

きずな

8月号
2023年

KIZUNA Vol.438

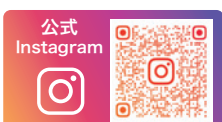
特集 肩と心臓のリハビリテーション P2-3

- がん診療センターシリーズ Vol.5 にじゅうとくいせいこうたいやく ～二重特異性抗体薬について～ P4
- 当院の連携医 いさつ歯科医院 P5
- スキルUP～学術奨励賞 ダブル受賞～、おすすめレシピ P6
- 【公式】SNSはじめました!、宝の箱、
がん患者サロン「てるてるサロンあづみ」、求人情報 P7



発熱・かぜ症状のある方は、まずはお電話を! 0261-62-3166

穂高神社風鈴祭り photo by 原井秀雄



あづみ病院 
<https://www.azumi-ghp.jp/>



North Alps Medical Center Azumi Hospital

JJA長野厚生連 北アルプス医療センター
あづみ病院

肩と心臓のリハビリテーション

理学療法部門は、リハビリテーション科の一部門として理学療法士41人で構成されています。整形外科・内科・外科疾患などの医療分野のリハビリテーションと、訪問リハビリテーション、通所リハビリテーションなど介護分野でのリハビリテーションまで、理学療法部門が関わる分野は多岐にわたります。今回は、医療分野のリハビリテーションの中でも、肩のリハビリテーション（肩関節治療センター）と心臓リハビリテーション（本館2階リハビリテーション室）を紹介します。

肩の

リハビリテーション

「肩の痛み」や
「肩の挙げにくさ」は
ありませんか？



肩の痛みや挙げにくさを感じる原因のひとつに、「肩関節拘縮」という疾患があります。何らかの原因で痛みが起こり、それがきっかけで肩の関節が硬くなって動きが悪くなる疾患です。

この疾患の経過は、3つの段階をたどると言われています。

まず、何もなくても痛く、寝ていても痛い**炎症期**、炎症が治まって、痛みは楽になるものの肩の可動域が狭くなる**拘縮期**、徐々に肩の動きが改善してくる**終息期**です。

3つの段階それぞれで治療のアプローチ方法は異なります。

炎症期はとにかく痛みが強いので、無理に

動かそうとはせず、夜間に痛みが強い場合は枕やタオルを挟んで楽な状態で寝られるように工夫します。

拘縮期や**終息期**になると、痛みが軽くなってくるので、積極的に運動療法（リハビリテーション）を行い、可動域を広げていきます。肩関節拘縮は、患者さんが10人いたとすると、9人は外来通院で良くなると言われています。根気よくリハビリテーションを行うことが重要です。

「肩が痛い」「肩が挙がらない」などの症状がある方はとても多くいます。きつと五十肩だろうと思いついて、数年にわたり症状を放置し、いよいよ受診したときには重症化していた…という方も度々経験します。1カ月以上継続する痛みやどんどん強くなる症状は、整形外科の専門医への受診をおすすめしています。

