

FUYOU

20
2020・1
新年号

理 念

入所している方とご家族も安心して医療・介護を受けられる地域に必要とされる施設を目指します



教えてドクター

肥満と消化器疾患

2 0 1 9

2 0 2 0

CONTENTS

教えてドクター 肥満と消化器疾患
ふようトーク こころの駅

あおもり食命人 ぶた肉のミルフィーユ
お金の話 ジェネリック医薬品



肥満と消化器疾患

肥満から起こりえる病気というと、高血圧症や糖尿病、脂質異常症、心血管障害などの生活習慣病を思い浮かべがちですが、実は胃や腸、肝臓などにも病気をもたらします。生活習慣病の原因となる内臓脂肪型肥満は消化器に貯まった脂肪によって起こっているのです。これらを称して内臓脂肪蓄積症と言われています。

代表的な消化器疾患の症状

胃食道逆流症

原因は肥満により胃が圧迫され胃内容物、胃液が食道に逆流することで起こり吞酸、胸焼け、食物つかえ感、胸痛、喉の違和感、咳など。

大腸憩室症

原因は肥満による腸管内圧の上昇により大腸粘膜が腸管壁から脱出し、腹痛や下血。

虚血性腸炎

肥満による結腸動脈抹消枝の閉塞・狭窄が原因で腹痛、下血。

大腸癌

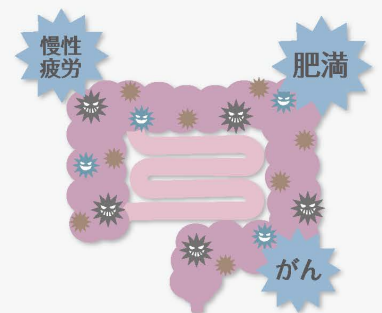
内臓脂肪の肥大化により慢性炎症状態となり大腸癌促進物質を分泌し血便、貧血、腸閉塞など。

脂肪肝からの肝炎→肝硬変→肝癌

肝臓は「沈黙の臓器」と言われ症状が出にくいのが特徴です。主症状は全身倦怠感、疲労感ですが見逃されやすいことがあります。肝臓内に脂肪滴が沈着し慢性炎症状態となり癌促進物質を分泌することが原因です。

他にも・・・胆石症、胆のう癌、急性膵炎、膵癌などがあります。

癌で亡くなる患者さんの半分以上は消化器系の癌です。肥満があると消化器系癌を罹患しやすいことが明らかになってきています。肥満は万病の元ですので、過食を控え、適度な運動を心掛けていきましょう！



村上病院院長 消化器内科 水木 一郎



医療法人 芙蓉会
理事長 村上 惇

**新年明けまして
おめでとうございます。**

今年は56年ぶりの東京オリンピックが開催されます。国民の皆様は熱気と興奮の渦の中に巻き込まれ明るい一年になると思います。
 当法人では昨年、障がいをおもちの方の就労の場を拡大するため就労継続支援事業を社会福祉法人へ移行しました。
 又、仕事と子育ての両立を支援するため企業主導型保育園を開設しました。
 更には利用者の利便性を考慮し、メンタルクリニックの開設を予定しております。
 現状維持即ち衰退です。
 私は、しつかり青森の大地に根をはり、地域の方々から絶対必要とされる芙蓉会にしたいと思って居ます。
 どうぞ今年も宜しくお願い致します。

油分を抑えるよう工夫している

ふた肉のミルフィーユ

1人前 : エネルギー 220kcal、塩分 1.4g

【材 料 1人分】

豚肩ロース（しゃぶしゃぶ用）	50g
大葉	0.5g
塩	0.1g
こしょう	0.01g
小麦粉	3g
卵	5g
パン粉	3g
サラダ油	3g

赤味噌	6g
みりん	2g
さとう	1g
だし汁	4cc
白すりごま	0.3g

甘味噌用

豚肉はガーリック豚を使用。

本来は油で揚げますが、

焼くことで油脂を抑えることが出来ます。

薄い肉を重ねることで柔らかく、

高齢の方も食べやすくなっています。

フライパンで簡単に作れるのもうれしい
ですね♪

【作り方】

- ①しゃぶしゃぶ用の肉を何層かに重ねる。（間に刻んだ大葉をいれる）
- ②表面に軽く塩、こしょうを振り、とんかつを作る要領で衣をつける
- ③油を敷いたフライパンで両面を焼く
- ④調味料、白ごまを混ぜ甘味噌を作る

