

# Heart to 葉山

Hayama Heart Center Free Magazine



## 鱈の南蛮漬け

### 材料 (2人分)

鱈 (3枚おろし) …… 2尾分  
 玉ねぎ …… 1/2個  
 ピーマン …… 2個  
 赤ピーマン …… 1個  
 ナス …… 1本

### 南蛮酢

酢 …… 小さじ2  
 醤油 …… 大1/2  
 砂糖 …… 大1  
 ごま油 …… 少々  
 タカの爪輪切り …… 少々

### 作り方

- ① 小麦粉をまぶした鱈と、乱切りにしたナスを、油で揚げる
- ② 玉ねぎ、ピーマン、赤ピーマンは千切りにしておく
- ③ 南蛮酢の材料を鍋にいれて、沸騰させたところに
- ④ 2の野菜を入れてなじませる
- ⑤ 鱈とナスもいれて、10分ほど鱈をなじませる

### ■電車でのアクセス

JR横須賀線「逗子」駅 or 京浜急行線「逗子・葉山」駅にて下車

●タクシーで約15分

●京急バス「葉山公園前」停下車すぐ

(長井行き・横須賀市民病院行き・佐島マリーナ行き・大楠芦名口行き・電力中央研究所行き)

### ■車でのアクセス

横浜横須賀道路の逗子インターチェンジで高速道路を出て、そのまま逗葉新道(有料道路)を経由し国道134号線へ。長柄交差点を左折し、しばらく道なりに進みます。葉山御用邸に突き当たったら左折し、葉山御用邸から2つ目の葉山公園前信号、約200m先に位置します。



### 葉山ハートセンター脳神経外科

医療相談室

スタッフノート リハビリテーション科より

医師紹介

でんき★はうす稲龍

院長コラム





# 葉山ハートセンター脳神経外科

当脳神経外科は2019年10月に新設されました。頭痛診療や脳卒中、頭部外傷を中心に脳神経外科全般の疾病に対して診療して参りました。今回、2022年4月に脳神経外科医笹森寛生医師がさらに入職しました。笹森医師は脳血管内治療専門医でもあり、カテーテルによる脳血管内手術も当院で行えるようになり、治療の幅も格段に広がりました。

## 脳神経外科の手術には2つの手術方法があります。

- 1 **皮膚**を切開し、**頭蓋骨**を外して病変にアプローチする**直達手術**
- 2 **手や足の血管**から**カテーテル**を脳の病変まで進めて**血管の内側**から脳の病気を治療する**脳血管内治療**

2019年10月に当院に脳神経外科が新設された当初より直達手術を行っていましたが、血管内治療は血管内治療専門医が不在であったために予定手術以外には行えませんでした。しかし、2022年4月より脳神経外科に血管内治療専門医である笹森医師が赴任したことで、当院で直達手術、脳血管内治療のいずれも行える体制となりました。特に脳梗塞を発症した直後に行う急性期血行再建術が行える様になったことは当院の脳神経外科治療体制にとって大きな変化です。

## 葉山ハートセンター脳神経外科にて対応できる脳疾患は

- ・**頭痛、脳梗塞、脳内出血、くも膜下出血**といった**脳卒中**
- ・**転倒や交通事故**などで**受傷する頭部外傷**
- ・**頭蓋骨の中にできる脳腫瘍**などの疾患に対処しております。

これらの中で緊急性を要す疾患が脳卒中と頭部外傷です。鎌倉東南部、逗子、葉山、三浦半島相模湾側の地域には緊急でその様な疾患の受け入れを行える医療機関が非常に少ない状態です。救急車の搬送であっても横浜、横須賀の東京湾側、鎌倉方面へ時間をかけて遠方の医療機関に搬送しなければならない状況でした。これは当院で、緊急の直達手術、カテーテル治療が行えなかった為で、2022年4月より緊急で対応できる手術が拡充され、当院でも重傷者を含めた緊急性の高い脳疾患患者さんを受け入れる事ができる様になり、変革されると自負しております。

特に脳梗塞治療における急性期血行再建術とか血栓回収術と言われる治療が当院で行える様になる事は、鎌倉東南部、逗子、葉山、三浦半島相模湾側の地域の方々が享受できる医療の質を向上させる事ができると思っております。

