

こうさい

K O U S A I

4

2025
April



特集

- 日本の透析療法の現況
- あおぞら会懇親会レポート
- リハビリ技術課・体操教室
- 透析クッキング・春のオススメレシピ
- 患者さんのページ
- クロスワードパズル

広報誌
バックナンバー
は、こちら



医療法人社団
厚済会



2023年度11月発行 第104号

厚済会は公益財団法人 日本生産性本部
経営品質協議会より2023年度「日本経
営品質賞 推進賞」を頂きました。



厚済会は女性活躍推進の優良企業に贈ら
れる厚生労働大臣認定「えるぼし」三ツ星
の企業です。



厚済会は「子育てサポート企業」として、
厚生労働大臣の認定を受け、
「くるみんマーク」を取得いたしました。

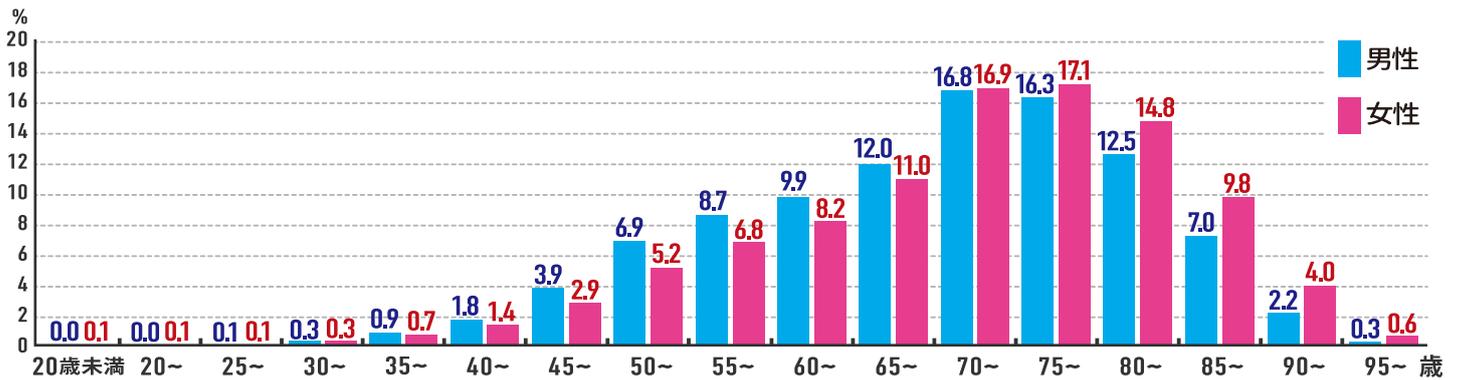
日本の透析 療法の現況



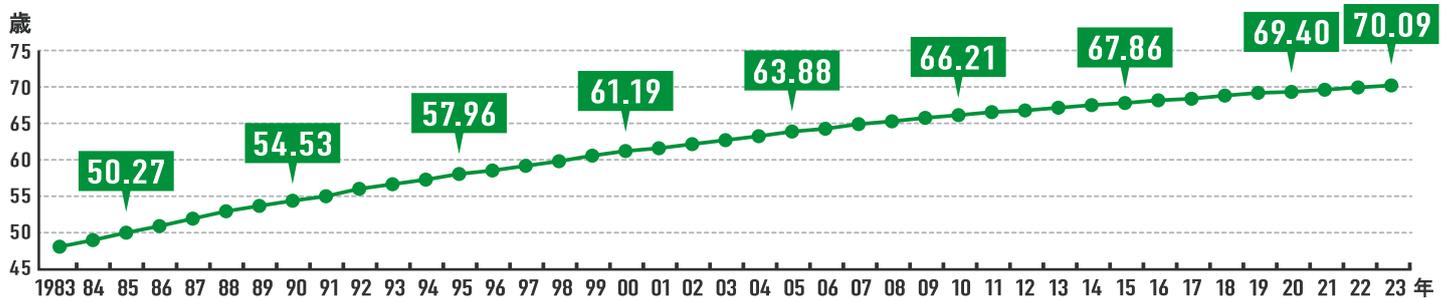
今号では、日本透析医学会が発表している年末統計データ集計や厚済会の各施設での集計データをもとに、透析治療中の患者さんの年齢と性別、平均年齢の推移、透析歴分布の推移、患者年齢、透析導入の原因となった病気（原疾患）、死亡原因などの気になる情報を全体のデータや各施設別のデータなどを交えてご紹介いたします。

透析治療を受けている患者さんにとって、ご自身の健康管理や今後の生活を考える上で、慢性透析療法の現況を知ることがとても大切です。これからの治療や生活の参考になれば幸いです。

