すべては患者さんのために

Southern TOHOKU Research Institute for Neuroscience

南東北

みなみとうほく

総合南東北病院の広報誌
2026.11 vol.416

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 健貢会　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

■写真：管桂一先生から心肺蘇生法について学ぶ子どもたち（10月11日・総合南東北病院まつり）
詳しくは2ページをご覧ください。

［今月号の紹介］

2面 今月の表紙 医療・健康トピックス 身体の不思議
3面 医学健康講座「がんといわれたら、まず考えること」
4面 連携医院・病院紹介「春日クリニック」
5面 モロビ通信 フォトセラピー
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 薬局だより「解熱剤の使い方」食の豆知識「柿」
8面 新任ドクター 9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AI電話番号
050-5577-1002
眼科診療予約専用ダイヤル
024-934-5434
https://www.minamitohoku.or.jp/

もし目の前で人が倒れたら･･･その決断が、命を救う

総合南東北病院の第32回病院まつりは10月11日㈯に郡山市富田町の福島県農業試験場跡地で行われました。

9月9日の『救急の日』にちなんだイベントでは、当院麻酔科の管桂一先生をはじめ、医師や初期臨床研修医、救急救命士、看護師らの指導のもと、家族連れなどが119番通報とAED(自動体外式除細動器)の手配、胸骨圧迫(心臓マッサージ)、AEDで除細動(電気ショック)を行う心肺蘇生法の一連の手順について学び、命をつなぐ大切さを実感していました。小さな子どもたちも管先生の説明を聞きながら、真剣な表情で心臓マッサージやAEDの操作方法などを実践していました。

トヨタの次世代モビリティ『e-Palette』内では、来場者が筋肉や肺などの健康チェックを実施し、自身の体調管理の大切さを再認識しました。

ステージでは仮面ライダーマイスショーや最新ゲーム機など豪華景品が当たる大抽選会などが行われ、子どもたちに大人気でした。会場内には射的やスーパーボールすくい、焼きそば、焼き鳥、生ビールなどのブースが軒を連ね、大勢の来場者でにぎわいました。

レモネードを販売する郡山東高校の皆さん

レモネードの売上金を小児がん患者の支援に充てる郡山東高生の有志が運営する『レモネードスタンド』もお目見えし、生徒たちの思いに賛同した来場者が、次々にすっきり美味しいレモネードを買い求めていました。活動の輪は今後も広がっていきそうです。

医療・健康トピックス

介護費用、初の12兆円超え 健康寿命延伸で長く自立生活を

厚生労働省の発表によると、2025年度の介護費用(介護保険からの給付と利用者負担の合計)は総額12兆2208億円となり、初めて12兆円を超えて過去最大を更新しました。前年度より2827億円、2.4%の増加で、高齢化に伴う利用者の増加が主な要因です。2025年には団塊の世代がすべて75歳以上となり、今後は介護が必要になりやすい85歳以上の方がさらに増えるため、費用は今後も膨らむと見込まれています。一方で、介護の担い手不足や保険料の負担増も課題です。大切なのは健康寿命の延伸、できるだけ長く自立した生活を続けること。適度な運動やバランスのよい食事、人との交流を心がけ、毎日の小さな積み重ねで介護予防に取り組んでいきましょう。

COLUMN 身体の不思議

粉骨砕身

文・柿沼 雄二

骨格とは、身体全体を成すもの。複数の骨から形成され、身体の構造を支え、さらに臓器を保護する役割も担っているもの。身体の支柱である脊椎は、リング状の椎骨がつながり、脊髄を保護すると共に姿勢を保ってくれています。骨格とは、付着する筋肉の働きにより、多くの運動の起点となって、我々の日常生活動作の基盤そのものを成すものと言えます。

骨の役割は、身体を支え動かすこと、運動の起点になること、内臓を守ること、カルシウムを貯蔵すること。また、骨髄内では血液を生成すること。

我々は、動作の多様性によって好奇心を育み、社会性を養ってきたとも言えます。いわば、運動や遊びを通して、人としての成長を果たしてきました。私も医師である以上、骨身を惜しまずに粉骨砕身、職責に精励したいと思っています。

