



# ハーモニー

このタイトルは職員公募により選定されたもの。精神的・身体的・社会的に調和(ハーモニー)のとれた医療人、そして病院でありたいという願いが込められている。[題字/理事長 森山 頌]

Vol.

124

2022年7月



メディカルフィットネス「サニタス24」オープン!!

## INFORMATION

- |  |   |                                       |   |
|--|---|---------------------------------------|---|
| ◆なるほど、そうなの科あ… 形成外科                                       | 2 | ◆乳がん検査/回復期リハビリテーション病棟/<br>新しい職員/ホロミン号 | 7 |
| ◆就任・着任   | 4 | ◆診療時間・編集後記                            | 8 |
| ◆メディカルフィットネス サニタス24<br>ヘルスケアダイニング Repas Sanitas<br>オープン! | 6 |                                       |   |

# なるほど、 そうなの科あ…

file No.2 形成外科編

文責／形成外科医師 伊藤 梨里



病院では患者様の状態、症状にそってたくさんの「科」があります。そんな知っているようで知らない「科」を専門の医師から詳しく、わかりやすく、説明して行きます。

## 今

回も前回に引き続き、形成外科ではどんな病気をみる事ができるのか、どんな症状がある時に形成外科にかかれば良いのか、ご紹介していきたいと思えます。今回は形成外科が得意とする「キズ」「できもの」「形や機能の再建」の3つの分野のうち、できものの治療についてお話しさせていただきます。

形成外科では、体表面の手術を多く行っていますが、実は、全国の形成外科で最も多く行っているのが、このようなできものに対する手術といわれています。言い換えれば、皮膚のできもので困っている方がそれだけ多いということです。これをご覧になられているみなさんも、ちょっと気になるできものがあるという方は多いのではないのでしょうか？ そんな方に少しでもお役に立てるように、皮膚や皮下のできもの症状や治療について、簡単ではありますがいくつか紹介させていただきます。

### ●粉瘤・表皮嚢腫

皮膚のできもので多いものの1つとして、粉瘤（ふんりゅう）や表皮嚢腫（ひょうひのうしゅ）とよばれる皮下の袋状のできものがあります。本来皮膚から剥げ落ちる

はずの角質や皮脂が袋の中にたまってしまふもので、細菌感染を起こしやすいできものです。普段は痛みのない皮下のしこりとして触れますが、感染が起きてしまうと赤く腫れて痛みを伴うため、中に溜まっている膿を出すために切開排膿の処置を行うことがあります。また、中身だけ出しても、袋が残っているとまた再発してしまうため、袋ごときちんと取り除く手術が必要になります。粉瘤ができてしまった場合は、1度の処置で治せるよう、感染してしまう前に早めの受診をおすすめしています。

### 粉瘤・表皮嚢腫の特徴



ドーム状に盛り上がったしこりを触れます



感染を引き起こすと赤く腫れて痛みを伴います。表面の皮膚が破れて膿が出ることもあります



皮下に嚢腫と呼ばれる袋ができてしまった状態です

袋の一部が皮膚とくっついている（癒着している）ことが特徴の1つです

### ●母斑

また、母斑（ほくろ）の治療も行っています。盛り上がりの少ないほくろの場合には、「炭酸ガスレーザー」という削り取るタイプのレーザーで治療を行っています。ほくろの部分だけを切り取るため、出血が少なく、外来ですぐに治療が可能です。盛り上がり強い場合や、大きさや場所によってレーザーで削り取るだけではキズあとが目立つ可能性がある場合には、手術での切除をお勧めしています。また、一見ほくろのように見えるでき

ものでも、ごくまれに皮膚のがんが含まれていることもあります。少しでもがんを疑う所見があった場合には、手術で切除した上で、病理検査で悪性の可能性の有無についてきちんと評価を行うことが必要です。当院では、万が一、がんであった場合にも、旭川医科大学病院と協力し、すみやかに適切な治療が行

えるように体制を整えています。

### シミ

シミに対しては、「アレキサンドライトレーザー」というメラニン色素に反応するレーザーでの治療を行っています。レーザー治療を行ったあとは、1週間ほどは軽いやけどのような状態になり、軟膏の治療が必要になります。

シミの再発を防ぐためには、その後の皮膚のケアも非常に重要になります。日に当たらないよう日焼け止めなどをしっかり使用していただくほか、メラニンの生成を防ぐ「ハイドロキノン」という塗り薬を使用していただくこともあります。

たいいていの場合、数回のレーザーで改善が得られますが、レーザーが効かないタイプのシミが隠れていることもあります。シミの状態をきちんと評価した上で、そのような場合にはビタミンC製剤などの内服薬をお勧めさせていただくこともあります。また、シミの治療は基本的に保険外診療となります。

