



医療法人社団

厚済会 広報誌

Anniversary  
Kousaikai  
40th

# こうさい

2020

NEW  
YEAR



特集

透析治療中の患者さん向け

## インフルエンザ対策

適切な予防策をして冬を乗り切ろう！

- 総局長 花岡 加那子さんより ご挨拶
- Interview 大西 俊正会長
- 患者会 NEWS 上大岡仁正クリニック あおぞら会
- 来るべき災害に備える
- 厚済会冬のおすすめレシピ



厚済会マスコットキャラクター  
じんソウくん

## 厚済会広報誌創刊に寄せてご挨拶

厚済会広報誌創刊に寄せて、創刊の経緯、職員・患者さんへの想いや、厚済会の理念について語っていただきました。

皆様、こんにちは。

初めましての方もいらっしゃると思います。

私の仕事は、患者さんとクリニック・病院のスタッフ達が良い関係を築けるように裏方からサポートすることです。あくまでも裏方なので、皆様にお会いすることがなかなか出来ないのですが、今回は厚済会として、この広報誌創刊への想いをお話させて下さい。

いま、厚済会では理念を大事にすること、職員同士や組織が大事に考えていることを共有し合うことに力を注いでいます。その理由は、多様な価値観が存在する近年、特に人は言葉で良く伝え合えないと理解し合えないと考えるからです。

厚済会はこれまで、創業者の大西会長ら先輩の姿を見て学ぶ・言わずとも感じとるという武士道の様なものを信じる帰来がありました。謙虚さは慎ましさの中にもある・・・と実際に私も昭和女です。それを美学と感じる価値観があります。特に厚済会は自らPRしたり主張するのは図々しいという様な価値観があったのです。しかし、平成も終わり、厚済会の中で少しずつ職員間の価値観のズレから起こる問題も出て、当法人の目指すべき姿とは違うことが起こることもあります。大変お恥ずかしい話でございます。患者さんが望むものを追い求めているつもりが、疾うに患者さんのご希望とはズレていたり。。このままで良いわけがありません。そこで、これからは、「恥ずかしがらず、手段があれば可能な限りコミュニケーションを取る」厚済会になりたいと存じます。

この広報誌は、患者さんと厚済会のコミュニケーションのツールです。皆様が知りたいこと、知っておいて欲しいことなど発信していきたいと思えます。この広報誌を通して、患者さんが望むものを知る、教えてもらう場にもなればと考えております。何分まだまだ始めたばかりの取り組みですので、何卒、良いコミュニケーションとなる様にご指導お導き頂きたくお願い申し上げます。

お力を頂いた分、成長し続けられる厚済会でいることをここでお約束させていただきます。図々しいお願いではございますが、お付き合いの程を何卒よろしくお願い申し上げます。



医療法人社団

厚済会 ～法人理念～

仁

仁術の心をもって正しい医療を提供する。

愛

温かい愛と奉仕の精神をもって、自分が患者さんであればどのような医療を求めるだろうかと、常に自問し続けること。

知

医療において謙虚さこそ最も大切な資質である。謙虚な姿勢をもって医療にあたる専門職同士が互いに尊敬し合い、高め合える信頼関係を持つこと。

技

常に最新の医療知識と技術の獲得を目指し、患者さんに安心して頂ける医療人となるように努力する。



厚済会の理念には、上大岡仁正クリニックを開業した当時、透析医療がまだ誰もが受けられなかった時代に何とか一人でも多くの方に充実した医療を受けてもらいたいと奔走した大西会長や院長達の想いが入っています。何か自分に出来ることで人のお役に立ちたいという切実な思いは、厚済会が本当に大事にしていきたい信念です。仲間同士が信じあい、力を合わせて、なんとか目の前にある患者さんの命を大事にする。もし、自分の家族や大事な人の命を任せるなら、こういう理念・信念を実行している人に任せたい、そういう医療従事者になろうという目指すべき姿が厚済会の理念です。

