

みどりの風

医療法人社団倫生会みどり病院広報誌

No.49
2025
12月号



- ・心臓リハビリテーション 開設
- ・人工透析センターの紹介 / 福士 剛彦先生
- ・わくわくメディカルキッズツアーオンライン開催報告
- ・向原クリニック / 小畠 涼先生



集団心臓リハビリの流れ

外来集団心臓リハビリテーションの流れについて説明します。来院されたら、1Fの受付で診察券を提出します。血圧測定後、循環器内科の診察室で体調等を確認していただきます。その後、4Fの心臓リハビリテーション室へ移動し、体重を計測、心不全手帳を看護師さんに渡していただきます。心電図モニターを装着したら集団心臓リハビリの開始です。準備体操、レジスタンストレーニングを行ったあと、自転車エルゴメーターを20分間漕ぎます。最後に整理体操を行い終了です。

次回の予約を取り、1Fの会計へ行つていただくという流れとなっています。

【集団心臓リハビリ時間のご案内】

	月	火	水	木	金
group ①	○	○	○	○	○
group ②	○	○	○	○	○

group ①

9:30 ~ 10:30 (受付 9:00 ~)

group ②

11:00 ~ 12:00 (受付 10:30 ~)



① 受付



② 血圧測定



③ 診察 (医師)



④ 体重測定



⑧ 会計



⑦ 有酸素運動



⑥ レジスタンストレーニング



⑤ 問診 (Ns/PT)

心臓リハビリテーション

開設



心臓リハビリとは？

心臓リハビリテーション（心リハ）は、心臓病を持っている患者様が社会生活に復帰できるように体力を回復し、再発を防ぐための総合的なプログラムです。

専門の循環器内科医の管理のもと、有酸素運動や筋力トレーニングなどの運動療法、健康的な食事を通して、心臓病のリスクを軽減する栄養指導、自身の病気についての理解を深め、生活習慣の改善の重要性を学ぶ患者指導や服薬指導、不安や抑うつの軽減のための心理的サポートなどを行います。

心臓リハビリの運動療法では、自転車エルゴメーターやウォーキングなどの有酸素運動、エクササイズバンドなどを使用した筋力トレーニング、全身のストレッチ運動などを行います。有酸素運動の負荷量は、心肺運動負荷試験（CPX）の結果に基づき、医師や理学療法士が患者様ごとに個別に設定しています。

最新の機器が導入された
心臓リハビリテーション室を
是非ご覧ください。

みどり病院は、
2025年9月1日に、
心臓リハビリテーション室を
開設しました。

今回は、

「心臓リハビリとは？」

「集団心臓リハビリの流れ」

「開設までの取り組み」

「心臓リハビリチーム」

について

お話をさせていただきます。

心臓リハビリは、心筋梗塞や狭心症、心不全などの心臓病を持つ患者様が対象となります。心臓リハビリに興味をお持ちの方は、当院の循環器内科医に相談してください。



心臓リハビリテーションチーム スタッフより

循環器内科 医師 東田

心リハは、運動療法をはじめとした、多職種の医療チームによる包括的プログラムです。慢性心不全などの心疾患を有する患者様が、心リハを受けることで、生活の質を高めることができ、死亡率や再入院を減らすなどの効果が報告されています。運動療法により、筋肉量や運動能力が改善すると、心臓への負担が減り、楽に動けるようになるほか、血管が広がって体の循環が改善し、高血圧の改善効果も報告されています。心疾患を有する患者様が、自分で運動を継続することは難しいのですが、専門家が運動の負荷量を確認しながら一人一人に合わせて指導することにより、より安全に運動を継続していけるのではないかと考えています。

