



さくらだより

2021夏
第66号

「さくらだより」
リニューアル
しました

～命をつなぎ つないだ命をつなぐ～



粘り強さ

病院長 福田 修

暑くなつてまいりました。新型コロナウイルス感染症ストレスのさなかではありますが、皆様におかれましてはますますご清栄のこととお慶び申し上げます。

現在は国家にとって有事なのでしょう。か？平時なのでしょう。か？混在している様子が見受けられ悩ましい限りです。4月より新型コロナウイルス感染症の新しいタイプのワクチンの接種率は増加しつつあるものの、変異株の増加で3密だけでなく1密でも感染することが強調され、われわれの行動はさらに慎重を期する必要性があることは言うまでもありません。

関東圏・関西圏では、感染しても入院もできない状況であり医療崩壊が顕在化してきました。新潟県の単位人口当たりの感染者数は全国で下から10位以内と大変優良で、県の入院環境はまだ良好でしたが、そろそろ危険水域に入ってきております。関東では開催できなくなったアイドルのコン

サートが新潟市では予定通り行われ、多くの女性が新幹線から降車するところが報道され、非常に複雑な気持ちになりました。そのほかにも、経済的な問題も非常に大きいことは既知のことですが、ゴールデンウィークの県外から観光客数増、また冬のスキー客数増などから、当県や当地の感染増大につながることを望むばかりです。し、注視していきましょう。どっちつかずの政府の政策ではうまくいかないことが推測され、このまま全国の患者数が増加するようであれば、避けたいロックダウンも選択肢になるやもしれません。

この魚沼エリアは、その人口密度が少ないことは感染症にとっては非常に有利です。し、かつ雪や農業で培われた粘り強さ・我慢強さを持つ土地柄であり、さらに今後のワクチンの接種率の増加や治療薬の開発にも後押しされ、必ず勝つ日が来ます。その日まで、皆で力を合わせ頑張りましょう。

[ドクターインタビュー] Vol. 2

乳腺・胸部外科外来【医師紹介】

鬼頭先生に
聞いてみました

Q 先生が患者さんの治療で大事にしていることはなんですか？

A **何が何でも治す!**

患者さんを叱り飛ばしてでも (笑)



鬼頭隆尚 先生

Q 胸部外科外来で行う検査や診断はどんな
ことがありますか？
A 超音波検査(読影資格Aを所持しています)
やマンモグラフィ(読影資格ASを所持
しています)、MRI検査、CT等。
その他にも病理検査を行います。

Q 座右の銘は何ですか？
A 人事を尽くせず天命を待つ(人事を尽く
してではなく)まだまだ努力が足りない
んだということを自覚するためです。

Q 休日の過ごし方は？
A プラモデル製作や美術館・博物館巡りで、
特に印象派の絵が好きです。その他にも
ドライブやカクテルづくり(バーテン
ダーの真似事)、スポーツ観戦(評論は
辛口です)、包丁研ぎをして過ごします。

Q 出身地は？
A 三重県伊勢市のお寺で育ちました。小学
五年生より東京で過ごし東京も第2の故
郷です。

Q 齋藤記念病院で働かれて何年ですか？
A 1999年3月に東京都多摩がん検診セ
ンター(現東京都がん検診センター)乳
腺科医長を辞し、同4月より当院に勤務
しているので22年になります。



マンモグラフィ



1.5t (テスラ) 超電導MRI装置

Q 外来ではどんな治療ができますか？
A また、提携医療機関がありますか？
手術、抗がん剤治療、ホルモン療法(乳
がん治療ガイドラインにあげれている治
療は全てできます)が行えます。
また、放射線治療は魚沼基幹病院、長岡
赤十字病院、遺伝子治療のカウンセリン
グは群馬大学病院で行う事が可能です。
Q 診察室の環境、雰囲気は？
A 医師も看護師も事務も患者さんも言いた
いことを言い合っています。
アットホームな
んで言い方はし
ません。納得し
て治療を受けて
もらう事が大切
です。

新事務長挨拶



事務長 二宮 克行

この度、2021年4月1日より齋藤記念病院の事務長を拝命いたしました二宮克行（にのみやよしゆき）と申します。

神奈川県で生まれ育った私と新潟県との接点は決して多いわけではありませんが、父の勤め先の本社が新潟であったことから、幼少期から耳にすること多く、また、日本人の主食である米の一大産地である南魚沼は、食べる事が大好きな私にはとても身近に感じている場所でありました。初めて目にしたほくほく線の車窓から風光明媚な景色に引きこまれてしまいました。その

