めでは「重度の脳疾患や重度の脊髄損傷などは最大で180日、通常の脳疾患は150日、骨折等であれば最大90日」など、病状や疾患により入院可否・入院日数に違いがあります。またリハビリ時間(1日最大3時間まで)と、疾患別にリハビリ期間も定められており、よく患者さんやご家族から「あと何日ぐらい入院できますか?」と質問を受けることがあります。

2018年の入院日数は、全疾患の全国平均で約65日(脳疾患:約83日、骨折:約55日、廃用症候群\*:約55日)となっており、厚生労働省の定める疾患別の入院期間よりも実際の入院期間は少ないことがわかります。これは同じ脳梗塞でも重度の方であれば4~5か月の入院もありますが、軽度であれば1~2か月で退院される方もいらっしゃることがあげられます。

\*病気やけがなどの治療による過度な安静や活動の低下が原因で、心身の様々な機能が低下すること。

### 当病院の取り組み

患者さんが一日も早く快適な日常生活を送れるよう、医師、看護師、薬剤師、管理栄養士、理学療法士(PT)、作業療法士(OT)、言語聴覚士(ST)、介護福祉士、医療ソーシャルワーカーといった各職種がチームとなり、脳障害や運動麻痺をはじめとする後遺症の回復や、日常動作の改善・向上を目指しています。

医療ソーシャルワーカーとしては入院中の患者さんが治療・療養に専念できるよう、医師や看護師、リハビリスタッフ、ご家族と密に連携を取り、患者さんの不安・ストレスの軽減や、退院後を見据えた社会福祉制度や介護保険等の各種サービスの紹介、諸手続きのサポートに携わっています。在宅・社会復帰に必要な施設、期間、設備、人材(ケアマネジャー等)の手配のフォローや、さまざまな相談に応じて、問題解決・調整も行っています。

札幌深仁会リハビリテーション病院 地域連携室 TEL:011-688-5163



# TopiKs

## 札幌西円山病院に「老年内科」を開設しました

札幌西円山病院では、これまでの標榜科である「内科・神経内科・リハビリテーション科・循環器内科・歯科」に、2020年12月より「老年内科」を追加しました。老年内科とは、主に加齢を伴う病気に対して、総合的な診療を行う専門領域です。同病院では、標榜した時点で老年医学会専門医6名・指導医6名を有し、また北海道で2施設、札幌市内では唯一の老年医学会の研修基幹施設でもあります。

多くの高齢者は、複数の疾患をお持ちの方が多いため、メインになっている疾患だけではなく、総合的に診療していくことが求められます。病気になっても、できるだけ地域の方が住み慣れた地域で暮らし続けられるよう、同病院が保有している専門性をより地域へ還元していくために老年内科を開設しました。すでに、高齢者総合外来を実施していますが、より地域の方が受診しやすくなることで、皆さまの健康を支えていきたいと考えています。同病院は救急外来ではございませんので、全て事前予約制となります。受診をご希望される方はお気軽にご連絡の上、ご利用ください。



### 札幌西円山病院では

**生活習慣病 高齢者総合外来** を行っています。

糖尿病や高血圧などの生活習慣病や、  
 フレイル(加齢に伴う身体の不調を感じる方)などの  
 「高齢者に関わる症状」について専門的に診療する外来です。

以下の症状が気になる方は、お気軽にお問い合わせください。

糖尿病、高血圧、高脂血症などの生活習慣病の方  
 フレイル(加齢に伴う、身体の不調を感じる方)  
 最近むせやすくなった、飲みこみづらくなった  
 物忘れが多くなった・疲れやすくなった  
 色々な病気を抱えているが、どうやって付き合えばよいかわからない

お問い合わせ:011-644-0232(平日8:45~17:15)「外来直通」



溪仁会



手稲家庭医療クリニック 院長

大塚亮平

## どんな相談にも応じる地域のかかりつけ医。多職種連携で総合診療を実践しています。

2020年4月に手稲家庭医療クリニックの院長に就任し、1年が経ったところです。こちらに入職したのは5年前ですが、それまではアメリカで家庭医として診療を行っていました。

家庭医というのは、総合診療を行う医師のことで、20年ほど前から注目されるようになってきた分野です。総合診療とは、文字通り「総合的に診る」ということ

で、症状や年齢、性別に関わらず、まずは患者さんの声に耳を傾け、ご家族や地域と連携して疾患に対処したり、健康を守るためのキーマンとなるのが家庭医です。私は野球を続けていたこともあり、スポーツ医学に興味を抱いて医師を目指しましたが、大学で家庭医のことを知り、魅力を感じました。「心身に不安が生じたらまずは相談」といったように困った