理学療法士

肩関節治療センター主任 鶴木恵

つるぎめぐみ



リハビリテーションの様子



肩の前側の筋肉をほぐしています

心臓の

リハビリテーション

心疾患のある方が疲れやすくなる原因を知っていますか？

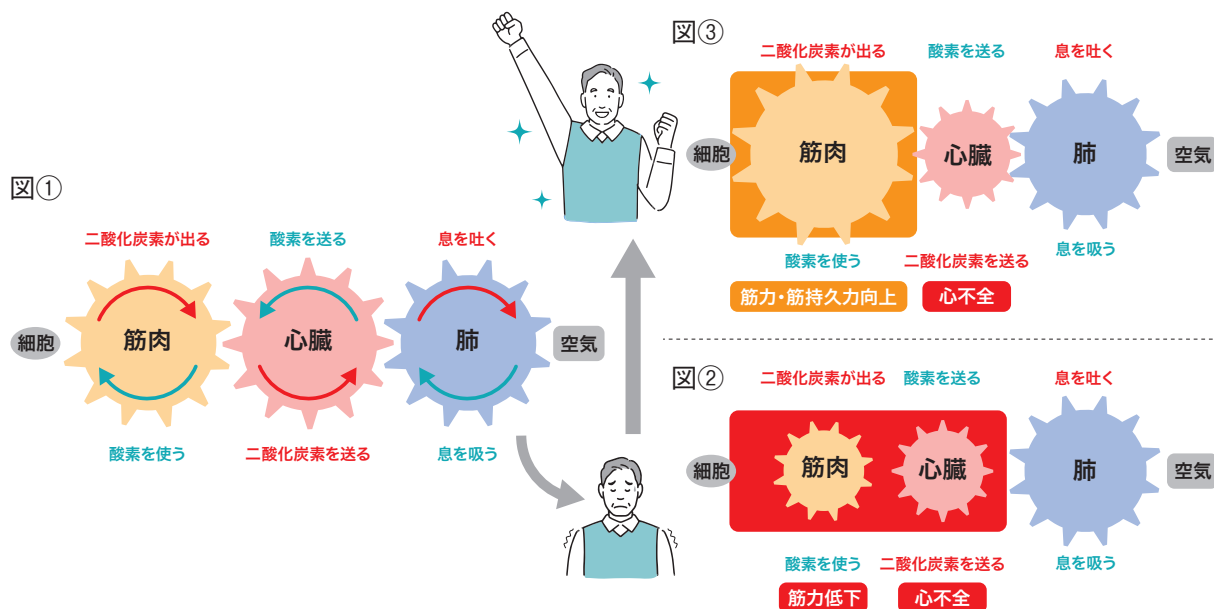
運動に必要なだけの酸素が、筋肉までうまく送れなくなっているからです。

図①のように、私たちが体を動かすためには、常に空気中から酸素を取り込み筋肉に届けなければいけません。しかし、図②のように心臓の機能が悪くなると歯車が小さくなりうまく回らず、加えて筋力が落ちると、さらに酸素が運ばれづらくなります。

ではどうすればいいと思いますか？他の歯車を大きくするとどうでしょう。

図③の筋肉の歯車です。そこで必要になってくるのが、有酸素運動（歩く、自転車に乗るなど）や筋力トレーニング（スクワット、かかとあげ）、そしてさらに重要になるのが日常生活での活動量（農作業など）です。「心臓が弱くなっても運動してもいいの？」不安な方がいると思います。

様々な研究で心疾患の方でも運動や活動をしている方が長生きするというデータが出ています。逆に、座っている・寝ている時間が長くなると、病気が悪化するともいわれています。



理学療法士
心臓リハビリテーション指導士

あかはね ひろやす
赤羽 弘泰



心臓リハビリテーションの様子

ただ、運動の唯一の欠点はやりすぎに注意ということ。心臓も筋肉です。使い過ぎてしまうと疲れてしまいます。しかし、動かないということが体にとっていちゃんよくありません。先程の図の歯車で考えるとよく理解できると思います。

当院の外来心臓リハビリテーションでは、より安全に運動をしてもらうために体力検査を実施し、適切な強度で運動を行っています。また、運動中の自覚症状だけでなく、心拍数や血圧も確認しています。

通院での運動が難しい方に対しては、在宅でできる運動について指導を行い、自宅での活動量についても、体力に合った方法を一緒に検討しています。

病気になる前からこそ、運動・活動の継続が重要です。一緒に運動して、病気に負けない体力づくりをしていきましょう！



がん診療センターシリーズ

vol. 5

にじゅうとくいせいこうたいやく

二重特異性抗体薬について

【はじめに】

がんの化学療法や自己免疫の治療では、「抗体薬」と呼ばれる薬剤が広く用いられています。リツキシマブやダラツムマブなどの薬剤は、B細胞性リンパ腫や多発性骨髄腫の治療で中心的な役割を果たすようになっていきます。近年、「二重特異性抗体薬」とよばれる薬剤の開発が進み、一部は日本でも実用化されています。

【抗体・二重特異性抗体とは】

抗体は、私たちの免疫系が体内の異物や病原体と戦うために作られるタンパク質です。異物や病原体に対して特異的に結合し、免疫細胞に攻撃を促す役割を果たします。新型コロナウイルス感染症でも抗体薬が開発・使用されています。

通常の抗体は下の図に示すようにひとつの抗原（タンパク質）にしか結合することができません。

二重特異性抗体は、図の右のようにふたつの抗原に結合することができるよう設計されています。この働きによりがん細胞表面のタンパク質と免疫細胞表面の

タンパク質に結合することができます。

【ブリナツモマブ（Blinatumomab）】
ブリナツモマブは急性リンパ性白血病の治療に用いられ、日本でも使用されています。がん細胞に存在するCD19というタンパク質と、免疫細胞の表面に存在するCD3というタンパク質とを結びつけます。

【エルラナタマブ（Erlanatumab）】
エルラナタマブは、再発または難治性の多発性骨髄腫の治療に使用されます。日本では未発売ですが、2023年6月に国内における製造販売承認申請が出されています。