南魚沼で長年に渡り地域の皆さまに支えられ医療を提供させて頂いている齋藤記念病院で勤務することを楽しみと思う一方、これから超高齢化社会を迎える日本の中心に近い位置にある中で、地域の医療を守るといふ重責を感じ、身が締まる思いであります。

日本は2025年、2030年問題という大きな問題に直面しています。団塊の世代が75歳以上となる2025年、人口減少が進み人口の3分の1が65歳以上の高齢者となる2030年と労働人口が減少し、2025年に急増する社会保障費を人口減少により賄う事が難しくなってくる事となり、そのシワ寄せが病院の病床数を減らすという国の施策に繋がっています。この南魚沼では2030年には10人に4人が高齢者になると見込まれています。

この南魚沼でこれからも地域の皆さまが安心して暮らしていく事ができるように我々には何が出来るかを考え、今までの枠にとらわれる事なく、新しい形も模索しながら職員一同研鑽を積

んでいきたいと思えます。それが長年支えて下さった地域の皆さまへ我々が出来る恩返しだと考えております。

昨年来、新型コロナウイルス感染という未曾有の出来事が全世界を覆っております。ワクチンの供給が始まったとはいえ、安心して暮らすことが出来るにはまだまだ時間は掛かると言われています。我々ができる限りの感染対策をして安心して受診いただける環境を作ってまいります。

どうぞよろしくお願いいたします。



[齋藤記念病院 外来医師診察予定]

診療科	医師名	受付時間	月	火	水	木	金	土
脳神経外科	福田 修	午前8:30~11:30	○	○	○		○	○
	小山新弥					○		
乳腺・胸部外科 【予約制】	鬼頭隆尚	午前8:30~11:30	★	★	★	★	★	★
肛門・乳腺・消化器外科	廣田正樹	午前8:30~11:30	○	○	○	○	○	○
整形外科・リウマチ科 【予約制】	藤原稔泰	午前8:30~11:30				★	★	
		午後2:30~4:30		★				
	池田三香	午前9:30~12:00		★	★			
		午後1:30~3:30		★				
	巻島由紀子	午前10:00~12:00					★	★
		午後2:00~3:00					★	
山中力仁	午前9:00~11:30					★		
	午後1:30~4:30					★		
神経内科 【予約制】	石原智彦	午前8:30~11:30 ※第1土曜日のみ						★
	今野卓哉	午前8:30~11:30 ※第2土曜日のみ						★
	三木健司	午前9:00~11:30 ※第4土曜日のみ						★
甲状腺外科 【予約制】	筒井英光	午前9:00~11:30 午後2:00~4:30 ※第1月曜日のみ	★					
		午前9:00~11:30 午後2:00~4:30 診察日:7/14・8/18・9/15			★			
	小原亮爾	午前9:00~11:30 午後2:00~4:30 ※第4金曜日のみ					★	
循環器内科 【予約制】	柴 正美	午前8:30~4:30			★			
オーソモレキュラー外来 【予約制】	小山新弥	午後2:00~4:00 ※詳細はお問い合わせ下さい。	★					

○印は予約不要です。★印の診療料は予約制となっております。
お電話での予約又は変更等のお問い合わせは、月・火・木・金の
午後2:00~5:00の間をお願いいたします。(☎025-773-5111)



医療法人 俊栄会

齋藤記念病院

病床数：98床/一般病棟42床、療養病棟56床

〒949-6602 新潟県南魚沼市欠之上478番地2 URL <http://www.saito-memorial.com/>
TEL 025-773-5111 FAX 025-773-3024 E-mail soumuka@saito-memorial.com



栄養でみんな元気に

第2弾

副腎疲労に対する分子栄養療法

オーソモレキュラー
外来は**予約制**です。
詳細はお問い合わせ
ください。

アドレナル・ファ
ティグ自己診断
テストはこちら↓



今回は、副腎疲労のお話をしたいと思えます。みなさんは、朝起きるのがつらい、疲れが取れない、夕食後にやつと元気になる、カフェインがないと仕事ができない、思考が定まらない、うつ症状、PMS(月経前症候群)の悪化、性欲の低下などはありませんか？(アドレナル・ファティグ自己診断テスト <https://adrenalfatigue.jp/test/>)

