

# ホスピタリティコート hospitalityCourt

メディカルコート八戸西病院広報誌 TAKE FREE

《地域医療フォーラム》

## 糖尿病治療 合併症を防ぐために

弘前大学大学院医学研究科  
内分泌代謝内科学講座 教授  
大門 真さん

メディカルコート八戸西病院  
内科医  
石亀 昌幸



連載：社長の健康メッセージ

「健康への意識を高め、世界に誇るものづくりを」大蔵工業株式会社 代表取締役社長 大部 利行さん

LIFE WORK HISTORY 人にライフあり、ワークあり、歴史あり／ チャレンジ改善委員会

もっと開こう、地域へ OPEN HOSPITAL ／ 医療と介護 miraiイノベーション

栄養士さん教えて！ いまどき時短レシピ ／ Information ／ イベントスケジュール



弘前大学大学院医学研究科  
内分泌代謝内科学講座 教授

**大門 真さん**

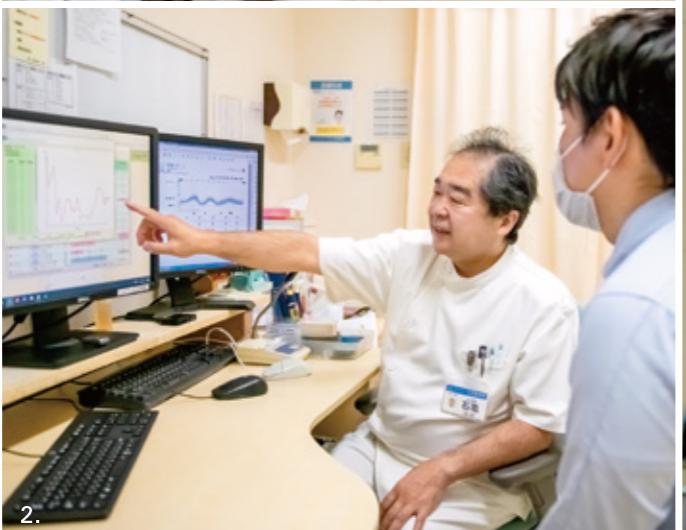
1957年生まれ。山形大学大学院医学系研究科卒。同大学院医学系研究科内科学第三講座准教授などを経て、2013年2月より現職。2014年4月より弘前大学医学部附属病院副病院長(兼任)。



メディカルコート八戸西病院  
内科医

**石亀 昌幸**

1959年生まれ。山形大学医学部卒。独立行政法人労働者健康福祉機構 和歌山労災病院内科第2部長兼糖尿病センター長などを経て、2016年4月より現職。



1. 大門教授が担当する内分泌代謝内科学講座は40年を超える歴史があり、糖尿病学会専門医9名による診療をはじめ、臨床を重視した研究活動などを通じ、多くの医師や研究者を輩出している。

2. 八戸西病院では、一日の血糖値変動を見える化できるCGM検査などにより、患者さん自身も状態を把握できることで、より適切な治療や血糖コントロールに役立てている。

「最近ミスが多くなってきた。糖尿病があると仕事ができないんじゃないかな」とおっしゃっていました。これは誤解なのですが、糖尿病があるというだけでマイナスのイメージ

一本日はありがとうございました。

「この他、医療現場で感じている問題点はありますか。」

石亀 健診で糖尿病が判明した後も、会社の上司に知られたくないなどの理由で、受診するまでに4年ためらってしまったという人が少なくないですね。また、患者さんが勤める会社の経営の方があつたことがあります。

石亀 健診で糖尿病が判明した後も、会社の上司に知られたくないなどの理由で、受診するまでに4年ためらってしまったという人が少なくないですね。また、患者さんが勤める会社の経営の方があつたことがあります。

性が逆転しないように食事の指導をしたいと考えています。

石亀 私たちの病院では血糖値の変動を把握できるCGMという機械を患者さんのおなかに装着して、退院前どれだけ病気が良くなつたか、夜中に低血糖の状態になつてないかを確認しています。患者さんは自分の血糖値をコントロールするコツを知ることができます。