人の人生に関わる仕事であるからこそ、今ある状態を誇るのではなく、成長できる・努力できる自分であるために常に謙虚な気持ちを持つことは私の人生のテーマでもあります。

また、近年、多様化する価値観の中、一言で「優しさ」と言っても、何を持って優しさとするのかは人によって少しずつ違います。だからこそ、厚済会の医療はこうありたいというものを言葉にして話し合い、共通の価値観にしていきたいと思います。





# 特集 インフルエンザ対策 – 適切な予防策をして冬を乗り切ろう！

## 透析治療中の患者さん向けインフルエンザ対策のポイント

上大岡仁正クリニック 院長代理 三橋 洋先生

### 透析治療中の患者さんの インフルエンザ予防法

患者さんは免疫力低下や体力低下を認める方も多いため、インフルエンザに罹りやすく、かかった場合には肺炎などの合併症を伴い重症化し易い状態です。このためインフルエンザ感染予防がとても大切となります。日頃より栄養と睡眠をしっかり取り体調を整えておくこと、インフルエンザ流行時にはなるべく人混みに行かないこと、手洗いやうがいをしっかり行うこと、自宅での換気や湿度を保つこと等を心がけて下さい。

インフルエンザの予防接種は発病を 30 ～ 50%程度低減させ、発病しても重症化を防ぐ効果が期待できますので、是非、アレルギーなどの問題が無ければインフルエンザワクチンを接種してください。

### 「おや？」と思ったら、 クリニック到着前にご連絡下さい。

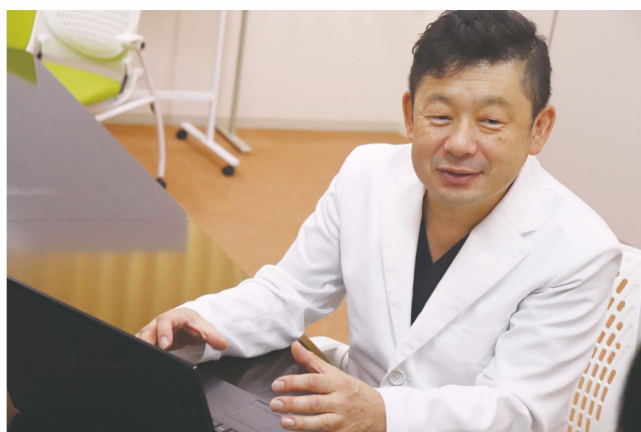
インフルエンザの典型的な症状は高熱（38 度以上）ですが、関節痛や筋肉痛、倦怠感、感冒症状（咳、鼻水、咽頭痛など）などが発熱より先行して認めることがあります。このような症状を自宅で認めた場合、それが透析日ではなく、当院以外のかかりつけ医がある場合には、まずはそちらに電話で相談してみてください。透析日であれば、来院前に当院へお電話で身体の状態のご連絡をお願いします。自覚症状がある場合に通常通りに来院されますと、同クールの患者さんに感染拡大を起こしてしまいます。ご連絡を頂ければ、時間をずらしたり、透析のベッドを隔離したりして感染拡大の対策を講じます。



### 透析治療中の患者さんの インフルエンザ治療薬について

当院では患者さんにインフルエンザと診断したら抗インフルエンザウイルス薬であるタミフルを処方しています。タミフルの投与量は腎機能が正常の方より、かなりの減量が必要となります。無尿で週 3 回の血液透析を受けられている方ですと、透析終了後に 1 カプセルのみの服用になります（腎機能正常であれば 1 日朝夕 2 カプセル 5 日間）。リレンザやイナビルは通常量で構いませんが、吸入薬となりますので喘息や気道刺激の弱い方には向きません。ゾフルーザは、今のところ透析治療中の患者さんへの安全性が確認されていないため、当院では使用しないようにしています。

