

KIZUNA 絆

VOL. 96

令和6年 春号
2024.Spring

TAKE FREE

表紙の人：病院長 萩原 敬一

特集 スポーツ障害

- 4 リハビリ特化型デイサービスHARUのご紹介
- 5 オーラルフレイルを予防しましょう!
- 6 忙しい時に便利! 食材の冷凍
- 7 梅毒が拡大しています! / ぜんしゅうかい相談室
- 8 水虫(足白癬; あしはくせん)
- 9 神経伝導検査について
- 10 2025年問題
- 11 善衆会からのお知らせ

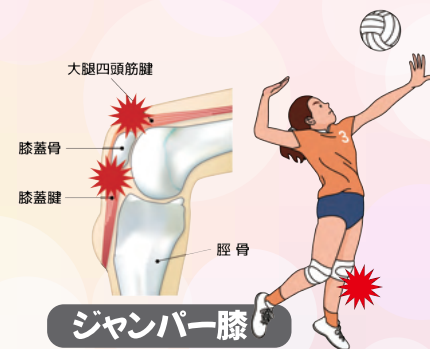
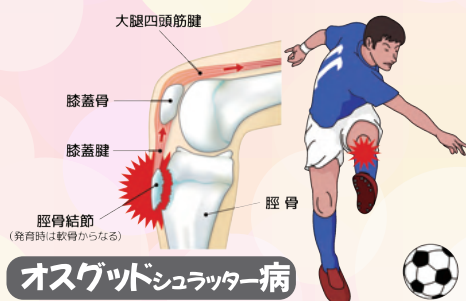
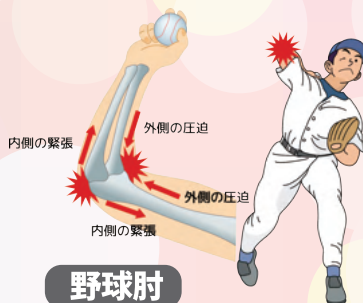
スポーツ障害

スポーツ障害とは

スポーツを基礎として繰り返しの動作で起こる症状です。一度のダメージで起こる外傷とは区別しています。

Q1. 代表的な症状を教えてください。

A. 成長期に起こる**野球肘**や**オスグッドシュラッター病**は有名です。また、**疲労骨折**もスポーツ障害に該当します。テニス肘やゴルフ肘、ランナー膝やジャンパー膝といった肘や膝の症状も耳にしたことがある人がいるのではないかと思います。足底筋膜炎やアキレス腱症といった足の症状もスポーツ障害に該当します。身体のどこの部分においても痛みが出ることはあり、特に運動時に痛みが強くなることが多いですが、ひどくなると歩いた時やじっとしていても痛みが出る場合があります。



Q2. スポーツ障害が起こる原因は何ですか？

A. 繰り返しの負荷が原因となります。様々な動作フォームが悪かったり、各関節の動きが悪かったりすると本来負荷がかからないところに負荷がかかってしまうため、痛みの原因となってしまいますが、全てが究明されていないのが実情です。例えば、**小学生に多い野球肘**の場合、投球動作の繰り返しの肘に負担がかかってしまうことで起こりますが、その原因を突き止めていくと、肩甲骨周り、脊椎、股関節、足首周りの動きの硬さが原因となることが多く、それが原因で肘に負担がかかってしまうと言われています。早期の発見のために小学5.6年生を中心に検診をして、異常が見つかれば治療をしますし、見つからなくても動きの悪いところがあれば少しでも矯正して予防していくという介入も始まっています。



Q3. 動作だけでなく、着用しているものが悪い等、外的要因の場合もありますか？

A. 例えば、サッカーに多い足の疲労骨折である**Jones骨折**は、外側に足の負荷がかかるような動きに加えて、人工芝のピッチやスパイクのポイント(スタッド)の形など、外的な要因も原因の一つとなりうるということが言われています。

足底筋膜炎は薄いソールや窮屈で合わない靴を履いていると起こるとも言われます。

テニス肘の場合、ラケットを変えたら悪化したといったこともあり、道具や環境に関しても原因のことがあります。



○:ポイント(スタッド)

Q4. スポーツをする成長期の若年層に多いのはなぜでしょうか？

A. 原因としては様々なことが考えられますが、投球フォームや走り方など、障害に対してまだまだわからないことも多く、痛くなってから初めて気付くようなことで裾野までしっかりとした介入ができないことが考えられます。また、いわゆる競技ではなく遊びでやっている場合、時間や負荷を大人目でチェックしきれない点、逆に家族や指導者の期待に応えようとして頑張りすぎてしまう点も原因として考えられると思います。

Q5. スポーツをする中高年層の方もスポーツ障害になりますか？

A. 起こりえます。特に中高年層の場合、筋肉が硬くなっていたり、筋力が落ちていたり、年齢の変化で膝や股関節、足首などの動きが悪くなったりしているとランナー膝や足底筋膜炎を引き起こすことがあります。

また、肩や肩甲骨周りの動きが悪い状態でテニスをすると手首でスウィングしてしまい、結果としてテニス肘や手首の腱鞘炎を引き起こしてしまいます。



運動をしているとき、痛みを感じることはありませんか？その痛みはスポーツや普段の何気なく繰り返している生活習慣が痛みを助長させる原因になっているかもしれません。今回は、そのような痛みに関して当院 整形外科医師の岩本先生にご解説いただきました。

