

健康生活お役立ち新聞

求人情報も満載!

町田県央版

2024年10月

No.88

発行所 (有)エフ.アンド.ユアライフ 〒253-0084 茅ヶ崎市円蔵370 電話(0467)58-5678



ふれあい町田ホスピタル 内科 星野 伸二 医師

認知症

実は万引も症状の一つ

取材協力／ふれあい町田ホスピタル

「アルツハイマー型認知症」と、「血管性認知症」と、その原因と特徴を教えてください。

「アルツハイマー型では、記憶をつかさどる『海馬』周辺を中心に、脳の委縮が進行して、さまざまな認知機能の低下が起きます。記憶があるまま、障害部位によって症状は異なります。」

「レヴィー小体型認知症」の症状を教えてください。

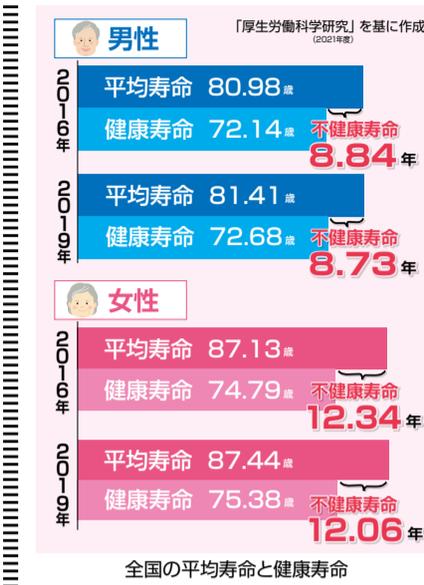
「認知機能は変動するので、

ふれあい町田ホスピタルで高齢者医療を担当している星野伸二医師に、認知症の4つの種類について、話を伺いました。

「はい。前頭葉は『その人らしさ』の形成に関係している大脳の一部です。その障害によって起こる認知症なので、社会への規範意識や周囲への配慮が困難になり、万引、店頭の商品を食べてしまうなど、問題行動を繰り返してしまいます。同じ行動を繰り返す『常動行動』も、症状の一つです。」

「前頭側頭型認知症」は、大脳に関わる障害が起るのですか?

「はい。前頭葉は『その人らしさ』の形成に関係している大脳の一部です。その障害によって起こる認知症なので、社会への規範意識や周囲への配慮が困難になり、万引、店頭の商品を食べてしまうなど、問題行動を繰り返してしまいます。同じ行動を繰り返す『常動行動』も、症状の一つです。」



介護を受けずに長生きするために必要なこと

健康寿命の延伸

生命の平均的な長さの「平均寿命」に対し、健康な状態で生きていく長さを「健康寿命」といいます。この差を縮めることが大切です。

から、衰弱・疾患などによる介護期間を差し引いたものが健康寿命ということになり、日本は約10年という長さが存

在します。これは、不健康な状態で生きていく期間とも考えられることができます。

生活習慣の改善

健康寿命の延伸を妨げる大きな要因は、生活習慣の悪化です。喫煙、運動不足、塩分・糖質・脂質の摂取過多、お酒の飲み過ぎ、肥満は、その代表的なものです。これらは、全て自身の行動一つで改善できるので、今からでも現実的に考えられるものです。

大病の予防・早期発見

しかし、病気にかかることでも、健康寿命の延伸は妨げられます。がん、心臓病、脳卒中、肺炎、ロコモティブシンドローム、慢性閉塞性肺疾患、転倒・骨折、認知症などを予防、もしくは早期に発見して完治できるように、健康意識をもつことが大切です。