時に思い出してもらえない存在になりたいと思ったのです。そこで、家庭医の歴史があり、研修制度が確立されたアメリカで学ぼうと考え、臨床研修を合わせて8年間、学びつつ経験を積みました。帰国後、当クリニックに入職しようと考えたのは、同様の思いを抱いてアメリカで研修を受けた小嶋一前院長、星哲哉先生らが、総合診療を実践されていたことが大きいですね。当クリニックのテーマは「地域が必要とされている医療を提供する」ということです。地域のかかりつけ医として、乳幼児から高齢者までを対象に、身体の不調から心の病、社会的な悩みまで、どのような相談にも応じています。また、24時間365日対応の機能強化型の訪

問診療を行っているほか、終末期の緩和ケア病棟も備えるなど、地域のニーズに応えるべく、体制を整えています。疾患によってはグループの手稲溪仁会病院などと連携を図り、専門的な医療を提供するほか、福祉サービスなどを利用するためのコーディネートも行います。そのためにも何よりも大切になるのが、院内における多職種連携です。総合診療というのは、医師、看護師のほか薬剤師、管理栄養士、医療ソーシャルワーカー、リハビリスタッフなどが、それぞれの視点を生かしつつ連携してこそ成り立ちます。当クリニックには責任感が強く有能なスタッフが揃っており、一人ひとりが地域のために前向きに取り組める環境づくりを行うことが院長としての役割だと考えています。また、医学教育に携われる力身につけたいということも私がアメリカで学んだ理由でした。当クリニックは後期研修医の教育施設であり、その思いも果たせる環境に身を置くことに幸せを感じますし、後進の指導にも力を入れていきたいと思っています。



診療科目	内科、小児科、産婦人科
病床数	19床
住所	札幌市手稲区前田2条10丁目1-10
問い合わせ	TEL:011-685-3920

施設概要



## 西円山敬樹園

### リモートクリスマス会を開催しました

2020年12月25日(金)、西円山敬樹園では、オンラインで近隣にある円山西町児童会館との合同リモートクリスマス会を開催しました。児童からは、ハンドベルで『きらきら星』、歌とダンスで『虹』という曲が披露され、施設からは利用者さんが作ったバスボム(お湯に入れるとシュワシュワと発泡する固形タイプの入浴剤)を当日、子どもたちにプレゼントしました。



## 西円山敬樹園

### 恒例行事の餅つきを開催しました

2020年12月28日(月)には年を締めくくる行事「餅つき」を行いました。例年は各階の食堂で利用者さんが大きな輪になって餅つきを行っていましたが、今年は入居者さん同士が密にならないように食堂でご自身の席に着いていただき、臼を移動させて皆さんが座ったまま餅つきに参加できるよう実施しました。



## 月寒あさがおの郷

### お正月気分を感じる初詣行事を開催しました

月寒あさがおの郷では、2021年1月3日(日)に入居者さんが施設内でも季節を感じていただけるように、職員が力を合わせて手作りの神社を製作しました。初詣の体験ができるイベントを開催したところ、入居者さんからは好評で、たくさんの方にお参りをいただきました。



## コミュニティホーム八雲

### さびしさを笑い飛ばせ!~オンライン落語会~

コミュニティホーム八雲では、2021年1月27日(水)にオンラインによる落語会を開催しました。昔昔亭 桃之助さんの演目が始めると、落語が初めての方も一度は聴いた事がある方も耳を澄ませ、テレビの画面を真剣にご覧になっていました。中には、クスッと笑う声が聞こえたりと笑顔があふれる落語会となりました。これからも感染防止を心掛けながら行事を開催していきます。



## 社会福祉法人溪仁会の各施設で 節分行事を開催しました

社会福祉法人溪仁会の各施設では、工夫をこらして節分の豆まきを行いました。鬼に扮した職員がフロアを周ると、入所者さんが今年の健康・長寿を願う「鬼は外、福は内」の大きな掛け声とともに豆を投げ、節分の雰囲気味わっていただきました。どの施設でも会場は大いに盛り上がりを見せました。入所者さんは終始楽しそうに過ごされていて、笑顔溢れるひとときとなりました。