Q6. 日常生活の中で痛みを生じて受診されるといった方はいらっしゃいますか？

A. 極端な話、歩く、立ち上がる、座るといった「動作」も運動(スポーツ)の一部と考えられますので、特に高齢者ではそれが原因と思われる腰痛や膝の痛みで受診される方は多いように思います。また、負荷としては日常生活レベルを超えますが、料理人の方で重いフライパンを振っていて肘が痛くなってしまったり、営業職で長く歩いている疲労骨折を起こしたケースも経験したことがあります。



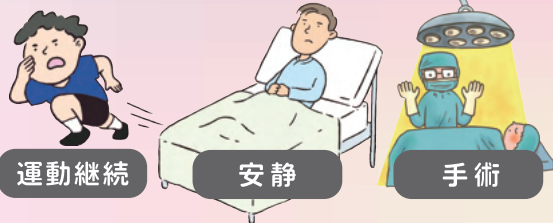
Q7. どの程度で受診すべきでしょうか？

A. 長く痛みが引かない場合、特に押した時の痛みが強い場合は早めに受診するのが良いと思います。パフォーマンスが落ちてからは安静期間が長くなってしまったり、手術が必要になってしまったりすることがあります。



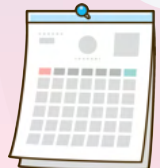
Q8. 基本的な治療方法を教えてください。

A. 動作が上手くいっていないことが多いので、基本的にはリハビリになります。また、それぞれの診断によって治療法は変わってきますが、程度によっては運動を継続することもあれば、安静や手術が必要になることもあります。保険診療としては湿布や内服薬、注射などの薬物治療を行うことはありますが、プロ選手やハイレベルの選手ではドーピング検査があり、使用できる薬物の制限がある場合があります。物理療法としては超音波治療や電気、温熱治療など、接骨院でできることも多く、まず接骨院に受診するケースも多いため、接骨院や現場のトレーナーとの連携も大事になってきます。あまりにも難渋するような場合は、体外衝撃波や多血小板血漿療法(PRP)、カテーテルなどによる血管内治療といったいわゆる保険診療外の治療も併用して行うこともあります。



Q9. 治療期間を教えてください。

A. 程度によってはスポーツ活動を継続しながらリハビリをしたり治療することもあります。また、野球肘は内側の場合は投球は制限しながらもバッティングは許可するなど、部分的に制限しながら治療することもあります。外側の野球肘、いわゆる離断性骨軟骨炎は野球の復帰まで半年から1年かかることもありますし、手術が必要となることもあります。疲労骨折も部位や程度にもよりますが、手術をおこなわない場合は4-6週の安静の後、復帰まで徐々に上げていき、6-12週で復帰に持って行く場合が多いように思います。足の疲労骨折のJones骨折や脛の疲労骨折の中には手術が必要な場合もあります。様々な治療法を組み合わせながらも難渋することも多くありますので一概に治療期間は決められていません。

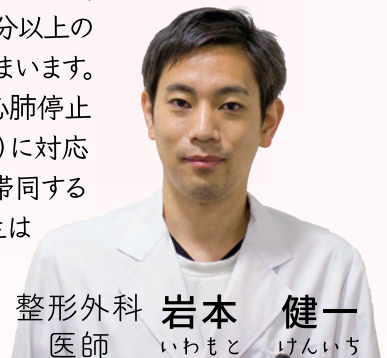


岩本先生からメッセージ

近年スポーツ活動は裾野が広がって、様々な年代の方がスポーツをおこなっています。大変素晴らしいことであると同時にスポーツ障害や外傷は増えるかと思えます。日頃からストレッチや筋力強化を行うことでしなやかな筋肉を作りましょう。また、関節は動きの幅を作ることが大切ですので、固まらないようによく動かしましょう。予防に関しては全てを網羅することが難しいですが、コンディションを整えることで正しい判断や正しいフォームを継続することが可能です。規則正しい生活をしてしっかり睡眠時間を取り、食事はまんべんなく摂ること、さらには最低週に2-3回、40度以上のお湯で10分以上の入浴をすることが推奨されています。体重も増やしすぎると筋肉では支えきれなくなってしまいます。

今回は整形外科を中心に寄稿させていただきましたが、整形外科以外の問題、特に心肺停止や脳震盪といった命に関わることも報告されてきています。緊急事態や傷害(外傷や障害)に対応できるよう、様々なスポーツ現場に我々医師や、看護師、理学療法士やトレーナーが現場に帯同することもあります。通常いないことが多いです。緊急事態に対応できるよう、普段から心肺蘇生は習っておくのが良いと思います。また、医療機関や救急機関を適正に利用してできるだけ健全な状態で長くスポーツ活動を続けられるようにしてもらえたらと思います。

皆様の健康とスポーツ活動のパフォーマンス向上に少しでも手助けできるよう応援しています。



整形外科 岩本 健一
医師 いわもと けんいち

専門/整形外科一般・スポーツ医学

はる リハビリ特化型デイサービスHARUのご紹介

はる
当施設(以下、HARU)は運動機能の回復に特化したデイサービスで、善衆会病院 旧病院跡地の敷地に所在しております。
今回は当施設で働くスタッフや業務内容を中心に紹介します。



