

TOPICS

院内研修会 開催報告

去る6月19日、院内研修会が行われました。今回は医療法人芙蓉会「こころのケアセンターふよう」理事長・村上拓也先生に「こころの健康」と題してご講演いただきました。精神科医である村上先生が行っている治療について、いくつかの事例を挙げて具体的に紹介されました。ストレス解消には①質の良い睡眠 ②趣味を持つこと ③リラクセス法（ゆっくりとした呼吸）が有効であること。また、ストレスの多くは人間関係によるものですが、「過去と他人は変えられない。変えられるのは（今、ここからの）自分だけ」。人間関係を円滑にするコツは挨拶すること、聞き上手になること、そして「ありがとう」を言うことだそうです。また、ネガティブなことでも見方を変えると「良かった」と言うことができる、発想の転換についてもお話しされました。



医療職は非常にストレスを抱えやすい仕事のひとつと言われます。今回の研修会の内容を参考に、上手にストレスを解消しながら日々の業務に取り組んでいきたいと思います。村上先生どうもありがとうございました。

7月着任医師のご紹介

7月14日より当院に新たに脳神経外科の医師が着任しました。経歴、資格についての詳細は当院ホームページの医師紹介をご覧ください。どうぞよろしくお願い申し上げます。



脳神経外科部長
松浦 伸樹 先生

所属医局の人事で関西で20年（大阪10年、京都5年、神戸5年）、その後はご縁があって函館で15年、脳神経外科の診療をして参りました。脳神経外科全般が守備範囲ですが、最近の20年程は、脳卒中と脳血管内手術が主な仕事のテーマとなっています。健康寿命が少しでも伸ばせるよう、予防医療からリハビリまで含め、地域の皆様から信頼される医療を目指して、頑張りますので、よろしくお願い致します。

青森健康体操

「青森大学 脳と健康科学センター」と当院が協力し、安保雅博先生（東京慈恵会医科大学リハビリテーション医学講座教授）が中心となって開発を進めてきた「青森健康体操」が、このたびついに完成しました！

青森県の市町村名や特産物を盛り込んだオリジナルソングに合わせ、老若男女を問わず誰でも取り組める体操です。右のQRコードから動画をご覧ください。運動不足が気になる方、健康に気を使っている方、ぜひご覧ください。



提携駐車場 料金変更のお知らせ

8月1日より提携駐車場「タイムズD&Gパーキング」の駐車料金が以下のように変更になります。

診察の方	2時間まで	100 円
	2～4時間まで 60分	100 円
	4時間以上 30分	100 円
お見舞いの方	30分まで	100 円
	30分以降 30分	200 円
一般の方	30分	300 円

【最大料金】

平日 当日24時まで 1,000円／休日 当日24時まで 700円

※診察の方、お見舞いの方は、必ず窓口で駐車券をご提示し、割引認証を受けてください。

KADERU vol.40 クロスワードパズルの 答え

1	ア	ジ	6	サイ	9		12	ミ
	ロ		7	カ	ラ	ビ	ナ	
2	ハ	5	マ	ナ	ス		ツ	
			ツ		10	ト	11	キ
3	イ	コ	8	ウ		ル		
4	ゴ	リ	ヨ	ウ	カ	ク		

編集後記

先日、興味深い記事を読んだので一部皆さまと共有したいと思います。「近年、環境汚染や格差拡大といった世界的な課題の解決に向け、持続可能な開発目標（SDGs）の達成が強く求められている。一方で、SDGsの先を見据えた新たな価値観として「SWGs」が注目を集める。「D」のデベロップ（開発）に対して、「W」はウェルビーイング。身体的・精神的な健康に加え、人との良好な関係やつながりの充実を重視している点が特徴である。例えば、SDGsが「全ての人が働ける環境をどう整えるか」に対し、SWGsは「働くことを通じて、いかに生きがいや人とのつながりを得るか」と、より内面かつ関係性に焦点を当てた目標へと進化している。」私自身も日々の仕事で関わっている院内外の皆様とのつながりのおかげで仕事にやりがいや生きがいを感じています。引き続き青森新都市病院の患者支援センターをよろしくお願いいたします。（A・H）