大門 基本的に患者さんは糖尿病の治療をするために生きているのではなく、よりよく生きるために糖尿病の治療をしているので、その重要な

二石一鳥です。

大門 病気を強く持たれることが多いと感じています。

大門 糖尿病を隠す患者さんは多いですね。同僚との酒の席で、高血圧や高脂血症で薬を飲んでいると話すことはあるかもしれません

が、糖尿病について話すのはハードルが少し高いようです。しかし、治療を継続するためには周囲の理解が必要です。

糖尿病は「暴飲暴食したからなったのだろう」と周囲に誤解される傾向にあることが、病気を隠す一つの要因です。しかし、実際はそれが原因とは限らず、糖尿病においていないのに病気になってしまうこともあります。一方で、そのような人には「両親が糖尿病だから、私も病気になつて当たり前」と思わず、体質に合つた生活習慣を身に付けてほしいです。

体内でインスリンというホルモンが十分に働かず、血液中を流れるブドウ糖(血糖)が増えてしまう「糖尿病」。血糖の濃度(血糖値)が高いまま放置すると、深刻な合併症につながります。今回は弘前大学大学院医学研究科の内分泌代謝内科学講座教授の大門真さんと、メディカルコート八戸西病院内科医の石亀昌幸さんに、治療を継続することの重要性について対談していただきました。

## 地域医療フォーラム 糖尿病治療 合併症を防ぐために

弘前大学大学院医学研究科

内分泌代謝内科学講座 教授 **大門 真さん**

メディカルコート八戸西病院

内科医 **石亀 昌幸**



「糖尿病はどのような病気でしょうか。」

病の放置や、治療の中止が多いのではないかでしょうか。

大門

治療を中断させないといふことが一番大事ですね。糖尿病は病気です。患者さんの9割ぐらいが2型という糖尿病で、もともと体質に過食などの生活習慣が重なって発症します。特徴としては次第に血管が痛み、破れたり詰まつたりして合併症になつてから、初めて症状が出るという点です。

腎不全や心臓病などの合併症を予防する意味で、糖尿病の治療はとても大切です。

病状がないので、治療を止めしまつ人が多いです。血糖値が良くなつたから治つたと思う人もいますが、治療しなければまた悪くなるので、通院を続ける必要があります。

大門 慢性的に血糖値が高くなる病気です。患者さんの9割ぐらいが2型という糖尿病で、もともと体質に過食などの生活習慣が重なつて発症します。特徴としては次第に血管が痛み、破れたり詰まつたりして合併症になつてから、初めて症状が出るという点です。

腎不全や心臓病などの合併症を予防する意味で、糖尿病の治療はとても大切です。

腎不全や心臓病などの合併症を予防する意味で、糖尿病の治療はとても大切です。

大門 糖尿病だと食べたい物も食べられないと思いがちですが、食べるタイミングと量が問題になるだけで、食べいけないものは何もないです。食べたいお菓子があつたら取つておいて、食事の時にデザートとして一緒に食べるという工夫もできます。食後であればお菓子も低く抑えられるので、なぜこういう結果が出ているのだろうと思いました。極端な仮説の一つとして有力だと考えたのは、糖尿病を放置して高齢になる前に亡くなつてしまふ方が多く、その他の元気な方が高齢になつてから発症しているからではないかということです。八戸は糖尿病になると前に亡くなつてしまふ方が多く、その他の元気な方が高齢になつてから発症しているからではないかということです。八戸は糖尿病を把握できるCGMという機械を患者さんのおなかに装着して、退院前どれだけ病気が良くなつたか、夜中に低血糖の状態になつてないかを確認しています。患者さんは自分の血糖値をコントロールするコツを知ることができます。

大門 症状がないので、治療を止めしまつ人が多いです。血糖値が良くなつたから治つたと思う人もいますが、治療しなければまた悪くなるので、通院を続ける必要があります。

大門 糖尿病だと食べたい物も食べられないと思いがちですが、食べるタイミングと量が問題になるだけで、食べいけないものは何もないです。食べたいお菓子があつたら取つておいて、食事の時にデザートとして一緒に食べるという工夫もできます。食後であればお菓子も低く抑えられるので、なぜこういう結果が出ているのだろうと思いました。極端な仮説の一つとして有力だと考えたのは、糖尿病を放置して高齢になる前に亡くなつてしまふ方が多く、その他の元気な方が高齢になつてから発症しているからではないかということです。八戸は糖尿病を把握できるCGMという機械を患者さんのおなかに装着して、退院前どれだけ病気が良くなつたか、夜中に低血糖の状態になつてないかを確認しています。患者さんは自分の血糖値をコントロールするコツを知ることができます。