がん細胞に存在するBCMAというタンパク質と、免疫細胞の表面に存在するCD3というタンパク質とを結びつけます。

【二重特異性抗体薬の費用と特徴的な副作用】

二重特異性抗体薬は、高度な技術や製造プロセスを必要とするため薬剤費が高額になります。海外で承認されている薬剤では、治療を全コース行うと数千万円

の費用になる薬剤もあります。

また、二重特異性抗体薬の特徴的な副作用としてサイトカイン放出症候群や神経障害が報告されています。

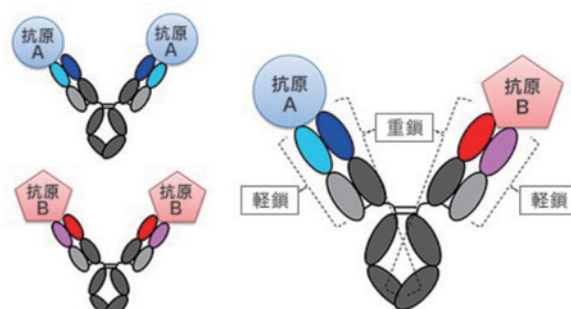
血液内科部長

たけおかやすのぶ
武岡 康信

二重特異性抗体

通常抗体：抗体が持っている2つの抗原結合部位が同一の抗原にしか結合しない。

二重特異性抗体：左右の抗原結合部位が異なる抗原と結合できる。



通常抗体

バイスペシフィック抗体
(二重特異性抗体)

出典元：「中外製薬における独自の革新的抗体技術説明会」
(2012年12月18日開催)

【まとめ】

今後、日本でも二重特異性抗体薬が広く用いられることが予想されます。効果が期待できる薬剤ですが、高額な薬剤費の問題があります。

当院の連携医

いさつ歯科医院

安曇野に移住、開業して25年も経つと当時とは色々と歯科をとりまく状況も変わってきます。歯科医師を生業とする家庭に育ち、僕で三代目。東京で開業していた父の後をなんとなく継ぐのかな？とぼんやり考えていた程度でした。しかし、祖父が北海道、父が東京、僕は安曇野と全く跡を継がないのは何故だろう。ひとつはやはり日進月歩の医療の世界、親と子の世代が学んできたものに色々と隔たりがあり、あたかも同じ医院に全く違う科が混在するような事も起きる、親子診療のむずかしさなのかも知れません。

さて、実際今でも初対面の方に歯科医師であると名乗ると『いやー、私は歯医者が苦手ですねー』と言われることがあります。いやー初対面で私はあなたがキライとか言われたら、普通は喧嘩になりませんか？（笑）きつと、そういう方の歯科に対するイメージは『歯科＝削る＝抜く＝痛い』だと思いますが、僕の医院はもちろんそういう診療がゼロではありませんが、頻度はかなり低くなっています。

え？じゃあ何やってるの？という疑問に対する答えは（１）『子供は虫歯予防や噛み合わせ』（２）『成人は歯周病の予防・治療・管理』（３）『歯のホワイトニング』そして（４）『患者さんが自分の健康に関心を持つてくれるような情報を提供すること』あたりでしょうか。なのでいわゆるみなさんが大キライな『チューイン』という音はほとんどしませんし、歯科独特の匂いもありません。特に（４）には長野県では唯一『オリゴスキャン』の導入など力を入れており、色々な話をするのに引き出しは多い方が良いのではないかという事もあり、たまに自分でもどこに向かって走っているのかわからなくなるほど様々な資格を取ったり、ジャズ演奏やラジオのパーソナリティーの仕事もしています。

さて、そんな怪しげな歯医者者の引き出しにはどのようなものが入っているのでしょうか？…所属学会なども合わせて記載してみます。日本審美歯科学会、日本アンチエイジング歯科学会、厚生労働省認定臨床研修指導医、お口の健康

ネットワーク認定医療機関、日本保険医療会理事、オーラルプラセンタ医学研究会認定医、日本アロマ環境協会認定アロマセラピスト、文部科学省許可ジャズマスター、日本唐揚げ協会認定カラアゲニスト、FMまつもと、あづみ野FMパーソナリティ、宝地図ナビゲーター、遠野市公認かつば捕獲許可証、日本あんこ協会 あんバサダー、2CV CAFE 食品衛生責任者…自分で書いてみてもやっぱりこの歯医者、怪しいや。