「月寒あさがおの郷」・「きもべつ喜らめきの郷」では2021年2月3日(水)に開催。



月寒あさがおの郷

きもべつ喜らめきの郷

「コミュニティホーム白石」では、2021年2月8日(月)と9日(火)の2日間、入所フロアごとに開催しました。



## 医療法人 溪仁会、社会福祉法人 溪仁会が 「健康経営優良法人」の認定を取得しました

健康経営優良法人認定制度とは、地域の健康課題に即した取り組みや日本健康会議が進める健康増進の取り組みをもとに、特に優良な健康経営を実践している大企業や中小企業等の法人を顕彰する制度です。このたび医療法人溪仁会、社会福祉法人溪仁会では、2021年3月4日に「健康経営優良法人(大規模法人部門)」の認定を取得いたしました。これからは職員の心と身体の健康を守り、働きやすい職場環境作りを推進していくとともに、職員が病気に罹患した場合にも治療と就労の両立支援を行ってまいります。



## 手稲溪仁会病院 提携医療機関のご紹介

手稲溪仁会病院 患者サポートセンター

●011-685-2904(医療連携担当直通) ●011-685-2976(医療相談担当直通)

# 医療法人社団 わがつま小児科

### 院長のこれまでの歩みをお聞かせください

親戚が小児科医をしており、自然と小児科医を目指すようになりました。当院の開業は1988年で、当時、石狩市には小児科クリニックがなく、医療体制が充分とは言えませんでした。そのため当初から、地域に根付いた小児科を目標に掲げ、現在に至っています。

開業してからしばらくして、2軒の小児科が開院しましたが、最近になって立て続けに閉院し、石狩市の小児科クリニックは再び私どもの1軒となってしまいました。これまでは医師1名で運営してきましたが、未来ある子どもたちのために医師を1名増員し、現在は2名体制で地域医療を支えています。

### 病院の特徴、モットーをお教えてください

地域が必要とする医療を心がけているため、何かに特化するのではなく、どのような病気や症状にも満遍なく対応できる診療体制をとっています。私たちが初期医療を担い、手術など難しい医療が必要な場合は、提携先である溪仁会グループと連携し、スムーズなケアを心がけています。

また地域医療の役割には感染症の拡大を防ぐ目的もあります。そのため当院では、子どもたちへの各種予防接種、ワクチン接種、検診などを通じて、その予防に努めています。

### 長年、小児医療に携わる中で思うことはありますか？

子どもたちの病気を診ることはもちろんですが、心を診ることも必要になってきていると思います。2000年代になり、精神的に不安定な子どもたちが増えてきたと実感しています。子どもでも大人でもない思春期に寄り添える存在であることが、これからの小児科医に求められているのかもしれませんが、一般的には15歳までが小児年齢とされていますが、それを超える年齢であっても私たちはしっかりとケアをしていきたいと思っています。

### 地域の方々へ、メッセージをお願いします

再び石狩市で唯一の小児科クリニックとなりましたが、医師2名のきめ細かな医療体制で地域の子どものたちを支えていきます。アットホームな空間ですので、お子さんの病気のこと、体のこと、心のことでお困りでしたら、いつでもご相談ください。地域が一体となってつながることで、子どもたちの成長を皆で見守っていきましょう。



院長 **我妻 浩治** 医師

札幌医科大学 卒業

札幌医科大学附属病院、市立函館病院、北海道立子ども総合医療・療育センター、小樽市保健所、留萌市立病院を経て、1988年に医療法人社団わがつま小児科を開院し、現在に至る。



受付

新型コロナウイルス感染症対策に配慮し、パーティションを設置



ベビーベッド&キッズスペース

お子さんと一緒に待合も安心の設備



待合所

カラフルな座席がかわいい、アットホームなスペース



医師紹介

院長の我妻医師と日下卓右(くさかたくお)医師(右)



診療案内/小児科  
診療時間/[月・火・木・金]8:30~12:00,13:00~17:00  
[水・土]8:30~12:00  
休診日/日曜、祝日  
住所/石狩市花川南2条2丁目228  
TEL/0133-73-8282

## 溪仁会グループの社会的使命



「**ずーっと。**」  
人と社会を支える

私たち溪仁会グループは、社会的責任(CSR)経営を推進します。高い志と卓越した保健・医療・介護・福祉サービスにより、「一人ひとりの生涯にわたる安心」と「地域社会の継続的な安心」を支えます。

## 溪仁会グループの事業理念

- ◆ **安心感と満足の提供**  
Offering a Sense of Security and Satisfaction
- ◆ **信頼の確立**  
Building the Foundations of Trust
- ◆ **プロフェッショナル・マインドの追求**  
Attaining a Professional Mind
- ◆ **変革の精神**  
Developing the Spirit of Change

