

ほほえみ 秋



リハビリ室スタッフ(関連記事4ページ)

【特集1】 「ロコモティブシンドローム」

ロコモティブシンドロームってなんですか？
ロコモティブシンドロームを防ごう

【特集2】 東葛クリニックグループの透析治療成績

透析患者さんインタビュー「長い透析の経験の中で」

〈季節のレシピ〉

「鶏むね肉のピカタとキノコソテー添え」

〈新任常勤医（腎臓内科）着任のお知らせ〉

〈ふれあい通信〉

- ・ 総合防災訓練実施
- ・ 外来アンケート結果報告

〈医療給付制度変更のご案内〉

- ・ 重度心身障害者の医療費助成について

〈イベント・講演会のご案内〉

- ・ 秋のふれあい健康まつり
- ・ 生活習慣病予防公開講座
- ・ メディカルウォーキング
- ・ 糖尿病教室

など

〈特集〉

ロコモティブ シンドローム

ロコモティブシンドロームってな
んですか？

ロコモティブシンドロームは2007年
に日本整形外科学会が提唱した概念
で、日本語では運動器症候群といい、
「ロコモ」と略されたりします。

運動器は筋肉、関節、脳や末梢神経
で構成されており、身体を自由に動か
すために重要です。ロコモは、運動器に
障害がおこり、歩行や日常生活に何ら
かの障害が起きている状態をいいます。
ロコモになると、要介護になるリスクが
高くなります。



日本人の平均寿命(2014年)は
女性が約86歳、男性が約80歳ですが、
私たちが自立した状態で生活ができ
る「健康寿命」はそれより10年短いと
言われています。寝たきりで過ごす
期間を少しでも短くするためには、身
体を動かす運動器の機能が低下しな
いように、運動や食事・栄養に気をつけ
ることが大切です。

ロコモへの入り口、「サルコペニア」

ロコモは運動器に障害がおこっている
状態のことですが、その中で、「筋肉が
減少している状態」のことをサルコペニア
と言います。サルコペニアは聞きなれな
い言葉だと思いますが、70歳以上の方
では13〜24%、80歳以上の方では50
%以上の割合でサルコペニアが認められ
るといふ報告もあり、高齢の方は注意
が必要です。

サルコペニア(筋肉の減少)になると、転
倒しやすくなったり、関節を支える筋
肉の減少によって膝関節への負担が増
え、関節の痛みにつながることから、運
動がしづらくなります。筋肉を増やす
ためには、運動による刺激が必要で

ので、運動量が減ると、さらに筋肉が
減少するという悪循環が起きます。



ロコモ対策のための運動

運動は毎日続けることが大切です。
自分の体力に合った、無理のない程度の
運動を行いましょう。歩くことや、
掃除・洗濯などの家事もちよとした
運動です。近いところなら自動車では
なく、歩いて移動するなど、日常の工夫
で運動の時間を増やすことができます。
次のページにロコモを防ぐ運動「ロコ
トレ」も紹介されていますので、時間を
見つけてやってみてください。

ロコモ対策には栄養も大切な要素 です

筋肉を増やすためには、運動とともに
アミノ酸を豊富に含むたんぱく質な
どの栄養をしっかりとり摂取することが

大切です。

筋肉は筋タンパク質の合成と分解のバランスによって、増えたり減ったりします。合成が分解を上回れば筋肉が増え、反対に、合成が分解を下回れば筋肉が減少します。

身体の中で筋タンパク質を作りだすために大切なのがアミノ酸です。アミノ酸が摂取されて、血液中のアミノ酸濃度が高まると筋タンパク質の合成が増加し、血液中のアミノ酸濃度が低下すると合成は増加しません。

運動をしているのになかなか筋肉が増えない時には、栄養面を見直す必要があるかもしれません。



最後に…

個人差はありますが、人の筋肉は40歳を過ぎると一年で0.5%ずつ減少し、加齢に伴い減少率が増え、65歳以上の高齢者では年5%減少すると言われています。

人生ラスト10年(自立した生活をすることができなくなる期間)問題には、3つの節目があります。「歩けなくなること」、「食べられなくなること」、そして「認知できなくなること」です。この3つの節目を回避したり、後ろ送りできるように、毎日の生活にぜひ運動を取り入れてみてください。