いさつ かずお

院長 伊佐津 和朗

所属学会 長野県矯正研究会 会員・日本審美歯科学会 会員
オーラルプラセンタ医学研究会 会員

■診療日：月曜日～土曜日

■診療時間：9:00～18:00（最終予約時間は17時30分）

〒399-8201 長野県安曇野市豊科南穂高4742

TEL:0263-73-0648

スキルUP↑

学術奨励賞 ダブル受賞

肩関節治療センター 理学療法士 かわかみ ゆいか 川上 祐衣香

私が働いている肩関節治療センターには、肩が痛くて困っている方や、腕が挙がらなくて日常生活に支障を来している方など、たくさんの患者さんが通っています。当院では腱板断裂の患者さんに対して、断裂した腱板を修復する手術を行っており、手術後は肩関節治療センターで長期にわたりリハビリを行っています。

その中で、手術直後どの時期にどれくらい肩が動いていることが大事なのかが分かれば、少しでも多くの患者さんに早く良くなってもらえと思い、それについて調べることにしました。そして、その結果を「第51回長野県理学療法学術大会」にて発表したところ、今後、腱板断裂に対するリハビリを行う上で活かしていくことができる発表として「学術奨励賞」を受賞することができました。今回このような賞を頂けたことで、今後の治療も益々頑張っていきたいと思えるような機会となり大変嬉しく思います。

浅田 凌雅(右)と
川上 祐衣香(左)



受賞の様子

肩関節治療センター 理学療法士 あさだ りょうが 浅田 凌雅

この度、長野県理学療法学術大会にて「学術奨励賞」を受賞しました。

私は現在、当院の肩関節治療センターで、肩関節の理学療法を日々行っています。今回受賞に至った研究としては、「腱板断裂術後早期における目標角度の獲得に影響を及ぼす因子」という演題名で発表させて頂きました。この研究内容は、肩の腱板断裂いわゆる肩のインナーマッスルが切れてしまった方の術後の治療成績を良くするために、手術をする前の段階での理学療法がとても大事であるということです。当院では術後まもない患者さんに対して肩の可動域の角度の目標値も定めて、その角度を達成するように普段から理学療法を行っています。ですがその目標角度の獲得に難渋する患者さんを少なからず経験するため、その原因を追究することが今回発表に至った経緯です。今後も肩が痛くて困ってる患者さんのためになるよう日々精進していきたいと思っています。

香ばしく焼き上げたズッキーニとタコの旨みとまっぱりトマトの酸味が効いたマリネ。
食欲が落ちがちな夏にぴったりな一品です。

タコと焼きズッキーニの彩りマリネ

材料(3人分)

ズッキーニ	150g	★めんつゆ濃縮2倍	大マシ4
ポイルタコ	150g	★穀物酢又は白ワインピネガー	大マシ2
ミニトマト	12個	★エキストラバージンオリーブオイル	大マシ1.5
塩	少々	(お好みでバジルや黒こしょうやバルサミコ酢 適宜)	

作り方

- ズッキーニの皮を縞になるようにピーラーで剥き、1cmの厚さの輪切りにする。
- ①のズッキーニの両面に軽く塩をして水が出るまでしばらくおく。
- ミニトマトはヘタを取って半分にきり、タコは水気をふいて一口大の乱切りにする。
- フライパンにオリーブオイル(分量外)を薄く引き、中火で温め、②のズッキーニの水分を軽くふき取ってから両面焼き色がつくまで焼く。
- バットに★の調味料を混ぜあわせマリネ液を作る。
- ⑤のマリネ液に③、④を漬けて冷蔵庫で2～3時間冷やす。1日ほど漬けてもよい。
- しっかり味がなじんだら皿に盛り、仕上げにお好みでバジルや黒こしょう、バルサミコ酢などをかけて完成。



栄養素量(1人分)

エネルギー	159Kcal
たんぱく質	12.6g
塩分	1.8g
とみや けんじ	
●栄養科 富谷 憲司	

北アルプス医療センター あづみ病院
休診日のお知らせ
(赤字の日が全科休診日です)

2023 8月 August

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

2023 9月 September

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

お知らせ
休日緊急当番医

・8/13(日)
本院(大北南部地区)
・8/11(金)
白馬診療所(大北北部地区)

北アルプス医療センター
あづみ病院理念

質の高い医療と社会への貢献をとおし、
地域の皆さまから信頼される病院を築きます。

〈基本方針〉

- ① 医の倫理を守り患者さんの権利を尊重し、
平等で親切、安全な医療・福祉サービス
を提供します。
- ② 救急医療から在宅医療まで広く、地域の
皆さまの安心を支えます。
- ③ 地域の皆さまのこころの健康を支える、
やさしい医療につとめます。
- ④ 日々の研鑽に励み、明るい職場環境造りと
信頼される医療人の育成につとめます。
- ⑤ 保健予防活動を通じて地域の皆さまの
健康増進に貢献します。
- ⑥ 研究・文化活動を積極的に展開し豊かな
地域づくりに貢献します。

FOLLOW ME



【公式】SNS はじめました!