## STVラジオで溪仁会グループが「医療・福祉ひとくち講座」放送中

STVラジオ「工藤じゅんきの十人十色」番組内のコーナーで第2・第4木曜日12:18頃~(5分間)「医療・福祉ひとくち講座」を放送しています。幅広く医療と福祉についての情報を発信していますので右記よりお楽しみください。

札幌 1440kHz(FM90.4MHz)  
函館 639kHz 旭川 1197kHz  
釧路 882kHz 他  
ラジオが聞ける無料アプリ「radiko」

### ●放送スケジュール

4月	8日	出産	手稲溪仁会病院 産科 母子はぐくみセンター副センター長 吉澤恵
	22日	コロナ禍の育児不安…産後うつ	
5月	13日	地域包括支援センターの役割	札幌市白石区第3地域包括支援センター主任介護支援専門員 坂本ひとみ
	27日		

※記載されている内容に関しましては変更する場合がございますのでご了承ください。



治療とケア

最新の医療技術と機器を備え総合医療を提供しています。救急指定医療機関として、24時間・365日あらゆる疾患・外傷の患者さんを受け入れています。
高度急性期・専門医療 手稲溪仁会病院
札幌市手稲区前田1条12丁目1-40
☎ 011-681-8111
手稲溪仁会クリニック
札幌市手稲区前田1条12丁目2-15
☎ 011-685-3888
手稲家庭医療クリニック
札幌市手稲区前田2条10丁目1-10
☎ 011-685-3920

リハビリと療養

看護・介護・リハビリテーションを中心とした医療サービスを提供しています。
回復期医療 札幌溪仁会リハビリテーション病院
札幌市中央区北10条西17丁目36-13
☎ 011-640-7012
回復期・慢性期医療 札幌西円山病院
札幌市中央区円山西町4丁目7-25
☎ 011-642-4121
地域包括・慢性期医療 定山溪病院
札幌市南区定山溪温泉西3丁目71
☎ 011-598-3323

保健

健康のチェックと病気の早期発見、健康管理、予防に関するサービスを提供しています。
人間ドック・健康診断施設 溪仁会円山クリニック
札幌市中央区大通西26丁目3-16
☎ 011-611-7766

介護

介護医療院
住まいと生活を医療が支える居宅系施設です。
札幌西円山病院 介護医療院
札幌市中央区円山西町4丁目7-25
☎ 011-642-4121
介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)
原則65歳以上の方を対象に介護サービス計画に基づき、食事・入浴・排せつなどの日常生活の介護や機能訓練、健康管理が受けられます。
西円山敬樹園
札幌市中央区円山西町4丁目3-20
☎ 011-631-1021
月寒あさがおの郷
札幌市豊平区月寒西1条11丁目2-35
☎ 011-858-3333
岩内ふれ愛の郷
岩内郡岩内町字野東69-4
☎ 0135-62-3131
きもべつ喜らめきの郷
札幌市中央区北10条西19丁目1-2
☎ 0136-33-2711
地域密着型介護老人福祉施設
手稲つむぎの杜
札幌市手稲区前田2条10丁目1-7
☎ 011-685-3726
菊水こまちの郷
札幌市白石区菊水上町4条3丁目94-64
☎ 011-811-8110
るすつ銀河の杜
札幌市手稲区前田2条10丁目1-7
☎ 0136-46-2811