「けんしん」という言葉には、「健診」の場合と「検診」を示している場合があります。前者は健康診断を指し、例

「けんしん」という言葉には、「健診」の場合と「検診」を示している場合があります。前者は健康診断を指し、例

「けんしん」という言葉には、「健診」の場合と「検診」を示している場合があります。前者は健康診断を指し、例

「けんしん」という言葉には、「健診」の場合と「検診」を示している場合があります。前者は健康診断を指し、例

「けんしん」という言葉には、「健診」の場合と「検診」を示している場合があります。前者は健康診断を指し、例

「けんしん」という言葉には、「健診」の場合と「検診」を示している場合があります。前者は健康診断を指し、例



成和クリニック

特定健診、その日に受診OK

予約なしでも可能

大和市中にある成和クリニックでは、今年度の「特定健診」や「がん検診」を受けることができます。受診券の期限終了前は混み合うので、早めに受けましょう。

成和クリニックで扱っている主な健康診断や各種検診は、次の通りです。

- ▽大和市特定健診・長寿健診
- ▽綾瀬市特定健診・後期高齢者健診
- ▽大和市がん検診(肺・胃・大腸・前立腺)
- ▽大和市骨粗しょう症検診

◆企業の職員健康診断

特に、大和市と綾瀬市の特定健診(長寿健診または後期高齢者健診を含む)は、事前予約しなくても受けられます。

成和クリニックの院長 時長 一元

成和クリニックで扱っている主な健康診断や各種検診は、次の通りです。

- ▽大和市特定健診・長寿健診
- ▽綾瀬市特定健診・後期高齢者健診
- ▽大和市がん検診(肺・胃・大腸・前立腺)
- ▽大和市骨粗しょう症検診

◆企業の職員健康診断

特に、大和市と綾瀬市の特定健診(長寿健診または後期高齢者健診を含む)は、事前予約しなくても受けられます。

成和クリニックで扱っている主な健康診断や各種検診は、次の通りです。

- ▽大和市特定健診・長寿健診
- ▽綾瀬市特定健診・後期高齢者健診
- ▽大和市がん検診(肺・胃・大腸・前立腺)
- ▽大和市骨粗しょう症検診

◆企業の職員健康診断

特に、大和市と綾瀬市の特定健診(長寿健診または後期高齢者健診を含む)は、事前予約しなくても受けられます。

成和クリニックで扱っている主な健康診断や各種検診は、次の通りです。

- ▽大和市特定健診・長寿健診
- ▽綾瀬市特定健診・後期高齢者健診
- ▽大和市がん検診(肺・胃・大腸・前立腺)
- ▽大和市骨粗しょう症検診

◆企業の職員健康診断

特に、大和市と綾瀬市の特定健診(長寿健診または後期高齢者健診を含む)は、事前予約しなくても受けられます。

成和クリニックで扱っている主な健康診断や各種検診は、次の通りです。

- ▽大和市特定健診・長寿健診
- ▽綾瀬市特定健診・後期高齢者健診
- ▽大和市がん検診(肺・胃・大腸・前立腺)
- ▽大和市骨粗しょう症検診

◆企業の職員健康診断

特に、大和市と綾瀬市の特定健診(長寿健診または後期高齢者健診を含む)は、事前予約しなくても受けられます。

ふれあい健康友の会

入会金・年会費無料で、特別優待など各種サービスが受けられます

お友だち登録募集中!!

ふれあい健康友の会

成和クリニック

「当クリニックは多くの専門診療科がありますので、健診・検診で異常が見つかった場合でも診察が可能です。また、各種の部門をもつ病院(大和成和病院、さがみ野中央病院、綾瀬厚生病院など)が同じグループに所属しておりますので、患者さまの状態やご要望に応じたきめ細かい診療をお届けできるネットワークがあります。クリニックという地域密着医療と、幅広い連携の長所を兼ね備えた当クリニックを、ぜひご利用ください。」

成和クリニック(取材協力) 0466-2664-3911

大和市西鶴間5の3488の7

看護補助 求人

常勤 182,300円/月 非常勤 1,250円/時給

人と接する仕事が好きならピッタリ! 安定した業界でぜひ活躍を。

ふれあい町田ホスピタル 042-798-1121

介護福祉士 大募集!