★院内開催イベント案内など
★患者さん向け案内など



★求人に関する案内
★職員・各職場のようす

「宝の箱」



よりよい病院になるために、患者さんからいただいたご意見の一部を紹介いたします。

ご意見・ご要望

<病棟へ>

自宅では夜間一回のトイレで
したが、入院し環境が変わると
何回もトイレにおき、その都度
ベルで看護師さんと呼ぶことにな
ってしまいます。仕事とはい
え、嫌な顔せず優しい対応に心
から感謝します。

お返事

とても温かいお言葉をいた
だき、ありがとうございます。
今後も、患者さまが安心して入
院生活を送っていただけるよ
う、心を込めて看護させていた
だきます。
(病棟責任者)

その他のご意見は、正面玄関入った返答コーナーに掲載しております。

がん患者サロン「てるてるサロンあづみ」

がん患者さんやその家族が
同じ体験をした仲間と語り合える
場所です。

◆テーマ「リフレッシュ体操」

◆8月28日(月) 14:00～15:30

◆リハビリ担当者と一緒に身体を動かしましょう。後半は語り合いです。



予約不要
参加無料
見学OK



年間スケジュール

求人情報

お問い合わせ 総務人事課

☎ 0261-62-3166

自然ゆたかな環境で働きませんか?あづみ病院・
白馬診療所では、私たちと一緒に働いてくれる方を
募集しています。長野県にUターン・リターンを考えている方。
田舎への移住を考えている方。

【勤務地】

- 北アルプス医療センターあづみ病院
- 北アルプス医療センター白馬診療所



夏期
インターンシップ
募集中



募集職種は
こちらから



編集
後記

今年度から広報誌担当になりました。毎月、興味を持っていただけ
るような内容を提供できればと思っています。

(Y.A)