社会復帰生活支援

介護老人保健施設
病状の安定期にあり、入院治療をする必要のない方に医療・保健・福祉の幅広いサービスを提供する、介護保険適用の施設です。
コミュニティホーム白石
札幌市白石区本郷通3丁目南1-35
☎ 011-864-5321
コミュニティホーム八雲
二海郡八雲町栄町13-1
☎ 0137-65-2000
コミュニティホーム美唄
美唄市東5条南7丁目5-1
☎ 0126-66-2001
コミュニティホーム岩内
岩内郡岩内町字野東69-26
☎ 0135-62-3800
軽費老人ホーム(ケアハウス)
食事の提供、入浴の準備、緊急時の対応、健康管理及び相談助言を基本サービスとして自立の維持ができる施設です。
カームヒル西円山
札幌市中央区円山西町4丁目3-21
☎ 011-640-5500
認知症対応型共同生活介護(グループホーム)
認知症の方が、小規模な生活の場において食事の支度・掃除・洗濯などを共同で行い、家庭的な雰囲気の中で穏やかな生活を過ごせるよう支えます。
グループホーム白石の郷
札幌市白石区本郷通3丁目南1-16
☎ 011-864-5861
グループホーム西円山の丘
札幌市中央区円山西町4丁目3-21
☎ 011-640-2200
短期入所生活介護(ショートステイ)
事情により介護ができないときに短期間入所していただき、ご家族に代わって食事・入浴等日常生活のお世話をいたします。
西円山敬樹園ショートステイセンター
札幌市中央区円山西町4丁目3-20
☎ 011-631-1021
おおしまショートステイセンター
宮城県気仙沼市廻館55-2
☎ 0226-26-2272
月寒あさがおの郷ショートステイセンター
札幌市豊平区月寒西1条11丁目2-35
☎ 011-858-3333
岩内ふれ愛の郷ショートステイセンター
岩内郡岩内町字野東69-4
☎ 0135-62-3131
ショートステイセンターつむぎ
札幌市手稲区前田2条10丁目1-7
☎ 011-685-3726
コミュニティホーム白石ショートステイセンター
札幌市白石区本郷通3丁目南1-35
☎ 011-864-5321

介護予防在宅支援

地域包括支援センター
高齢者の誰もが、住み慣れた地域でその人らしい尊厳ある生活を継続できるよう支援しています。
札幌市白石区第1地域包括支援センター
札幌市白石区本通4丁目北6-1 五光ビル3F
☎ 011-864-4614
岩内町地域包括支援センター
岩内郡岩内町字野東69-26
☎ 0135-61-4567
札幌市白石区第3地域包括支援センター
札幌市白石区本通17丁目南5-12 清友ビル1F
☎ 011-860-1611
気仙沼市大島地域包括支援センター
宮城県気仙沼市廻館55-2
☎ 0226-25-8570
介護予防センター
高齢になっても、住み慣れた地域で、その人らしい自立した生活が継続できるように介護予防事業を行っています。
札幌市中央区介護予防センター円山
札幌市中央区円山西町4丁目3-20
☎ 011-633-6056
札幌市中央区介護予防センター曙・幌西
札幌市中央区円山西町4丁目3-20
☎ 011-633-6055
札幌市白石区介護予防センター白石中央
札幌市白石区本郷通3丁目南1-35
☎ 011-864-5535
札幌市南区介護予防センター定山溪
札幌市南区定山溪温泉西3丁目71
☎ 011-598-3311
札幌市手稲区介護予防センターまえだ
札幌市手稲区前田2条10丁目1-7
☎ 011-685-3141