### 脂肪腫

皮下のできものとして、比較的多いものに脂肪腫というものがあります。これ

は名前の通り脂肪のかたまりのできものですが、少し盛り上がった柔らかいしこりとして体の表面から触れることが多いできものです。

体の様々な場所、皮下脂肪の中だけでなく、筋肉の中などにもできる可能性があるため、CT検査やMRI検査、エコー検査などを行い、どんな場所にあるのかきちんと確認をしてから、手術による摘出術を行います。

今回お話しした病気以外にも、尋常性疣贅(じんじょうせいゆうせい)、皮膚線維腫(せんいしゅ)などのいぼ、脂漏性角化症という盛り上がった茶色のできものや、まぶたにできる黄色腫など、形成外科では皮膚や皮下のさまざまなできものについて診断や治療が可能です。気になるできものがあるという方は、これを機に、ぜひ形成外科にかかってみてはいかがでしょうか。

#### 母斑(ほくろ)に対するレーザー治療



治療直後

局所麻酔を使用してレーザー治療を行います。ほくろの部分だけの小さな傷なので目立ちにくく、出血もほとんどありません。



皮膚の表面を削り取る効果のある炭酸ガスレーザーを使用します

形成外科ではこのような皮膚のできものの治療もできます

#### 皮膚線維腫



盛り上がりのある肌色のやわらかいいぼ

#### 尋常性疣贅



表面が硬くかさつきのあるいぼ

#### 黄色腫



少し盛り上がりのある黄色いできもの特に上まぶたの内側にしやすい

#### 脂漏性角化症



少し盛り上がりのある茶色いできもの表面のかさつきやかゆみを伴うこともある

#### シミに対するレーザー治療



治療後1週間

約1週間でレーザー照射部の傷は治りますが、まだ皮膚が敏感な状態のため、日焼け止めを使用したり、再発を防ぐためのケアが必要となります。



メラニン色素に反応するQスイッチアレキサンドライトレーザーを使用します



### 新院長就任

丹野 克俊

### 令

和4年1月1日から、森山メモリアル病院の院長を拝命いたしました丹野克俊です。初代院長の梨木寛名誉院長、前院長の中島進名誉院長が20年以上かけて地域に根ざした医療を目指してきたこの病院の運営に関わることになり、大変身の引き締まる思いです。

森山メモリアル病院は2000年(平成12年)4月に、外来診療と療養型病床群の位置づけで開院しました。介護の必要な入院療養はもとより、社会復帰のためのリハビリテーション設備機能の強化を計るため、2010年からは回復期病棟を開設し、リハビリテーション科専門医による治療を行なっております。またリハビリ通院並びに在宅リハビリにも対応するため通所リハビリテーション事業所や、訪問リハビリテーション事業所を設置しております。さらにシームレスな看護・介護の医

療サービスを提供するため、訪問看護ステーション、居宅介護事業所などを設置し地域住民のための医療・介護を提供できる医療機関として、努力をしているところでございます。救急医療や高度な医療が必要な場合には、急性期病院としての森山病院や、市内基幹病院と密接に連携しております。

しかし人手不足が叫ばれる昨今、当院においてもその影響はじわりと響き、気付くと大きな問題となっております。新型コロナウイルス感染症が落ち着き、巷の経済活動が活発化すると、ますます人手不足に拍車がかかるものと思われ、そのような中どうしたら選ばれる病院になれるのか、絶えず考え抜かなくてはなりません。病院の木目の廊下はやや年季が入ってきましたが、その味わいとともになウハウを蓄積し、森山グループのもとトータルヘルスケアを目標に、地域医療への貢献を目指しております。



### 着任

予防医学・スポーツ  
医学センター長

松野 丈夫

### は

じめまして、本年5月9日から「予防医学・スポーツ医学センター長、経営顧問」としてお世話になっております松野丈夫です。

私は昭和22年(1947年)北見市生まれで札幌育ちの道産子です。北海道芸芸大学(現・教育大学)附属小・中学校、札幌南高校を卒業し、北大医学部卒業は昭和46年で47期生になります。

ここで森山病院と関わりのある小さい頃の思い出を紹介いたします。定かではありませんが私が恐らく3〜4歳の頃だと思えます。札幌の自宅に一人のお客様がみえられ、そこにいた私を抱っこしてくれたのでした。そのお客様が帰られた後、当時講座として発足

したばかりの北大医学部整形外科講座に所属していた父に言われた言葉をおぼろげに覚えているのですが、それは確か「今の先生は旭川の森山先生である」でした。私が先代の森山元一先生にお会いした最初ということになります。今こうして森山病院にお世話になっていることを思えば、不思議な縁があったのだと感慨に耽っております。そして3〜4歳の私が、何故森山先生の名前を記憶にとどめる事ができたのか不思議というか、ほとんど奇跡に近いと思えます。