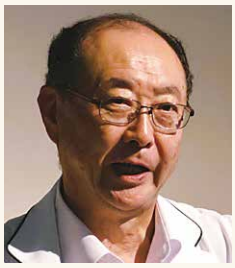
予防医学研究センター

総合南東北病院

医学健康講座

9/26(土)
開催

講演内容は当院HPで聞くことができます。



総合南東北病院
名誉院長 外科専門医
てらにし　やすし
寺西　寧 先生

『がん』といわれたら、まず考えること

もし『がん』と診断されたら不安になるのは当然です。今後の治療や生活、何を準備すればいいのかなど、分からないことだらけです。今回はがんになったときの心構えや治療法などについて寺西寧先生がお話ししました。

■なぜ、がんになったのか？

外来で患者さんとお話をしていると、一番多く聞かれるのが「私はどうしてがんになったのでしょうね」という言葉です。人間の体では1日に約1兆回もの細胞分裂が行われています。これだけ分裂を繰り返すと、中にはどうしても「作り間違い」が起こります。遺伝子が少し傷つき、正常ではない細胞が生まれてしまうのです。普通、こうした異常な細胞はリンパ球などに退治されます。しかし、ときに無尽蔵に増え続ける性格を持った細胞が生き残り、塊となってがんになります。私たちが「がん」と診断できる大きさになったとき、その細胞の数はすでに約10億個にもなっているといわれています。

■がんと老化は表裏一体

同じ作業を1回より百回、百回より千回と繰り返せば、不良品が出やすくなりますね。細胞も同じで、分裂を繰り返すほど作り間違いが起こりやすくなります。つまり、年を取るほどがんのリスクは高まる。がんと老化は、ほぼ表裏一体といえるのです。がんと、イボのような良性の腫瘍との違いは「転移」や「浸潤」をするかどうか。がんは周りの正常な組織にどんどん入り込み、体の別の場所にも広がっていきます。がんの原因にはウイルス感染やストレス、放射線、油ものの多い食事、過労など様々なものがありますが、中でも一番悪いのはタバコです。がんは、その人が持っている体質と外側の環境によって起こる病気なのです。

がん治療の進歩を知り、陽気に暮らして免疫力を味方に

■手術の進歩と、その限界

がんで亡くなる人は年間で人口10万人あたり319人です。一方、がんにかかる人は798人なので、亡くなる人はそのうちの約40％です。つまり、残りの約60％は治療によってがんが治っているのです。がんを「必ず亡くなる病気」と考えるのは間違いです。私は外科医ですので、早期がんは手術が一番だと今でも信じています。胃がんや大腸がんは、内視鏡で取れるようになりました。手術そのものも、お腹を大きく切る方法から、約20年前には腹腔鏡や胸腔鏡を使う手術へ、約10年前からは口ボット手術へと進歩してきました。口ボット手術は操作が安定しており、患者さんの痛みや負担が少なく、退院も早いのが特長です。ただし、外科医が習得するには十分なトレーニングが必要で、行う施設は集約化が進んでいます。ここで強調したいのは、口ボット手術だからといって、昔よりがんが治りやすくなったわけではないということです。従来の手術と比べても治療成績は同じです。手術で長生きする人がもっと増えてほしいと願う外科医としては、少しもどかしいところです。

■手術ができない方への治療

がんが全身に広がっていたり、80・90代で体力がない場合など、手術ができない方も大勢います。高齢になると抗がん剤の副作用も強く出やすくなります。そのような場合には、放射線治療や、当院の陽子線治療を検討します。放射線治療は、傷跡が残らず臓器が温存され、その機能が保たれるのが利点です。がんの種類によっては手術に匹敵する効果があります。一方で、正常な組織には多くかけられず、一度障害が出ると長く続くことなど、手術よりは効果がやや劣ることが欠点です。