慢性透析患者 年齢と性別 2023



慢性透析患者 平均年齢の推移 1983 - 2023

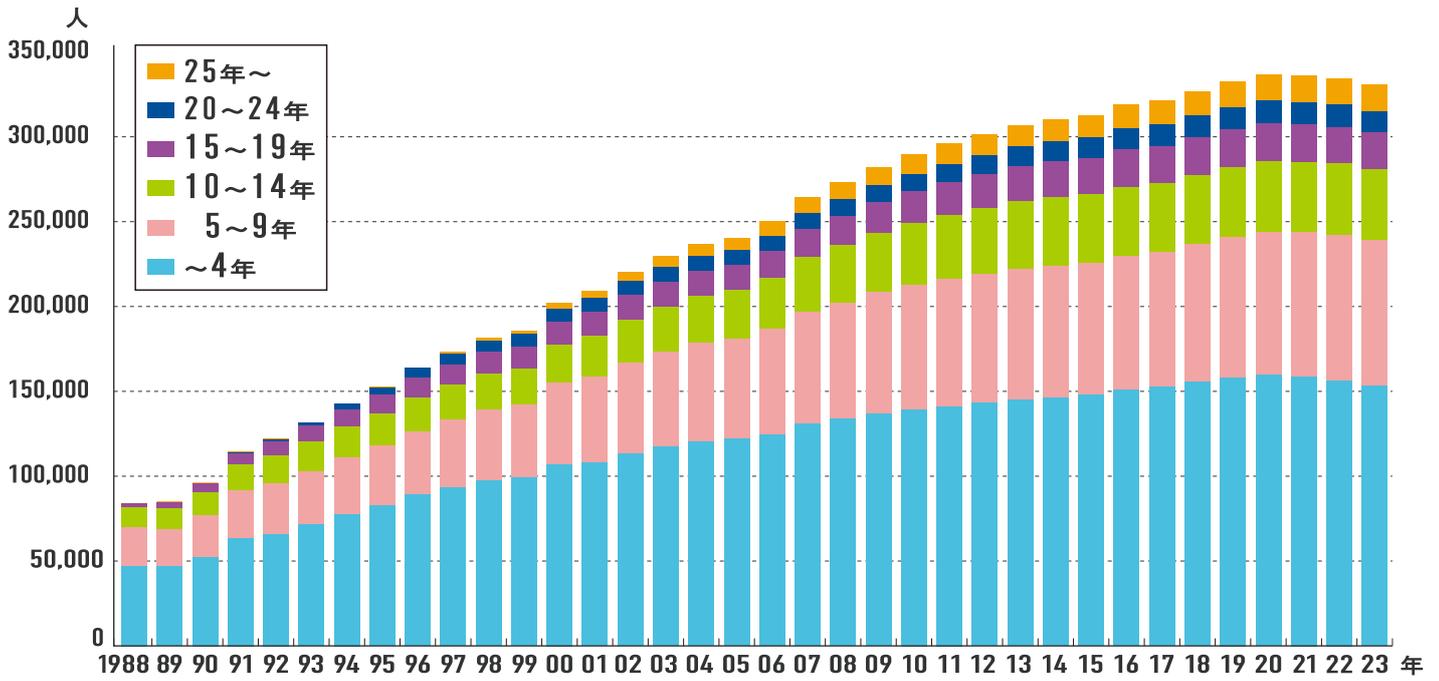


(患者調査による集計)

(参考文献) 日本透析医学会 統計調査委員会 わが国の慢性透析療法の現況 (2023年12月31日現在)

2023年の調査において、性別・年齢が記載されていた人数は、331,039人。このうち男性は221,604人、女性は109,435人で、**全体の平均年齢は70.09歳**でした。平均年齢は年々増加傾向を示しており、最も割合が高い年齢層は男性で70～74歳、女性で75～79歳でした。

慢性透析患者 透析歴分布の推移 1988-2023



(患者調査による集計)

(参考文献) 日本透析医学会 統計調査委員会 わが国の慢性透析療法の現況 (2023年12月31日現在)