大門 基本的に患者さんは糖尿病の治療をするために生きているのではなく、よりよく生きるために糖尿病の治療をしているので、その重要な時間帯を確保できるので、二石一鳥です。

大門 症状がないので、治療を止めしまつ人が多いです。血糖値が良くなつたから治つたと思う人もいますが、治療しなければまた悪くなるので、通院を続ける必要があります。



## 健康への意識を高め 世界に誇るものづくりを

vol.22	大蔵工業株式会社
代表取締役社長	大部 利行さん

profile: 東京都出身。日本大学卒業。2001年7月、大蔵工業株式会社代表取締役社長就任。

## 社長の健康メッセージ

リーダーの人生は健康メソッドの宝庫だ。

祖父が一九三八年に、川崎市で株式会社大部製作所を立ち上げました。その後、市内で子会社の当社(大蔵工業株式会社)を設立しましたが、高度経済成長の真っただ中で社会全体で労働力が必要となる中、人材の確保が困難でした。たまたま五戸町出身の方々が大部製作所で働いていたご縁もあって、この町で当社の青森事業所として操業を始めました。私は3代目で、一歳から30歳ころまで川崎市に住んでいましたが、92年に経理部を除く機能を五戸町に集約してからはこちらに常駐しています。

当社は主に大手医療メーカーからの発注を受け、エックス線装置の部品を製造しています。他に自社製品として、印刷会社などで使う「自動紙枚数計数機」、お菓子や薬といった物を梱包する「自動帶掛機」などを設計から開発、製造まで手掛けています。

企業理念として「技術は夢をつくり、夢は人と企業を動かすパワーである」を掲げています。確かに技術があれば、世界に打って出ることもできます。また、製品が世界で利用され、評価されると従業員のモチベーションが上がります。

チベーションが高まります。おかげさまでエックス線装置部品関連の製造業者としては国内ナンバーワンとなっていますし、自社製品も二ッチな分野ではありますし、が、国内でトップクラスのシェアを誇ります。どちらもさらに海外の売り上げを強化したいと思っています。

工場を全面禁煙に

祖父、父ともに脳梗塞で亡くなっています。約10年前に出張でメキシコやアメリカを移動していた時に熱中症で倒れ、現地の病院に入院したことがあります。それまでは接待で頻繁にお酒を飲む生活

をしていましたが、この時から基本的にお酒をやめ、塩分の強い食べ物を控えるなどして食生活を見直しました。

週末はゴルフ場に通い、ストレスを発散しています。世界中のお客さまと海外でゴルフしながら商談をすることも多く、北米はスコットランド、南はブラジルのコースを回りました。お客さまと一緒に一日を過ごすこと、癖や食の好みなどいろいろなことが分かるので、仕事をする上で参考になりますね。

当社は医療関係の製品を手掛けていることもあるって、社内の健康への意識も高いと言えます。今年一月からは工場の敷地内を全面禁煙にしましたので、喫煙所は

切れません。以前、全従業員に喫煙に関するアンケートを取ったところ、7割以上が工場内での喫煙に反対しました。タバコを吸う人は吸わない人よりも休憩時間がが多くなってしまい、そのことに不公平感もあったようです。

また、工場内は冷暖房を完備し、常に快適な温度を保っています。整理整頓を徹底していることもあり、若い人が職場環境に魅力を感じて就職してくれるのであります。当社の従業員の平均年齢は40歳と非常に若くなっています。

女性の従業員が増えていることもあります。お母さんがお子さんを預けて安心して仕事できる環境をつくり、この会社で働いていることを誇りに思ってもらえば何よりです。

新型コロナウイルスが流行している状況を踏まえて、10月末に全従業員を対象としたインフルエンザの予防接種を行いました。費用は会社が全額負担します。また、医療関係の方から従業員へ健康に関する講話をしていただく機会を設けており、今後も続けていくつもりです。従業員に健康への意識を高く持つてもらうことが、良い製品を作るためには欠かせません。