■薬による治療も大きく進歩

抗がん剤の進歩によって、これまで2年ほどしか生きられなかった方が、4年、5年と生きられる時代になりました。2000年代以降は、がんを狙って攻撃する「分子標的薬」が登場。2015年頃からは、リンパ球ががんを攻撃しやすくする「免疫チェックポイント阻害剤」が使われるようになり、劇的に効く方も出てきています。また、がんの遺伝子をくまなく調べて効く薬を探す「ゲノム医療」もあります。ただし、効く薬が見つかるのは10人に1人ほどで、まだ課題も多い治療です。さらに、免疫療法や、がんが熱に弱い性質を利用した温熱療法などもあります。

■自分の免疫力を大切に

治療法がこれほどたくさんあるのは、まだがんを完全に克服できていないからです。それでも、昔に比べて治療成績が明らかに上がっているところはたくさんあります。人の免疫力は、がんに対して意外と有効です。私たちが自分でできることは、免疫力を高めることです。そのために、少し陽気に暮らしてみることも一つのヒントです。これからは治療だけでなく、患者さんに病気を理解してもらい、どう支えていくかということが、ますます大切な時代です。今のがん治療について、少しでも理解を深めていただければ幸いです。

総合南東北病院
連携医院・病院のご紹介

No.069

地域医療 支える 絆

内　科　消化器科　循環器内科　呼吸器科

医療法人 三恵会
春日クリニック

院長　春日（かすが） 裕介（ゆうすけ） 先生

地域の皆様へ

当院は須賀川税務署のすぐ裏手にあり、内科・消化器科・循環器内科・呼吸器科を診療しています。『患者様中心のココロのかよう医療』を目指し、安心できる空間で、一人ひとりの患者様に合った丁寧な診療を心がけています。内視鏡検査にも力を入れており、胃カメラや大腸カメラでは、できるだけ苦痛の少ない検査に努めています。高齢化社会に伴い、身体的・社会的な理由で通院が難しい方のために、在宅診療にも積極的に取り組み、患者様のみならず、ご家族の不安やご負担をできる限りなくせるようなサポートも行っています。ホームページでは、身近な病気をわかりやすく解説するコラムも掲載していますので、ぜひご覧ください。皆様に「この場所に住んでいてよかった」と笑顔で言っていただける、温かいクリニックであり続けたいと思っています。気になることがございましたら、どうぞお気軽にご相談ください。

病院へのアクセス

診察時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9：00～12：00	○	○	○	○	○	○	／
13：30～18：00	○	／	○※	○	○	／	／

休診日　火曜・土曜の午後、日曜・祝日　※水曜の午後は14:00～18:00

診療科　内科・消化器科・循環器内科・呼吸器科

所在地　〒962-0844 須賀川市東町119-2

TEL　0248-75-3551

詳しくはこちらからご覧ください

https://kasuga-cl.com

モロビ通信 Vol.44

アートで日々にうるおいを。もろはしきんだいびじゅつかん通信

美術館で働く人も、美術館へ行く

県内外の美術館を訪問し、楽しみながら学んでいます

当館には『鑑賞力アップ制度』という制度があります。全職員を対象に、全国の美術館・博物館の入館料を回数や金額にかかわらず全額負担するものです。条件はただ一つだけ。訪れた先の感想や気づきなどを社内SNSで共有することです。

同じ美術館を訪れても、見るところは人によって違います。学芸職員なら作品や展示方法、広報職員ならチラシや情報発信。私のような総務職員だと、建物や設備、スタッフの配置や対応、入館料などの価格設定、グッズの展開。カフェであれば提供までの工程や使われている材料など、職業柄つい運営する側の目線で見てしまいます。そうした一人ひとりの体験を共有すれば、一人が訪れた美術館から、職員みんなが学ぶことができます。

