

すべては患者さんのために

Southern TOHOKU
Research Institute for
Neuroscience



みなみとうほく

南東北

総合南東北病院の広報誌
2025.8 vol.401

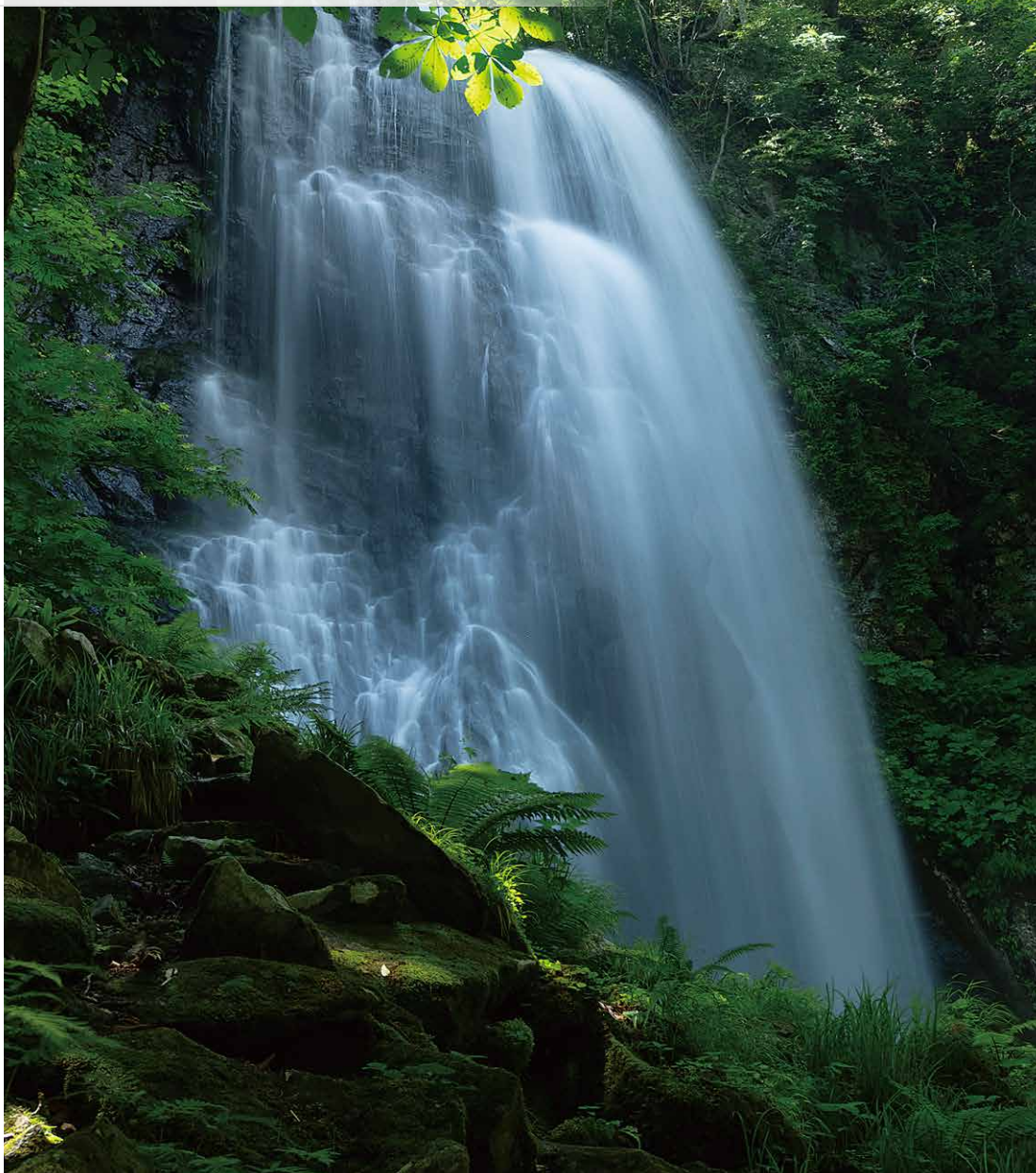
一般財団法人 脳神経疾患研究所
社会福祉法人 南東北福祉事業団
医療法人社団 三成会
医療法人社団 新生会
医療法人財団 健真会
社会医療法人 将道会
医療法人 謙昌会
医療法人 あさひ会
一般社団法人 STRヘルスケアグループ