2023年

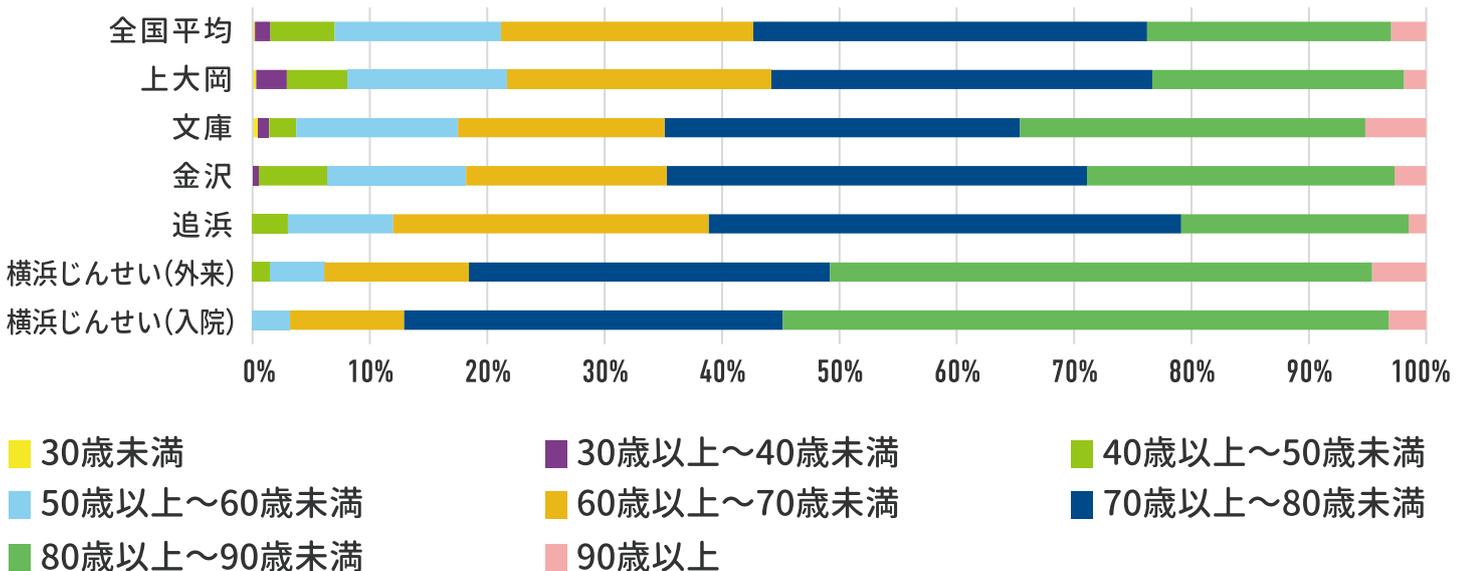
25年～	15,702人
20～24年	12,615人
15～19年	21,499人
10～14年	41,925人
5～9年	86,165人
～4年	152,936人

最長透析歴は、**53年1ヵ月** でした。

透析歴20年以上の患者さんは、1988年には28人でしたが、2023年には28,317人と増加しています。

患者年齢

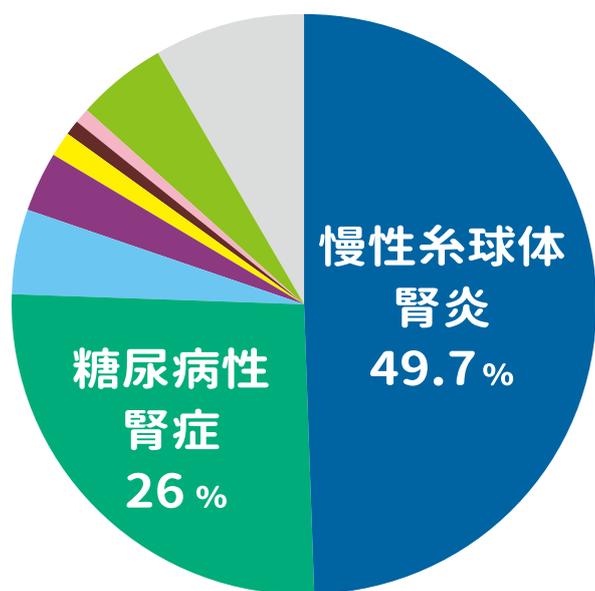
※2024年12月時点



- ・厚済会の患者さんの平均年齢は、**71.51歳** でした。(じんせい病院入院患者さんを除外)
- ・上大岡以外の施設では、全国平均と比較しても高齢の方の割合が高くなっており、高齢の患者さんへの通院方法、終末期対応、災害時の対応などが今後の課題です。

原疾患 2000年と2023年の比較

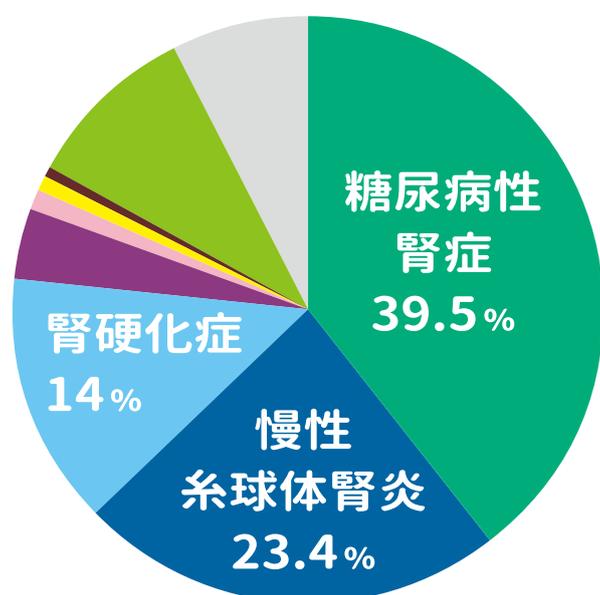
2000年



慢性糸球体腎炎	: 49.7%
糖尿病性腎症	: 26.0%
腎硬化症	: 4.8%
多発性嚢胞腎	: 3.2%
慢性腎盂腎炎, 間質性腎炎	: 1.4%
自己免疫性疾患に伴う腎炎	: 1.0%
急速進行性糸球体腎炎	: 0.6%
不明	: 5.0%
その他	: 8.3%