心リハは、運動療法をはじめとした、多職種の医療チームによる包括的プログラムです。慢性心不全などの心疾患を有する患者様が、心リハを受けることで、生活の質を高めることができ、死亡率や再入院を減らすなどの効果が報告されています。運動療法により、筋肉量や運動能力が改善すると、心臓への負担が減り、楽に動けるようになるほか、血管が広がって体の循環が改善し、高血圧の改善効果も報告されています。心疾患を有する患者様が、自分で運動を継続することは難しいのですが、専門家が運動の負荷量を確認しながら一人一人に合わせて指導することにより、より安全に運動を継続していけるのではないかと考えています。

栄養科 管理栄養士 西海

管理栄養士は集団心リハをされている患者様に、月に1回・30分程度たんぱく質や脂質、塩分の取り方、体にいい食材の選び方など、テーマを決めて一つ一つ注意点をお伝えしています。食生活の見直しを通じて、心臓病のリスクを軽減するため、患者様に寄り添っていきたいと思います。

リハビリテーション科 理学療法士 白川

当院の集団心リハは最大でも1グループ4名の少人数制です。CPXなどの医学的な評価に基づく最適な運動処方・指導を行い、お一人お一人に寄り添つて丁寧に介入を行います。心リハの核となる運動療法を通して、患者様がご自身の身体と向き合って、心疾患の発症や再発の予防、身体機能・QOL（生活の質）の改善に前向きに取り組めるよう支援します。目標や希望に向かって、ともに頑張りましょう。

薬剤科 薬剤師 影山

心リハ患者様に対しても薬剤師は「服薬指導」という形でかかわっています。内服薬の確認（他院通院中であるか）、心不全治療薬に関する説明、服薬アドヒアランス（服用がきちんとできているか）の確認、服薬管理、心不全症状の有無、日頃の血圧や体重測定などのセルフモニタリングの状況確認などを行っています。患者様毎に合わせた服薬指導を、必要に応じて月1回くらいのペースで介入していくたらと考えています。

看護部 看護師 高木

外来集団心リハは、心電図モニターを装着し、リハビリ中に胸部症状の有無や血圧・脈拍の変化がないかなど安全に配慮して行います。問題があれば迅速に対応いたします。また心不全手帳を用い、自宅での血圧・脈拍・体重の確認もしています。むくみや息切れなど、心不全のサインを見逃さないよう日常生活のアドバイスを行っています。心リハを通して、QOL（生活の質）向上のお手伝いができたらと考えています。

地域連携室 永井

地域連携室では、心リハ患者様全員に対して社会的支援という形で関わっています。身体障害者手帳や、介護保険利用の必要性を確認し、適切な支援を行います。また社会制度面だけでなく、家族背景、社会背景を伺い、就労支援の必要性や、心理的支援の必要性を把握し、幅広い支援を行います。心リハはチームでの支援が強く求められます。患者様がこの地域で、その人らしく過ごせるように支援を行っていきたいと思います。



開設までの取り組み

May



職員食堂を心リハ室に改修

June



医療機器メーカーの方から操作説明会



レジスタンストレーニングの
プログラムを練習

August



当院の職員に CPX の予行演習

昨年の12月に「心臓リハビリ開設準備委員会」を立ち上げ活動を開始、施設基準を取得するため、制度について学び、検討を重ねてきました。元々は職員食堂であった場所を改修し、最新の心臓リハビリシステムを導入いたしました。また、専門的な検査が出来るよう、心肺運動負荷試験（CPX）の機器も導入しています。

9月の開設に向け、訓練プログラムの作成や、機器の操作練習、一次救命処置の研修などを行い、安全で効果的な心臓リハビリができるよう準備をしてきました。



July



みきやまりハビリテーション病院の
佐和琢磨先生を講師にお招きし、
心肺運動負荷試験（CPX）の勉強会を開催



一次救命処置の研修

September
OPEN



人工透析センターの紹介

みどり病院透析センターにおいては、24床の透析ベッドで外来および入院透析患者さんへウルトラピュアな水を使用した血液透析治療やオンライン血液透析濾過治療を行っています。ご自分で通院困難な方へは送迎車両もご用意いたしております。