【夏の小野川不動滝】

撮影日：2024年7月7日
撮影地：北塩原村松原

裏磐梯・小野川湖の上流にある落差25㍍の瀑布は、滝の近くに不動明王が祀られていることが名前の由来で、四季を通じて人気のスポットです。轟音と共に流れ落ちる滝から生まれる天然のミストが、夏の暑さを吹き飛ばしてくれます。

南東北地域医療推進センター長代行
南東北第二病院 外科科長
佐藤 直



[今月号の紹介]

- 2面 薬局だより「薬と食べ物の相互作用について」食の豆知識「枝豆」
- 3面 医学健康講座「口腔がんの原因・症状や治療について」
- 4面 連携医院・病院紹介「国分内科クリニック」
- 5面 モロビ通信 医療・健康トピックス
- 6面 施設だより「総合南東北福祉センター／ゴールドメディア」
- 7面 山口和之さんのいきいき企業探訪「福島県介護事業協同組合」
- 8面 6月の手術件数・救急車台数 編集後記 ほか

一般財団法人 脳神経疾患研究所 附属
総合南東北病院
南東北医療クリニック
南東北眼科クリニック

外来診療予約専用フリーダイヤル
0120-14-5420

眼科診療予約専用ダイヤル
024-934-5434



<https://www.minamitohoku.or.jp/>



薬を処方されたとき、薬同士の飲み合わせだけでなく、食べ物にも注意が必要だと言われたことがある方も多いのではないのでしょうか？今回は相互作用が問題となる薬と食べ物の組み合わせについて、代表的なものをご紹介します。

① **グレープフルーツとカルシウム拮抗薬（アムロジピンなど）**
グレープフルーツに含まれるフラノクマリン類という成分が薬の代謝を妨げるため、薬の効果を強くしてしまいます。グレープフルーツジュースも同じ効果があるため避けましょう。同じ柑橘類でも、オレンジ、レモン、みかんは影響が少ないとされています。

② **納豆とワルファリン**
納豆はビタミンKを多く含んでいます。抗血栓薬であるワルファリンはビタミンK依存性血液凝固因子を阻害することで抗凝固作用を発揮します。そのため、ビタミンKを多く含む食べ物を摂取すると薬の作用を弱めてしまいます。納豆の他にもクロレラ、緑黄色野菜は多くのビタミンKを含みます。緑黄色野菜は通常

の食事で摂取する場合は問題ありませんが、青汁は避けましょう。

③ **乳製品と抗菌薬**
牛乳やヨーグルトなどの乳製品には多くのカルシウムが含まれています。一部の抗菌薬では、カルシウムと結合することで薬の吸収を低下させ、作用を弱めてしまいます。薬を内服してから2時間程度は乳製品の摂取を避けましょう。