仕事内容

リハビリ特化型のデイサービスで、身体の機能の維持・向上を希望しているご利用者様に対し運動支援をさせていただいております。送迎や日々の健康状態のチェックはもちろん、集団体操やマシンでのリハビリなど機能維持・改善を目的としたプログラムを提供しております。



理学療法士の仕事

1人1人に運動の計画を立て、機能訓練を行います。また、必要な方のご自宅に訪問しご自宅で安全に自立した生活が過ごせるよう、リハビリメニューの考案や福祉用具の選定、住宅改修の提案を行います。



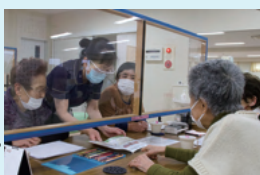
介護士の仕事

全職員が介護福祉士の資格を所有し介護士としての業務はもちろん、マシンを使用したリハビリや、機能訓練体操など専門領域にこだわることなくHARUの全てに活躍しています。



看護師の仕事

日々の健康状態の把握はもちろん、ご利用中の体調変化にも対応します。水分補給の促しや、バイタルチェックなどを行います。専門知識を活かしご利用者様の病気やお悩みへの不安の解消に寄り添います。



やりがいがありますか？

ご利用者様の機能が改善されていく様子がすぐ近くで一緒に体感できます。また、前向きな目標を持ったご利用者様と一緒に、運動を支援させて頂くことで私たちが気持ちが前向きになります。また、多職種協働で仕事を行うため、様々な視点からご利用者様と向き合えます。

今後、力を入れていきたいことは何ですか？

ご利用者様1人1人の身体機能、ニーズに沿ったプログラムの充実に力を入れていきます。マシンや運動器具が充実し、安全で効果的に運動が提供できるよう支援してまいります。1人でも多くのご利用者様が、自分の人生を少しでも長く自立した生活を送り、充実した時間が過ごせるよう運動機能の維持改善、自宅で安全に過ごしていけるサポート、病気への不安に寄り添える施設でありたいと考えております。

地域の皆様へメッセージをお願いします。

リハビリ特化型デイサービスは運動が中心のサービスです。健康を保つためには運動が必要です。しかし、運動は楽しくないと続けていくことは難しく、また仲間がないとなかなかできません。まずは私たちと一緒に運動を行ってみませんか？そして、住み慣れた地域でより長く過ごしていきましょう。



オーラルフレイルを予防しましょう！

担当：言語聴覚士

オーラルフレイルという言葉聞いたことはありますか？
加齢等と共に起こるお口の機能の低下のことで、そのはじまりは些細な衰えです。

例えば、

- むせる、食べこぼす
- 滑舌が悪い、舌が回らない
- 食欲がない、少ししか食べられない
- お口が乾く、ニオイが気になる
- 柔らかいものばかり食べる
- 自分の歯が少ない、あごの力が弱い

どれもほんの些細な症状ですが、積み重なるとお口の機能低下、食べる機能の障害、さらには心身の機能低下にまでつながり、要介護状態になるリスクが高まると警鐘されています。

日頃から口回りの運動をするよう心掛け、オーラルフレイルを予防しましょう。

えんげ たいそう 嚙下体操

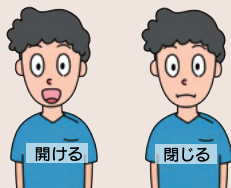
まずは姿勢を整えましょう！

両足をしっかりと
地面に着ける

背筋を伸ばす

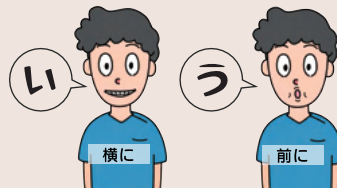
イスに深く座る

口の体操①



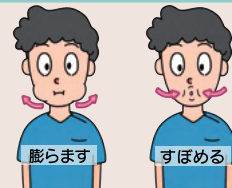
口を大きく開けたり
しっかり閉じたりを
繰り返します

口の体操②



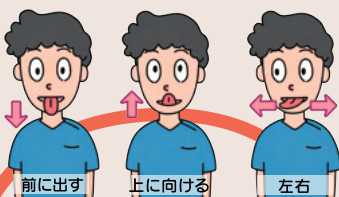
口を「いー」と横に
引いたり「うー」と
尖らせたりを繰り返します

頬の体操



頬に空気を入れて
膨らませたり反対に
すぼめたりを繰り返します

舌の体操



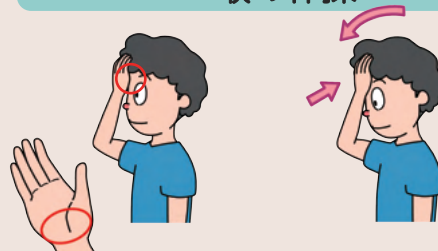
舌を前に出したり
左右に動かしたり
上に向けたりします
口の周りを1周ぐるりと
なめるように動かします

パタカラ体操



「パ」「タ」「カ」「ラ」
それぞれしっかり
発音を繰り返します

喉の体操



- ① 手のひらの付け根辺りをおでこに当てます
- ② おへそを覗き込むように顎を引きます
- ③ おでこ手のひらで押し合うようにキープします

リハビリ

オーラルフレイルを予防しましょう！



忙しい時に便利! 食材の冷凍



解説：管理栄養士

皆さん、食材の冷凍についてどんなイメージお持ちですか?冷蔵庫で保存していたら 2~3 日しか日持ちしない食材も冷凍すれば保存期間は 2 週間から 1 ヶ月と延び、使いたい時に使えるので無駄なくしっかり使えます。そんな時に食材を冷凍しておけば食費を削減できますし、下味をつけて冷凍したり、調理をして冷凍しておけば忙しい時には調理時間も短縮できて一石二鳥です。

ほとんどの食材が冷凍できますが今回は、よく使う「野菜ときのこと」の冷凍について考えてみましょう!