さて、北大医学部卒業後は北大第二病理にお世話になりました。第二病理在籍の7年間のうち3年間は米国のMassachusetts General Hospital、Mayo Clinic、Sinai Hospital of Baltimoreのいずれも外科病理部に留学し骨病理の知識習得につとめました。帰国後は第二病理で6カ月間講座助

手として勤務した後、昭和53年に北大整形外科に入局し、主として骨・軟部腫瘍と股関節病変の診断・治療を行いました。平成9年に旭川医大整形外科学講座に教授として赴任し、平成24年に教授職は退官いたしました。その後、平成19年から平成27年まで8年間の長きにわたり務めさせていただきました。

そして令和3年6月からは大学に諸問題が発生したため、心ならずも学長職務代理、代行を9カ月間勤め、本年3月31日に旭川医大を退職いたしました。病院長職にあった8年間、病院長としていたことは出来ませんでした。この間となく患者第一の病院で患者が可能な限り快適に過ごせる病院作りを目指し、努力いたしました。病院の運営にはドクター、ナースはもとよりコ・メディカルの皆様、派遣会社の事務担当の方々や清掃業務に携わる方々まで全員が一つのチームを作った患者のために行動するというパターンの確立に努力しました。病院であるからには診断・治療の充実は勿論第一に行わなくては行けません、それ以外に「病院玄関前に案内係を置くこと」や、「病院ライブラリー」の充実、「病院ホールでのコンサート」などの各種催し物、「病院前広場におけるクリスマスイルミネーション」など、診療で辛い思いをしている患者が入院中に少し

でも楽しい経験が出来るような企画をしました。

病院としてどんなに素晴らしい診断・治療を行ったとしても、最後の退院時の会計事務の方が心ない一言をはなつたとすれば、そのことがいかに患者あるいは患者の家族を傷つけるのか、多分その患者は2度とその病院を受診しないでしょう。そしてそれは逆に仮に治療がうまく行かなかったとしても、退院時に患者が「病気はうまく治らなかつたけど、この病院で治療をしていただいて本当に良かった」と思っていただけのような病院作り」を病院職員の皆様にお願ひし続けました。それは私がわずか数カ月留学したMayo Clinicで学んだ精神そのものであります。

ひとつの例としてMayo Clinicでは、「ある重要な会議があったとして、その会議のメンバーが会議に向かう途中に困っている患者を見かけ、その患者に関わっている間に大事な会議に遅れてしまったとしても誰もその職員を責めない。即ち、困っている患者のケアよりも大切な会議などあり得ない」という考え方が浸透しています。

森山病院が旭川における、北海道における、いや日本におけるMayo Clinicになることを期待し、私が少しでもその手助けになれるとすれば幸いです。今後とも宜しくお願ひいたします。



2 022年4月より森山病院に赴任しました内科・消化器内科の村上雄紀と申します。

私は2013年に旭川医科大学を卒業後、名寄市立総合病院で初期研修を行い、旭川医科大学消化器内科(内科学講座 病態代謝・消化器・血液腫瘍制御学分野)に入局し、名寄市立総合病院、手稲溪仁会病院で経験を積んだのち、旭川医科大学病院消化器内科で診療してまいりました。各種専門医(消化器病専門医、消化器内視鏡専門医、胃腸科専門医、がん治療認定医)を取得し、主に消化管(食道・胃・小腸・大腸)疾患を中心に内視鏡診断・治療、抗がん剤治療を専門としてまいりました。これまで数多くの進行癌、終末期癌診療を行ってきた経験から、検診な

着任  
内科・消化器内科  
村上雄紀 医師

どの予防医学の重要性を常々と感じていました。がんの治療は早期発見・早期治療が最も重要になります。内視鏡検査での早期癌の発見は地域のがん死亡率の低下に強く貢献できるものと考えています。しかし、内視鏡検査を受けていただけないことには何も始まりません。定期的に検査を受けていただくことが大事ですので、なるべく苦痛のない検査を心掛けてまいります。経鼻内視鏡での鼻からの胃カメラや鎮静剤を使用している検査も可能です。また、遠方であったり検査に不安であったりする場合には入院での検査も対応いたしますので、ご相談ください。

内視鏡検査だけでなく、腹痛や吐き気などの症状やその他消化器内科一般、糖尿病や高血圧などの内科全般で気軽に相談できる、地域に密着した診療を目指して頑張りますので、どうぞよろしくお願ひいたします。