④ **カフェインとテオフィリン（気管支拡張剤）**
コーヒーや緑茶、紅茶などカフェインを多く含む飲み物はテオフィリンの代謝を抑制し、いら



中枢神経刺激作用が強く現れることがあります。

~~~~~

今回は薬と食べ物の相互作用について、代表的なものをご紹介します。今回紹介した以外にも注意が必要な組み合わせがあります。気になることがあれば、お気軽に医師や薬剤師までご相談ください。

### 《参考》

長寿科学振興財団HP  
『健康長寿ネット』  
薬剤科 神山慶子

知って得する！美味しいお話！

# 食の豆知識



## 枝豆

枝豆は、大豆が熟す前のやわらかい状態のもので、旬は夏から初秋にかけてです。ご飯に混ぜたり、炒め物にしたり、つぶして和えごろもにしたりと、様々な調理法で取り入れることができます。



参考：旬の野菜の栄養事典  
(栄養管理科)

### 選び方のポイント

緑色が鮮やかで、ほどよいふくらみのあるもの、豆が育ち過ぎておらず、粒ぞろいの方が良いです。枝つきのものを売っている場合は、枝つきの方が鮮度を保てます。節と節の間隔が狭く、さやが密集しているものを選びましょう。

### 保存方法

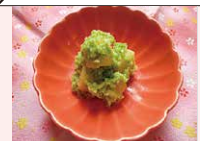
枝豆は時間が経つと豆がやせて甘みも失われていくので、新鮮なうちに茹でましょう。長く保存する場合は茹でたものを冷凍します。その場合は少し固めに茹でると良いでしょう。

### 調理のポイント

茹でる水の量に対して、4%の分量の塩を用意します。そのうちの3分の1の塩を枝豆にまぶし、手でよくもみ込みます。こうすることで産毛や表面の汚れなども落とし、さやの色をきれいに仕上げることができます。沸騰した湯に、塩がついたままの状態の枝豆と残りの3分の2の塩を入れ、茹でます。さやの口が開いたら、茹で上がりのサインです。ザルにとり、うわで扇いで冷ますと色が鮮やかになります。

### 【さつまいものずんだ和え】(4人分)

- さつまいも 500g(大2個)
- 枝豆 200g
- 砂糖 大さじ2
- 塩 小さじ1/2



- ① さつまいもはサイコロの形に切り、茹でる。
- ② 枝豆は茹でた後、包丁でみじん切りにし、すり鉢でする。
- ③ ②に砂糖を加えてよく混ぜ、塩を入れてさらに混ぜる。
- ④ ③にさつまいもを加えて和えれば、出来上がり。

# 医学健康講座

6/21(土)  
開催



南東北医療クリニック  
歯科口腔外科 診療科長  
池谷 進 先生



講演内容は当院HPで聞くことができます。

## 口腔がんの原因・症状や治療について

肺がんや大腸がんに比べて口腔がんは馴染みが薄いですが、進行すると死亡率が高くなり、術後も後遺障害が残って日常生活に支障をきたします。今回は池谷進先生が口腔がんについて解説しました。

### ■口腔がんとはどんな病気？

口腔がんは舌にできる「舌がん」が有名ですが、頬の内側の粘膜、唇、歯茎、口の天井や底の部分など、歯を除いた口内のあらゆる場所にできる可能性があります。口腔がんの治療が他のがんと比べて難しいのは、口が担っている機能の多さにあります。口は呼吸、食事、発声、味覚といった社会生活の根幹をなす機能が集中している重要な場所。がんができたからと単純に切り取ってしまうと、生活の質（QOL）を著しく損なう後遺症が残る可能性があります。さらに口は顔の一部で、手術によって顔の形が変わってしまうと、患者さんの見た目、つまり整容的な面にも大きな影響を与えます。私たちの治療では、がんを完全に取り除くという「根治性」を追求すると同時に、治療後のQOLや整容面をいかに保つかという、非常に繊細で難しいバランスを考えながら治療を進めていく必要があります。