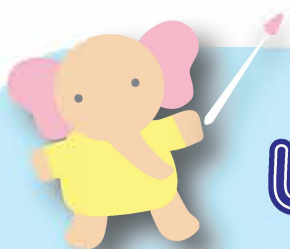
また、同居されているご家族がインフルエンザに罹患された場合、患者さん自身にうつらないために、抗インフルエンザウイルス薬を投与することもあります。そのような場合には当院にて相談して下さい。



## インフルエンザになってしまったら…

血液透析は基本的には症状が辛いからと言っても休むことは出来ません。体調が悪い時には発熱やカロリー不足のため電解質異常や尿素窒素が上昇し、むしろ十分な透析療法が必要となります。水分補給については、本来であれば体重を測定し、体重の増加量によって水分量を検討すべきです。しかし、発熱している状態では食事摂取も減少し、発熱で余分に水分が失われているため、脱水傾向となっている可能性が高く、いつもより多めの水分摂取を必要とします。

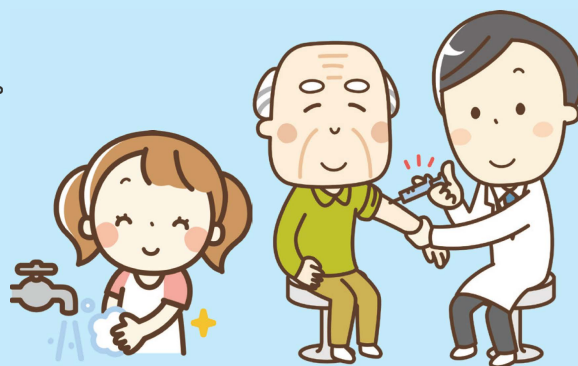
これまでお話した通り、重症化及び重症化の予防のためには、インフルエンザワクチンの予防接種、インフルエンザの早期診断と早期治療開始が有効です。インフルエンザ罹患中の「肺炎球菌による肺炎合併」も予防するために、事前に肺炎球菌ワクチンを接種可能であれば受けて下さい。しかし、何よりも大切なのは日頃の栄養管理や体力の向上だと思います。



## じんそうくんからのまとめ

### インフルエンザにかからないためには…

- ①日頃から栄養と睡眠をしっかり取り、体調を整えておく。
- ②人混みはなるべく避ける。
- ③手洗いうがいをしっかり行う。
- ④換気・湿度を保つ。
- ⑤インフルエンザワクチンを接種する。



### インフルエンザにかかってしまったら…

- ①透析日でなければ、厚済会以外のかかりつけ医がある場合は、そちらに電話で相談してみてください。
- ②透析日の場合は、来院前に必ず電話で身体の状態をご連絡下さい。
- ③透析治療中の患者さんは通常の腎機能の方よりもインフルエンザ治療薬の減量が必要です。
- ④同居されているご家族がインフルエンザに罹患された場合、患者さん自身にうつらないようにするためにウイルス薬を投与することがあります。
- ⑤脱水傾向になっている可能性が高いため、いつもより多めの水分摂取を必要とします。
- ⑥重症化予防のためには、早期診断、早期治療開始が有効です。



# Interview

医療法人社団 厚済会 会長  
上大岡仁正クリニック 院長

## 大西 俊正 先生

### Profile

1945年生まれ。香川県三豊市出身。

子どもの頃は腕白坊主で野球やテニスに打ち込む。高校卒業後は、横浜市立大学医学部に進学。医師として学ぶうちに、大きなやりがいを感じるようになり、医学の基本である内科に惹かれ、高血圧や腎臓循環器を中心とした医局へ進む。

神奈川県立成人病センター（現・神奈川県立がんセンター）での勤務を経て、横浜市立大学病院にて透析室の立ち上げに携わって以降、透析治療を専門に行う。

1980年に上大岡仁正クリニックを開業。現在はクリニック 4 施設、入院設備を備えた病院を 1 施設運営している。

### 厚済会設立の経緯

大西会長は、横浜市立大学医学部を卒業後、横浜市立大学病院に研修医として入職。最初に受け持った患者さんが慢性腎不全の重症の方で、それが腎臓専門医としてのきっかけになったという。