2000年と2023年の原疾患のグラフを比較すると、糖尿病性腎症の患者数が増加していることがわかります。また、高齢化の影響を受けて、腎硬化症の患者数も増加しています。一方で、慢性糸球体腎炎を原疾患とする患者さんは減少傾向にあります。糖尿病や腎硬化症は動脈硬化と深く関係しており、高齢化や原疾患の変化は、透析治療を受ける患者さんの血管病変の重症化と密接に関係しています。

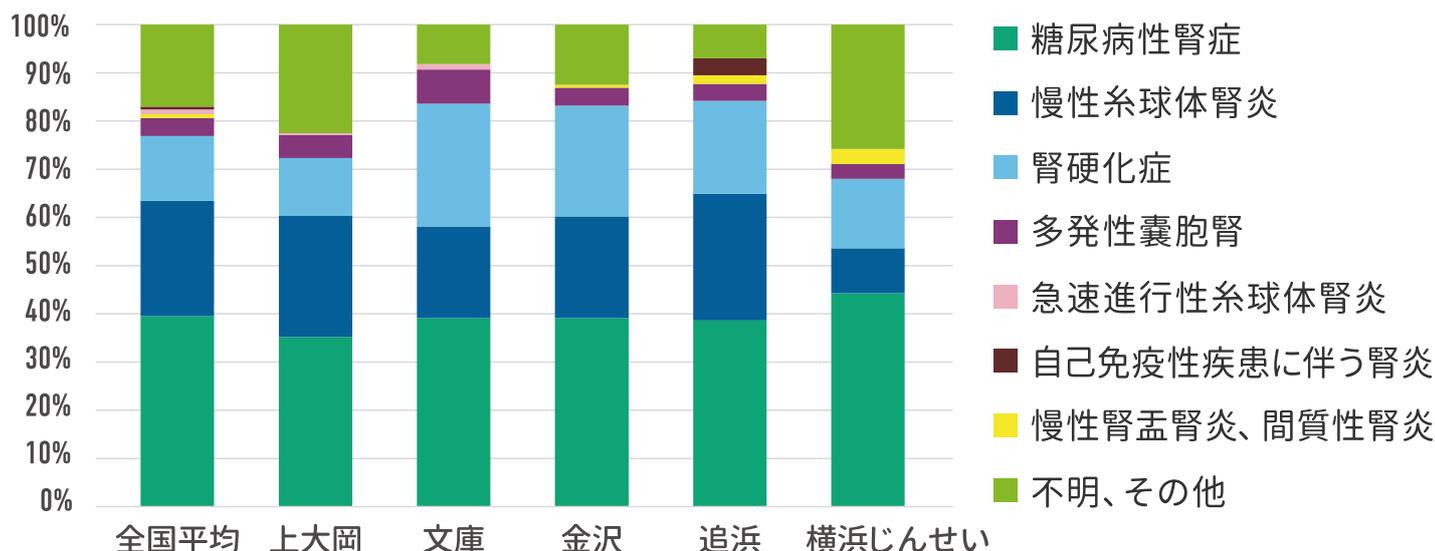
2023年



糖尿病性腎症	: 39.5%
慢性糸球体腎炎	: 23.4%
腎硬化症	: 14.0%
多発性嚢胞腎	: 3.8%
急速進行性糸球体腎炎	: 1.0%
慢性腎盂腎炎, 間質性腎炎	: 0.8%
自己免疫性疾患に伴う腎炎	: 0.6%
不明	: 9.4%
その他	: 7.5%