ただし、無理は禁物です。身体に痛みがあったり、健康面・体力面に不安のある方は医療機関を受診し、ご自身の判断で無理な運動を行うことはしないでください。

毎月1回、メディカル・ウォーキング倶楽部というイベントを行っています。講義と実践の二部構成で、私が指導を行います。ご興味のある方はご参加ください。

ご自身の体力にあった運動を続けるとともに、栄養をとることで、筋肉量と筋力の減少を防ぎましょう。



(東葛クリニック病院・副院長

秋山和宏)



メディカル・ウォーキング倶楽部

毎月1回、「正しく歩くこと」で健康づくりを支援するイベント『メディカル・ウォーキング倶楽部』を東葛クリニックみらいで開催しています。

時間は午後2時から4時までの2時間で、正しい姿勢で歩くことや、適切な速さで歩くことなどを皆さんに体験していただくとともに、リハビリテーションや栄養についての講義も行っています。

ポスターなどでご案内していますので、ウォーキングに関心がある方はぜひご参加ください。

(30分以上歩き続けられる体力のある方で、東葛クリニック病院の診察券をお持ちの方であれば参加していただけます)



ロコモティブシンドロームを 防ごう！

ロコモティブシンドローム(ロコモ)とは、主に加齢により筋肉、骨、関節、神経といった運動器のいずれか、あるいは複数に障害が起こり、歩行や日常生活に何らかの障害をきたしている状態をいいます。いつまでも自分の足で歩き続けに行くために、ロコモを予防し、健康寿命を延ばしていくことが今、必要なのです。(リハビリ室・森 康)

〈7つのロコチェック〉

7つのチェック項目のうち、ひとつでも当てはまれば、ロコモである心配があります。

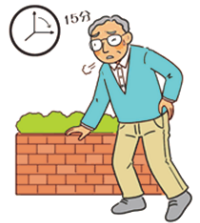
□家中でつまずいたり、滑ったりする



□階段を上るのに手すりが必要である



□15分くらい続けて歩けない



□横断歩道を青信号で渡りきれない



□片足立ちで靴下がはけない



□2kg程度の重い物を持ち帰るのが困難



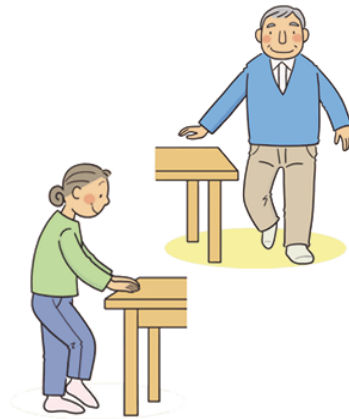
□家のやや重い仕事のやや重がある



(日本ロコモティブシンドローム研究会
パンフレットより引用)

ロコモを防ぐ運動「ロコトレ」をご紹介します。毎日続けていつまでも元気な足腰を！

①片足立ち(左右1分ずつ、1日3回)



バランスをとることを意識しましょう。

②スクワット
(1度に5〜6回、1日3回)



手は触る程度で、座らずに立ち上がります。

季節のレシピ



「鶏むね肉のピカタとキノコソテー添え」

今回特集のロコモとサルコヘニア、この二つを防ぐには、食事と運動が大切です。

そして、食事として大事なものは、筋肉の材料となるたんぱく質、特に必須アミノ酸を含む食品を選ぶことが重要です。

今回は必須アミノ酸が豊富な鶏肉とチーズを使った料理をご紹介します。



【作り方】

- ① 鶏むね肉を適度な大きさに切る。
- ② 鶏むね肉に塩をふり、小麦粉をまぶす。
- ③ 溶いた卵にチーズを混ぜ、そこに②を浸す。
- ④ フライパンでオリーブオイルを温め、③を焼く。
- ⑤ 仕上げに、ケチャップとパセリをかけ、オリーブオイルで炒めたエリンギとしめじのソテーを添える。

＜材料＞ 1人分

鶏むね肉	100g	粉チーズ	5g
食塩	0.3g	オリーブオイル	5g
小麦粉	5g	ケチャップ	10g
卵	25g(約1/2個)	パセリ	0.2g
エリンギ	30g	オリーブオイル	5g
しめじ	30g	食塩	0.2g