月水金は夜間透析（2025年4月開始）含め変則3クール、火木土は1クールのみの施行です。入院治療が必要な場合でも、循環器内科、消化器内科、消化器外科、呼吸器内科、整形外科など経験豊富な各先生方の手厚いバックアップの下、最適な専門治療を迅速かつハイクオリティで行える体制が整備されており、この点が他の透析施設と大きく異なる所と思われます。

またバスキュラーアクセス（シャント）造設術やメンテナンス（経皮的血管拡張術）、長期留置カテーテル挿入術、急性閉塞への血栓除去術などをわたくしがほとんど全て主治医として施行し、また日頃から穿刺困難症例へはスタッフに任せきりにせず自ら穿刺することで、命の次に大切なシャントのケアを行います。

末期腎不全状態、腎臓という最重要臓器のひとつが完全に機能喪失し極限状態におかれた生命体では、バスキュラーアクセス不全症、脳血管障害、急性～慢性心機能不全、虚血性心疾患、不整脈（発作性～慢性心房細動など）、消化管出血、易感染症（急性肺炎、急性胆管炎、急性腸炎、バスキュラーアクセス感染症）、悪性腫瘍、全身アミロイドーシス（破壊性脊椎関節症、手根管症候群、肘管症候群）、骨ミネラル代謝異常、重症下肢虚血症など、枚挙にい

とまがないほど多岐にわたる合併症が生じえます。しかしそれでも、それゆえに、一人ひとりの患者さんのこれら全ての問題をひとつ残らず漏らすことなく正確に掌握し、おかれた状況の中で最善の一手を打ち続けること、少なくとも打ち続けようと努力し続けることは、主治医として最低限の使命と思っています。透析患者さんを診るために救命救急治療への造詣を深めねばならないとの思いから、これまで多くの病院で身を粉にして当直をこなし研鑽を積んできた経験も活かせるものと自負しています。

日々変化する患者さんの病状に対し後手に回ることなく先手を打ち続けることを常に心がけ（ゆえに中央監視システムでの厳重なフォローに加えて、回診は連日行います）、結果として、患者さんのQOL向上、生存率向上につなげたいと思っています。

決して完全寛解することのない病（末期腎不全）と日々闘い続けねばならない透析患者さんに生涯にわたり寄り添う医療、守り続ける医療に心血を注ぎ続けたいと思います。

人工透析センター長
福士 剛彦



人工透析
診察時間
月・水・金 ▶ 午前／午後／夜間
火・木・土 ▶ 午前

お問い合わせ
電話：078-928-1700 (代) 透析室まで
神戸市西区枝吉1-16 みどり病院
●駐車場あります (透析患者様は6時間無料)