## セルフチェックと定期検診で早期発見・早期受診

### ■危険因子と早期発見の大切さ

口腔がんの最も大きな危険因子は、やはり「喫煙」です。これは紙タバコだけでなく、電子タバコも同様です。タバコに含まれる有害な成分そのものが、口内の粘膜に悪影響を及ぼします。予防を考える上で、禁煙は最も重要で効果的な方法です。そのほか過度なアルコール摂取やサイズが合わなくなった入れ歯などが粘膜を常に傷つけ続ける「慢性的な機械的刺激」、また特定のウイルス（ヒトパピローマウイルス）への感染なども危険因子として知られています。口腔がんは多くの場合、いきなりがんとして現れるわけではなく、「前がん病変」といって、がんになる一歩手前の段階を経て発生することが多いのです。何より口の中は自分で鏡を使って見ることができ場所なので、口腔がんの早期発見を可能にします。代表的な前がん病変に「白板症（はくばんしょう）」や「扁平苔癬（へんぺいたいせん）」などがあります。放置するとがん化の恐れがあり、「口の奥にずっと消えない白い部分や赤い部分がある」「なかなか治らない口内炎がある」といった症状に気づいたら、決して自己判断せず、すぐに専門医に相談してください。

### ■もし発見が遅れたら…

がんが進行してしまうと治療は非常に大掛かりなものになります。例えば歯茎にできたがんが進むと、その下にあり顎の骨にまで食い込んでいきます。こうなるとがん細胞だけでなく、顎の骨ごと広範囲にわたって切除しなければならなくなり、顔の形が大きく変わってしまうことになります。口腔がんは首にあるリンパ節に転移しやすいという厄介な性質があり、がん細胞がリンパの流れに乗って首まで広がってしまうと、がんそのものの切除に加えて首のリンパ節を広範囲にわたって取り除く「頸部郭清術（けいぶかくせいじゆつ）」という大手術が必要になります。発見が遅れば遅れるほど手術の規模は大きくなり、それに伴って機能的な障害や整容的な問題もより深刻になります。

### ■口腔がんの治療法

まず基本となるのが「手術療法」です。早期の小さながんであれば、がんができた部分だけを切り取る「部分切除」で済み、後遺症も比較的少なく抑えることができます。しかし、舌がんが進行して舌の半分を切除した場合や顎の骨を切除した場合などは、失われた組織や機能を補うための「再建術」という手術が必要に

### ■口腔がんにならないために

口腔がんは早期に発見し、適切な治療を行えば、十分に治すことができる病気です。そのために心掛けてほしいのが禁煙、セルフチェックと定期検診、早期受診です。禁煙は最も確実で重要な一歩。歯を磨く際には口内の隅々まで観察し、歯科医院での定期検診を欠かさないように。そして口内に異変を感じたら、放置しないで必ず専門医に診てもらおうようにしてください。

総合南東北病院  
連携医院・病院のご紹介

No.054

# 地域医療 支える 絆

内科 循環器内科 呼吸器内科

医療法人 啓正会

## 国分内科クリニック

院長 国分 啓二 先生



### 地域の皆様へ

当院は平成9年に開院以来28年を迎えました。地域の皆様に支えられながら循環器や呼吸器疾患にとどまらず、広く一般内科診療の充実に尽力してまいりました。糖尿病をはじめ生活習慣病の増加に対し、積極的に健診と診療を行い、がん検診に対しても内視鏡検査やCT検査を行うなど検査設備の充実を図ってきました。住民の高齢化により通院が困難になる場合は、往診や訪問診療など在宅医療も実施しています。平成21年から10年間は健康増進施設を併設し、栄養指導と運動療法を実施してきましたが、現在は歯科クリニックに様変わりし、医科歯科連携の充実も図っています。クリニックの待合室を「六点美術館」と称して住民の皆様や患者様の作品を定期的に展示し、心休まる空間として開放しています。これからも住民の医療ニーズにしっかりと応えられるクリニックになれるよう努力してまいります。