ポイント

ソースは、ピザソースやケチャップ・マヨネーズ・レモン汁を混ぜたオーロラソース、デミグラスソースでも美味しくいただけます。

＜1人分の栄養成分＞

エネルギー 300kcal たんぱく質 29.5 g 脂質 15.8 g 塩分相当量 1.2g

第2回松圓会 写真コンテスト開催

松圓会の患者さんと職員のコミュニケーションの向上を目的として、第2回松圓会写真コンテストを開催します。優秀な作品は、病院・各サテライトクリニックに展示するとともに、広報誌「ほほえみ」に掲載する予定です。ふるってご応募ください。



第1回松圓会写真コンテスト受賞作品
テーマ「癒し」

【応募資格】

松圓会透析患者さん及び職員

【作品テーマ】

Energy（エナジー）

「元気」「楽しい」「うきうき」など、エネルギーが感じられる作品を募集します。

【応募期間】

平成27年10月1日～平成27年11月28日17時まで

（作品は今年度4月から応募期間末日までに撮影したものに限りです）

【副賞】

理事長賞（1作品）

賞状・賞品（30,000円相当）

優秀賞（3作品）

賞状・賞品（10,000円相当）

【受賞作品発表】

平成27年12月中旬（予定）

※応募の詳細につきましては、「平成27年度松圓会写真コンテスト作品募集要項」をご覧ください。東葛クリニックグループ各施設の受付にございます。

各サテライトクリニック

ホームページ

東葛クリニックグループのサテライト7施設のホームページができました。

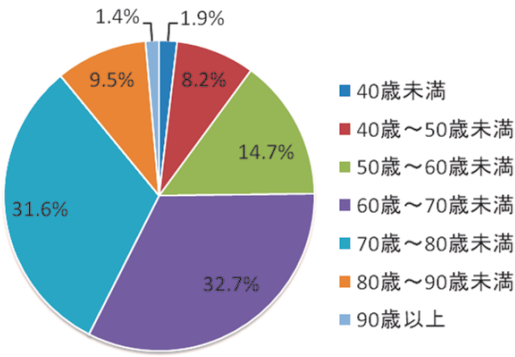
各施設の特徴や設備の案内、院長のあいさつなどが掲載されています。今後、さらに内容を充実させ、各施設からの情報発信を行っていきます。ぜひ、一度ご覧ください。



〈特集〉 東葛クリニックグループの 透析治療成績

東葛クリニックグループ（東葛クリニック病院と7つのサテライトクリニック）では、約1,040名の患者さんが透析治療をされています。今回は、当グループの透析患者さんについて、ご紹介します。

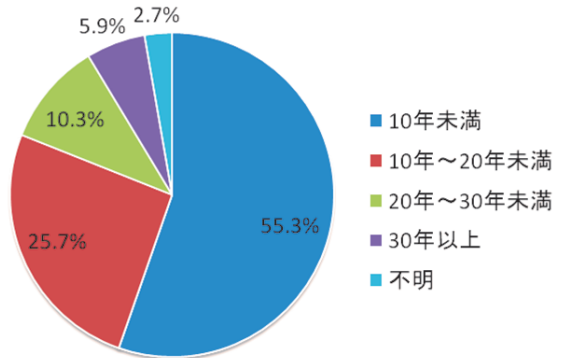
当グループで透析治療をされている患者さんは60～80歳の方が多く、90歳を超える方も十数名いらっしゃいます。



(図1)

す(図1)。高齢の方ではご自身で通院することが難しい方も増えてきています。通院サポートに関する患者さんからのご要望にお応えするため、送迎サービスを始め、現在では、5つのクリニック(みらい、新松戸、柏、八柱、我孫子)で実施しています。今後も順次、ご要望にお応えできる体制を整えていく予定です。

また、長期にわたって治療されている方も多く、4人に1人の方が20年以上透析をされています(図2)。一番長い方は、44年間治療を受けていらっしゃ



(図2) 東葛クリニックグループで治療をされている患者さんの透析年数の割合

る中村如(なかむらひとし)様です。今回は中村様に、これまでの治療の経験についてお話をうかがうことができましたので、「透析患者さんインタビュー」で紹介いたします。

当グループでは、病院と7つのクリニックが共通の電子カルテを使用しているため、病院とクリニックが一体となって患者さんの治療を行うことが可能です。きめ細かな連携のもと、患者さん各々の体調に即した治療や体調管理が行われることによって、全国平均と比較し、非常に高い生存率の達成が可能になっているものと考えています。