葉物野菜



— ほうれん草・春菊 —

あくが強いので生のままの冷凍は不向きです。茹でてラップに包んで冷凍しましょう。凍ったまま炒め物や汁ものに入れたり、冷蔵解凍してお浸しなどにいいでしょう。



— 青梗菜・小松菜・白菜・キャベツ —

全て生のまま食べやすく切って保存袋に入れて冷凍できます。

青梗菜は葉の部分が粉々になりやすいので注意です。

白菜・キャベツは冷凍することでより一層甘味や野菜本来の味を増します。

きのこ類



水で洗うと水分を吸収して風味が損なわれてしまうので洗わないほうが理想です。汚れがひどい場合は別ですが少しの汚れであれば拭き取る程度が良いでしょう。そして、料理に使う状態の大きさにカットして冷凍するとよいでしょう。

きのこは冷凍すると中の水分が膨張して細胞壁が壊れ、うまみ成分や栄養素が溶け出しやすくなるためうまみや栄養価が高まりますので生よりもむしろ冷凍するほうがおすすめです。

根野菜



にんじんを生で冷凍するときは薄めに切って冷凍しましょう。大きく切るとボソボソした食感になってしまい、青臭さが残ることがあります。茹でて冷凍するときは食感が残るように大きめに切りましょう。



じゃが芋は生のままだと食感が悪くなるので冷凍に向きません。加熱してマッシュポテトにし使う分ごとにラップに包んで冷凍するといいでしょう。



玉ねぎはスライスして冷凍するとあめ色の玉ねぎにするのに時間を半分に短縮できます。



— にんじん・じゃがいも・玉ねぎ・大根 —

ごぼうはアクを抜けば生のまま冷凍できます。繊維質なので、生冷凍のときは大きく切らずにささがきや細切りにすると良いでしょう。きんぴらなどにして冷凍しレンジ解凍や室温解凍もできます。



大根は水分が多いので大きいまま冷凍すると筋っぽくスカスカになります。薄めに切ったり、塩と砂糖を振って少し水分を抜けば生のまま冷凍できます。大根おろしにして使う分ずつ小分けにラップして冷凍することもおすすめです。

— トマト・なす・ピーマン・きゅうり —



崩れやすいので、加熱調理やソースなどに使うと良いでしょう。へたを取ってラップに包んだり保存袋に入れて冷凍しましょう。



水分が多く、アクのしみもあるので生冷凍は不向きです。レンジ加熱したり、焼いて水分を抜いてから冷凍がおすすめです。



使いやすい大きさに切って保存袋に入れて冷凍します。凍ったまま調理できます。

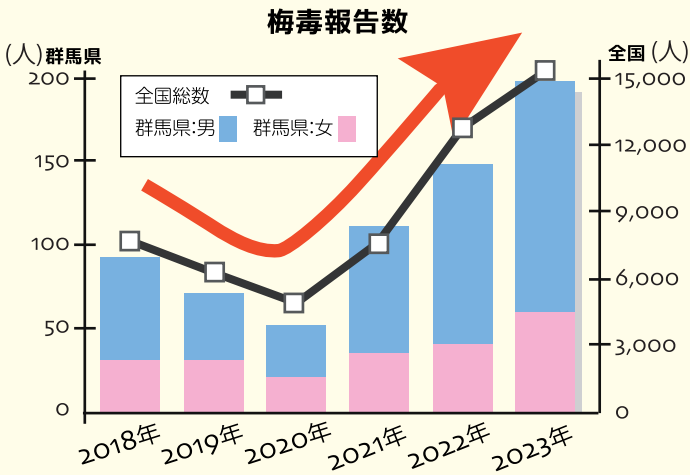


水分の多い胡瓜は生のまま冷凍は不向きです。塩もみして水分を抜けば冷凍できます。

梅毒が拡大しています!!!!!!

解説：感染対策室

日本では梅毒の発生を報告する制度があります。制度開始後、小さな流行はあったものの、減少傾向にありました。しかし2018年頃より増加傾向となり、**群馬県の報告者数も2023年が190件と増加**しています。



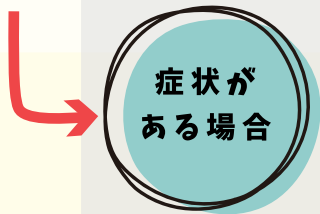
梅毒とは

- ・梅毒トレポネーマという病原菌による感染症です
- ・主に**性的接触**により、口や性器などの粘膜や皮膚から感染します
- ・感染後数週間の潜伏期を経て、**病期により様々な症状**が出ます
- ・**早期治療で完治可能**ですが、治療が遅れると心臓・血管・脳などに後遺症が残ることがあります
- ・妊婦が感染すると胎盤を通して胎児に感染します