年間休日 124日

ボーナス 4ヶ月分/年

046-272-1515

成和ナースプラザ

介護福祉士 22.4万円/月

介護士 1300円/時給

046-272-1515

医学講座

会場: 綾瀬厚生病院 産婦人科棟4階 多目的室

日時: 10月29日(火) 14:00~15:00

講師: 綾瀬厚生病院 リハビリテーション科 主任 高野 雄 理学療法士

参加無料

オンライン 医学講座

日時: 10月30日(水) 15:00~15:30 (予定)

講師: 成和クリニック 脳神経外科 池谷 義守 医師

視聴無料

息切れしませんか?その原因について考えてみましょう。

普段からの姿勢が、呼吸に影響を及ぼしていることをご存じですか?「なんだか最近、息がすぐに切れる」「だんだん猫背になってきた」と感じている方は、ぜひご参加ください。姿勢と呼吸の関係を説明し、自宅でできるトレーニングを皆さまに紹介します。

お問合せ・ご予約

綾瀬厚生病院 0467-77-5111 (代表)

神奈川県綾瀬市深谷中1-4-16

頭痛について

繰り返し起こる「慢性頭痛」には種類があり、それぞれに適した治療でコントロールが可能になります。一方で、重大な病気が隠れている頭痛もあります。講座では、頭痛の種類とそのメカニズム、対処法などについて、丁寧に説明いたします。

お問合せ

ふれあい町田ホスピタル 042-798-1121 (代表)

東京都町田市小山ヶ丘1-3-8

綾瀬厚生病院 産婦人科 痛みを和らげる分娩開始 専門病棟で産後ケアも

綾瀬厚生病院は2006年から分娩を扱い、これまで6200件を超える出産がありました。地域に頼られる存在となっています。



産婦人科病棟の担当スタッフ

綾瀬厚生病院の産婦人科は、駐車場からも近く、妊婦は、別棟として専用病棟が立派に、家族に配慮した環境になっています。産婦人科の担当スタッフのお話を紹介します。

「私たちは、ママさんと赤ちゃんを第一に考え、気持ちがあらざる空間を大切にしております。」

まず分娩では、ご希望の方に『和痛分娩』（硬膜外麻酔分娩）を行なっております。

「産婦人科は専用の病棟になっていますので、セキユリティ面に万全を期しております。カードキーの使用、病棟の施設など、女性にとって嬉しい療養環境を実現させています。」

セキユリティと安心感

ママさんが抱えるさまざまな悩みや不安（赤ちゃんを預けて休みたい/授乳方法を見てほしい/ニップルシールドを外したいなど）は、お気軽に当院にご相談ください。」

〈取材協力〉

綾瀬厚生病院
0467-775111(代)
綾瀬市深谷中1の4の16
駐車場完備

ます。以前は、医療的な理由がある場合に適用していましたが、今年からご希望される方に広く提供を始めております。

出産後は、赤ちゃんと一緒にいられる『母児同室』の体制をとっています。しかしママさんに休息が必要な場合は、赤ちゃんを預けてお休みすることもできます。また、母乳だけでなく、混合栄養やミルクなど、ご希望に合わせて授乳をサポートしております。推進している母乳に限らず、個々に寄り添った育児方法を尊重していきます。」

そして、出産時の分娩入院に限らず、当院は綾瀬市の『産後ケア支援事業』に参加しておりますので、対象となるママさんに対し、産後4カ月まで通所型または宿泊型のケアサービスを提供しております。詳しくは、当院または綾瀬市にお問い合わせてください。

この「人」に聞く



菊池 公孝 医師
(きくち きみたか)
綾瀬厚生病院
【産婦人科】
日本産科婦人科学会 専門医

あつたら、ご自身で判断せず、まずは相談してくださいとお話しています。私が付き添っていない場所や時間、いつどこで産声があることになっても、母子ともに無事で生まれてくることを願いながら、日々のサポートをしています。」

○：綾瀬厚生病院では、『和痛分娩』（麻酔を使って痛みを和らげる出産方法）を今年から全面的に開始しています。「これまでは妊娠高血圧症候群の方などが対象でしたが、基本的に希望される全の方に適用しています。痛みをゼロにするものではありませんが、つらさやお腹の張り具合など、細かく対応していきます。受診者からの指名は多く、「次の子も先生に」との声が後を絶ちません。