「私は 1971 年に医局入りをしたのですが、そこで大学病院での透析室の立ち上げに関わることになり、その 1 年後に人工透析の機器が 2 台導入されました。当時は人工透析があまり普及しておらず、現在の主流である血液透析ではなく、腹膜透析が主流で、1 クール 8 時間もかかるため、患者さんの負担が大きく医者もつきっきりでの診察でした。」

この機械を使用した治療の選定基準は、糖尿病・50 歳以上の高齢・ガン患者は受けられないという、比較的元気な人しか受けられない狭き門だった。当時はその選定基準に加え、医療費が高額であり、家売って資金にする方もいたほど。限られた人しか受けられない治療であった。

1972 年、人工透析が保険適用になったことで、患者さんの経済的負担が大幅に軽減され、透析医療が一般的に普及していくきっかけとなった。透析機器が徐々に病院に導入され、透析患者さんの受け入れも進んでいったが、十分な透析設備はまだ整っていなかった。





「そこで私は、対応できていない透析患者さんの受け皿が必要であると感じ、1980年に一念発起して上大岡に人工透析のクリニックを開業しました。患者さんの生活に密着し、且つ、高いレベルの透析医療を提供するため、駅から徒歩5分以内という立地と、透析医療が充足していない地域という条件の下、上大岡という土地を選びました。横浜市立大学病院や聖隷横浜病院、済生会横浜市南部病院との密接な連携もあり、高いクオリティの透析医療が受けられるクリニックに成長しました。その後、上大岡を拠点とし、京急沿線の金沢八景・金沢文庫・追浜にクリニックを創設しました。」



クリニックでの透析治療を行う中で、合併症を発症した患者さんの受け入れ病院が近隣になく、鶴ヶ峰に厚済会旭病院を開院。駅から5分以内、入院患者用100床、透析ベッドが40床であった。大学病院と変わらない治療を提供していたが、旭病院は遠方であったため、厚済会の患者さんの通院が困難という不満もあり、より近くで通いやすいようにと、港南中央に横浜じんせい病院を開院した。

「当初、人工透析の患者受け入れの対象者は、自立して通える方、仕事をしている方を優先としていました。現在は、ガン・高齢・精神疾患などにも受け入れ対象者を拡大しています。また、自立通院が困難な人向けに無料送迎サービスも開始しました。」

厚済会は、設立当初の「地域に密着した真心の医療」という理想の下、透析クリニックの設立から、在宅治療が困難な方への療養病院の開院など、患者さんの生活環境や病状に寄り添い、地域に根差した医療機関を目指している。また、日進月歩で進歩している医学の最前線の治療を提供するために、大学病院の臨床の現場と交流を図りながら、これからも医療の質の向上に積極的に取り組んでいく所存だ。



## 厚済会の理念について

「患者さんを検査データのみで容易に判断することなく、患者さんの訴えの裏にあるものを謙虚に探すこと。それだけではなく、向上心を持って自らの医療知識をもっと増やそうとする謙虚さなど、すべてにおいて『謙虚さ』が素晴らしい医療者になるための最も大切な資質であると考えています。『自分が患者さんであれば、どのような医療を求めるだろうか』と常に自問をし続け、患者さんから『診てもらって良かった』と思って頂ける医療法人でありたいと思っています。」

## 40周年を迎えて、今後の展望

「患者さんの不安を解消していくことを第一に考えています。送迎や入院治療をできる限り叶え、少しでも負担なく治療を受けてもらいたいと思っています。40周年を迎えた後も奢ることなく、常に謙虚な気持ちをもって、何よりも患者さんが安心して受診してもらえる医療機関を目指し、職員一同努力を続けてまいります。」