予防や対策

- ・不特定多数の相手との性行為は感染する（または感染させる）危険が高くなるので避けましょう
- ・コンドームの適切な使用により感染リスクを減らすことができます



- ・医療機関を受診しましょう
- ・保健所では性感染症の相談・検査を**無料・匿名**で行っています
(詳細は群馬県のホームページをご確認ください
[URL: <https://www.pref.gunma.jp/page/2561.html>])
- ※当院でも検査、治療を受けることができますので、ご相談ください



QRコード読取後、
群馬県ホームページへ遷移

感染対策室
理

梅毒が拡大しています
ぜんしゅうかい相談室



連載コラム

当院 公認心理師の酒井先生があなたの相談内容にお答えします

ぜんしゅうかい 相談室

相談はありますか？

嫌いな人と思ってしまった人を好きになるワザがありませんか？

ご相談ありがとうございます。お任せください。そうですね、別に苦手を作りたいわけでもないのですが、知らない間に苦手になってしまう相手が出てしまいますね。

ところで、「生まれて此の方、〇〇は苦手で…」という言い回しもありますけど、実のところは、生まれた瞬間から、まるで運命のように苦手な人や嫌いな物事があるということではないですよね。おそらく、何がしかの自分と相手との関わりがあって、どうにも許せない間柄に至ることが多いでしょうね。

いったん許せない間柄になった相手に対して、それでもなお、あなたが「好きになるワザ」が気になるということは、あなたに、これから相手を好きになる可能性がゼロではなく、どうにか相手との関係を見直してみたいという気持ちがあるようにも感じます。そうであれば、あともう少しです。今の気持ちを傍らに置き、平らに接するのがいいと思いますが、それは難しいかもしれません。そこで、自分から好きになるのが難しいようでしたら、その人のことが好きな人から、その人のいいところを聞いてみるのはいかがでしょうか？少し冷静に相手のことが見えるかもしれませんよ。



水虫（足白癬；あしはくせん）

解説：薬剤師



春から夏にかけて多くなる水虫（足白癬）についてお話しします。

Check!

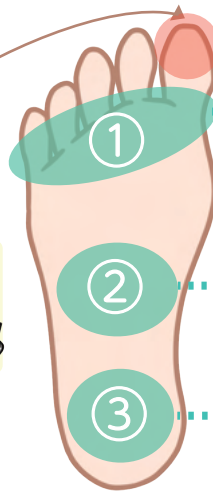
症状と分類

水虫（足白癬）とは？

白癬菌（はくせんきん）というカビの一種が足の皮膚に増殖して起こる感染症です。

水虫（足白癬）は症状から3つに分類されます。

爪の水虫（爪白癬）もあります



①趾間型（しかんがた）

水虫で最も多いタイプ。乾燥型と湿潤型があります。



②小水疱型（しょうすいほうがた）

水ぶくれが発生します。



③角質増殖型（かくしつぞうしょくがた）

足底の皮膚が硬く厚くなります。



原因

白癬菌はケラチンと呼ばれるタンパク質を栄養源とし、温かく湿った環境を好むため靴下や靴により高温多湿になりやすい足部の皮膚でよく増殖します。水虫の人と直接足を触れ合うことがなくてもバスマットやスリッパなどから移ることがあります。



予防方法

1日1回はていねいに洗いましょう！！

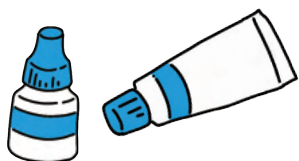
白癬菌が足の裏についてもすぐに感染するわけではなく、白癬菌が皮膚に入り込むまでに24時間以上かかると言われています。清潔と乾燥を心がけることで水虫にかかりにくくなります。

ゴシゴシと強く洗うのではなく優しく洗いましょう



治療方法

水虫とよく似た症状を示す他の皮膚疾患もあります。医療機関（皮膚科）で検査をし、水虫であるかどうかの診断を受けることが大切です。水虫であることがわかれば抗真菌薬（塗り薬）による治療をしていきます。



Point 薬剤の塗り方のポイント

お風呂上がりに塗布…塗り薬は表皮の角質層が柔らかくなり薬が浸透しやすい時に塗ると効果的です。

薬剤を広めに塗布…白癬菌は症状がある範囲より広く潜んでいるため、薬剤を広めに塗りましょう。

症状がおさまっても塗り薬…適切に塗り薬を使用すれば2週間程度で症状はおさまります。ただし白癬菌はまだ残っているためそこで治療をやめてしまうと再発することがあります。症状がおさまってから2～4週間程度は薬を使用し続けましょう。

正しく使用することが大切です。

必ず医師の指示通りの用法用量を守って正しく使用しましょう。





神経伝導検査について



解説：臨床検査技師

皆さんは「神経伝導検査」をご存じですか？当院では主に手（腕）の検査を行っています。手に力が入らない、痺れるといった症状の方の診断に有用です。今回はその検査方法と関係する疾患について、ご説明します。

どんな検査なの？

神経の走行に合わせて皮膚の上から電気刺激を行い、その刺激が神経を伝わるスピード（伝導速度）を調べる検査です。末梢神経のうち「運動神経」と「感覚神経」に対して、それぞれ検査を行います。