<生存率>

透析期間	当グループ	全国平均*
1年	96.9%	87.3%
5年	77.7%	59.6%
10年	65.5%	36.0%
15年	43.4%	22.8%
20年	39.1%	15.8%

(2012年現在) ※参照:日本透析医学会

『長い透析の経験の中で』

透析

患者さん
インタビュー



東葛クリニックグループで透析治療を受けていらっしゃる方にお話をうかがいました。



東葛クリニック病院

なかむら ひとし

中村 如 さん (65歳)

透析歴 44年

Q. 透析を始められたところのお話を聞かせていただけますか？

A. 1971年に透析を始め、1977年に東葛クリニック小岩へ転院しました。当時はあまり透析施設がなく、住居を移すにあたって、たまたま知り合いから東葛クリニックのことを聞き、転院しました。

Q. 以前は今とは透析の治療の状況がだいぶ違うとお聞きしたことがありますか？

A. 今はホローファイバー型のダイアライザで透析をしています。透析を始めた頃はコイル型やスタンダードキール型のダイアライザで治療を行っていました。最初の頃は、日本製のダイアライザではなく、アメリカから輸入されていました。だから、アメリカで港湾ストライキがあると品物が来ないということもありました。そういう時は、シベリア鉄道で送られてきたダイアライザを使うということもありました。

Q. その当時、治療で大変だったことはどのようなことでしょうか？

A. コイル型は性能が不安定で、水分の抜けがそれぞれ違いましたので、毎回、体の具合の大変さなどが違っていました。また、当時は1回の透析時間が8〜9時間、週2回治療を行うというスケジュールでした。そのため、病院にベッドを確保して、入院したまま外出という形の家に戻っていません。

Q. 摂取する食物は厳しく制限されていたのですか？

A. とても厳しかったです。摂取する量は減らさなくてはならないのに、カロリーは取らなくてはならない。油と砂糖でカロリーを取っていたような感じでした。食塩も3グラムと言われていたので、食事に塩分がなく美味しくありませんでした。塩分3グラム、タンパク質40グラムでカロリーは2000キロカロリーと指導されましたが、とても無理でした。



透析患者さんインタビューでは、患者さんからお聞きかせいただいたお話しをお伝えします

Q. 当時の治療についてももう少しお聞かせ下さい。

A. スタンダードキール型を使って治療している頃、透析不足に伴う末梢神経障害を起こしたことがありません。今なら治療後のクレアチニンは半分になるのが当たり前ですが、スタンダードキール型は透析効率があまり良くありませんでした。足に力が入らず、歩けなくなってしまうので、8時間透析、週2回だったのを週3回に増やして治療をした時期もありました。ホローファイバー型になってからは、体調もよくなりました。



Q. ホローファイバー型のダイアライザでの治療に変わってから、治療の際のご自身の感覚が大きく変わったのですか？

A. 楽になりました。体の状態もよくなりましたし、除水量も安定しま

した。その当時、患者自身がプライミングを行うという患者教育がありました。5年ほど行ったと思います。真剣にやりますから、自分でやるのはいいですよ。

Q. お仕事と治療の両立でご苦労はありましたか？

A. 仕事を始めた頃は、原稿のチェックなど簡単な作業をしていました。塾で生徒を教えるようになり、自分の授業を持つようになってからは体調や時間の制約などの面で大変でした。治療の時間を夜間に変更したり、いろいろと工夫も必要になりました。ただ、仕事をやっていたから、長く透析を続けられたというところもあると思っています。自分の受け持った授業に関しては個人の責任なので、具合が悪いから今日は休みますというわけにはいきません。寝ないと体力がもたないので、仕事を始めてからは、無理して夜更かしをしてテレビを見るなんてことをしなくなりました。仕事をしてなかつたら、もっと早く状態が悪くなっていたと思いますよ。

Q. 最後に、透析のスタッフに望むことはありますか？

A. 病院でも穿刺についていろいろと取り組んでいると聞いていますが、もうちよつと穿刺がうまくなつてほしいです。スタッフの技術にばらつきがあるといます。今は血管がもろくなつたりしているから、よけいに穿刺技術について気になります。



～インタビューより～

今回は東葛クリニックグループで長く透析治療をされている中村さんに、貴重なお話を聞かせていただきました。東葛クリニック小岩・八柱・本院の3施設で透析治療を行ってきた中村さんは、施設やスタッフの成長も見守つてくださっています。40年前の透析治療のお話をうかがい、治療にともなう制限や自己管理がとてもしんどいものだったということに驚かされました。