生活支援通所介護

通所介護(デイサービス)
要支援1・2、要介護1~5と認定された40歳以上の方を対象に、食事や入浴、機能訓練や趣味活動などのサービスを提供します。
あおばデイサービスセンター
札幌市厚別区青葉町4丁目10-27
☎ 011-893-5000
円山溪仁会デイサービス
札幌市中央区北1条西19丁目1-2
☎ 011-632-5500
手稲溪仁会デイサービスつむぎ
札幌市手稲区前田2条10丁目1-7
☎ 011-685-2568
西円山敬樹園デイサービスセンター
札幌市中央区円山西町4丁目3-20
☎ 011-640-5522
デイサービスセンター白石の郷
札幌市白石区本郷通3丁目南1-16
☎ 011-864-3100
デイサービスセンターおおしま
宮城県気仙沼市廻館55-2
☎ 0226-26-2272
月寒あさがおの郷デイサービスセンター
札幌市豊平区月寒西1条11丁目2-35
☎ 011-858-3333
小規模多機能型居宅介護
小規模多機能型居宅介護菊水こまちの郷
札幌市白石区菊水上町4条3丁目94-64
☎ 011-811-8110
小規模多機能型居宅介護あおば
札幌市厚別区青葉町4丁目10-27
☎ 011-893-5000
サテライト型小規模多機能ホームびなす
札幌市白石区東札幌5条3丁目2-32-103
☎ 011-595-8461
小規模多機能型居宅介護つむぎ
札幌市手稲区前田3条9丁目2-7
☎ 011-686-0300
指定居宅介護支援事業所
介護支援専門員(ケアマネジャー)が介護保険サービス利用の申請手続きや、ケアプランの作成など介護保険に関するさまざまな相談に応じています。
溪仁会在宅ケアセンターつむぎ
札幌市手稲区前田2条10丁目1-7
☎ 011-685-2322
札幌西円山病院在宅ケアセンター
札幌市中央区円山西町4丁目7-25
☎ 011-642-5000
定山溪病院在宅ケアセンター
札幌市南区定山溪温泉西3丁目71
☎ 011-598-5500
居宅介護支援事業所コミュニティホーム白石
札幌市白石区本郷通3丁目南1-35
☎ 011-864-2252
指定居宅介護支援事業所あおば
札幌市厚別区青葉町4丁目10-27
☎ 011-893-8761
居宅介護支援事業所すまいる
美唄市東4条南5丁目1-4
☎ 0126-66-2525
居宅介護支援事業所すまいる
美唄市東4条南5丁目1-4
☎ 0126-66-2525
居宅介護支援事業所さつき
岩内郡岩内町字野東69-26
☎ 0135-67-7801
ケアプランセンターさつき
岩内郡岩内町字野東69-26
☎ 0135-67-7801
ケアプランセンターこころ まるやま
札幌市中央区北1条西19丁目1-2
☎ 011-640-6622
ケアプランセンターこころ ようてい
札幌市手稲区前田2条10丁目1-7
☎ 0136-46-2811
札幌市障がい者相談支援事業所・札幌市障がい者住宅入居等支援事業所
障がいがあっても、住み慣れた地域で自立した生活ができるよう、さまざまな相談に応じています。
相談室こころ ていね
札幌市手稲区前田2条10丁目1-7
☎ 011-685-2861
相談室あんど
札幌市手稲区前田4条14丁目3-10
☎ 011-676-3612
訪問看護ステーション
看護師がご自宅に訪問し、主治医の指示に基づき、医療処置・医療機器を必要とされる方の看護を行っています。
はまなす訪問看護ステーション
札幌市手稲区前田2条10丁目1-10
☎ 011-684-0118
訪問看護ステーションあおば
札幌市厚別区青葉町4丁目10-27
☎ 011-893-5500
訪問看護ステーション岩内
岩内郡岩内町字野東69-26
☎ 0135-62-5030
訪問看護ステーションそうえん
札幌市中央区北10条西17丁目1-4
☎ 011-688-6125
訪問介護(ホームヘルプステーション)
ご家族で介護を必要とされる方が、快適な生活を過ごせるようご家庭に訪問し、日常生活をサポートします。
西円山敬樹園ホームヘルプステーション
札幌市中央区円山西町4丁目3-21
☎ 011-644-6110
コミュニティホーム白石ホームヘルプステーション
札幌市白石区本郷通3丁目南1-35
☎ 011-864-2008
ホームヘルプステーションおおしま
宮城県気仙沼市廻館55-2
☎ 0226-26-2272
コミュニティホーム八雲ホームヘルプステーション
二海郡八雲町栄町13-1
☎ 0137-65-2122
ソーシャルヘルパーサービス中央
札幌市中央区北8条西18丁目1-7
☎ 011-633-1771
ソーシャルヘルパーサービス白石
札幌市白石区菊水8条2丁目2-6
☎ 011-817-7270
通所(児童デイサービス)
0歳児から高校生までの、児童発達支援・放課後等デイサービス・居宅訪問型児童発達支援サービスを行います。
児童デイサービスぱぷりか
札幌市厚別区青葉町4丁目10-27
☎ 011-893-5006
医療法人福生会
身体障がいを抱えた方の在宅療養を包括的に支援します。
生涯医療クリニックさつぽろ
札幌市手稲区前田2条10丁目1-7
☎ 011-685-2799
訪問看護ステーションくまさんの手
札幌市手稲区前田2条10丁目1-7
☎ 011-685-2791
居宅介護事業所Yiriba
札幌市手稲区前田2条10丁目1-7
☎ 011-685-2799
短期入所事業所どんぐりの森
札幌市手稲区前田2条10丁目1-7
☎ 011-685-2799
公立診療所の指定管理者として地域の医療を支えます。
泊村立茅沼診療所
古宇郡泊村大字茅沼村711-3
☎ 0135-75-3651
医療法人 溪仁会 法人本部 〒006-0811 札幌市手稲区前田1条12丁目2-30 溪仁会ビル3F ☎ 011-699-7500(代表)
社会福祉法人 溪仁会 法人本部 〒064-0823 札幌市中央区北3条西28丁目2-1 サンビル5F ☎ 011-640-6767(代表)

生活支援通所介護

在宅支援生活支援

児童発達支援

身体障がい者支援

地域医療支援

溪仁会グループ