### 病院へのアクセス



| 診察時間        | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土  | 日・祝 |
|-------------|---|---|---|---|---|----|-----|
| 8:30~12:00  | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○* | /   |
| 14:00~17:30 | ○ | ○ | ○ | / | ○ | /  | /   |

休診日 木・土曜の午後、日曜・祝日 ※土曜は8:30~12:45

診療科 内科・循環器内科・呼吸器内科

所在地 〒962-0851 須賀川市中宿445

TEL 0248-73-1155

詳しくはこちらをご覧ください

<https://www.kokubun-clinic.com/>





アートで日々うるおいを。もろはしきんだいびじゅつかん通信

## 美術館では撮影NG !?



ダリの大作《テトゥアンの大会戦》(1962年)展示風景

美術館に行くとき撮影禁止のマークをよく見かけます。一方で、一部の作品だけ、あるいは全て撮影できる展覧会もありますよね。この違いは为什么呢。

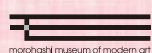
撮影禁止の理由にはカメラのフラッシュが作品に与えるダメージや鑑賞環境の維持などが挙げられますが、最も多い理由が著作権法の問題です。これは映画の違法アップロードのCMでよくみかける法律です。著作権法では作家の没後70年まで作品が守られるため、たとえ美術館であっても作品を勝手に撮影してSNSなどに公開することは禁止されています。

「作品を所蔵しているのに?」と思われるかもしれま

せんが、皆さんの持っている漫画を写真で撮ってSNSに公開できないのと同じ理由です。当館コレクションの中心であるサルバドール・ダリはまだ没後36年ですので、当館では権利者の許可なく違法にダリ作品が撮影されSNSなどに公開されることを防ぐため、原則撮影を禁止しています。

しかし、権利者から特別の許諾を得ているダリの大作《テトゥアンの大会戦》や一部著作権の切れている作品などは撮影OKにしている場合もありますので、撮影のご案内をよくご確認ください、思い出の一枚をお撮りいただければ幸いです。

morohashi museum of modern art



### 諸橋近代美術館

〒969-2701

福島県耶麻郡北塩原村大字桧原字剣ヶ峯1093番23

TEL.0241-37-1088/FAX.0241-32-3332

7/19から  
「よしみち展」



<https://dali.jp/>



公益財団法人 諸橋近代美術館  
学芸員 佐藤芳哉

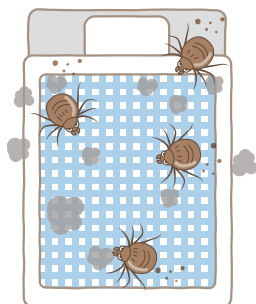
諸橋近代美術館の学芸員として  
展覧会の企画や作品鑑賞プロ  
ラムの実施など教育普及に従事