付合せ野菜：お好みの量
キャベツ / パプリカ / パセリ



鈴木 克治

PROFILE

青森市出身
北海道大学医学部卒業

精神保健指定医
一般病院連携精神医学特定指導医
精神科専門医・指導医
臨床精神神経薬理学専門医・指導医
認知症サポート医
医学博士



芙蓉会病院精神科の医師らでつくるサポートチームが青森市民病院と協定を交わしました。



【村上】新しいクリニックは市民の皆様に親しみを持っていたただけるよう、青森市のメンタルクリニックとしては初めてショッピングセンター

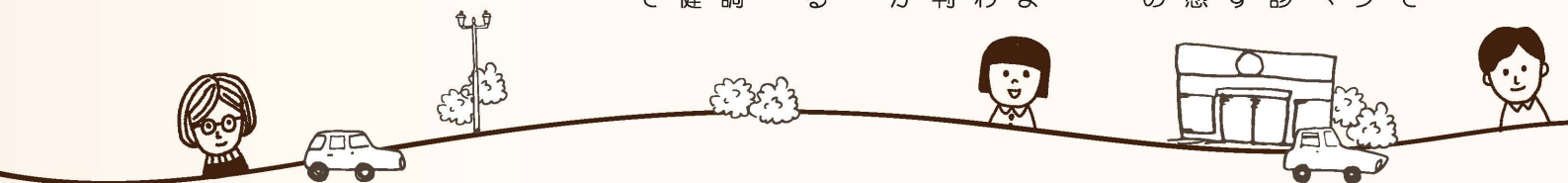
内に構えることを選択しました。

【鈴木】ショッピングセンターとしては青森市のシンボルとも言えるサンロード青森内に開設される予定で、買い物から立ち寄ることも、受診後にショッピング等で時間を過ごすこともできますので、堅苦しさも感じることなく安心して利用できるのではないかと考えています。

【村上】受診の機会はそれぞれ違います。他の診療科目の様に、症状に合わせて病院を選ぶに至るには、自己判断も、周囲の判断も付きにくいのが精神医療の分野だと思っています。

「あれ？」という違和感に寄り添える場所が必要です。

例えば、近年のドラッグストアは調剤薬局も併設されていて、気軽な健康相談の場所として認知されてきて



います。

【鈴木】村上先生からは私がライフワークとして診療の中心に据えている気分障害（うつ病、躁うつ病など）の専門施設としての役割も期待されていますが、まずはどのようなメンタル疾患であっても、最新・最善の治療をこのころがけ、親切・丁寧な診療を提供できればと思っています。

気分障害や発達障害は誰にでも関係する要素があります。気分は波のない人はいませんし、発達に偏りが少ない人もいません。

実は誰もがメンタルクリニックを利用する権利があるし、受診する意義があります。

人間はここらからだの2大要素があるのに現代の医療はからだの方に著しく偏っています。

こころは目に見えないからこそ気づきにくいですが、それだけこころの評価には第三者の力が必要ですし、われわれ専門家もひとりでは対処が難しいことも多いです。

クリニックを利用する人、ご家族友人、そしてクリニックスタッフが協力しあって、より良いこころの健康を維持していけるような、そういう場所になれたらと思っています。



自身のこころに違和感を感じた時。ふと、立ち寄れる場所が身近にあるのはとても心強いです。

たまには
「こころの途中下車」
が必要な時もありますね。

村上 拓也

PROFILE

医学博士
精神科専門医・指導医
心療内科学会登録認定医
臨床心理士



ふようトーク

こころの駅



芙蓉会病院院長 精神科医師

村上 拓也

むらかみ

たくや



芙蓉会病院 精神科医師

鈴木 克治

すずき

かつじ

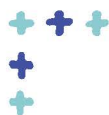
患者様お一人お一人の心に耳を傾けて
日々の診療と心通い合う
コミュニケーションを大切にしています。

最新・最善の診療をこころがけ、親切で丁寧な
対応を続けることで、患者さんが安心して目標
に向かうことのできる生活を支援したい。

【鈴木】この度、新たに開設するメンタルクリニックに勤務することになりました。
芙蓉会病院の村上先生と数年前から交流するようになり、地域精神科診療を充実させたいという思いが一致し、構想を練って準備してきました。
また、クリニック開設に先駆けて勤務予定メンバーによる精神的ケアサポートチームを結成し、昨年10月から青森市民病院への診療応援を始めています。

医療法人芙蓉会が今春を目処に新たにメンタルクリニックを開設するということで精神科医師お二人に、クリニックの特徴や開設を決意するに至った経緯などをお伺いしました。





ジェネリック医薬品 GENERIC

Q 薬局に行くと「ジェネリック医薬品も選べます」と言われますが
そもそもジェネリック医薬品とはどのようなお薬ですか？

A 医療用医薬品は「新薬（先発医薬品）」と「ジェネリック医薬品（後発医薬品）」に分けられます。
新薬の特許期間が過ぎると、他の製薬会社から厳しい試験に合格し、厚生労働大臣の承認を受け、
国の基準、法律に基づいて製造・販売ができるようになります。それが、ジェネリック医薬品です。
さらに、製品によっては、服用しやすいように大きさや味・香りなどを改良したジェネリック医薬品もあります。