8月担当医表

受付時間:平日7:30～11:30

第1・3土曜7:30～11:00

問い合わせ:0261-62-3166

予告なく変更されることがありますので、ホームページの休診案内をご確認下さい。

※診療科により受付時間が異なります。※青字は、信大医師又は非常勤医師が診察します。

(○日)は、今月の診療日を表しています。

2023年8月1日現在

診療科目		曜日	月	火	水	木	金	第1土	第3土
内科	内科 午後 受付13:00～15:00		仲村彩子	岡田光代(1.8.15日) 富田 威(22日)	東方壮男	林田研介	村木 崇		
	循環器内科	麻生真一(初診) 富田 威 東方壮男 百瀬智康	富田 威 東方壮男 桑原宏一郎(予約制)	東方壮男(初診) 富田 威(2.16日) 百瀬智康 麻生真一	大熊ゆかり (予約制)	百瀬智康(初診) 富田 威 東方壮男 麻生真一	百瀬智康 (初診) 東方壮男	東方壮男 (初診) 麻生真一 (初診)	
	消化器内科	天野仁至		村木 崇	天野仁至(初診)	村木 崇(初診)			
	呼吸器内科	池川香代子	岡田光代	岡田光代(初診)	池川香代子(初診) 岡田光代	花岡正幸(10:30～)(4.25日) 松原美佳子 (予約制)	岡田光代 (初診)	岡田光代	
	脳神経内科	林田研介(初診)	林田研介	林田研介	林田研介	林田研介	林田研介 (初診)	林田研介	
	血液内科	仲村彩子 (予約制・午後)	武岡康信(初診) 仲村彩子(初診)		武岡康信(初診) 浅井麻理子(予約制・午後)	武岡康信 (予約制・午後)		武岡康信 (初診)	
	総合内科		林田研介						
	専門診療 (予約制)		西田大晃 (糖尿病13:30～)	高松良太 (リウマチ・膠原病)	上條祐司 (腎臓内科)	田中榮司 (肝臓)	岸田 大 (リウマチ・膠原病)	高松良太 (リウマチ・膠原病)	
循環器病センター (予約制・午後)					心不全診療(3.17日) + 看護 デバイス診療 専門外来				
精神科	精神科 (予約制)	中村伸治 由井寿美江 春原隆史 樋端佑樹(28日)	荻原朋美 春原隆史 岩切啓太	中村伸治 由井寿美江 小野昌大 鬼頭 恒(午前)	荻原朋美 中村伸治 春原隆史	荻原朋美 中村伸治 山崎模一 村田志保	中村伸治 春原隆史 白石 健		
	初診(午前)/認知症診療 (予約制)	輪 番	輪 番	輪 番	輪 番	輪 番			
小児科	午 前	小口弘子 保刈 健(10:30～)	保刈 健	小口弘子	保刈 健 小口弘子(予約制10:30～)	小口弘子 又は 保刈 健	信 大		
	午 後 (事前TEL必須) 受付14:00～16:00 (予約制)	輪 番 小口弘子(慢性疾患)	輪 番 予防接種・乳児検診	輪 番	輪 番 予防接種 小口弘子(慢性疾患16:00～)	輪 番 保刈 健(慢性疾患)			
外科	一般外科	江原殺人	本山博章	本山博章 又は 江原殺人	本山博章	江原殺人	本山博章	江原殺人	
	呼吸器外科	花岡孝臣	手術日(急患対応は要相談)	小野祥太郎	花岡孝臣	小野祥太郎	花岡孝臣		
	形成外科(予約制)		常川主裕(13:00～)						
	専門診療 観察	乳腺 (予約制) 甲状腺 (予約制) 心臓血管外科 (受付15:00まで)		網谷正統(2.16.30日) 大場崇旦(9.23日)		伊藤研一(4.18日) 金井敬晴(25日)			
ストーマ外来 (予約制) ※看護専門外来									
整形外科	初診 (受付10:30まで)	太田浩史 (下肢) 川上 拡	中村恒一(手・肘) 太田浩史(下肢 輪番) 狩野修治	狩野修治(下肢) 石垣範雄	向山啓二郎(脊椎) (受付10:00まで) 伊藤模太郎	中村恒一(手・肘) (9:30～) 信 大	信 大		
	再診 (予約制)	狩野修治	向山啓二郎 伊藤模太郎 高橋 淳(15日)	太田浩史 向山啓二郎 川上 拡	中村恒一	小田切優也	村上成道 (スポーツ障害・予約制)		
	肩関節治療センター (紹介状なし受付10:30まで) (紹介状あり受付11:00まで)	石垣範雄(予約制) 畑 幸彦(予約制)	手術日	小田切優也	手術日	石垣範雄(初診) 畑 幸彦(予約制)		畑 幸彦 (予約制)	
	皮膚科 (受付10:00まで)	小口美抄枝	佐竹宏介			小川英作			
泌尿器科			平林直樹 (再診の予約のみ)	塩崎政史(2.16.30日) (初診受付10:30まで)	小川典之 (初診受付10:30まで)	平林直樹 (再診の予約のみ)			
	ストーマ外来 (予約制) ※看護専門外来								
女性骨盤底医学センター (予約制)				西澤 理(9.23日)					
産婦人科 (予約制)			小野元紀			時光亜希子			
眼科			太田いづみ (初診受付10:00まで)	信 大 (初診受付10:00まで) (9:15～)		太田いづみ 寺島紀子(9:30～) (初診受付10:00まで)	太田いづみ 寺島紀子 (初診受付9:30まで) (再診受付10:00まで)	信 大 (初診受付9:30まで) (9:15～)	
耳鼻咽喉科 (平日受付16:00まで)				信 大 (14:00～)			信 大 (14:00～)	信 大	
放射線科			鈴木孝司	鈴木孝司	鈴木孝司	一戸記入(午後)			
麻酔科 (予約制)				新倉明和 (手術前診察)	小林浩一 (ペインクリニック)	新倉明和 (手術前診察)			
リハビリテーション科(予約制)			畑 幸彦	畑 幸彦	石垣範雄	石垣範雄	石垣範雄	石垣範雄	
歯科口腔外科			長汐沙千穂 西牧史洋	手術日 (急患対応は要相談)	長汐沙千穂 西牧史洋	長汐沙千穂 西牧史洋	長汐沙千穂 西牧史洋	西牧史洋	長汐沙千穂
緩和医療外来 (予約制)				花岡孝臣(8日) 武岡康信(15日) 間宮敬子(22日)					
在宅支援科(予約制)			仲村彩子 (13:00～)			池川香代子 (13:00～14:00)			