(東葛クリニック病院

看護部・山崎美佐子)

千葉県内

重度心身障害者の医療給付制度が変わりました

平成27年8月から千葉県内重度心身障害者の医療給付制度が変わりました。制度の変更に伴い、窓口負担金が変わりました。

受診の際には、《被保険者証・重度心身障害者(児)医療費助成受給券・特定疾病療養受療証》の提示をお願いいたします。

【千葉県医療給付制度】

これまでの制度では、医療機関の窓口でいったん医療費を支払ったのち、医療費の助成を市町村の窓口申請する必要がありました。

平成27年8月からの新しい制度では、医療機関の窓口で一定の自己負担金をお支払いいただくと、その場で清算されるようになりました。

医療機関の窓口では、「被保険者証」と「重度心身障害者(児)医療費助成受給券」の提示をお願いします。

【対象者】

身体障害者1・2級所持者又は療育手帳Aの2以上所持者(65歳までに所持した者)で、子供医療助成を受けていない方・生活保護受給者でない方

【対象外の方】

千葉県外の保険(市町村国保、国保組合、後期高齢者医療)に加入している方、全国の国保組合(全国土木建築国民健康保険組合、中央建設国民健康保険組合、全国建設工事業国民健康保険組合を除く)に加入している方

は、対象外となります。

また、65歳以上で新たに助成対象の障害者手帳が交付された方も対象外となります。

【自己負担金区分表】

(各市町村で自己負担金は異なります)

		世帯の区分		
		市民税課税世帯	市民税均等割のみ課税世帯	市民税非課税世帯
自己負担金	入院(1日当たり)	300円	0円	0円
	通院(1回当たり)	300円	0円	0円
	調剤	0円	0円	0円

原則、入院1日、通院1回につき300円の自己負担金をいただきます。近隣の市町村の自己負担金は、我孫子市・印西市が200円、それ以外は300円です。

医療給付制度

Q&A

Q. 重度心身障害者医療費助成とは
どういうものですか？

A. 心身に重度の障害がある方を対象
に医療費の自己負担額を軽減す
る制度です。

Q. 重度心身障害者医療費助成受給
券は自分で申請するのですか？

A. お住まいの市町村窓口で交付申請
を行ってください。

(今回は、制度の対象の方には各市
町村より受給券が郵送されます)

Q. 窓口での支払い方法は変わりますか？

A. 今まで通りです。

Q. 受診後、市役所に領収書の提出は
必要ですか？

A. 重度心身障害者医療費助成受給
券を提示して、受診した際に支払った領収書については、市役所への提出は不要です。

Q. 健康保険証(3割負担)で、特定疾病療養証(上限10,000円又は20,000円)と重度心身障害者医療費助成受給券(負担金が3000円の場合)を併用すると、透析の支払はおおよそいくらになりますか？

A. 健康保険3割で計算した請求額に対して、特定疾病の上限が適用されます。

特定疾病が上限10,000円の場合、医療費の自己負担分が10,000円に達する日まで、重度心身障害医療負担金が発生します。2回から3回の透析治療で、医療費自己負担分は10,000円に達しますので、重度心身障害者医療負担金が3000円の患者さんの自己負担は、月6000円～9000円となります。入院の場合は、食事療養費がプラスされます。

Q. 後期高齢者健康保険証(1割負担)で、特定疾病療養証(上限10,000円)と重度心身障害者医療費助成受給券(負担金が3000円の場合)を併用すると、透析の支払いはおおよそいくらになりますか？

A. 健康保険1割で計算した請求額に対して、特定疾病の上限が適用されます。上限10,000円の場合、医療費自己負担分が10,000円に達する日まで、重度心身障害医療負担金3000円が発生します。

か？

A. 健康保険1割で計算した請求額に対して、特定疾病の上限が適用されます。上限10,000円の場合、医療費自己負担分が10,000円に達する日まで、重度心身障害医療負担金3000円が発生します。

4回から5回の透析治療で、医療費自己負担分は10,000円に達しますので、重度心身障害者医療費負担金が3000円の患者さんの自己負担金は、月1,2000円～1,5000円となります。入院の場合は、食事療養費がプラスされます。