Q どうして新薬より低価格なのですか？

A 新薬は9～17年もの歳月と、数百億円以上の費用をかけて開発されます。開発した製薬会社は、特許の出願によりその期間、そのお薬を独占的に製造・販売する権利が与えられます。しかし、特許期間が過ぎると、その権利は国民の共有財産となるため、他の製薬会社から同じ有効成分を使ったお薬が製造（約1億円）・販売できるようになります。新薬に比べて開発費や開発期間が少ないために、低価格で提供できます。

Q 効き目は新薬と同じですか？

A 新薬は特許期間中に多くの患者様に使用され、その効き目と安全性が十分に確認されています。
ジェネリック医薬品は、新薬と同じ有効成分を同じ量含有し、効き目も安全性も同等です。
また、より飲みやすくしたお薬を開発することもあり、添加物の違いや、色や形が違うものもありますが、効き目や安全性に違いはありません。

Q 全ての新薬のジェネリック医薬品はありますか？

A 特許期間が過ぎた新薬からは、ほぼジェネリック医薬品が製造・販売されています。



Q どうして、薬局では「ジェネリック医薬品も選べます」と聞くようになったのですか？

A 日本は社会保障費の増大が深刻な問題となっております。また、健康保険組合でも医療費の増大により財政が危機的状態になっています。その為、将来の世代にその負担を先送りせず、国民皆保険制度を維持するためにも、低価格なジェネリック医薬品の普及が求められています。また、調剤薬局に対しても国の政策に協力するようにと指導されています。

詳しい内容は、かかりつけ医師または薬局などにお問い合わせください。



医療法人芙蓉会からのお知らせ

求人 イベント
検診 レポート






ふよう保育園

園児募集

事前の申し込みが必要です
空き状況により
一時預かり保育有り
■1日 3,000円(税別)
※食事・おやつ付き



青森中央高校 イーヨーカード
カプセンター 荒川通り ドリームタウンアリーナ 村上病院
● 村上病院
● ふよう保育園
青森中央IC

住所: 青森市浜田3-3-49

0歳～3歳児を対象とした家庭的で小規模な保育園です。

見学できます。お気軽にお問い合わせください。

地域の皆様の仕事と子育ての両立を応援します。



017-763-5776



017-739-2263



fuyou-hoikuen@fuyoukai.or.jp



<http://www.fuyoukai.or.jp/fuyou-ns/>



芙蓉のひと

SHIBUTANI MASAHIITO

新年明けましておめでとうございます。
芙蓉会病院は児童から高齢者まで各世代のメンタルヘルスに対応している病院です。
地域に必要とされる病院、患者様やご家族様に感動していただける病院を目指します。

渋谷 雅仁
しぶたに まさひと

芙蓉会病院 事務長



糖尿病教室のお知らせ

糖尿病は長く付き合っていくてはならない病気です。
仲間と共に学び支えあう機会として糖尿病教室を開催しています。



1/10	■ 糖尿病性腎症 ■ 運動をしよう！！	看護師 理学療法士
2/14	■ 糖尿病と肥満 一太りすぎはなぜ悪いー ■ 糖尿病の検査について③	糖尿病専門医 臨床検査技師
3/13	■ よくかんで食べよう！ ■ インスリンの働き	管理栄養士 薬剤師

*テーマや担当者は変更になる場合があります。

毎月第2金曜日 10:00～10:30 2階会議室で行っています。

お問合せ：村上病院 糖尿病内科外来 ☎ 017-729-8888



医療法人 芙蓉会のホームページをご活用ください

- 各施設情報・活動報告・ブログ
- イベント情報 ■求人情報 など

随時更新中 <http://www.fuyoukai.or.jp/>

QR で

簡単
アクセス



芙蓉会

検索

芙蓉会グループのネットワーク

一人ひとりの患者さま、利用者さまの状況に合わせた医療・介護・福祉サービスを提供できるように、各施設が互いに協力し合うネットワークを結んでおります。



交通のご案内

- 芙蓉会病院
- 村上病院
- 介護老人保健施設 ニューライフ芙蓉
- 住宅型有料老人ホーム こはる
- 総合ケアセンターさんらく
- ふよう保育園

青森市大字雲谷字山吹 93-1
 青森市浜田 3 丁目 3-14
 青森市妙見 3 丁目 11-14
 青森市大字四ツ石字里見 76-1
 青森市妙見 3 丁目 11-14
 青森市浜田 3 丁目 3-49

TEL:017-738-2214 FAX:017-738-2249
 TEL:017-729-8888 FAX:017-729-8887
 TEL:017-728-2200 FAX:017-728-2203
 TEL:017-728-1226 FAX:017-728-1227
 TEL:017-728-2201 FAX:017-728-3452
 TEL:017-763-5776 FAX:017-739-2263

【グループ施設】

- 特別養護老人ホーム 朝光苑
- ストレスケアセンター ふよう

青森市横内字亀井 245-1
 青森市花園 1 丁目 25-20

TEL:017-764-5117 FAX:017-764-5118
 TEL:017-718-2566 FAX:017-718-1533

本誌のお問合わせ：地域サービス部 017-764-1815 kouhoufuyou@fuyoukai.or.jp