その他の福利厚生も充実させています。毎年恒例の納涼会には従業員のお子さんたちも招待しており、年々参加する人数



上)毎年開催している納涼会は、食事をしたり、射的やヨーヨーをしたりと、内容も盛りだくさん。

左)定期的に工場内を産業医に巡回してもらい、作業環境の改善点を指摘してもらっている。



住所: 青森県三戸郡五戸町  
豊間内地蔵平1-278  
設立: 1938年9月

data  
大蔵工業株式会社



五戸町を生産拠点に、主として精密機械加工を行っている。中でも、医療用レンタル装置に使われるエックス線管球の容器製造は国内シェアの95%、エックス線蛍光倍増管の容器製造でもシェア日本一を誇っている。

H	W	L
I	O	I
S	R	F
T	K	E
ORY		

当院には、さまざまな経歴や資格をもつ職員が在籍しています。その個性を生かした活躍ぶりやリアルエピソードをご紹介します。

人にライフあり、ワークあり、歴史あり。

### 自分のスキルが業務の効率化に貢献

大学4年生の秋に2年間のリハビリが必要な大ケガを負いました。そのリハビリをしながらPCの学校と独学でホームページ作成やプログラミングに関する資格を取得しました。八戸西健診プラザに入職してすぐに、ホームページ改訂の担当になり、自分が患者としてCTやMRI検査を受けた経験から、一般の方の検査に対する疑問や不安を取り除き、医療の専門性をより分かりやすく伝えられるようなものを作りたいと考えていたことを形にできました。

放射線技師として、撮影した画像に対する2人の読影医の診断結果を1つにまとめる業務があります。これまで1日約500人分の作業は非常に大変でしたが、自分のプログラミングスキルを活かし、読影医と放射線技師

がPC上で作業できるプログラムを作ってからは、大幅に業務の効率化がきました。最近では、年間約13万件の健康診断結果を、男女別・年代別・判定別で自動集計できるプログラムを作りました。今後も、業務の効率化や精度の向上などに自分のスキルが役立てられるよう、さらに努力していきたいと思います。

#### 略歴

2013年3月 弘前大学医学部  
保健学科放射線技術科学専攻卒業  
2015年2月 八戸西健診プラザ入職



※上記取材内容は2020年10月時点のものです。

もっと向上できる、ホスピタリティ。  
あんしん安心サポート

## チャレンジ改善委員会

サービス、医療安全、感染対策などをホスピタリティ目線で改善するプロジェクト展開中です。



### 院内トイレの手すりを増設しました



移動がスムーズなように跳ね上げ式の手すりを設置しました。

当院で治療される患者様はリハビリ目的の方も多く、車イスご利用の方や片麻痺の方もいらっしゃいます。左右いずれの麻痺の方でも手すりが使用できるよう、この度、手すりが片側しか設置されていなかった透析室内と4階言語療法室前のトイレに手すりを増設しました。手すりの使用は便座移乗時の転倒防止や、立ち座り動作の患者負担軽減につながります。患者様が安心して自立した生活が送れるよう、今後も院内の環境整備を実施し、医療安全対策に取り組んでまいります。



### 採尿をよりわかりやすく確実に



イラストや矢印で表示することで決まった場所に提出していただけるようになりました。

検査科では尿検査のある患者様に向けて、採尿の方法及び提出場所をより分かりやすくするため、採尿室の環境改善を行いました。以前は尿カップを置く場所がわりづらく、床や便器の水タンクの上にそのまま置いて帰られたり、採取した尿のカップを倒してこぼしたりする患者様がいらっしゃいましたが、採取後の尿カップ専用ラックも設置し、尿を確実に提出できるようになりました。今後も患者様目線で考えたサービスの提供や、改善活動を継続して行つてまいります。

医療や介護の分野で役立っている  
新しいメソッドや資格、先端技術についてスタッフが紹介します。

## 感覚統合とは?

感覚統合とは、自分の体の動きや状態、道具の使い方、他人とコミュニケーションの取り方など、無意識のうちに環境とうまく関わるために感覚を脳がうまく整理したりまとめたりする機能のことです。

感覚統合療法を取り入れた療育・リハビリテーション。発達障害グレーゾーンへの取り組みも。

### その子の状態に合わせた新しい療法の誕生

子どもの発達には個人差があるものの、乳幼児では歩き出しや言葉の遅さ、就学児でも落ち着きがない、触感や音に対する過敏、極端な不器用さなど、「感覚統合」の問題を疑うケースが増えています。脳の発達とともに(思春期頃)改善する場合も多いのですが、二次障害といって、周囲との関わりで自分ができないことを認識し続けるストレスで「自分は何もできない」と、大人になっても影響を引きずってしまうケースも。近年では「感覚統合療法」を取り入れた、さまざまなリハビリテーションや療育が生まれ出されています。