脳梗塞は、原因によって治療方法が異なりますが、その中でも心臓にできた血栓が流れて、脳の太い血管に詰まって起こる重症な脳梗塞の治療はここ最近に脳血管内治療の飛躍により劇的な進歩を遂げています。脳の血管に詰まった血栓をカテーテルで引き抜く治療にて劇的に症状が良くなったり、場合によっては脳梗塞を回避できる場合があります。しかし、この治療は一刻を争うものであり、発症から病院到着までの時間も後遺症の有無や重症度に影響します。そのため発症した場所、これは主に自宅が多く、自宅より近隣の病院で治療が行える事がより効果を発揮します。先ほども述べました様にこの地域には、このカテーテル治療ができる病院がないために患者さんたちは長い時間をかけて横浜、鎌倉まで搬送されなければなりません。これが当院にて治療できることになり治療開始までの時間が劇的に短縮でき、治療効果の向上につながります。治療効果の向上は直接に患者さんの健康状態に直結します。



当院で脳疾患の患者さんが一人でも多く、歩いて自宅へ帰れる様に努力する所です。この様にこの地域の医療の質向上に寄与できればと思います。

脳の疾患で特に脳梗塞などの脳卒中は脳に傷がつく病気は、一旦起こってしまうと治らない病気で、発症を未然に防ぐことや早期治療開始が非常に重要な病気です。そのため左右どちらかの手足が動かさづらい、左右どちらかの半身の感覚がおかしい、呂律が回らない、言葉が出ない、頭痛、眩暈、言動異常、行動異常など脳の症状と思われる症状を認めた場合はすぐに当院まで御連絡下さい。小児の頭痛や頭部外傷を含め、頭痛診療、脳卒中、頭部外傷を中心に脳神経外科全般の疾病に対処致します。

医長  
熊切 敦

日本脳神経外科学会認定専門医  
日本脳卒中学会認定専門医



医長  
笹森 寛生

脳神経外科学会 脳神経外科専門医  
脳神経血管内治療学会 脳神経血管内治療専門医  
日本脳神経外科学会  
日本脳卒中学会  
日本脳神経血管内治療学会



# 医療相談室



はじめまして、医療相談室の岩崎と申します。

医療相談室では、受療に関わる様々な**お困りごと**について、相談者の方と一緒に考えながら**解決**方法を探して行きます。



業務内容で一番多いのは、**退院**に向けてのお手伝いです。

病気やけがで入院し、治療を終えて退院となったときに、更なるリハビリや、自宅への退院に準備が必要な時、点滴や吸引が必要なため自宅での療養が難しくなってしまった時など、相談者である患者さんやご家族が自ら方針を決定されるように **面談**を通して**情報提供**や**調整**をさせていただきます。

例えば、高齢の患者さんが入院をきっかけに、経口からの栄養摂取が難しくなってしまうことがよくあります。理由は、嚥下機能の低下や意欲の問題など様々ですが、その際に今後の栄養をどうするか、胃ろうなどの人工的な栄養補給を希望するか、点滴を希望するか自然な形で最期を迎えるかなどの方針を決めて頂かなければなりません。

医療相談室ではご本人やご家族に「こうしよう。」と**方針決定**していただけるよう**お手伝い**し、その方針に向け**一緒に準備**してまいります。

方針決定についてはご家族がとても悩まれることが少なくありませんが、お元気づちからご家族や担当の医師と話し合っておかれると、ご家族が悩むことなく、**ご本人の希望**に沿わない方針にならず安心です。

私も希望をまとめた**メモや資料**を用意し、子供たちに保管場所を伝えています。皆様もいかがですか。心配事の多い昨今ですが、少しでも**安心**していただけるようお力になることができれば幸いです。