バスキュラーアクセス関連手術

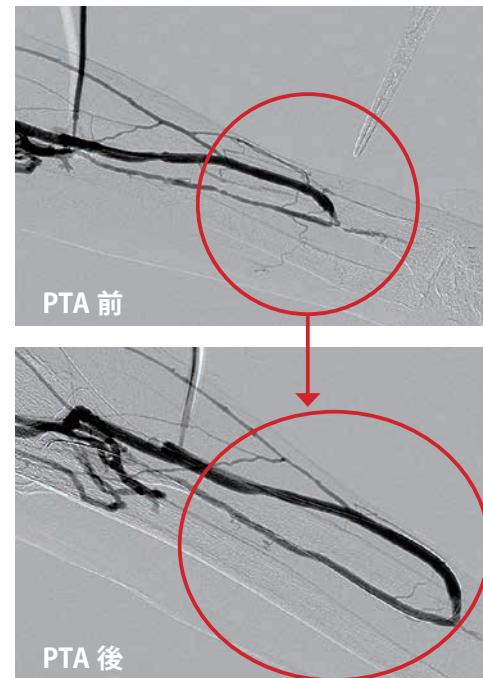
【内シャント手術、経皮的血管拡張術（PTA）】

比較的隣接した、時に全く離れた動脈と静脈との間に、直接、時に人工血管を置して、あえて非生理的な長径5～10mmの瘻孔を作製する手術を内シャント手術と呼びます。

動脈は単位時間あたりの血流が多い反面、全て筋膜の下に存在するため、体表からは見えにくく、ゆえに刺しにくい、抜針後の止血が難しいという側面があります。一方静脈の血流は少ないものの皮下静脈であれば容易に視認可能、ゆえに穿刺が容易、止血も容易といった面があります。それぞれの長所を生かし、解剖学的に穿刺しやすい静脈に動脈血を短絡させることで、結果として血液透析施行時に必須である100～200ml／分の血液量を安定して得ることがシャント手術の目的ですが、約60年前にこの手術が開発されたことで人類は長期的透析治療を実現可能としたのでした。まさに画期的な人類の英知でした。

しかしそこにはまた新たな問題がありました。そう、シャント手術は非生理的なのでした。そのため（とは断言できませんが）、一度作製しても徐々に静脈内に狭窄が生じ血液量が低下したり、時に完全に閉塞したりすることも当初から稀ならず認められました。小生が医師となり診療を開始した平成2年では、一度作製したシャントが閉塞すればまた違う部位で再作製する以外に方法はありませんでした。しかしこの25年ほど前からは狭窄部を血管内からの細長い風船（長さ4cm程度、幅4～6mm）で膨らませ血管内膜に亀裂を生じさせてことで、今のシャントをより永くもたせうことが可能となりました。いわゆる経皮的血管拡張術（PTA）と言われる手術です。これまで小生もシャント手術1000例以上、PTA700例以上の経験を1歩ずつ積んで参りましたが、少しずつ改良を重ね自分にしかわか

らないであろう技術を磨いてまいりました。また小生の場合は常に自分で透析管理を行っている患者さんへのみ施行し他院から手術のみという方への対応は行って来なかつたこと、手術前後の穿刺も全てスタッフ任せにせず全て自ら直接行い、術後の経過を詳細にフィードバックしてきたこと、それらをより良い手術方法への変遷へ生かしてきたこと、を僭越ながら自負しております。またPTA手技の発展形として、10年ほど前から狭窄部を単に拡張することのみならず、完全に閉塞したシャントを再度復活させることも9割以上の症例で可能となってきたことも福音といえると思われます。手技的には簡単でもあり難しくもあり奥の深い手術ですが（全例日帰り可能、局所麻酔のみ、所要時間：30分～1時間前後）、拡張しすぎない、ほどほどの拡張の方が結果が良いという印象があり、今後も必要な患者さんへは過不足なくほど良いタイミングで施行し、今後も精進を積み重ねて参りたいと思っています。



夜間透析 開始のお知らせ

透析スケジュール		月	火	水	木	金	土
8:30～14:00	午前帯	●	●	●	●	●	●
13:00～18:00	午後帯	●	/	●	/	●	/
15:00～22:00	準夜帯	●	/	●	/	●	/

15時以降開始
最終入室18:00
(終了22時)

アクセス

- 公共交通機関をご利用の方
JR/山陽電鉄「明石」駅下車
神姫バス東3番乗り場（西神中央、三木、社、押部谷行き）
「変電所前」下車 徒歩5分
- 自動車をご利用の方
第2神明「玉津インター」より国道175号線南に直進
枝吉交差点を右折



わくわくメディカルキッズツアーを ～お父さん・お母さんの職場を見学しよう～

8月にみどり病院では初の試みとして、病院職員のお子さんを対象に医療の現場を楽しく体験できるイベントを2回開催しました。25名のキッズは、スタンプラリー形式で様々な部署を見学しました。