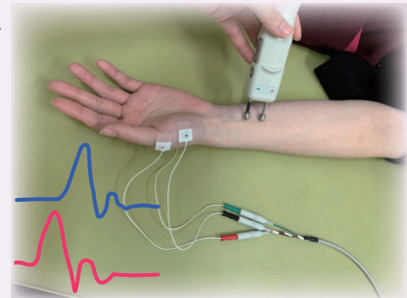
写真：神経の検査のお部屋

検査方法を教えて！

神経を電気刺激し、誘発された電位を記録して伝導速度、振幅などを測定することによって、病態の把握に活用します。正常の場合にはある程度の決まった速さの波形が記録されますが、障害がある場合は伝播遅延や波形の変化が記録されます。



実際の検査では、患者さんにあおむけになってもらい写真のように皮膚の上に電極を貼って、神経に体表から刺激を加えます。ピリッとした電気で少し痛みを伴いますが、体への影響はほとんどありません。刺激によって手が勝手に動きます。正確な結果を出すために、力はできるだけ抜いて楽にさせていただきます。時間は60分程度で、症状や状態などで変わります。なお、心臓ペースメーカーを装着している方には行っていません。



神経伝導検査で分かる主な疾患

● 手根管（しゅこんかん）症候群

症状 正中神経が手首（手関節）部の靭帯によって圧迫されるために発生する、手指の痺れと親指を中心とする運動障害が起こる疾患です。

病期 初期には人差し指、中指の痺れ、痛み、手のこわばり感で気付くことが多いのですが、最終的には親指から薬指の中指側までの3本半の指が痺れます。ひどくなると、親指の付け根の筋肉（母指球）がやせて親指と人差し指できれいな丸（OKのサイン）ができなくなります。

特徴 原因は不明ですが、妊娠・出産期や更年期の女性に多く生じるのが特徴です。その他、手首の骨折の後や、仕事やスポーツでの手の使いすぎ、透析をしている人などに起こります。



● 肘部管（ちゅうぶかん）症候群

症状 肘の内側にある尺骨神経の障害で生じます。尺骨神経が慢性的に圧迫されたり、引っ張られたりすることで発症します。

病期 初期は小指と薬指半分の痺れ感が出現し、進行期になると手の筋肉が痩せてきます。

原因 原因としては、神経を固定している靭帯やガングリオンといったできものによる圧迫、加齢による骨の変形による圧迫、肘の骨折による変形、野球などのスポーツなどがあります。尺骨神経の障害では、手術後も回復に時間がかかることがあり、早期診断早期手術が術後の回復を左右するため、早めの受診をお勧めします。



診察・治療について

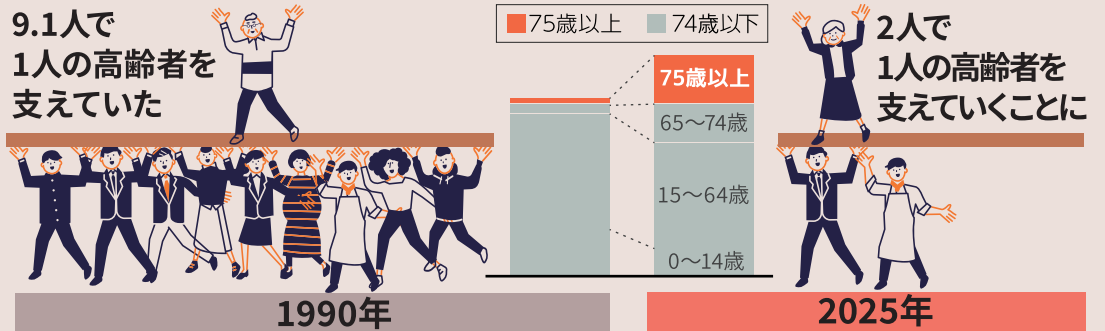
一般的に症状と測定結果から主治医と相談して、薬物療法か手術かを決定します。

【手根管症候群の手術の場合】当院では日帰りで手術を行なっています。手術当日は手を動かさないようにします。3～4日後に術後確認し、1週間程度で抜糸となります。抜糸してから動かし始め、リハビリ開始となります。術後1週間程度は動かさないようにする為、状態と生活環境を考慮して、治療方針を決めることが重要です。

2025年問題

あなたと 地域と 福祉医療

2025年問題が来年に迫ってきています。この問題は2025年に約800万人居る団塊の世代が75歳以上の後期高齢者となり、日本が超高齢化社会になることを指します。



2025年問題における医療福祉分野の課題はいくつかあり、その一つが**労働力不足**です。今後、高齢者の方々の医療ニーズが増加していくのに対して、少子化により労働力は下がっていきます。その為、少ない労働力で医療と福祉のニーズを満たしていく体制を整えることが大切になります。



この課題に対して国は地域包括ケアシステムの構築を掲げていました。

地域包括ケアシステムとは

高齢者の方が可能な限り住み慣れた地域で自分らしい生活を続ける為の支援・サービスの提供体制のことです。



医療法人社団 善衆会 では

もちろん当法人も、このシステムの一部を担っています。当法人の在宅支援事務局には「訪問診療」「善衆会訪問看護ステーション」「訪問リハビリテーション」「リハビリ特化型デイサービスHARU」「善衆会居宅介護支援事業所」があります。