厚済会における主要原疾患

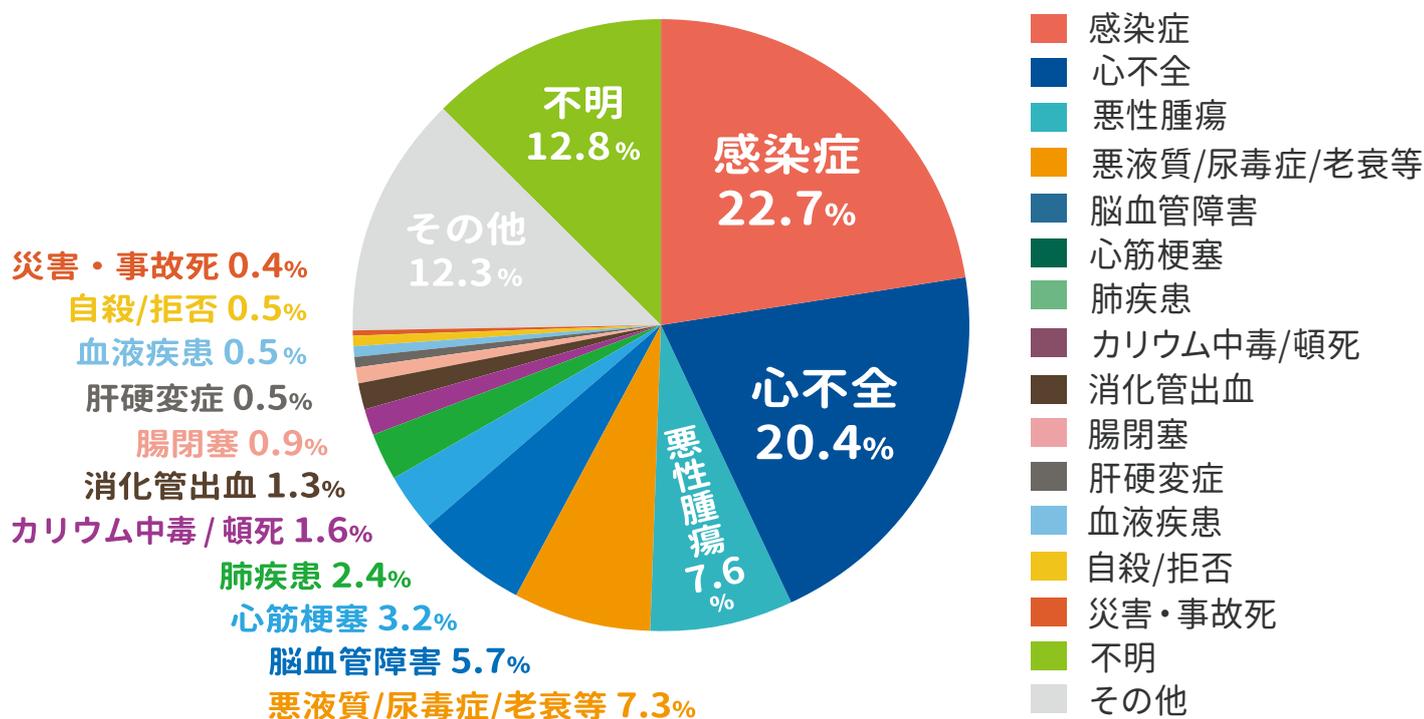
※2024年12月時点



全国平均と比較すると、腎硬化症の割合が比較的多いですが、「糖尿病性腎症」「慢性糸球体腎炎」「腎硬化症」が3大原疾患である図式は共通しています。

透析治療中の患者さんの死亡原因

※2023年12月時点



透析治療中の患者さんは一般の方と比較して自己免疫が低い傾向にあり、感染症にかかりやすいことが知られています。心不全・脳血管障害・心筋梗塞を合わせた心血管障害は全体の死亡原因の約3割を占めます。長生きするためには、感染症や心血管障害などの死亡原因となる合併症をいかに予防していくかが、健康で元気な生活を維持する上で大切です。栄養管理や適度な運動を心がけましょう。



あおぞら会 懇親会レポート

一月十九日（日）ウイリング横浜にて「あおぞら会」主催の懇親会が開催されました。当日は患者さん23名と花岡院長を含む上大岡仁正クリニックのスタッフ6名が参加し、総勢29名の参加となりました。

和やかな雰囲気の中、美味しいお弁当をいただきながら、お互いの自己紹介や近況報告など、話が弾みました。特に、花岡院長への質問コーナーは大盛況！「フレイルが心配」「食事で気を付けることは？」など、日頃気になることを気軽に質問できる貴重な機会となりました。

患者さんからいただいたご質問とクリニックの側からの回答の一部をご紹介します。



Q ・フレイルが心配。現在の身体の状態をなるべく維持して通院を続けたい。
・ベッドでの運動について詳しく知りたい。(他の病院でやっているところがあると聞いたが、こちらではやらないのですか？)
・クリニックの開門を早め、廊下に足漕ぎバイクを置いて自由に使用できるようにしたらどうでしょう？

A 厚済会には理学療法士が在籍しておりますので、専門的な意見を聞きながら、検討してまいります。必要に応じて、理学療法士による患者さん向けの勉強会の開催も検討しております。
足漕ぎバイクに関しては、患者さんの中には、年齢や状態など様々な方がいらっしゃるため、安全面の問題（全ての患者さんの使用を許可できないなど）があり、今後慎重に検討してまいります。