自己判断せず「まずは相談を」 どのような時も安全第一

○：着任して丸10年が経ちました。「赴任した時から産婦人科の（常勤）医師の全員が母校・東海大学の出身なので、学んだ技術など、根本となる医療に共通性があり、連携がスムーズなに進んでいきます。私は主に産科を担当しています。産婦人科のサポートに即応できる環境があり、逆もまた同じです。迅速で安全性のある内容の提供に、ついでに、何か不安なことがあつたら、ご自身で判断せず、まずは相談してくださいとお話しています。私が付き添っていない場所や時間、いつどこで産声があることになっても、母子ともに無事で生まれてくることを願いながら、日々のサポートをしています。」

○：受診者の大部分は妊婦であり、分娩時だけでなく、日頃の支えが健やかなマタニティライフには欠かせません。「いつもお伝えしているのは、夜間でも休日でも、何か不安なことがあつたら、ご自身で判断せず、まずは相談してくださいとお話しています。私が付き添っていない場所や時間、いつどこで産声があることになっても、母子ともに無事で生まれてくることを願いながら、日々のサポートをしています。」

看護補助のお仕事

いつの時代も求められる
安定の職種に就きませんか？

介護職員初任者研修 (旧ホームヘルパー2級) 常勤スタッフ 数名
資格不問 非常勤スタッフ 数名
給与などの詳細、ご応募はこちら▼

医療法人社団 康心会
ふれあい鶴見ホスピタル
横浜市鶴見区東寺尾4-4-22
045-586-1717
tsurumi@fureai-g.or.jp

看護師 常勤スタッフ募集

介護老人保健施設「ふれあいの町田」
応募連絡/電話またはメール
応募連絡後、履歴書を郵送
〒194-0215
東京都町田市小山ヶ丘1-3-7
採用担当宛
042-798-2001
machida-rk@fureai-g.or.jp

勤務 日勤・夜勤 (非常勤応相談)
資格 特になし
※介護資格所有者歓迎!
月給 182,300円～
+介護加算手当 (ほか)
待遇 医療費補助制度 など

◆長期勤務によるキャリア形成のため、若年層を積極採用

シニア応援! 植栽スタッフ募集

医療機関の敷地庭園や草花のお手入れ
ふれあいファーム
詳しくは 0467-88-1263
recruit@fureai-g.or.jp まで!

お電話でご応募ください。(メールでもOK)
勤務地: 町田市小山ヶ丘

年齢制限なし 時給1113円 パート(非常勤) 必要な資格なし

求む! 看護師

勤務時間や待遇の詳細、ご応募はこちらから▼

康心会夕見台病院 (横浜市磯子区)

- 子育て世代から管理職世代まで募集
- ケアミックス型の総合病院
- 経験に応じて給与は応相談
- 院内保育園を完備

詳細は、下記へお問合せください
同院 045-761-3581 (総務課・赤岡)

選考 書類 面接

安定の仕事 消防設備点検

医療・介護系施設での
経験により給与を考慮 多数の資格所有者は厚遇!

募集会社 (有)エフ.アンド.ユアライフ
本社所在地: 神奈川県茅ヶ崎市円蔵370
FandY@fureai-g.or.jp
0467-84-6680

必須 甲種消防設備士 普通自動車免許

管理栄養士 常勤スタッフ募集

経験者を積極採用
キャリアによって優遇あり

ご応募は 電話・メール・ホームページ どれからでもOK!

ふれあい町田ホスピタル
042-798-1121 (受付8:30~17:00)
machida-hosp@fureai-g.or.jp

東京都町田市小山ヶ丘1-3-8 (多摩境駅・南大沢駅から徒歩バス通勤可能)

体験入居 11,000円

1泊2日3食 介護サービス付

期間中に同時開催
お電話でお申込みを

- 高齢施設の学習会 セミナー「失敗しない老人ホームの選び方」
- 昼食の体験会
- 施設見学

老人ホームでありながら、高級ホテルに滞在しているような感覚で過ごせる住空間をお得な料金でぜひお試しください。充実したサービスもセットになっていますので、実際の住み心地が体感できます。

実際の居室に泊り、共有の設備も利用できます。シニアレジデンス町田の魅力を実感してください!