何かありましたらいつでもお声かけください。

医療相談室  
医療ソーシャルワーカー  
岩崎 小津枝



スタッフノート

# STAFF NOTE

リハビリテーション科より



初めまして、リハビリテーション科の黒木と申します。今回は皆様へ「人生100年時代！健康的に年齢を重ねるために！」という観点からお話させていただきます。

さっそくですが、みなさん「フレイル」という言葉を聞いた事がありますか？

年齢を重ねて心身の活力（筋力、認知機能、社会とのつながり）が低下した状態を「フレイル」といいます。多くの方が健康な状態からこのフレイルという段階を経て支援や介護が必要な状態に陥ると考えられています。「最近、外出が億劫になった」「おいしくご飯が食べられない」「横断歩道を渡り切るのがギリギリになっている」等々の出来事を『歳のせいだから・・・』と言っていないか？そのような方はフレイルの危険信号が灯っているとも考えられます。

フレイルには予防が大事！

フレイルの兆候を早期に発見して日常生活を見直すなどの正しい対処をすれば、フレイルの進行を抑制し予防する事ができます。では、予防するためには何をすればよいのでしょうか？まずは、現在の自分の状態を知る事が予防の第一歩となります。



指輪っかテスト

図のように左右の親指と人差し指でふくらはぎの一番太い部分を軽く囲んでみましょう。隙間ができる人は加齢に伴う筋力低下（サルコペニア）が生じている可能性があります。このような場合にはふくらはぎだけの筋力が低下しているわけではなく、全身の筋力が低下している可能性が高いです。

このような場合には食事と運動を見直さないと、更に全身の筋力が低下する恐れがあり、転倒したり、屋外生活を行う事が困難になったりする事があります。

葉山ハートセンターリハビリテーション科では上記のような健康講話を、皆さんのサークルやグループの場におじゃまさせて頂く事も可能です。ご希望がございましたらどうぞお気軽にご相談下さい。

葉山ハートセンター リハビリ科主任 黒木 裕介





## 医師紹介

2022年8月 婦人科(常勤)・健診センター センター長(常勤)  
着任のお知らせ

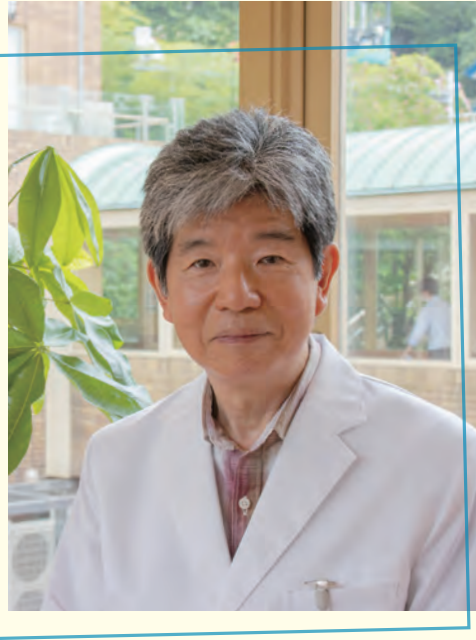
婦人科

西川 立人

Tatsuto Nishikawa

### profile

1985年3月 千葉大学 医学部 卒業  
1985年4月 慶応義塾大学麻酔学教室 入局  
2022年8月 葉山ハートセンター婦人科・健康管理センター長  
〔資格〕 日本産科婦人科学会産婦人科専門医  
麻酔科標榜医



初めまして、西川立人です。8月1日より婦人科と健康管理センターに常勤医として勤務を始めています。

1985年に千葉大学を卒業後、麻酔科を経て産婦人科へ進みました。

ほかの多くの科と同様、婦人科は診断、治療、予防で構成されます。私の担当はこのうち診断と予防医学になります。

診断に関しては、安全に危険なく直接、細胞診断できる科であり、当院の強みである即日、画像診断(骨盤MRI)が可能であるため、初診から短期間で確定診断が得られることが多いと考えています。

予防医学に関しては HPV ワクチン接種と定期健

診で特に子宮頸がんの死亡率は大幅に減少できると考えられています。

健康管理センターに関しては高血糖、高血圧、高脂血症などの自覚症状のない段階で治療することにより、心筋梗塞、狭心症、脳血管障害にかかる危険を軽減できます。

以上のことを達成するには気軽に受診できる環境が大切です。治療となると多少遠距離でも問題ないと思いますが、検診、診断、慢性的な状態の管理の必要な患者さんにとっては近くて受診しやすい環境が必要です。