Q ・食事で気をつけることは何ですか？

A ADL（日常生活動作）維持の面でもしっかり栄養を摂ることが大切です。血液検査の結果でカリウムやリンの値が高いことが気になるかもしれませんが、効果的なお薬も出てきていますのでご安心ください。お薬をきちんと服用していただきながら、透析治療の条件なども工夫していくことで、しっかりと対応できます。また、塩分を摂りすぎると身体が水分を欲しやすくなり、体重増加に繋がってしまいます。無理な除水設定での透析治療は身体への負担が大きくなってしまいますので、塩分摂取量にはご注意ください。

Q ・ロビー・ロッカーの使用について。

A コロナ流行当時、透析治療中の患者さんが発症された場合には、大変深刻な状況となる可能性がありました。そのため、感染対策としてロビーやロッカーの使用制限を実施させていただきましたが、皆様のご理解とご協力により、一定の効果があったと考えております。今後の対応につきましては、感染状況の推移を慎重に見ながら、クリニック内で協議し、皆様に安心してご利用いただけるよう検討してまいります。

Q ・災害が起きた時に自分はどうしたら良いのかわからず不安です。何かマニュアルはありますか？ 患者安否確認のスマートフォンの使用方法や、災害時伝言ダイヤルの使用方法がわからない。

A 厚済会では、災害時に備えて、皆様に災害パンフレットをお渡ししております。このパンフレットは、今後も年1回最新版に更新し、皆様にお届けする予定です。また災害訓練や患者さんへの安否確認訓練も定期的実施する予定です。訓練の内容や頻度につきましては、今後検討してまいります。



患者安否確認のスマートフォンの使用方法や災害時伝言ダイヤルの使用方法については、ベッドサイドで個別にご説明させていただきます。お気軽にお声掛けください。

次のページに続きます。

また、横浜市で大規模災害が発生した場合、市の取り決めが現時点では十分とはいえず、当院での治療が困難な状況も想定されます。その際は、避難先で透析治療中であることをお伝えいただき、行政のスタッフに透析治療が可能な病院の手配をご依頼いただくことになります。数日間透析治療ができない状況を考慮し、当院から処方されているカリウム吸着剤（カリウム値の上昇は、不整脈など命に関わる危険性があるため）を必ず携帯していただきますようお願いいたします。

Q ・大雪で送迎が利用できない場合はどうしたら良いですか？

A もしご来院が難しい場合には、遠慮なく当院にご相談ください。お時間帯の変更や、場合によっては翌日への透析治療の変更も検討させていただきます。その際は、医師が血液検査などを確認し、患者さんの状態を判断した上で、翌日に治療を変更しても問題ないかを確認いたします。

Q ・認知機能が低下した父の面倒を見るのが大変。(患者さんの娘さんより)

A ショートステイなどの社会資源をうまく使っていきましょう。厚済会の「横浜じんせい病院」は透析室完備の医療療養病床で、

レスパイト入院 を行っています。

レスパイト入院とは、在宅で介護を受けている患者さんと、そのご家族を支援するための短期間の入院制度です。急なご事情にも対応可能ですので、ご興味のある方は通われているクリニックの師長にご相談下さい。



Q ・ADL低下などで通院が難しくなった場合はどうしたら良いですか？

A もし、ADL（日常生活動作）の低下などでご自身でのご通院が難しくなった場合には、まずは当院にご相談ください。当院の送迎サービスをご利用いただけるかどうかを検討させていただきます。また、介護が必要な状況下では、介護送迎サービスのご利用も検討いたします。それでもご通院が困難な場合には、系列の横浜じんせい病院や他施設をご紹介させていただきますので、ご安心ください。

体操教室が開催されました

1月12日、横浜じんせい病院 リハビリ技術課 主催、文庫じんクリニックの患者さんを対象にした体操教室が金沢公会堂にて開催されました。今回は、「運動して元気に!!」をテーマに講義と予防体操を参加者全員で行いました。

昔は腎臓病の患者さんに対して運動を制限することが一般的でしたが、最近では運動で健康を維持することが重要であることが明らかになっていまます。透析治療中の患者さんの高齢化や治療歴の長期化に伴って、フレイル対策が喫緊の課題となっ
ていますが、2018年に刊行された「腎臓リハビリテーションガイドライン」によると、運動療法を行うことは運動耐性の向上や生活の質(QOL)の改善が期待され、透析効率の向上や歩行能力の維持にも役立つとされています。

今回のリハビリ教室では、これらの臨床データに基づいた情報をわかりやすく説明し、現状の身体機能を把握し、簡単に実践できる予防体操をご紹介します。

フレイルとは、加齢とともに心身の活力が低下し、要介護状態になる危険性が高くなった状態

リハビリ技術課では、今後も体操教室などを開催していく予定です。ぜひご参加ください！



予防体操を行う前後に、ファンクショナルリーチテスト(※)を行い、運動前との違いの計測もしました。少しの運動でも可動域に変化がみられ、運動の大切さを感じていただく良い機会となりました。