個室 療法士が来館
居室 リハビリテーション(無料)
談笑 庭を一望
ラウンジ 廊下

期間 **11月2日(土)~11月24日(日)**
予約 お電話またはお問合せフォームにてお申込みください
0120-86-6534

介護付有料老人ホーム
シニアレジデンス町田
東京都町田市小山ヶ丘1-3-8
042-798-7265

MAP 小山長池トンネル南 南多摩 藤原西 有
エネオス コストコ トイザラス



大和成和病院 心臓血管外科 主任部長 田畑 美弥子 医師

【よくある質問①】
弁膜症かどうかを診断して
もらうためには、大きな検査
を受けることになりませんか?
「基本的に、聴診と心エコー
検査によって診断ができます
ので、気構えずにお受けいた
だきたいと思えます。心雑音
があった場合に、心エコー検

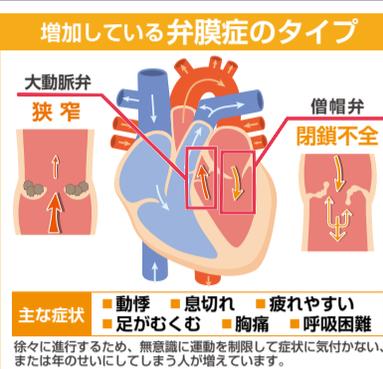
査で弁膜症の診断と重症度評
価を行ないます。」「よくある質問②」
弁膜症と診断されたら、手
術になりますか?
「軽症のうちは、薬で症状
を緩和していきます。しかし
弁膜症は自然に治ることがな
いので、進行すると心臓全体
の機能が低下します。そうな
ると手術をしても心臓は元通
りに働くことができなくなり
ます。ですから、再び普通の
生活を送れるようになるため

には、適切なタイミングで治
療を行なうことが重要です。」「よくある質問③」
弁膜症の手術は、どのよう
な治療をするのですか?
「弁を人工弁に取り換える
弁置換術や、弁を温存したま
ま治す弁形成術があります。
これらの手術は人工心肺装置
で一時的に心臓を止めて行な
うため、手術自体が負担とな
る80代以上の患者さまには
有効な治療法であるTAVI
も当院では行なっておりま
す。カテーテルで大動脈弁に
人工弁を留置する方法です。」「
取材協力/大和成和病院
☎046・278・3911(代)
大和市南林間9の8の2



弁膜症の質問に答えよう 治療好機を逃さないことが鉄則!

大和成和病院 田畑美弥子 医師



増加している弁膜症のタイプ
大動脈弁狭窄 僧帽弁閉鎖不全
主な症状 動悸 息切れ 疲れやすい 足がむくむ 胸痛 呼吸困難
徐々に進行するため、無意識に運動を制限して症状に気付かない、または年のせいにしてしまう人が増えています。

「消化器」は、体の中で飲
食物などの消化や吸収に大き
く関係している臓器です。管
になっていて消化管の食道
胃、小腸、大腸、さらに胆嚢、
膵臓、肝臓も該当します。

心臓は全身に血液を送るポンプの働きをしており、内部は4つに分かれています。血液が一方方向に流れるように、「弁膜症」といい、日本では高齢化にともなって患者数が増加しています。特に、大動脈弁が動脈硬化で狭窄して血液が十分に流れないタイプと、僧帽弁が弱体化してしっかりと閉じず、血液が逆流するタイプが多くなっています。

開胸手術だけではない
正常な弁の機能を取り戻すためには、人工弁に取り換えたり、弁を形成して治す手術が必要になります。通常の心臓手術は、一時的に心臓を止めて行なうので、高齢患者には手術自体が大きな負担になる場合があります。また手術のために胸骨を切開するので、数カ月間は運動を控える必要はありません。しかし今は、心臓を止めずにカテーテルを使って大動脈弁を治療するTAVIという方法や、胸骨を切らずに肋骨の間から5cm程度の小切開で行なう心臓手術(MICCS)も出てきました。