これは、病院で働く職員の皆さんにも似たところがあるのではないでしょうか。他の病院を訪れたとき、受付や案内、待合スペース、スタッフの動きや声掛けなどを、職業柄つい気にしてしまうことがあるかもしれません。美術館で働く私たちも同じです。ときには一人の来館者として楽しみながら、そこで得た小さな発見を持ち帰る。その積み重ねが、諸橋近代美術館を少しずつより良くしていく。鑑賞力アップ制度には、そんな思いが込められています。

諸橋近代美術館
morohashi museum of modern art

〒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

ただいま長期休館中！

https://dali.jp/

公益財団法人　諸橋近代美術館
総務部 **湯田 慎吾**

人事・労務や独自の福利厚生、働きやすい環境づくりを牽引。スタッフが安心して力を発揮できる職場基盤を整え、美術館の安定した運営を支える

フォトセラピー

今月の１枚 ――【 足元の紅葉 】

木々を彩る紅葉は山の上から平地に下りて来ます。土津（はにつ）神社は紅葉の名所として知られていますが、目線を木の上から足元に向けると、一面に降り積もった鮮やかな落葉に目を奪われました。

【撮影データ】　２０１８年１１月１１日　猪苗代町・土津神社
Nikon D750+AF-S NIKKOR 24-120mm f/4

総合南東北病院 外科 医長　**佐藤　直**

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

社会福祉法人
南東北福祉事業団

総合南東北福祉センター

屋内開催でも大盛況！福祉センターまつり
10種類以上の模擬店とステージに笑顔あふれる

9月26日㈯、毎年恒例の総合南東北福祉センターまつりを開催しました。あいにくの雨天のため屋内での開催となりましたが、今年も大勢の方にご来場いただき、大盛況となりました。

きのこ総合センター、日和田町商工会、からかねや、キッチンカー「ｆｏｕｎｄ　ｉｔ！」のご協力のもと、会場には10種類以上の模擬店が並び、多くの方が列を作って買い求めていました。

ステージでは、根木屋音頭保存会と郡山ウインドアンサンブルが熱のこもったパフォーマンスを披露しました。最後に職員によるダンスパフォーマンスがあり、飛び入り参加の子どもたちも加わって、会場全体が一体となって踊りました。

迫力あるステージを楽しみ、おいしいものを味わい、会場は笑顔であふれていました。ご来場いただいた皆様、ご協力いただいた皆様、ありがとうございました。来年も多くの方のご来場をお待ちしています。

くじの景品を選ぶ子ども

コロッケを買い求める来場者

元気なダンスを披露する職員

介護老人保健施設

ゴールドメディア

職員一丸で盛り上げた夏祭りと敬老会
生演奏と大合唱に感動の涙、笑顔あふれる

ゴールドメディアでは夏から秋にかけての2大イベント「夏祭り」と「敬老会」を盛大に開催しました！

今年の夏祭りは、施設長をはじめ看護主任や介護スタッフなど、職種の垣根を越えて職員が一丸となり、会場を盛り上げました。華やかなフラダンスや、地元でおなじみの「うねめ音頭」で、会場の熱気は最高潮に。

さらに、ピアノ・バイオリン・サックス・ギターによる豪華なアンサンブルの生演奏が響き渡り、最後は全員で大合唱しました。手拍子でリズムをとる方や、感極まって涙ぐむ方もいらっしゃり、会場全体が温かな感動に包まれました。

敬老会では、日頃の感謝と「これからもお元気で」という思いを込めて、長寿のお祝いと心ばかりの記念品をお贈りしました。晴れやかな笑顔を見せてくださる皆様の姿に、これまでの歩みへの敬意を新たにし、職員一同も胸が熱くなるひとときとなりました。