会議室で説明スライド



薬剤科



お菓子分包体験

検査科



ゼリーでエコー体験

リハビリテーション科



なにこれ!
すいすいつまめるー

自動具体験



車椅子体験



休憩タイム

自分で分包したお菓子でおやつタイム



開催しました！

放射線科



MRI 見学

CT 体験



キッズツアー用に
旗も作りました！

内視鏡室・カテ室・手術室見学



外 来



血圧測定体験



聴診器体験



スタンプラー



白衣を着て記念撮影



向原クリニック

院長 小畠 涼先生

【医院紹介】

当院は24時間対応型の在宅医療専門クリニックとして地域に貢献することを目標に開院してから15年になります。

開院以来、在宅医療を必要とする方であれば、基本的にはどなたでも訪問し、認知症、がん、神経難病、心不全など多様な疾患に対応しています。現在は私を含め5名の医師が在籍し、麻酔科（疼痛管理）、精神科、泌尿器科など専門の異なる医師が協力して診療を行っています。

また、これまでの経験を生かし、病気の治療だけでなく、訪問看護師さんやケアマネージャーさんなど多職種と連携し、療養環境の調整を含めて患者さんの希望を支える医療を実践しています。

みどり病院さんとは長年にわたり密に連携を図り、緊急時の入院体制確保などにご協力いただいています。その支えのおかげで、当院は患者さんが安心して療養できる質の高い在宅医療を提供できています。心より感謝申し上げます。

今後も地域のチームとともに「安心して暮らせる医療」を届けてまいります。



▷ 診療科目：内科

▷ 診療内容

検査：血液検査、尿・便検査、心電図検査、簡易エコー検査
処置：褥瘡を含む創傷処置、留置カテーテル交換、胃瘻カテーテル交換、腹水穿刺
医療管理：点滴注射(中心静脈含む)、経管栄養、在宅酸素療法、疼痛管理(医療用麻薬、PCAポンプ)

▷ 診察時間

24時間365日対応

休診日：日・祝日・年末年始（12/29～1/3）

※訪問診療を受けられている患者様は緊急時24時間対応いたします。

▷ 訪問エリア

神戸市西区・神戸市垂水区・明石市

※エリア対象外の区域もありますので事前にホームページやお電話でご確認ください。



▷ 電話 078-975-8760

▷ 住所 神戸市西区大津和1-7-8

菓子喫茶 月ノ三丁目

住所／神戸市西区大津和1丁目7-8
WEST2000ビル1階

今年9月にクリニックの入っているビルの1階にオープンしました。

おしゃれな店内に、レトロな雰囲気と可愛いウサギたちが迎えてくれる素敵なお菓子店です。美味しいコーヒーと可愛らしいお菓子やフードメニューもあり、ついつい長居してしまいたくなるお店です。



小畠先生は見ての通り長身、スマートでとても『かっこいい』先生です。性格は大変穏やかで優しい先生です。小畠先生に診てもらっている患者さんはとてもラッキーだなといつも思っています。今後とも宜しくお願い致します。



みどり病院
理事長 室生 卓

information

感染症対策に係るお願ひ ※ 2025年12月現在

- ・当院では受診される皆様や入院患者様から感染を守るために、入館を制限しています。
診療または面会以外の入館はできませんのでご了承願いします。
- ・病院内では引き続きマスクの着用・手指消毒を実施しています。
ご理解とご協力の程よろしくお願ひ申し上げます。