## 医療・健康 トピックス

### 高温多湿を好むダニやカビ 夏場に繁殖のピークを迎える



夏のアレルギー症状の原因は、私たちの周辺に潜んでいます。8月はイネ科の植物やブタクサが花粉のピークを迎えます。スギ花粉にアレルギーのある方は、イネ科の花粉にも反応しやすいので注意が必要です。ダニは高温多湿を好み、夏場に繁殖が活発になります。布団やカーペットはダニにとって快適な場所です。就寝中もダニは布団の中で増え続け、フンや死骸を拡散させています。カビも高温多湿を好み、8月はキッチンなど湿気が多い場



所は絶好の住み家です。カビは空気中にも漂い、知らないうちに吸い込んでアレルギー反応を引き起こします。アレルギー症状を軽減させるためにうがいや手洗い、こまめな掃除や換気などを心掛けましょう。

### 治りにくい夏風邪に要注意! 水分補給やうがい・手洗いで予防

6〜8月にかけて流行するウイルス感染症を「夏風邪」と呼びます。寒い時期の風邪とは異なる性質があり、対処法を間違えると症状が悪化することもあります。夏風邪のウイルスの多くは高温多湿を好み、様々な要因、例えば夏バテによる体力・食欲の低下、屋内外の温度差、冷たいものの飲みすぎ、睡眠不足などで病気にかかりやすくなります。高熱や喉の痛みなど症状は様々で、代表的なものに手足口病やヘルパンギーナ、プール熱などが挙げられます。予防法は冷房の



温度を低くしすぎない、こまめな水分補給、うがい・手洗い、タオルを共有しない、子どもの食べ残しを食べないなどです。もし感染した場合は休養や睡眠をしっかりとり、水分補給を忘れないようにしましょう。

# 施設だより

総合南東北福祉センターとゴールドメディアの活動の様子をお届けします

## 外出ツアーで民芸品の絵付けに挑戦 個性あふれるオリジナルだるまが完成

南東北日和田デイサービスセンターでは、外出ツアーで民芸品の絵付け体験に参加しました。

まずは郡山市の伝統工芸について、成り立ちや現状などの説明を受けました。その後、実際にだるまの絵付けを体験しました。利用者さんは「筆を持つのは何十年ぶりだろう」や「絵は得意じゃないんだよね」と不安そうなお様子で

ましたが、それぞれに好きな色の絵の具を選び、絵付けを始めると真剣な表情で筆を進め、あっという間に完成させ



だるまに絵付けする利用者さん



世界に一つだけのだるま

ていました。世界に一つだけのオリジナルだるまが出来上がり、皆さん満足そうな様子でした。だるまはお土産として持

ち帰り、家に飾って楽しんでいそつです。これからも利用者さんが楽しめる体験型のツアーを企画していきます。

## 父の日のイベントで花束を抱えて記念撮影 母の日では手浴&ハンドマッサージでリラックス

2階入所では父の日のイベントを開催しましたが、まずは行事前の準備で利用者さんと壁画を作成しました。丸めた花紙をハートの枠の中に糊付けして貼る作業でしたが、熱心に器用に取り組んでいました。

イベント当日は天気が良く、利用者さんは作成した花束の壁画を背景に、ネクタイを締めて花束を抱えて記念撮影しました。恥ずかしそうな仕草を見せ



とう



花束を抱えて記念撮影し笑顔を見せる利用者さん



入浴剤入りの手浴で温泉気分を味わう利用者さん

るも、最後は笑顔で撮影することができました。

通所リハビリ日でも父の日の行事を行い、入所者の皆さんが花紙で作った黄色い花束を抱

えて記念撮影に臨みました。家族からプレゼントをもらったと嬉しそうに話している利用者さんもいました。

1階入所では母の日にちなみ、5月に手浴&ハンドマッサージを行いました。少しでも日ごろの疲れが癒されるように花の置物や簾

を用意し、オルゴール調のBGMも流しました。手浴では入浴剤も入れ、リラックスしていただきました。利用者さんから「温泉に行つた気分になるね」や「とっても気持ち良かった」と絶賛の声が多く聞かれ、笑顔もたくさん見ることができました。