フラダンスを披露する職員

手拍子で盛り上げる利用者さん

敬老の日を楽しむ利用者さん

総合南東北病院（本院）・南東北医療クリニック（歯科・眼科を除く）

2026年7月21日から
外来診療予約の
AI電話が始まりました！

新しい電話番号　050−5577−1002
受付時間　月〜土　7:00〜20:00

こちらの内容をAI電話が対応します
診療予約　予約変更
予約キャンセル　予約確認・問い合せ

詳細は病院HPをご確認ください！

1 電話をかける
2 AIの質問に答える
3 病院からSMSが届く
4 3診療日以内に、病院からお電話またはSMSの折返し連絡が届く

050−0000−0000
総合南東北病院 is calling...
または

薬局だより　解熱剤の使い方

熱が出たとき、「何℃になったら薬を飲めばいいの？」「熱は早く下げたほうがいい？」と迷ったことはありませんか。熱は体の中で起こっている変化を知らせるサインの一つです。そのため熱が出たら必ず薬で下げなければいけない、というわけではありません。

解熱剤は、熱を下げるだけでなく、頭痛や関節痛、だるさなどのつらい症状をやわらげるために使います。解熱剤を使って熱を下げても、命にかかわるような結果を減らすことにはつながらなかった、という研究結果もあります。体温の数字だけでなく、「熱でつらいかどうか」を目安に使うことが大切です。

よく使われる解熱鎮痛薬には、アセトアミノフェンやロキソプロフェンがあります。どちらも熱や痛みをやわらげる薬ですが、使える人や注意することが異なります。特に口キソプロフェンは、胃腸や腎臓への影響に注意が必要な場合があります。持病やほかに飲んでいる薬によっても選び方が変わるため、迷ったときは医師や薬剤師に相談しましょう。

また、気をつけたいのが薬の重複です。市販の風邪薬には、アセトアミノフェンが入っていることがあります。そこにアセトアミノフェンの解熱剤を追加すると、同じ成分を重ねて飲んでしまうことになります。飲みすぎると肝臓に負担がかかるおそれがあるため、風邪薬と解熱剤を一緒に使うときは、薬の成分を確認しましょう。

「熱が下がらないから」と、決められた時間より早く追加で飲むのも避けましょう。薬の袋や説明書に書かれた用法・用量を守ることが大切です。発熱したときは水分をとって、できるだけゆっくり休みましょう。

解熱剤は、単に熱を下げるだけでなく、つらい症状をやわらげ、体を休めるための薬と考えるとよいでしょう。薬の選び方や飲み方に迷ったときは、医師や薬剤師にご相談ください。

《参考》
添付文書（カロナール錠・ロキソニン錠）、厚生労働省広報誌「厚生労働」2022年9月号　他

薬剤科　原田悟

知って得する！美味しいお話！

食の豆知識

柿

柿は主に9～12月に旬を迎え、10～11月には最も多くの品種が店頭に並びます。ビタミンC、β-カロテンの豊富な果物なので、風邪予防や肌荒れ防止などに効果的です。

参考：食べ物栄養辞典
（栄養管理科）

種類

柿は中国や日本など東アジアが原産で、ヨーロッパやアメリカには日本から伝わったために学名にも「kaki」と記されています。品種も1000種近くあると言われています。大きく分けると甘柿と渋柿に分けられますが、数多い柿の品種の中で、甘柿の種類は非常に少なく20種類足らずしかありません。

見分け方（選び方）のポイント

ヘタが果実に張りつくように隙間がなく4枚揃っているもの、ヘタの色はなるべく緑が残っているものを選びましょう。しっかりと全体に濃いオレンジ色に色づいて、形がいびつでなく整っているものがおすすめです。艶に関しては、品種や状態によって一概には言えません。白く粉を吹いたようになっているものは「ブルーム」と言い、ブドウなどでも見られるように完熟した果実によくある自然現象なので、付いていた方が良いものもあります。また、手に持ってみてずっしりと重みを感じるもの、柔らかすぎないものが良いでしょう。

【柿のコンポート】（2人分）

●柿 1個　●砂糖 8g　●ホイップクリーム 10g

① 柿は皮をむき、6等分にする。
② 鍋に水 100cc、砂糖8g、6等分にした柿を入れ、落し蓋をして弱火で10 分焦がさないように煮る。
③ 柿の粗熱が取れたら冷蔵庫で冷やす。
④ 器に柿を盛り、ホイップクリームを添えたら出来上がり！