※感染状況により、面会を再度中止する場合がございます。ホームページまたはお電話にてご確認ください。

Past Information

2025.5.10

2025年7月12日

【奥 陵佑医師】

第139回日本循環器学会近畿地方会で演者

演題：下肺静脈共通幹を有した心房細動に対してパルスフィールドアブレーションを施行した一例

演者：奥 陵佑

2025年9月20日

【検査技師 高橋】第73回日本心臓病学会学術集会で演者

教育委員会企画3 「Physical Examination を学ぶ【第三部】研究編」

座長：室生 卓

演題：老人性雑音の音源の検討

演者：高橋 恵

2025年10月14日

【足立院長】多臓器アプローチによる診療戦略 Web セミナーで演者

演題：心房細動に対するパルスフィールドアブレーション 2025

演者：足立 和正

2025年10月23日

【室生理事長・増田副院長】地域で考える息切れをきたす疾患 Web セミナーで演者

演題：間質性肺炎における連携の重要性

演者：増田 憲治

演題：循環器疾患における連携の重要性

演者：室生 卓

外来担当表

2025年12月1日～

	月	火	水	木	金	土
午前 9:00 ～ 12:00	内 科	奥 陵佑	—	足立 和正 (心房細動・不整脈)	清水 政克	東田 智江
	循環器内科	足立 和正 (心房細動・不整脈)	中野 貴仁	白木 里織 (高血圧・失神)	室生 卓	室生 卓 (睡眠時無呼吸症候群)
	消化器内科	佐伯 啓三	前川 修司	—	佐伯 啓三	前川 修司
	呼吸器内科	三輪 菜々子	増田 憲治	増田 憲治	三輪 菜々子	増田 憲治
	糖尿病内科	—	—	菅原 健二	—	—
	外 科	—	—	木戸 正浩	斎藤 正樹	—
	整形外科	戸田 誠	—	戸田 誠	—	戸田 誠
午後 14:00 ～ 15:30	予約制	足立 和正 (循環器内科)	前川 修司 (消化器内科)	室生 卓 (循環器内科)	室生 卓 (循環器内科)	佐伯 啓三 (内科)
				白木 里織 (血液・循環器)	前川 修司 (消化器内科)	
			福士 剛彦 (泌尿器科)	大村 浩一郎 (膠原病・リウマチ内科) (13:00～15:00)	大村 浩一郎 (膠原病・リウマチ内科) (13:00～15:00)	足立 和正 (第3週ベースメーカー外来)
				菅原 健二 (糖尿病内科) (14:00～16:30)	福士 剛彦 (泌尿器科)	
				福士 剛彦 (泌尿器科)	福士 剛彦 (泌尿器科)	
				福士 剛彦 (泌尿器科)	福士 剛彦 (泌尿器科)	
				福士 剛彦 (泌尿器科)	福士 剛彦 (泌尿器科)	

土曜日の担当医は、(第1週)奥医師、(第2週)大末医師、(第3週)白木医師、(第4週)足立医師、(第5週)大末医師の診療です。

受付時間

午前 8:30～11:45
午後 13:30～15:15 ※予約制

※ 上記時間以外の救急診療を受診される方は、事前にご連絡をお願いします。

専門外来

- | | | |
|---------------|--------------------------|-----------|
| 心房細動・不整脈外来 | ▶ 月・水曜午前診 | 足立 和正 医師 |
| 睡眠時無呼吸症候群外来 | ▶ 金曜午前診 | 室生 卓 医師 |
| 循環器・血液・高血圧・失神 | ▶ 水曜午後診 | 白木 里織 医師 |
| 膠原病・リウマチ内科 | ▶ 木曜午後診
(13:00～15:00) | 大村 浩一郎 医師 |
| 泌尿器科 | ▶ 火・木曜午後診 | 福士 剛彦 医師 |

お問合せ

078-928-1700

平日 8:30～17:00、土曜 8:30～12:00

※ 日曜、祝日、年末年始（12/30～1/3）休業

診察予約・予約変更
専用ダイヤル

078-928-1704

平日 14:00～16:00

みどり訪問看護ステーション

📞 078-923-0881

他院がかかりつけの患者様にも対応できますので、遠慮なくご相談ください。

・受付時間 月～金 9:00～17:00
土 9:00～12:00
(日・祝・年末年始は休み)

事業所内保育事業 みどり保育園

📞 078-920-0201

みどり保育園は、みどり病院にお勤めの方の0～2歳児をお預かりしています。

詳しくは園までご連絡ください。

他にお勤めの方は、神戸市西区役所にご相談ください。