医療法人雄心会 青森新都市病院

〒038-0003 青森市石江3丁目1番地

■代表 TEL 017-757-8750 / FAX 017-788-9901

■患者支援センター TEL 017-757-8785 / FAX 017-788-9902

地域連携だより「KADERU」
編集顧問 片山容一・末綱太

青森新都市病院 地域医療連携だより（かでる）

KADERU

KADERU

INFORMATION FROM YUSHINKAI
AOMORISHINTOSHI HOSPITAL

2025年8月号

Vol. 41



〔ピンクとブルーの花の絨毯で遊ぶエゾシマリス〕
撮影 工藤 明

Contents

- 青森新都市病院歯科口腔外科について 古阪 有
- 脳神経内科医が語る医学雑学 第18回
ジャン＝マルタン・シャルコー先生について 布村 仁一
- おくすり豆知識 第3回
身近な自然がもたらす漢方 ～夏の朝、ハスに癒されて～ 福士 素子
- TOPICS

もしかして 脳卒中?! ～こんな症状があれば様子見ではなく、すぐに119番へ!～

Face（フェイス）
顔の歪みや
顔の麻痺

Arm（アーム）
腕や足に
力が入らない

Speech（スピーチ）
言葉が出ない
ろれつが回らない

Time（タイム）
症状に気付いたら
至急119番!

Time is Brain（時は脳なり）…脳梗塞の治療では発症より血行再開までの時間短縮が重要です!!

医療法人雄心会 青森新都市病院

青森新都市病院 歯科口腔外科について

歯科口腔外科は現在、常勤歯科医師2名、非常勤医2名、歯科衛生士6名の体制で診療を行っております。病院歯科口腔外科という特殊性を生かし、院内他科と連携することで、全身疾患を有する患者さんに対して対応が可能となっております。特に①入院患者さんの口腔ケア、②当院関連施設の障害者歯科治療、③口腔外科疾患対応（入院全身麻酔下での処置を含む）に力を入れております。③は具体的には抜歯（親知らず、埋伏歯、過剰歯など）、開窓術、骨隆起形成術、根尖性歯周炎に対する歯根端切除術、歯性感染症（顎炎、顎骨髄炎、歯性上顎洞炎、蜂窩織炎）、口腔顎顔面領域の外傷（軟組織損傷、歯の脱臼、歯槽骨骨折、上下顎骨骨折）、顎変形症に対する顎骨骨切り術、腫瘍や嚢胞、顎関節疾患（顎関節症、顎関節脱臼）、口腔粘膜疾患（口腔扁平苔癬、白板症、口内炎）、口腔軟組織異常（小帯異常）などを担当しております。救急対応も含め、かかりつけ医療機関では扱いにくい口腔外科疾患に積極的に対応中です。また、短期入院、全身麻酔下での親知らず抜歯をすることも可能です。

口腔外科疾患についてご相談などございましたらどうぞご連絡下さい。また開業医の先生方からの問い合わせなども受け付けて



前列：常勤・非常勤歯科医師（左から順に）
北野尚孝（板橋病院）、谷澤優、古阪有、
山縣加夏子（板橋病院）
後列：外来・手術室担当歯科衛生士

おりますのでご一報いただけたらと存じます。なお、かかりつけ歯科では扱いにくい口腔外科疾患に力を入れているため、虫歯治療や入れ歯などの一般的な歯科治療は基本的にかかりつけ歯科へ治療依頼としております。