これらは、副腎のホルモン(コルチゾール、性ホルモン)が低下して起こる症状です。コルチゾールは生命維持に必要なホルモンで、抗ストレスホルモンと言われています。ストレス時に様々な組織や器官でエネルギーの需要が増えるため、血糖を上げ細胞にブドウ糖を送ります。また、中枢神経系には、行動、気分、興奮性、ニューロンの活動、睡眠などをコントロールしています。それ以外に、抗炎症作用、血圧上昇作用などがあります。

それではなぜ、コルチゾールが低下

してしまうのでしょうか？コルチゾールは朝が一番高く夜低いという日内変動をしています。そして必要なときに上昇して抗ストレス作用、抗炎症作用などに働きます。そこで、慢性的ストレス、慢性的炎症、慢性的不眠が続くと、コルチゾールが休む暇なく出続け(抵抗期)、その内に枯渇してしまいます(疲弊期)。コルチゾールが低下すると、血糖上昇ができなくなり、低血糖を起こします。そうすると血糖を上げようと副腎は頑張つてコルチゾールを出そうとしてさらに悪循環にはまります。また、砂糖や精製糖質などは急激な血糖上昇の後に低血糖になりやすいので、副腎疲労を悪化させます。

現在のストレス社会では慢性的ストレスを溜めやすく、副腎疲労になる人がかなり多く存在すると考えられています。最大の問題は、保健医療では、副腎疲労という概念が確立されていないので、異常なしあるいはうつ病とし

て診断されて治療されている人が多いということです。根本的治療は、副腎のサポートをしながら、ストレス、炎症、不眠、低血糖を解決することになります。このように、分子栄養療法は根本的治療を得意としていて、副腎疲労はその良い例の一つになります。

いかがでしたか？
次号の第3弾秋号は
「**腸と分子栄養療法**」を予定して
います。お楽しみに！



小山新弥

- ・オーソモレキュラー・ニュートリション・プロフェッショナル認定医
- ・臨床分子栄養医学研究会 認定医

当院のオーソモレキュラー外来について

こんなお悩みで通院される患者さんがいらっしゃいます。

とにかく自分の体をもっと知りたい

ラーメンを食べると下痢をする
(グルテンによる遅延型アレルギー)

元気が出ない
(副腎疲労)

ダイエットしたい

脂肪肝を治したい

ピロリ菌感染症が見つかった

A 検査・解析セットコース (1回14,300円)

申込	内容	検査結果・解析	結果・指導の来院
<p>■外来又は電話で予約してください</p> <p>○外来実施時間は原則平日 月の午後 14:00~16:30</p>	<p>栄養解析 (空腹時の採血と検尿、解析レポート付)</p> <p>○問診票記入 ○検査 採血・検尿 (74項目) ○解析レポート ○医師との相談・アドバイス</p>	<p>外注を含め検査結果をもとに解析依頼</p> <p>○結果・解析できるまで1~2週間かかります。 ○結果が出たら電話でご連絡します。 ○その際、次回の予約を行います。</p>	<p>■予約日 (カウンセリング料3,300円/30分かかります)</p> <p>○医師又より解析結果の説明があります ○サプリや食事の指導を行います。 ○サプリを希望の場合は以下の2通りあります ①FAXでの注文(先払い) →病院でサプリを保管します。到着したら電話でご連絡します。 ②スマートフォンでご自分で注文 →ご自宅にサプリが届きます。 ○次回の予約を行います。</p>

B カウンセリングコース (1回30分 3,300円)

申込	内容	相談・アドバイス	次回の予約
<p>■外来又は電話で予約</p> <p>○外来実施時間は原則平日 月の午後 14:00~16:30</p>	<p>○お食事アンケートの記入 ○医師との相談・アドバイス</p>	<p>記入用紙をもとに食事の指導やサプリのアドバイスを行います。</p> <p>○サプリを希望の場合は以下の2通りあります ①FAXでの注文 (先払い) →病院でサプリを保管します。到着したら電話でご連絡します。 ②スマートフォンでご自分で注文 →ご自宅にサプリが届きます。</p>	<p>○次回の予約を行います。(電話予約でも構いません)</p>

オーソモレキュラー外来

毎週月曜日午後14時~完全予約制

- A 血液尿検査・解析セットコース (14,300円)
- B カウンセリングコース (約30分 3,300円)

※表示価格はすべて税込み価格です。



医療法人 俊榮会
齋藤記念病院
TEL (025) 773-5111(代)