また、透析治療が必要にならないようにする予防も大切ですので、健康診断や一般外来での生活習慣病診断にも力を入れていきたいと思っています。」



# 患者会NEWS

上大岡仁正クリニック患者会（会長 佐藤 秀樹さん）



2019 年日帰りバス旅行 箱根めぐり記念写真

私たち、あおぞら会は仁正クリニックに透析通院する患者の会です。私たちは、平成21年10月18日、上大岡ウイング横浜において設立するための患者の会を開催し、平成22年4月1日、上大岡仁正クリニックあおぞら会として、その活動を開始致しました。令和2年には、満10年を迎えることになります。

透析患者の会を持つとした目的は、まず、患者同士、私たち仁正クリニックで透析をする仲間たちが、透析について、透析をしながらの生活について、体調管理などについて、仲間同士で話し合える場づくりです。

透析をする私たちは1級身体障害者であり、週3回必ず透析のために通院しなければならず、日常生活において様々な制限があります。シャントの流れが悪く、風船で膨らます処置を繰り返している仲間同士で話し合える機会があることは、安心できるものです。除水量管理のための水分の取り方も、みんな苦勞をしていたり…。



2019 年日帰りバス旅行 芦ノ湖 海賊船にて



## 透析しながら元気に生きる あおぞら会は、これからも、みなさんとともに

あおぞら会の活動は、仲間同士の情報交換も含めて、透析しながら元気に生きる、そのために色々なイベントを用意することでもあります。透析をしていると家に引きこもりがちになり、外に出歩く、人と会う機会が減る、という話を耳にすることが多くなります。もちろん、体調が不十分のときもありますが、透析のためにチャンスが減るということもあります。やはり、透析をしているわたしたちのことは透析をしている仲間が一番わかるわけです。



2018 年 医療勉強会 参加者の皆さん



2019 年 会員総会のイベント 慶應大学落語研究会

透析をしながらも元気に、できる範囲で色々なことに取り組んでみたい。そのために日帰りバス旅行も、色々見学先を探したり、みんなと食べるおいしいお昼を選んだり、計画に時間をかけます。

透析のこと、採血データの見方、合併症との付き合い方、血圧の動きなど、色々な勉強会も行います。透析のことをみんなで学んでいくことも、元気に生きるためには大切なことです。

あおぞら会は透析をする仲間たちの集まりです。透析しながら元気に生きる、多くの仲間たちと話し合い、助け合って、悩みや生きがいを共有しています。皆様の心の支えになっていきたいと願っております。

あなたは、慌てずに対応できますか？

「どうすれば、災害時でもいつも  
災害時に自分の身を守れるかどうか」

透析治療中の患者さんにとって、透析  
有事の際、慌てずに対応できるように



災に関心が高まっています。実際被災した場合、どうしたらいいのか具体的な対応方法が分からない方も  
震災では、多くの患者さんが透析治療を受けることが難しくなりました。

## 通りに透析が受けられるのだろう？」

うかは最終的に患者さんご自身や、そのご家族の正しい知識や行動にかかっています。

治療が受けられないことは命に関わる問題です。

、今一度、マニュアルの再チェックをしてみましょう。

## 上大岡仁正クリニック 指定避難所は 桜岡小学校です。

災害発生時に厚済会のクリニックで透析治療を受けていた場合、基本的には自家発電装置、給水タンク等の備えがあります。しかし、火災や有毒ガスの発生、建物倒壊の危険性がある場合、上大岡仁正クリニックの指定避難所へ避難していただくことがあります。ご自宅にいらっしゃる場合は、地域によって避難場所が異なりますので、ご自宅付近の避難所をしっかりと確認しておくようにしましょう。