弁膜症手術

高齢や壮年でも受けやすい
TAVIやMICCSという先端治療



さがみ野中央病院 診療部長 反町 仁一 医師

さがみ野中央病院では、内視鏡を使って検査だけでなく、治療も行なっています。診療部長を務める反町仁一医師にお話を聞きました。

Q. 内視鏡の検査は、どのようにして、どこを調べるのですか?
A. 内視鏡とは、細長いスコープの先端にカメラを内蔵したもので、上部内視鏡は口

Q. 今がなくても、内視鏡で治療ができるのですか?
A. はい。しかし、喉や胸のつかえ感、腹痛、腹部の張り、出血、便異常などの症状が出ている場合は、既にがんは進行している可能性があります。ある程度の大きさに

内視鏡の定期検査 治療可能サイズで発見へ さがみ野中央病院 反町医師

上部・下部でそれぞれ観察する部位が異なるので、発見できる病変も違ってきます。当院はどちらの内視鏡検査も行なっておりますので、消化器系が気になる方は、ぜひご相談ください。

Q. 内視鏡の治療は、どの病気に適用されるのですか?
A. 食道・胃・十二指腸・直腸の良性のポリープや、直径1cm程度の早期がんは、内視鏡で切除ができます(ポリープエクトミー、または内視鏡的粘膜切除術)。また、小さい胆管結石の摘出も、内視鏡で行なっています。

Q. 大きくならないうちに発見できれば内視鏡で治療が可能なので、定期検査が重要になってくるのですか?
A. そうです。何も症状がなくても、年1回の定期的な検査をおすすめしています。職場や自給体で受けられる健康診断とセットになっている内視鏡検査も、活用できると思います。最近の検査は以前より受けやすくなっていますので、ぜひご検討ください。

管になっている臓器 内側から確実に観察 消化器の症状

カメラで見て調べる
消化管は上部と下部に分けることができ、上部消化管の検査では、食道や胃などで起こる逆流の症状を調べたり、嘔気や嘔吐、吐血、胸痛、胃痛、しゃっくりなどの原因になる病変を診察します。小腸や大腸の下部消化管では、便秘、下痢、下血、腹痛、粘液便などを抱えている場合に、腸の様子を内視鏡で内側から確認することもあります。



回復期リハビリ棟 増床
OPEN スタートメンバー
大募集 常勤 非常勤 保育所あり
看護師 MSW 検査技師 薬剤師 ほか
詳細はこちら
綾瀬厚生病院 ☎0467-77-5111
非常勤看護師の時給UPしました! 職員駐車場も無料です

募集1名 訪問介護スタッフ 非常勤
車あるいは自転車、茅ヶ崎市・寒川町に在住の要介護(または要支援)者を訪問し、介護を提供するお仕事(ヘルパー職務)です。
募集施設 湘南東部総合病院
所在地: 神奈川県茅ヶ崎市西久保 500
必要資格 ホームヘルパー2級または介護職員初任者研修修了
☎0467-83-9111 (総務課)
応募先
☎0467-83-9111
こちらからエントリーも可能!

医学講座 会場: さがみ野中央病院 1階 リハビリテーション室
日時 10月24日(木) 13:00から
講師 さがみ野中央病院 宮田 由起 薬剤師
参加無料
最近のワクチン情報を知りましょう!
予防接種を受けようかどうか、迷っていませんか?特に最近、接種の補助にも動き(助成金の追加や変更)があり、悩んでいる方も多いと思います。带状疱疹ワクチンなど、当院で扱っている予防接種について、その役割と効果を詳しく説明します。
お問合せ・ご予約
さがみ野中央病院
☎046-233-5110(代表)
神奈川県海老名市東柏ヶ谷6-20-20

オンライン 医学講座 PC/スマホ/タブレットを使ってネットでご自宅視聴を!
視聴無料
日時 10月30日(水) 13:00から
講師 大和成和病院 循環器内科 主任部長 土井尻 達紀 医師
足は第二の心臓 ~足の動脈硬化の治療について~
本来はしなやかである血管が、加齢などによって硬くなってしまふ「動脈硬化」。これが足の血管に起こった場合、どのような危険性を生じるのでしょうか?足の動脈硬化のリスクや予防、さらに治療方法まで、当院の循環器内科主任部長が解説します。
お問合せ
大和成和病院 総務課
☎046-278-3855(直通)
神奈川県大和市南林間9-8-2
視聴方法はホームページをご覧ください
事前に当院のホームページをご覧いただき、当日までに準備をしてご視聴ください。
不明点などは、お気軽にお電話(左記)でお問合せください。