# 南東北の情報をチェック!

フォローしてね!

スマホで簡単チェック!



公式HP



YouTube



Instagram



X(旧Twitter)





日本はもっと  
強くなれる  
優しくなれる

山口 和之  
(やまぐち・かずゆき)

前参議院議員・元衆議院議員・南東北グループ顧問・理学療法士・介護支援専門員。30数年前、福島県立医科大学病院から南東北脳神経外科病院（現在の当院）のリハビリテーション部門立ち上げに招聘される。以後、予防・治療・リハビリテーション・地域ケアにおいて当院の発展に尽力。議員時代に東日本大震災対応をはじめ、世界に誇れる自立支援介護の推進、循環器病対策基本法の立法など医療介護福祉政策の立案・実施に貢献する。



理事長  
いちかわ りょういち  
市川 良一氏

## 福島県介護事業協同組合

郡山市安積町日出山3-195  
TEL.024-942-8045  
https://fukushima-kaigokumiai.com/



専務理事  
はしもと ぜんいち  
橋本 善一氏

山口 超高齢社会の日本において介護事業の役割は重要ですが、人手不足が顕著となっています。今回は課題解決に取り組み福島県介護事業協同組合にお邪魔しました。まずは組合組織について市川良一理事長にお聞きします。

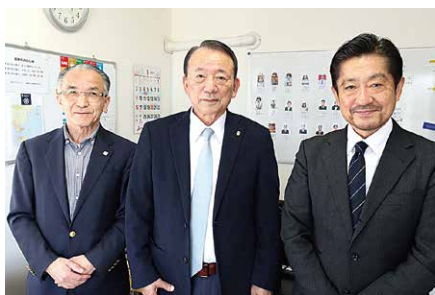
山口 超高齢社会の日本において介護事業の役割は重要ですが、人手不足が顕著となっています。今回は課題解決に取り組み福島県介護事業協同組合にお邪魔しました。まずは組合組織について市川良一理事長にお聞きします。

## 職員の質と企業モラルの向上を目指し 社会全体で地域を支える仕組みを発信

山口 これからは横のつながりも重要になってきますね。

市川 まさに3つ目は「業界の連携」で、厚生労働省が求める「地域包括ケアの構築」は、社会全体で創り上げていかなければなりません。介護人材不足が慢性化している中で、資格のない人でも地域包括ケアに参加できる、又は参加してもらえらる環境を整備するな

人雇用は約1万4千人で、前年度比14・4%の増加となっています。2つ目は「事業の信頼性」で、職員の質の向上と企業モラルの向上を目指しています。高齢者虐待などの防止をはじめ、介護事業は日本の社会保険事業であり公的資金を運用しているため、企業モラル向上のための研修会などを開催しています。具体的には雇用している外国人の犯罪防止のための研修、介護技能実習評価試験の管理職研修などを行っています。



介護サービス業の未来を見据える  
市川理事長と橋本専務、山口さん

山口 お二方が携わる施設について教えてください。

市川 私が運営するケアセンターいちかわは平成23年に介護部を立ち上げ、サービス付き高齢者向け住宅やデイサービス、グループホームなど地域密着型サービスを中心に運営しています。年々人手不足が顕著になってきており、一人

市川 組合として介護事業に参入してきた企業の皆さんに少しでも役に立てるような組織にしたいと考えています。

橋本 介護起業した人が事業廃止にならないような応援ができれば、それがまた、地域貢献の証になると思います。

山口 介護の仕事は敬遠されがちですが、高齢化が進む日本にとっては欠かせません。皆さんの今後の活躍ぶりに大いに期待したいと思います！

ど、社会全体で地域を支える仕組みを、共同組合から積極的に発信していくべきだと考えています。