訪問診療

訪問看護

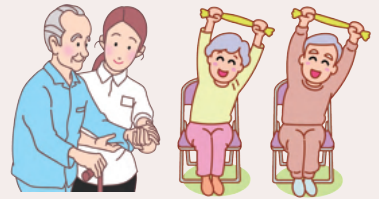
「訪問診療」と「訪問看護ステーション」は医療提供が必要な患者様が自宅で過ごせるように、在宅での医療を提供しています。もちろん緊急的な治療が必要な患者さんはすぐに入院できる体制を整えており、速やかに治療を行いすぐに在宅に戻れるように尽力しています。



訪問リハビリ

リハビリ特化型デイサービスHARU

「訪問リハビリテーション」・「リハビリ特化型デイサービスHARU」では自身の運動能力を上げ、健康年齢を保ちたいという高齢者の方の思いを支えています。



居宅介護支援事業所

「居宅介護支援事業所」ではケアマネージャーが生活支援を必要とする方々の思いを聞き、介護支援サービスを整え、自宅で本人らしく生活していくことお手伝いしています。



高齢者の方が最後まで自分らしく暮らしていくことを支援することが、医療福祉分野の人手不足という問題を解決する一番の方策です。当院は今後も、院内外の高齢者の方々が自分らしく生活していくことを支援していきます。



萩原病院長が長年にわたり 務めたザスパクサツ群馬の チームドクターを 勇退いたしました



↑ 今回の表紙画像

2010年より務めておりました、ザスパクサツ群馬のチームドクターを萩原敬一病院長が勇退されました。チームドクターとして、シーズン前後のメディカルチェックの実施やシーズン中にはホーム戦のみならず、アウェー戦では全国各地へとチームに帯同し、ゲーム中の怪我などに対応してきました。

新入職医師のご紹介

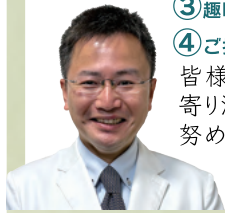
●質問内容

- ① 診療の専門
- ② 患者さんへの診療方針・心掛けていること
- ③ 趣味・好きなスポーツ
- ④ 患者さん・病院利用者の方へメッセージ

2/1入職

整形外科 まえだ あきのり
前田 陽典 医師

- ① 専門 整形外科一般
- ② 診療方針 患者様、ご家族の方、1人1人が納得いくように分かりやすい言葉で説明し治療にあたるよう心掛けています。
- ③ 趣味 フットサル、テニス、旅行
- ④ ご挨拶 皆様のご病気やお悩みに寄り添い安心して頂ける様、努めてまいりますのでお気軽に声を掛けください。



4/1入職

整形外科 まさき ただし
正木 直 医師

- ① 専門 整形外科一般
- ② 診療方針 患者さんの気持ちに寄り添いながら、分かりやすい説明を心がけ、よりよい医療を提供できるように努めています。
- ③ 趣味 水泳、旅行
- ④ ご挨拶 分からない事、不安な事があれば、気軽に声をかけ下さい。



4/1入職

整形外科 なおえ たかゆき
直江 高行 医師

- ① 専門 膝関節外科、股関節外科、スポーツ医学、関節鏡学
- ② 診療方針 もし自分の家族だったら、大切な人だったらどうするかを常に模索すること、また一人一人の患者様との信頼関係を大切にしながらより良い治療を目指して努力し続けていきたいと考えております。皆様のために少しでも力になることが出来れば幸いです。
- ③ 趣味 ブレイクダンス、他ダンス全般。旅行、キャンプ、ドライブ、トレッキング、温泉
- ④ ご挨拶 直江先生に診てもらえて良かったと、心からそう言って頂けるように誠心誠意・一生懸命に頑張りますのでどうぞよろしくお願ひ致します！是非お気軽に声をかけ、ご相談下さい！



4/1入職

整形外科 やなぎさわ けいた
柳澤 啓太 医師

- ① 専門 整形外科一般、股関節外科
- ② 診療方針 自分の家族だったらどうしてあげたいかを考えて方針を決めるようにしています。
- ③ 趣味 旅行、スキー、サイクリング、映画
- ④ ご挨拶 少しでもお力になればと思います。宜しくお願い致します。



4/1入職

整形外科 たかはし ひでたね
高橋 英種 医師

- ① 専門 整形外科一般
- ② 診療方針 日々の診療において患者様と信頼関係を築くことが重要と考えています。相手が非医療者である事を理解し、病態や治療方針などわかりやすい言葉で丁寧な説明するように心掛けています。
- ③ 趣味 ゴルフ、アイスホッケー、テニス、ダイビング、アニメ鑑賞、旅行
- ④ ご挨拶 患者様やご家族様の不安や疑問に真摯に向き合い、安心して治療を受けていただけるよう最善を尽くしますので何卒よろしくお願い致します。



4/1入職

泌尿器科 はしもと あすか
橋本 飛鳥 医師

- ① 専門 泌尿器科一般
- ② 診療方針 患者様の言葉に耳を傾け、寄り添えるような医師を目指しています。
- ③ 趣味 サッカー、キャンプ、旅行
- ④ ご挨拶 今年度よりこちらでお世話になります。一生懸命頑張りますのでよろしくお願い致します。



当院からのお知らせ

令和6年3月31日付 常勤医師退職のお知らせ

整形外科 面高 拓矢医師 ※4月より非常勤、
泌尿器科 小南 次郎医師、
内科 増田 淳医師が退職されました。
大変お世話になり、ありがとうございました。

令和6年4月1日付で 32名が入職しました

よろしくお願ひいたします!!