Q. 外来受診の医療費についてお聞きします。外来で、透析に関連しない受診時の負担はどうなるのでしょうか？

A. 透析に関連しない受診では特定疾病は適用されません。そのため上限制限が適用されず、受診ごとに1回3000円の負担が生じます。

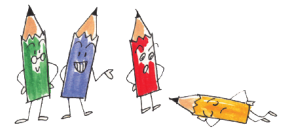
その他の詳細につきましては、各市町村の窓口にお問い合わせください。

(東葛クリニック病院・医事部)

渡辺まゆみ



イベント・講演会のご案内



東葛クリニックグループでは、地域の方々と一緒に健康増進や病気の予防に取り組む講座などを開催しています。身近でお役に立つテーマを取り上げていますので、ぜひご参加ください。詳細につきましては院内掲示またはホームページでお知らせいたします。参加費は無料です。

<秋の『ふれあい健康まつり』のご案内>

[日時] 2015年10月4日(日) 10:00～15:00

[会場] 東葛クリニックみらい 1・2階(健康フェア), 6階ホール(医療講座)

[内容] ①健康フェア(10:00～15:00)

- ◆ 健康チェック(動脈硬化, 骨密度, 体の水分・筋肉量, 呼気CO濃度)
※健康チェックは整理券を発行いたします(枚数に限りがあります)
- ◆ 体験コーナー(AEDによる救命救急, 医療スタッフに変身)

②医療講座

時間	内容および講師
10:00～11:00	メディカルウォーキングのすすめ(医師・秋山和宏)
11:05～12:15	あぶない動悸と不整脈ー不整脈の対策と予防(医師・川越康博)
12:20～13:20	おしっこのお悩みってー排尿をよく知り充実した生活を送るために (医師・富田晋太郎)
13:20～13:40	そもそもタンパク尿ってなに?(看護師・喜瀬はるみ)
13:40～14:00	まもなく風邪の季節ー肺炎とインフルエンザの予防と対策(看護師・石原茉奈)

<生活習慣病予防公開講座のご案内>

日にち	時間	内容および講師
10月22日(木)	15:00～16:00	食欲の秋ーでもその前に、メタボを防いで糖尿病を予防 医師・原 一雄 (東葛クリニックみらい内科・糖尿病内科/東京医科大学・准教授)
11月14日(土)	14:00～15:30	ボケ(認知症)とその予防ーボケずに長生きする方法ー 医師・川越康博(東葛クリニックみらい 院長)
11月19日(木)	15:00～16:00	糖尿病は怖くないー合併症を防いで健康寿命 医師・原 一雄 (東葛クリニックみらい内科・糖尿病内科/東京医科大学・准教授)

[会場] 東葛クリニックみらい 6階 みらいホール (開始時間30分前より受付をいたします)

※事前申し込みは不要です。会場に直接お越しください。

＜メディカル・ウォーキング倶楽部のご案内＞

人数(先着) 15名

日にち	時間	内容
10月17日(土) 11月21日(土) 12月19日(土)	14:00～16:00	指導:秋山和宏(東葛クリニック病院・副院長) ・ガイダンス「メディカル・ウォーキングのすすめ」 ・ウォーキング実践 (ウォーミングアップ, フォームチェック, テストウォーク, クーリングダウン)

[集合場所] 東葛クリニックみらい 6階 みらいホール

※対象: 東葛クリニック病院の診察券をお持ちで、ウォーキングに関心のある方(30分以上歩き続けられる体力が目安です)

※予約: 東葛クリニック病院1階の受付でお申し込みください(お名前と診察券番号でご予約ください)

＜慢性腎臓病教室のご案内＞

日にち	時間	テーマ(講師)
10月10日(土)	14:30～16:10	慢性腎臓病に伴う合併症について(外科・内野 敬) どう抑える? カリウムと塩分(管理栄養士) 慢性腎臓病の治療に使われる薬を知ろう(薬剤師)
12月5日(土)	14:30～16:10	慢性腎臓病の治療法とその選択(腎臓外科・東 仲宣) 外食・惣菜・弁当の時はどうする? 上手な食べ方のススメ (管理栄養士) 慢性腎臓病患者さんが利用できる医療福祉制度について (ソーシャルワーカー)

[会場] 東葛クリニックみらい 6階 みらいホール (受付 14:00～)

※事前申し込みは不要です。会場に直接お越しください。

＜問合せ先＞ 医療福祉連携支援部 TEL 047-364-5121(代表)