（入院患者さんの入れ歯調整や修理など応急処置のみに留まっておりますのでご了承下さい。）

入院患者さんへは病室ベッドサイドで口内ケアを行うほか、当科外来にはベッド・ストレッチャーのまま診察が行えるよう専用のスペースを確保しております。手術前後、化学療法・放射線療法前中後の口内評価管理（周術期等口腔機能管理）を初め栄養サポートチーム（NST）、摂食・嚥下ラウンドにも参加し入院患者さんのサポートをしております。

さらに当科は日本大学医学部附属板橋病院歯科口腔外科の関連施設となっております。定期的に板橋病院歯科口腔外科と症例検討を行い、治療方針のご提案をさせていただきます。現在では県内の関連矯正歯科医院とともに顎変形症に対しての手術も行っております。当科で勉強してみたい先生方も随時募集中ですのでご連絡お待ちしております。

最後に、歯科治療は口腔外科疾患のみならず日々の自身の歯ブラシや定期的な歯科医院でのメンテナンスがあつてのものと考えます。開業諸先輩先生方にはご多忙中、当科からの治療依頼にご協力いただき感謝申し上げます。皆様も是非かかりつけ歯科へ定期受診をし口内環境整備を徹底していただき、何かございましたら当科でもご助力できたらと思います。今後ともよろしくお願い申し上げます。

歯科口腔外科
医長 古阪 有 先生



病棟担当歯科衛生士、
専用カートで病棟を回ります。



ベッド・ストレッチャーも搬入できる
よう環境整備しております。

連載

脳神経内科医が語る医学雑学

脳神経内科 部長
布村 仁一 先生



第18回 ジャン＝マルタン・シャルコー先生について

皆さんこんにちは。青森新都市病院脳神経内科の布村です。今年2025年は私達脳神経内科医にとっては記念すべき年です。ということかという、今年は近代神経学の祖ともいべきフランスのジャン＝マルタン・シャルコー先生（Jean-Martin Charcot）の生誕200年の年にあたるのです。彼はパリのサルペトリエール病院を中心に膨大な患者さんの診察を行い、また同僚のヴュルピアン先生と共同で臨床症状と解剖による病理学的所見を照合するという現代でも我々が行っている臨床神経学の基本的手法を確立しました。彼はいろいろな疾患概念を確立しましたが、この連載でも取り上げた筋萎縮性側索硬化症を詳細に記載し、病理学的変化を明らかにしました。

また彼の時代の100年ほど前に報告されていましたが当時忘れられていたパーキンソン病の概念を確立し、報告者の名をとりパーキンソン病と呼ぶべきだと提唱しました。さらには多発性硬化症の臨床像についても記載し、シャルコーの三徴を報告しています。また、遺伝性末

梢神経障害のシャルコー・マリー・トゥース病の臨床症候について初めて報告しています。現代に通じるさまざまな神経難病を報告し、まさに神経学の巨人と言えます。シャルコー先生は神経学だけではなく、内科全般に通じており、脊髄痙攣や重症糖尿病などで生じる関節変形、シャルコー関節にも名前が残っていますし、なんと医師なら誰でも知っている胆嚢炎の診断に使われるシャルコーの三徴も提唱しています。詳細な臨床的観察を最も重要とされた医師の鑑と言ってよい方だと思います。

以上述べてきたように、シャルコー先生の業績には比べるものがないほどの素晴らしさがありますが、実は私はシャルコー先生のあるエピソードに感銘を受け、常に心がけるようにしています。それは、シャルコー先生がある医師から「あなた