当院公式 LINE 友だち募集中

運動動画や食事、栄養に関する話、健康講座など様々な当院の情報を配信中です



善衆会病院



QRコード
の読取で
友だち追加!

外来担当医表

2024年4月1日～
赤字は変更事項です

		月	火	水	木	金	土
 スポーツ整形外科	午前	一般 木村 <small>予約制</small> 柳澤真 直江	木村 <small>予約制</small> 牧脩 正木 (第1・3・4・5週)	萩原敬 岩本 樋口	木村 <small>予約制</small> 大前 山口 <small>微</small> (第1・3・5週) 高柳 (第2・4週)	正木 (第1・3・5週) 篠 牧脩 面高	柳澤真 大前 面高 (第1週) 萩原敬 篠 中村 (第2週) 大前 牧脩 (第3週) 萩原敬 中村 宮本 (第4週) 柳澤真 牧脩 (第5週)
	専門		【肘・肩】 <small>予約制</small> 山本 (11:00迄)				
 整形外科	午前	一般 柳澤 <small>啓</small> 中村 高柳	柳澤真 前田 大前	篠 高橋 (第2・4週) 山口 <small>蔵</small> (第3週)	萩原敬 前田	岩本 石綿 田邊 恩田 (第1・3・5週) 岡田 (第2週) 直江 (第2・4週)	前田 牧脩 津久井 (第1週) 恩田 正木 (第2週) 柳澤真 正木 田邊 (第3週) 恩田 前田 篠 (第4週) 大前 篠 (第5週)
	専門	【股関節】 佐藤 <small>予約制</small> 【手】栗原秀 (11:00迄)	【脊椎】 <small>予約制</small> 筑田 (第2週) 【足】 長谷川 (第2・4週)	【股関節】 佐藤 <small>予約制</small> 柳澤 <small>啓</small> 林成 (第3週)	【脊椎】 津久井 (第1・3・5週) 中島知 (第2・4週)		【脊椎】 荒 (第2週)
	午後	一般 大前 (第1・3・5週) 柳澤真 (第2・4週)	牧脩 (第1・3・5週) 高橋 (第2・4週) 米山 (第4週)	萩原敬 (第1・3・5週) 篠 (第2・4週)	高柳 (第1・3・5週) 前田 (第2・4週) 渡邊 (第4週)	石綿 正木 (第1・3・5週) 岡田 (第2週) 直江 (第2・4週) 田邊 (第2・4週)	
	専門	【股関節】 佐藤 柳澤 <small>啓</small>	【ESWT・PRP】 柳澤真 (第1・5週) 萩原敬 (第2週) 高柳 (第3・4週) 【肩】 (14:00～) 加地 (第1・3週) 宮本 (第2・4・5週)	【股関節】 佐藤 林成 (第3週) 【慢性疼痛】 恩田		【慢性疼痛】恩田 (第1・3・5週) 【脊椎】反町 (第1・3・5週 16:00～)	
 泌尿器科	午前	一般 富田 牧泰 【初診外来】橋本	真下 斉藤 (第2・4・5週) 中野	真下 岡村 福田	真下 岡村 牧泰	岡村 岩井	富田 (第1・2・3・5週) 牧泰 (第1・2・4・5週) 橋本 (第1・3・4・5週) 岩井
	午後	一般 真下 (第1・3・5週) 岡村 富田	岡村 富田	橋本 福田	富田	富田 牧泰 (15:00～) 橋本	
 内科	午前	一般 林潤 小屋 松本	林潤 出浦 小屋	相澤 後藤	谷田部 相澤 小川	谷田部 出浦 小屋	林潤 相澤 坂入
	午後	一般 松本	小屋 <small>予約制</small>	出浦 <small>予約制</small>	相澤 <small>予約制</small>		
 外科	午前	一般 遠藤 福島	内田 (9:30～)	福島 <small>予約制</small>		福島	尾嶋 (第1・3・5週) 福島 (第2・4週)
	午後	専門		【肝・胆・膵】 <small>予約制</small> 萩原慶	【呼吸器】 <small>予約制</small> 吉川		
 麻酔科	午前	一般 伊藤 長濱	肥塚	岩田	岩田 又は 伊藤	交代制	
	午後	専門					【ペインクリニック】 長濱 (第1・3週)
 皮膚科	午後	一般		太田 (第1・3・5週)			

※ 予約制 ★1 または 予約制 ★2 とある医師および整形外科の午後は予約制のため、受診される方は事前にご予約ください。但し、急患の場合この限りではありません。
★1 予約制: 当院で初めて診療を受ける方も予約が取れます。★2 予約制: 当該科で診療を継続している方(再診)のみ予約が取れます。

受付時間	午前	全診療科 8:30～12:00	※【初診】 スポーツ整形外科・整形外科: 11:00まで 泌尿器科・内科・外科は11:30まで 麻酔科(ペイン)第1・3土曜日11:00まで
	午後 (月～金)	泌尿器科 14:00～16:00 内科 14:00～16:00 整形外科 15:00～17:00	※【初診】 15:30まで ※ 完全予約制 / 一部除く ※ 完全予約制

予約専用ダイヤル
027-261-4890

お問い合わせ先
027-261-5410(代)