＜糖尿病教室のご案内＞

日にち	時間	テーマ
10月26日(月)	13:15～14:00	・糖尿病と薬物療法シリーズ①「内服療法」(糖尿病専門医)
11月30日(月)		・糖尿病と薬物療法シリーズ②「インスリン療法」(糖尿病専門医)
12月21日(月)		・糖尿病合併症「神経障害」(糖尿病療養指導士) ・ワンポイント食事講座「年末・年始の注意点」(管理栄養士)

[会場] 東葛クリニック病院 別館 検診待合室

ふれあい♥通信

総合防災訓練を実施しました

「防災の日」にちなみ、毎年9月の日曜日に総合防災訓練を実施しています。今年は9月6日に多くの職員の参加の下、訓練を行いました。



トリアージ訓練の様子



非常食の炊き出し



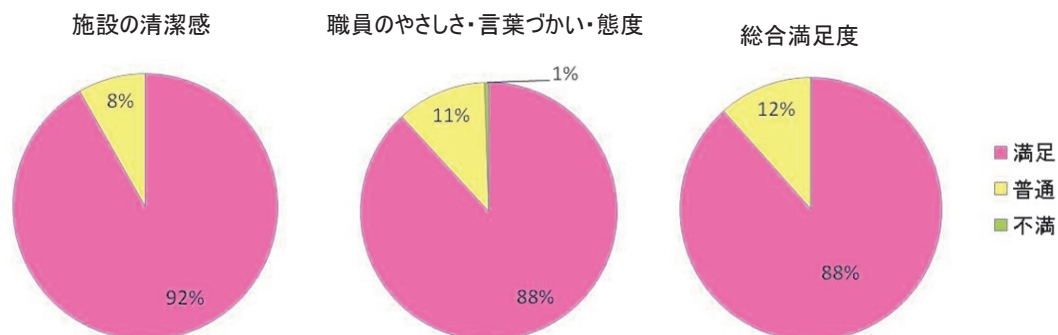
イーバックチェアを使った避難訓練

避難器具の使用訓練

外来アンケート結果のご報告

東葛クリニック病院では毎年1回、外来患者さんを対象に、施設や職員に関する満足度のアンケートを実施しています。アンケート結果やいただいたご意見・ご要望は職員にしっかり周知し、改善するよう努めております。今年は2015年7月から8月にかけてアンケートを実施し、246名の方から回答をいただきました。ご協力ありがとうございました。

<アンケート結果>



東葛クリニック病院 新任常勤医のご紹介

うちだ けんすけ
打田 健介 (腎臓内科)



【略歴】

筑波大学医学専門学群卒業
筑波学園病院、筑波大学付属病院、筑波メディカルセンター等を経て、東葛クリニック病院へ。
専門・腎臓内科
(腎臓内科専門医・透析専門医・内科認定医)

平成27年9月より、東葛クリニック病院に、打田健介医師が着任いたしました。東葛クリニック病院で、外来の腎臓内科を担当いたします。
(外来診療スケジュールの詳細は、裏表紙をご覧ください)

医師を目指したきっかけは何ですか？

私自身幼少期は体が弱く、気管支喘息の発作で夜間救急外来を受診することがしょっちゅうありました。その度に先生は夜遅いにもかかわらず嫌な顔一つ見せず、適切な処置をしてください、あつという間に楽にしてくれました。そのような姿にあこがれたのがきっかけです。

趣味はありますか？

読書、山登り、サイクリング、ダイビング。

患者さんへ一言

維持透析生活は決して楽なものではないのは想像に難くありませんが、その中でもより人間らしく、活き活きとした生活を送って頂けるように、皆さまに寄り添ってまいります。よろしくお願いたします。

<東葛クリニックグループの理念>

其接也以恕 (その接するや恕をもってし)
其治也以協 (その治するや協をもってす)

私たちは、相手の立場に立った思いやりの心である恕の精神で人に接し、専門性を超えたコミュニケーションを尊重する協の精神でチーム医療を推進し、これがもたらす最適医療の成果を患者さんに提供することを誓います。

編集後記

厳しい暑さの夏が過ぎ、涼しい風が吹く季節になりました。

今回は特集でロコモティブシンドロームを取り上げました。ロコモを防ぐために大切なのは食事と運動。秋は体を動かすにはよい季節です。普段、体を動かすことがあまりないので、少し自分の生活を見直したいと思いました。(総務部・本橋和子)