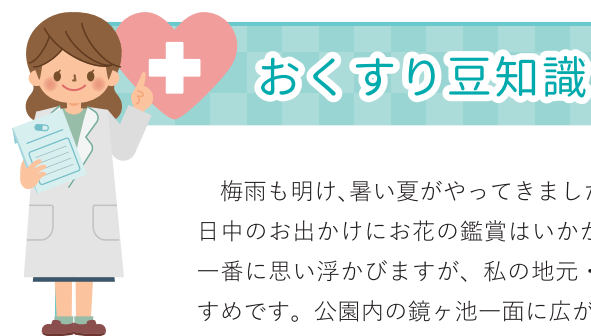
の研究している病気は治らないものばかりではないか。そんな研究をして何になるのか？」と問われ、こう答えたそうです。「治らない疾患であっても理解し記録し体系化することが未来の治療の第一歩になる。医学とはまず正しく診ることから始まるのだ」と。シャルコー先生の時代から200年が経過してもまだALSやパーキンソン病の治療は見つかっていません。我々脳神経内科医はシャルコー先生のあとを引き継ぎ、これからも患者さんをよく診て記録する事を続けていきます。未来の神経難病の克服に向けて。



ジャン＝マルタン・シャルコー
（Jean-Martin Charcot）
1825－1893



シャルコーの講義風景



おくすり豆知識

第3回 身近な自然がもたらす漢方 ～夏の朝、ハスに癒されて～

薬剤科 係長 福士 素子 さん（薬剤師）



梅雨も明け、暑い夏がやってきました。青森の夏はやっぱりねぶた祭りですが、日中のお出かけにお花の鑑賞はいかがでしょう。夏の花というとヒマワリが一番に思い浮かびますが、私の地元・平川市にある猿賀公園のハスの花もおすすめです。公園内の鏡ヶ池一面に広がるピンク色のハスは7月中旬から9月初旬頃まで楽しむことができます。

ハスの地下茎は食用のレンコン（蓮根）として知られていますが、ハスは生薬（漢方薬の原料）として昔から利用されてきたことをご存じでしょうか？ハスは果実、葉、種、胚芽、花、根、根からとれたデンプンなど、全ての部分が生薬として用いられてきました。実を乾燥させたものは「蓮肉（れんにく）」といい滋養強壮、鎮静、止瀉（下痢止め）、健胃作用があり、日本でも漢方薬に配合されています。ハスの葉「荷葉（かよう）」はむくみや肥満に、実の中にある芯の部分「蓮子芯（れんししん）」はほてりやイライラに、花托「蓮房（れん

ぼう）」は止血や血流改善に、根茎の節部「藕節（ぐうせつ）」は二日酔いやどの腫れに用いられるそうです。

このように身近な植物が漢方薬の原料となっていることも多く、調べてみるととても面白いです。例えば、風邪の初期症状に用いられる葛根湯のなかには、紫色の花を咲かせるクズの根を乾燥させた「葛根（かっこん）」、初夏に大きな花を咲かせるシャクヤクの根を原料とした「芍薬（しゃくやく）」、生姜の根茎を乾燥させた「生姜（しょうきょう）」、クスノキ科のケイの樹皮を乾燥させた「桂皮（けいひ）」が含まれています。クズの根からとれるデンプンを精製した葛粉は葛切りや葛湯の材料になりますし、生姜は料理にもよく使います。桂皮は香辛料として使用されるシナモンやニッキとほぼ同じものです。

葛根湯の原料として紹介したシャクヤクはきれいな大きい花を咲かせる植物です。「立てば芍薬、座れば牡丹、歩く姿は百合の花」という言葉を聞いたこと

があるかと思います。これは美人を形容する言葉として知られていますが、もともとは生薬の使い方を表したものだそうです。イライラと気の立っている女性には痛みや筋肉のこわばりを和らげる作用のある芍薬の根を、座ってばかりいて血の巡りが悪くなり血の滞り（於血）が起こる人には血流を改善する牡丹の根の皮から作られた牡丹皮を、風でゆられている百合の花のようにフラフラと頼りなげに歩いている心身症の人には精神の安定を図る百合の根を使うのがよいという例えだったようです。

私は漢方や生薬は苦手分野なのですが、身近な植物から作られていると思うと興味が湧いてきます。ハスの花は早朝に咲き、昼頃には閉じてしまいます。暑くなる前、午前中のお散歩に猿賀神社はいかがでしょう。