※転倒リスクやバランス能力を評価するテストのことです。





透析
COOKING

菜の花のクロワッサンサンド

材料 (1人分)

- ・クロワッサン 40g
- ・菜の花 30g
- ・ベーコン 10g
- ・卵 50g (1個)
- ・バター 4g (小さじ1)
- ・マヨネーズ 8g (小さじ2)
- ・はちみつ 3g (小さじ1/2弱)
- ・粒マスタード 3g (小さじ1/2強)
- ・こしょう 少々

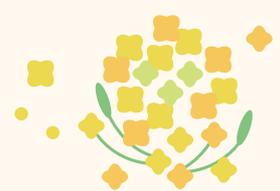
作り方

- ① クロワッサンは、横半分に切り込みを入れる。
- ② 菜の花は適当な長さに切って、ゆでてから水にさらす。
- ③ マヨネーズ、はちみつ、粒マスタード、こしょうを合わせソースを作る。
- ④ フライパンを中火で熱しベーコンを入れ、両面焼けたら取り出す。次にバターを入れ、溶いた卵を入れてスクランブルエッグを作る。
- ⑤ クロワッサンにベーコン、菜の花をのせて③のソースをかけ、その上にスクランブルエッグをのせて挟む。



上大岡仁正クリニック
管理栄養士 川嶋

菜の花のほろ苦さがマヨネーズに合います♪
見た目も味も春を感じさせるサンドです。



栄養価	エネルギー	蛋白質	塩分	水分	カリウム	リン
	364kcal	12.0g	1.3g	83cc	193mg	169mg

最終頁クロスワード解答

解答欄

A	B	C	D	E	F	G	H
イ	ー	ス	タ	ー	エ	ッ	グ



イースターとは「復活祭」のことで、十字架にかけられて亡くなったイエス・キリストが、3日後に復活したことを祝うお祭りです。キリスト教においてはクリスマスと同じくらい重要なイベントです。イースターエッグとは、復活を象徴するシンボルとして、特別に飾り付けられた鶏卵のことです。

1	タ	2	イ	3	ヤ	4	ハ	5	ス	6	コ	ナ	
7	ネ	8	マ	9	キ	10	キ	11	ノ	12	コ		
13	リ	14	ヤ	15	ソ	16	ウ	17	ウ	18	ロ	19	コ
20	ツ	21	ギ	22	キ	23	モ	24	ナ	25	カ	26	ー
27	シ	28	シ	29	タ	30	ウ	31	エ	32	ソ	33	チ
34	ユ	35	キ	36	ド	37	ケ	38	ド	39	ノ	40	ウ
41	ン	42	ク	43	キ	44	コ	45	ウ	46	コ	47	コ
48	ウ	49	シ	50	カ	51	イ	52	ド	53	ウ	54	グ
55	ド	56	シ	57	ヤ	58	ロ	59	ー	60	カ	61	マ



投稿写真コーナー

次号（7月号）の表紙の写真を募集しています！（5月末〆切）
写真が趣味の患者さん、スタッフ、どなたでもご応募ください。

「三浦半島 最南端の交番」
城ヶ島の中央部に灯台型の交番がありました。島内には信号機が一機もありません。また横断歩道は6か所で、至つてのどかな町です。



「特大級の鰹」



小田原 早川漁港内の道の駅に設置されていたオブジェ（鉄製1m以上）の大鰹。
食べたら大味でしょうね。
※食べられません。
(共に、三日遅れ様)