### 作業療法士がマンツーマンで行う感覚統合療法

「まなび舍りんけん」では、発達理論に基づく感覚統合療法のプログラムを作業療法士がマンツーマンで提供。大きな吊り具やボルダリングウォール、おもちゃなどを使い、体のいろいろな感覚を刺激することで子どもたちの心身の発達を促しながら自信をつけていく療育を行っています。利用児の中には、おねしょをしなくなった、自閉症の子が視線を合わせられるようになった、などの声も聞かれ、今後は発達障害の基準を満たさない、いわゆるグレーゾーンの方の相談や予防的なことにも取り組みたいと考えています。



**mirai**な  
投稿スタッフ  
をご紹介

まなび舍りんけん

作業療法士 中村 美月

東北メディカル学院卒業。卒業後、東京都の重症心身障害児のデイサービス経て八戸西病院入職し現職。感覚統合療法入門講習会基礎コース修了。日本感覚統合学会認定講習会インストラクターの資格習得を目指し子どもたちに元気をもらいながら勉強中。

児童発達支援・放課後等デイサービスに関するお問い合わせは  
青森県八戸市下長4丁目2-20  
右記対応施設へお気軽にどうぞ。

学校法人 臨研学舎 まなび舍りんけん  
TEL.0178-38-8718

地域の医療実習生や職場体験の受入れに  
私たちが積極的に取り組んでいます。

## 作業療法臨床実習

東北メディカル学院

貴重な実践の機会を完全に  
感染症対策を万全に

7月6日から8月29日の8週間、東北メディカル学院による作業療法士臨床実習が当院で行われました。

臨床実習は養成校では最終学年に実施され、実際の患者様とリハビリテーションを実践できる貴重な機会です。当院では、感染対策の規定を設け、養成校と協力し実習に臨みました。

もっと開こう、  
地域へ。



作業療法は、運動はもちろんのこと排泄や更衣、整容動作といった生活に必須な活動から、家事動作や復学、復職など生活に関連するリハビリテーションを実施します。密接度も高いため、学生には感染対策も十分に指導しました。担当した指導者は、「無事実習を完了できてよかったです」と実習中の緊張を振り返りました。また、初めて臨床実習を終えた学生は「患者さんの自宅復帰へ向け、さまざまな職種が関わって、ひとつの目標に全員が向かっていると感じた」と学校では得難い経験を語りました。

実習施設として、安全に実習を行えるよう対策を万全にしつつ、将来の作業療法士への指導ができる限り行っていきたいと思います。



自宅をシミュレーションした訓練室で、玄関の段差を出入りする練習を行っています。安全に配慮しながら介助するポイントを学生に指導します。

訓練室の台所で、実際に米とぎや食器洗いを行い、麻痺のある手がどのくらい活動できるかを学生とともに確認します。

足に装具を装着し、立位作業の訓練の準備をします。日常生活は立って行う動作が多いので、装具装着についても学生に指導しました。

実習の最後には、学生が患者様から学んだことをまとめて発表してもらいます。感染対策のため、少人数で実施しました。

# i Information

## インフルエンザ予防接種 受付について

10月1日から12月18日まで、インフルエンザ予防接種を実施しています(要予約)。予防接種はインフルエンザが発症する可能性を減らし、重症化を防ぐ効果があります。インフルエンザから身を守るために正しい手洗いや普段からの健康管理が大切です。料金など詳細は外来受付へお問い合わせください。



## 第18回SG研究大会をオンラインで開催します

11月21日(土)12:50~「第18回SGグループ研究大会」をオンラインで開催します。今年度のテーマは「今こそ、果たそう。安全と安心のサービス」です。メールでの事前登録が必要ですのでお気軽にお問い合わせください。(事務局メールアドレスinfo@silverrehab.jp)