東葛クリニック病院 外来診療のご案内

[受付時間] 午前 8:30~12:00 午後 13:30~16:30
 [診療時間] 午前 9:00~ 午後 14:00~

※ 日曜・祝日は休診です。諸事情により担当医が変更になる場合があります。

外来診療予約電話 TEL 0120-113-751 (受付時間8:30~17:00)

※ 当院は予約制となっております。診察券をお持ちの方はお手元にご用意の上、お電話下さい。

※ 但し、急患、新患の方はこの限りではありません。

一般外来のご案内

	月	火	水	木	金	土	備考
内科	午前	○	○	○	○	○	
	午後	○	○		○	○	
外科	午前	○	○	○	○	○	午前診のみ
	午後	○	○	○	○	○	午後診(土曜日)第2、第4のみ
腎臓内科	午前	○	○	○	○	○	診療時間(木曜日) 9:30~
	午後	○	○	○	○	○	午前診(土曜日)第2、第4のみ 午後診 14:00~
循環器内科	午前	○	○	○	○	○	月・土曜日 第1、第3、第5のみ
	午後	○	○	○	○	○	診療時間 14:00~16:00
整形外科	午前	○	○	○	○	○	
	午後	○	○	○	○	○	
泌尿器科	午前	○	○	○	○	○	
	午後	○	○	○	○	○	
消化器外科	午前	○	○	○	○	○	
	午後	○	○	○	○	○	
呼吸器外科	午前	○	○	○	○	○	
	午後	○	○	○	○	○	
呼吸器内科	午前	○	○	○	○	○	
	午後	○	○	○	○	○	
血管外科(循環器外科)	午前	○	○	○	○	○	
	午後	○	○	○	○	○	

専門外来のご案内

	月	火	水	木	金	土	備考
糖尿病外来	午前	○	○	○	○	○	
	午後	○	○	○	○	○	
アセス外来	午前	○	○	○	○	○	午前診のみ
	午後	○	○	○	○	○	午後診 第1、第3のみ
腎炎外来	午前	○	○	○	○	○	午前診のみ
	午後	○	○	○	○	○	午後診のみ 診療時間 14:00~16:00
乳腺外科	午前	○	○	○	○	○	午後診のみ 木曜日 第2、第4のみ
	午後	○	○	○	○	○	診療時間(金曜日) 9:00~11:30
ストーマ外来	午前	○	○	○	○	○	午後診のみ 診療時間 13:30~
	午後	○	○	○	○	○	
創傷ケア	午前	○	○	○	○	○	9:00~11:00 14:00~16:00 第2、第4のみ
	午後	○	○	○	○	○	午後診のみ 診療時間 15:30~16:30
フットケア外来	午前	○	○	○	○	○	土曜日 第3のみ
	午後	○	○	○	○	○	土曜日 第1、第3のみ
褥瘡外来	午前	○	○	○	○	○	
	午後	○	○	○	○	○	
内視鏡(上部)	午前	○	○	○	○	○	
	午後	○	○	○	○	○	
内視鏡(下部)	午前	○	○	○	○	○	
	午後	○	○	○	○	○	



東葛クリニックみらい 外来診療のご案内

[受付時間] 午前 8:30~11:30 午後 14:00~16:30
 [診療時間] 午前 9:00~12:00 午後 14:30~17:00

東葛クリニックみらい電話 TEL 047-366-6150

※1 心療内科は完全予約制です。 ※ お薬は院外処方となっております。

	月	火	水	木	金	土	備考
内科・循環器内科	午前	○	○	○	○	○	水曜日 午前 第1・3・5週のみ
	午後	○	○	○	○	○	水曜日 第2・4週のみ 木曜日 第1・3・5週のみ
腎臓内科	午前	○	○	○	○	○	
	午後	○	○	○	○	○	
禁煙外来	午前	○	○	○	○	○	
	午後	○	○	○	○	○	

	月	火	水	木	金	土	備考
糖尿病外来	午前	○	○	○	○	○	午後 診療時間 14:00~ (受付時間 13:30~)
	午後	○	○	○	○	○	
心療内科※1	午前	○	○	○	○	○	午後 診療時間 13:30~ (受付時間 13:00~)
	午後	○	○	○	○	○	

(2015年9月25日現在)