## 避難所についての流れ

避難所に到着したら、まず避難所の方に自分が透析治療中であることを伝えましょう。医療機関や行政などから配布される「緊急透析カード」を見せてください。このカードは、ほかの透析医療機関や避難所などで透析を受ける場合に、非常に重要となるため、財布などに入れて常に携帯しましょう。

|                                                                   |                                                  |                      |                      |
|-------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|----------------------|----------------------|
| 緊急透析カード 発行日：令和 年 月 日                                              |                                                  | 施設名                  |                      |
| 私は神奈川県【 】で<br>血液透析治療を受けています。事故、災害などの緊急時には、<br>御連絡の上、最善の処置をお願いします。 |                                                  | 住所                   |                      |
| フリガナ<br>氏名                                                        | ( 年 月 日生) 血液型 型 Rh( )                            | TEL                  | FAX                  |
| 糖尿病<br>有・無                                                        | 糖尿病<br>治療薬<br>インスリン<br>使用中・未使用<br>経口薬<br>使用中・未使用 | 【透析条件】               | 膜面積 ml 透析時間 時間( 回/週) |
| 住<br>所                                                            | TEL FAX                                          | 透析液                  | 血流量 ml/min           |
| 緊急連絡先<br>氏 名                                                      | TEL FAX                                          | 目標体重 (DW) kg         | バスキュラー<br>アクセス       |
|                                                                   |                                                  | 抗凝固薬                 | 種類 ( )               |
|                                                                   |                                                  | 使用量 (開始量 U 維持量 U/hr) |                      |
|                                                                   |                                                  | 禁忌<br>(薬・膜)          |                      |

### 緊急透析カード以外に 重要な持ち物

以下のものは常に持ち歩いて  
いると安心です。

- ・保険証
- ・身体障害者手帳のコピー
- ・特定疾病療養証のコピー
- ・お薬手帳のコピー
- ・3 日分程度の処方箋

避難所で透析を受けられない場合、または様々な理由から近隣透析施設を利用できない場合は、避難所で自治会の役員に相談し、透析を受けられる施設を手配してもらいましょう。

次号▶ 金沢クリニックです。

※参考サイト

全腎協「災害時について」<https://www.zjk.or.jp/kidney-disease/disaster/>

神奈川県「災害時の透析患者に対する支援について」<http://www.pref.kanagawa.jp/docs/nf5/cnt/f450291/index.html#jin1>



# 冬のおすすめレシピ



江戸時代から続く加賀の伝統料理

## 鶏の治部煮

じぶに



上大岡仁正クリニック  
栄養課 川嶋 明美

鶏肉につけた片栗粉で十分にとろみがつきます。焦げ付かないように時々かき混ぜながら、煮ましょう。

### 材料

|            |             |         |            |
|------------|-------------|---------|------------|
| ●鶏もも肉（皮なし） | 60g         | ●さとう    | 3g（小さじ 1）  |
| ●片栗粉       | 3g（小さじ 1）   | ●減塩しょうゆ | 12g（小さじ 2） |
| ●小松菜       | 30g         | ●酒      | 5g（小さじ 1）  |
| ●人参        | 30g         | ●だし汁    | 70g        |
| ●しめじ       | 10g         |         |            |
| ●しょうが      | 2g（小さじ 2/5） |         |            |

### 栄養価

|        |         |
|--------|---------|
| ●エネルギー | 176kcal |
| ●蛋白質   | 12.0g   |
| ●カリウム  | 359mg   |
| ●リン    | 157mg   |
| ●塩分    | 1.1g    |
| ●水分    | 191cc   |

### Step1

小松菜は 4cm の長さに切り、ゆでておく。

### Step2

人参は皮をむいて縦に幅 5mm に切り、ゆでこぼす。

### Step3

しめじは小房に分け、ゆでこぼす。

### Step4

鶏肉を一口大に切り、片栗粉を薄くまぶす。

### Step5

鍋にだし汁、調味料を合わせて煮立て、Step4 の鶏肉をひとつずつ入れて火を通したら、人参、しめじを加え、最後に小松菜を加えてひと煮する。

### Step6

器に移して、おろししょうがを添えて、できあがり。