山口 お二方が携わる施設について教えてください。

市川 私が運営するケアセンターいちかわは平成23年に介護部を立ち上げ、サービス付き高齢者向け住宅やデイサービス、グループホームなど地域密着型サービスを中心に運営しています。年々人手不足が顕著になってきており、一人ひとりの生産性を上げるためにAIソフトの活用のほか、社内外の研修に加えて通信研修など、だれでもいつでも学べる環境を整えています。法定常勤換算よりプラスαの余剰人員を配置しており、子育て・介護世代の職員も気軽に早退・遅刻・休みが取れるようになっていきます。

橋本 私が運営するワンランドケア郡山は平成12年の介護保険法施行と同時に開設しましたが、度重なる介護保険報酬改定に苦しんでいます。昨年の報酬改定では減額され、全国で488社が訪問介護事業から撤退しました。使命感としてなんとか、郡山地域のために、生き残つていかなければなりません。

山口 今後の夢やビジョン、目標をお聞かせください。

市川 組合として介護事業に参入してきた企業の皆さんに少しでも役に立てるような組織にしたいと考えています。

6・7月に着任した新任ドクターです。よろしくお願いします。



こぎた ゆうま  
小木田 勇馬  
研修医



にいづま くすみ  
新妻 楠望  
【心臓血管外科】  
医員



ほりうち みえ  
堀内 美恵  
【形成外科】  
医員



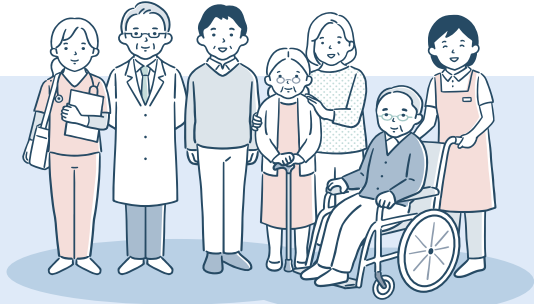
まつざわ あきこ  
松澤 暁子  
【外科】  
医員



わたなべ たけし  
渡邊 健史  
【婦人科】  
医長



はしもと ひであき  
橋本 英明  
【腎臓内科】  
医長

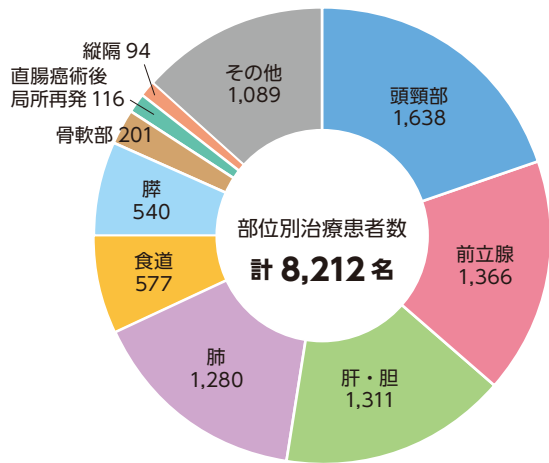


私たちの目標(基本方針・品質方針)

- 患者さんに公正な医療を提供いたします。
- 医師による説明と患者さんの選択に基づく医療を進めます。
- 患者さんのプライバシーを尊重します。
- 診療情報を患者さん自身にお伝えします。
- より良い医療が行われるよう研修・研鑽いたします。
- 患者さんの人生が最後まで豊かであるようにその意志を尊重します。

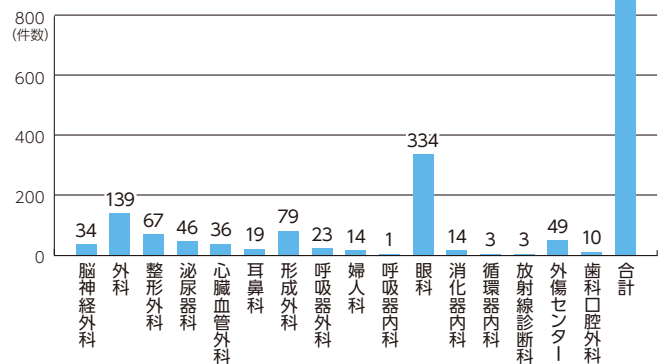
陽子線治療実績

2025年6月末まで (2008年10月開院以降)



6月の診療科別手術件数

総合南東北病院、南東北医療・眼科クリニック、南東北第二病院



6月の救急車台数ほか

2025年6月1日~30日



編集後記

総合南東北病院は郡山地方広域消防組合と連携し、救急隊員が病院内の救急センターで実習しながら救命技術や知識を高め、また救急出動時に病院に待機中の救急車に医師や看護師、救急隊員が乗り込み現場に向かう「派遣型救急ワークステーション」の運用を始めました。医師を乗せて出動することで救急患者との接触時間が早くなり、現場の医師から病院に正確な情報を送れるため、受け入れ準備もしやすくなるメリットがあります。県中地方では救急搬送時間の長さが課題となっており、医師がいち早く現場に駆け付けて早期治療できれば、重症患者を助けられる確率が高まります。「救急患者は断らない」をモットーにしている当院ですから、今後も一人でも多くの患者さんを救うために精進して参ります。

南東北  
2025年8月1日  
発行  
一般財団法人 脳神経疾患研究所  
附属 総合南東北病院  
総務課広報室  
〒963-8563  
福島県郡山市八山田七丁目1-15  
TEL(024)934-5708  
印刷 石井電算印刷株式会社