※2019年11月撮影

## 「高次脳機能障害に関する講習会」を開催します

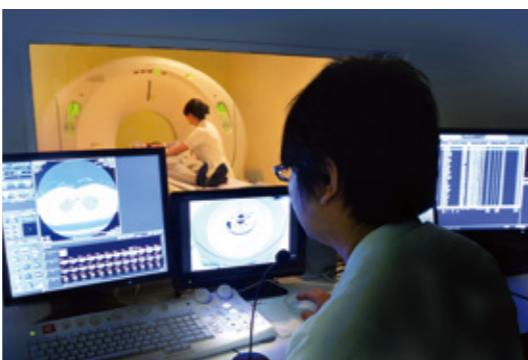
10月24日(土)13:30 ~15:30(13:00から受付開始)、当院1F交流ホールで「高次脳機能障害に関する講習会」を開催します。テーマは「社会的行動障害の病態と対応」。講師は中村記念病院(札幌市)脳神経内科 副部長 仁平敦子先生です。お問い合わせお申し込みは医事課まで(参加料無料)。



※2019年11月撮影

## 「ノンスモーカー肺がん早期発見チャレンジ」を開催します

八戸西健診プラザでは、肺がんによる死亡率低下を目的とした研究のため「ノンスモーカー肺がん早期発見チャレンジ」を開催しています。対象は50歳~70歳で喫煙指数が600未満の方です。胸部CTか胸部X線検査が無料で受けられます。お問い合わせは八戸西健診プラザ放射線科まで(☎0178-21-1717)



写真はイメージ

# Quick & Healthy

毎日いそがしいアナタに  
クイック&ヘルシーなレシピを栄養士が伝授!

## 鶏肉ときのこのクリーム煮

材料  
2人分

【食材】 鶏もも肉 ..... 250g  
まいたけ ..... 100g  
しめじ ..... 100g  
玉葱 ..... 100g  
乾燥パセリ ..... 適量

【調味料】 塩 ..... 適量  
こしょう ..... 適量  
小麦粉 ..... 大さじ3  
バター ..... 大さじ2  
牛乳 ..... 200ml  
コンソメ ..... 大さじ1/2

調理時間  
約15分

作り方

01 鶏もも肉をひと口大に切り、塩、こしょうをふる。

02 まいたけ、しめじをほぐし、玉葱はくし形に切る。

03 鶏もも肉、きのこ、玉葱を耐熱容器に入れ、小麦粉をからめ、牛乳、バター、コンソメを加え混ぜる。

04 ふんわりとラップをかけ、600Wで10分加熱する。

05 加熱後よく混ぜ、塩コショウで味を調える。

06 器に盛りつけ、仕上げに乾燥パセリをトッピングする。



栄養士から  
時短ポイントアドバイス

- ひと口大に切ってある鶏もも肉を購入すればさらに時短に。
- レンジ使用で焦げつく心配もなくラクラク。



管理栄養士  
小笠原 有理

profile  
岩手県滝沢市生まれ。2020年に「介護老人保健施設おうしゆく」入職。入所様の状態に合わせた食事を考え、本人と会話しながら食事介助することが楽しんでいます。

## Event イベントスケジュール

□2020年

11月25日(水)～12月26日(金)	終日	クリスマスイルミネーション点灯	交流ホール	当日自由参加
12月1日(火)～12月25日(金)	終日	館内クリスマスマジック放送	館内	

□2021年

1月5日(火)～2月1日(月)	終日	作品展 市川清一写真展	交流ホール	当日自由参加
-----------------	----	-------------	-------	--------

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、ステージパフォーマンスを自粛しています。

### どなたでも無料観覧できる交流ホールイベント開催中！

当院1F交流ホールでは、どなたでも無料でお楽しみいただけるイベントを開催しています。季節やテーマに合わせた多彩なプログラムのほか、写真や絵画等の展示イベントも開催しております。また、ご来院の方には手指消毒と検温、マスク着用のご協力をお願いいたします。



## Note 編集ノート

### 当院「創立11周年記念植樹式」を執り行いました。

当院では、毎年8月に環境整備も兼ねて創立記念の植樹を敷地内で行っています。今年の記念樹は、昨年同様のジューンベリー(June Berry)です。毎年6月に実をつけることになんで名付けられた樹で、花言葉は「穏やかな笑顔」です。この記念樹のように、笑顔にあふれる医療環境を目指して職員一同、日々努力していきます。



今年も無事に創立記念日を迎えたことに感謝し、これからも地域医療に貢献できるよう決意を新たにすることことができました。