新任紹介

10月に着任した新任ドクターです。 よろしくお願いいたします！

あおき　ちひろ
青木 智洋
【脳神経外科】
医員

よりかわ　のぞみ
寄川 望美
【眼科】
医員

やまじ　ひろたか
山地 弘高
【整形外科】
医員

ごとう　ちほ
五藤 千穂
【外科】
医員

ねもと　かつひこ
根本 克彦
【救急集中治療科】
医員

まつもと　けいじ
松本 啓而
【腎臓内科】
医長

しろの　まこと
白野 誠
【外傷再建外科】
診療科長

はただ　しゅういちろう
畑田 修一郎
【歯科研修医】

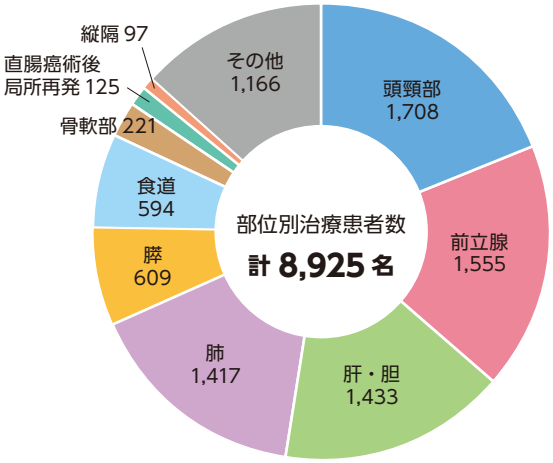
たまがわ　かすみ
玉川 佳澄
【心臓血管外科】
医員

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。

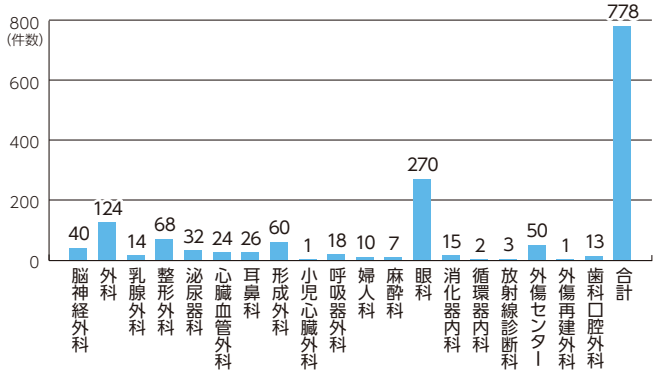
陽子線治療実績

2026年9月末まで　（2008年10月開院以降）



9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



9月の救急車台数ほか

2026年 9月1日～30日

救急車受入れ台数	救急患者数	ドクターヘリ受入れ
628台（患者数628人）	1,554人（時間外1,202人）	0件

編集後記

昨年秋、大手飲料メーカーがサイバー攻撃を受け、商品の受注や出荷が長期間止まったことは記憶に新しいところです。今年も9月末から企業や大学などで被害の公表が相次ぎ、10月にはクラウドサービスが攻撃されて、約500の企業や自治体に影響が及びました。データを暗号化して身代金を要求する「ランサムウェア」が主な手口で、病院も例外ではありません。国内では電子カルテが使えなくなり、診療を長く制限した病院もあります。当院でもシステムの監視や職員研修など対策を重ねていますが、侵入の入口になりやすいのは一人ひとりの何気ない操作です。不審なメールは開かない、パスワードは使い回さない、更新は後回しにしない。大切な情報を守るため、ご家庭でもできる備えを心がけたいですね。

南東北
2026年11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115
TEL（024）934－5708
■印　刷　石井電算印刷株式会社

ミックス紙 FSC® C010137
この「南東北」は、FSC® 認証材および管理原材料から作られています。
GREEN PRINTING JPPI P-B10141
この「南東北」は、環境に配慮した資材と工場で製造されています。
VEGETABLE OIL INK
この「南東北」は、環境にやさしいベジタブルインキを使用しています。

当院のHPはこちら