春風が 黄砂と共に やってきた

浜の小町様

片栗花 落ち葉を友に 冬を越し

三日遅れ様

川筋に 桜吹雪が 舞い降りし

三日遅れ様

患者さんに投稿いただいた作品の一部をご紹介します。
まだ詠んだことのない方も気軽に参加してみませんか？

メールはコチラまで ▼ QRコードからも ▶
system@kousai.or.jp

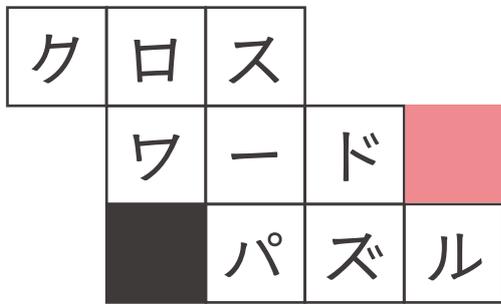


アンケート用紙は、各クリニックに設置されている、ご意見箱へお入れください。

読者アンケート（ご意見・アイデア・ご質問・川柳等々）

お名前（ペンネーム）

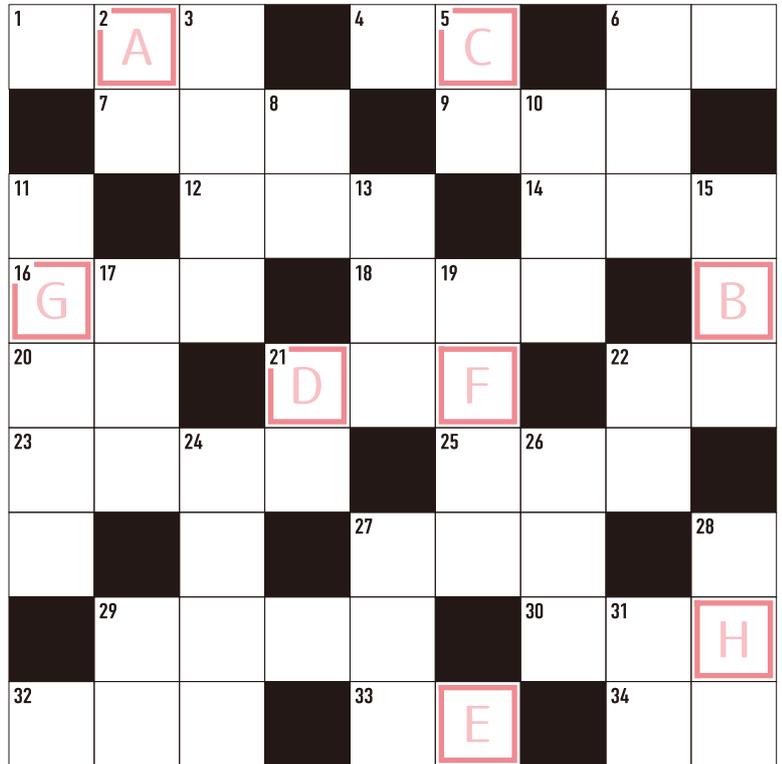
男性 ・ 女性



チューリップは漢字で書くと「鬱金香」(うっこんこう)です♪

解答欄

A	B	C	D	E	F	G	H
---	---	---	---	---	---	---	---



たてのカギ

- 米を作るために植えられる草。
- 早春、山の枯れ草を焼くこと。灰が肥料となり、また害虫の卵の駆除になる。
- 鍬(くわ)と同じく、農作業に使われる道具のひとつで、スコップに似た形状をしている。
- 考えたり感じたり思ったりするはたらき。気持ち。
- 建物や機械の土台。もとなる事がら。基本。
- 農業によって暮らしている家。
- 二十四節気の1つ。太陽の黄経が315°のときで、現行暦の2月4、5日。冬至と春分のちょうど中間。
- 鳥のやわらかな羽や毛。
- スポーツの技術などを指導すること。または指導する人。
- お祝いや祭り、とむらいなどのとき、決まった形式で行う作法。
- 種をまいて作物の苗を育てる場所。
- 春の風物詩、タケノコがそだったもの。くきがまっすぐでいくつもの節があつて中が空っぽの植物。
- 積み重なったもの。かさなり。
- 本や新聞や雑誌などを読む人。
- 液体や気体の濃さの度合い。
- 春の植物に多く、菜の花のような色。
- 春にも見ることができる星座。シッポの先にある星が北極星。「〇〇〇座」
- 体が大きく、力の強い動物。古くから農耕に利用される家畜として飼われている。
- 昆虫のさなぎが成虫になって、羽がはえること。冬に越冬して春になることが多い。

よこのカギ

- 自転車や自動車の車輪の外側に付いているゴムの輪。北海道で4月から5月ごろに夏用に交換する。
- 春に浮葉が出始め、一か月後には立ち葉が伸びる。塊茎はレンコンとして食用にされる。
- 非常に細かくくだいたもの。粉末。
- 寝るときに着る衣服。
- 鋼野山の木や木材などに生え、多くは、かさの形をした食材。秋のイメージが強いが、春にも採れる。
- 山野に自然に生えている草。野の草。
- 魚類や爬虫類などの体の表面を覆う小さな薄い物。
- 2つ以上の植物を接着し、新たな個体にする技術。
- 薄くのばして焼いたもち米製の皮を二枚あわせ、中にあんをつめた和菓子。
- 春の星座。1等星はレグルス、2等星のデネボラはしっぽにあたる。「〇〇座」
- 春になると始まる。水田に稲の苗を植えること。
- ある事態の始末をつけるために必要な手続きをとること。また、その手続き。
- 春、雪が解けて水になること。
- 袋に土を詰め込んだもの。堤防などを築くのに使う。
- ある地域の気温や湿度、雨の量など、気象の状態。
- 牛を飼い、使う人。牛使い。
- 物を作ったり、何かを行ったりするための器具。
- 土や砂
- 「法・法律」を意味する英語。「〇〇・スクール」
- 米をたいたり、湯をわかしたりする金属製の道具。