気楽に受診できるよう私の外来に関しては予約なく受診できるようにしました。

西川先生の月～木曜日の婦人科外来は予約の必要はありません。

	月	火	水	木	金
午前			西川	西川	
午後	西川	西川 / 槍澤(予約)		西川 / 木幡(予約)	西川(予約)

## ＼ お邪魔します / 技術と誠意がモットーの店でんき★はうす稲龍さんをご紹介します。

国道134号線沿い、風見橋の信号より逗子側へ約50mの所、ひときわ目立つ青色の建物「でんき★はうす稲龍(いりゅう)」さんにお邪魔しました。

「稲龍」という屋号は元々姓名判断をされていたお爺様がつけた名前だそうです。明るい店内には様々な家電製品が陳列されていますが、なかでも壁一面にストックされた電球の種類には驚きました。「大体の種類の電球は揃っています。」とのことで、かなりマニアックなものもいくつかありました。

創業66年、二代目の健誘(けんゆう)さんは創業者のお父様からお店を引継ぎ、主に家電製品の販売と修理、各種電気工事を行っています。お父様が若かりし頃、まだテレビが日本の一般家庭に普及されていない当時、米軍将校などが日本に持ちこんだテレビを修理することが多く、無事に修理を終えると「一緒に帰国しないか」と誘われるほど確かな技術で重宝がられたそうです。また、「家電が壊れたので新しいものを」というお客さんに「直せばまだまだ使えますよ」と修理を勧める場面を中学生の頃からお父様のお仕事を手伝っていた健誘さんは幾度と無く目の当たりにしていたそうです。

修理が売りの稲龍さんは各種メーカーから部品の仕入れを可能にする為に、メーカーとの取引形態など様々な面で考慮されています。また、様々なメーカーの商品を見ていることでそれぞれの特徴もよく知り、お客様のニーズにあ



ったものを提案することができます。また、使い方が解らないというお客様には何度でも足を運んで使い方を教えます。メーカーの説明書は難しすぎるというお客様に「専用の説明書」を作って差し上げた事も。大手量販店には無い商品案内とアフターサービスを売りに地域に密着した存在となっています。健誘さんは商工会青年部では親子二代で部長を経験し、また現在は葉山町消防団、本団部長も務められています。さらに地元商店会や町内会にも積極的に参加され、地域社会とのつながりをとても大切にしています。

今後も「技術と誠意がモットーの店」をコンセプトに掲げ、お客様それぞれのニーズに答えていきたい。とお話してくれた健誘さんの誠実な人柄がとても印象的でした。

## 院長コラム

Director column

このコロナ禍でラジオを聴く人が増えているという。働き方が変化し在宅の時間が増えたことが関係するのだろうが、人と接することが減る中で違う形のふれあいを求めラジオの魅力再発見!という人も多いのではないかなと思う。ラジオはパーソナリティーとリスナーの距離が近く、テレビとは違い、パーソナリティーの本音がきけるという面もある。

さて私も実はこのところラジオを聴くことが増えた。radikoというアプリの登録者数が新型コロナウイルス感染症が流行してからうなぎ上りであるそうだが私も有効活用している。このタイムフリー機能が大好きである。1週間以内であれば好きなときにその番組がきける。

私の好きな番組にNHKラジオ深夜便がある。内容もさることながら、かつてのゴールデンタイムのニュースアンカーがかわるがわる担当しており、なつかしい声がきけることが楽しみである。とても魅力的な声、もっときいていたい声に次々と出会える。さすがNHKだと思う。私は渡邊あゆみさんの声が好きで彼女が担当した番組をあとからradikoできている。

また朝早くに文化放送おはよう寺ちゃんを聞くことがある。海外在住のかたと結んで伝えられる生の情報。特にコロナの情報、物価の情報などは日本とリアルに比較できてとても面白い。ラジオショッピングでは、みえない商品をリスナーに関心をもってもらうためにどのように紹介するのか、パーソナリティーとのやりとりがおもしろい。みなさんもラジオの魅力を再発見してみてください。



でんき★はうす稲龍  
〒240-0112 葉山町堀内 639-23  
046-875-0728