健康寿命の延伸に向け

## メディカルフィットネス サンタス24 オープン!

2022年6月1日 予防医学センター事業の中核となるメディカルフィットネスが、健康レストランに続きオープンしました。

メディカルフィットネスは、大きくは3つの特徴があります。1つ目は、元気な方はより元気になるような最新鋭のマシンが揃えられています。マシンは健康管理アプリや専用バンドと連動し運動内容の管理等ができます。ご自身の体づくりや趣味活動、スポーツにつながるエクササイズを自分でも管理し、体で感じながら調整が可能となります。

2つ目はメディカルフィットネスの部分です。生活習慣病やフレイル、ロコモティブシンドロームなどを有する方などを中心に対応します。ご病気やケガなどがあると、体を動かすことの大切さはわかっているけれども、なか

か継続できないこともあります。状況によってはさらに病状が進行して、介護保険サービスにつながる場合があります。いつまでも自分らしく、生活を維持していくために、理学療法士や管理栄養士など専門スタッフがサポートする体制をつくっています。

3つめは、24時間いつでも利用ができることです。自分の空いている時間に合わせて運動に取り組むことが可能となります。

これで60年前に先代が提唱した医療・健康・福祉のハード面の体系が整い、元生会のウエルネスセンター構想が大きく動き始めることになりました。今後は様々な分野と連携し旭川市民、地域の方々に向けての発信が始まります。ぜひ1度見学にいらしてください!

(文責/予防医学センター 小林浩)

## ヘルスケアダイニング Repas Sanitas (ルパ サンタス) オープン!



5月9日、森山病院隣りに健康レストラン「ルパ サンタス」がオープンしました。

森山病院管理栄養士が考案した「想いやりランチ」を週替わりでご提供いたします。

健康レストランは、「食や栄養を通して、市民の皆さんや地域・社会の『健康生活』を支援していく」を、コンセプトとしています。

糖尿病や高血圧症などの生活習慣病予防や、フレイル・サルコペニア予防など、未病の段階から健康について考え、はつらつと活動し、元気に長生き出来るメニューを考えています。

1食当り、塩分は2.5g前後に抑えながら、天然のだしを使い、酸味や香辛料を効かせるなど、薄味でも美味しく食べていただける工夫をしています。

野菜は1日の摂取目安の約半分の150g程度使い、ビタミン・ミネラル・食物繊維もしっかり摂ることが出来ます。

また、旭川近郊や、提携市町村をはじめ、道産の食材をふんだんに使用していく予定です。

この他にレストランでは、職員向けランチボックスやセットメニュー、定番の麺類・丼物、イベント食なども用意されていますので、是非ご利用ください。

(文責/栄養部 小柳淳子)





## 10月16日は日曜日に乳がん検査を受けられる日です

J.M.S (ジャパン・マンモグラフィー・サンデー) は子育て・介護・仕事・家事などで忙しく、平日に検診を受けに行きにくい女性の皆様が、休日の日曜日に「乳がん検診」を受けられるよう、全国の医療機関と認定NPO法人J.POSHが協力して毎年10月第3日曜日に乳がん検診マンモグラフィー検査を受診できる環境づくりへの取り組みで、2022年は10月16日の日曜日に行われます。

森山病院では

- 最新の直接変換型フラットパネル装置による低被曝、高画質な写真
- 認定読影医によるダブルチェック
- 女性認定技師による撮影



により安心して検査を受けていただく事が出来ます。

今まで乳がん検査に行ったことが無い方、最近忙しくて行っていない方等、日曜日に受診出来るこの機会に「乳がん検診」を受けてみませんか。乳がんは早期発見・早期治療すれば「ほとんどが治るがん」です。検査は予約が必要になりますので右記お問い合わせまでお電話ください。

(文責/企画広報委員・村田)

### 社会医療法人元生会 森山病院

旭川市宮前2条1-1-6

- お問い合わせ 0166-45-2031 (健診センター直通) 要予約
  - 実施時間 9:00~12:30
  - 検査内容 内容:マンモグラフィー+視触診
  - 費用:①旭川市民の方で補助対象生年月日に該当される満40歳以上の方
    - A:40歳代 900円 (旭川市国保加入の方 300円)
    - B:50歳以上 700円 (旭川市国保加入の方 300円)
    - C:70歳以上 無料
  - ②①に該当しない方 4,400円
- その他:医師は男性医師、女性技師対応可能

## 回復期リハビリテーション病棟とは…



脳

血管障害や骨折の手術などのため急性期で治療を受けて、病状が安定し始めた状態を回復期といいますが、この回復期といわれる時期に、集中的なリハビリテーションを行なうことで低下した能力を再び獲得するための病棟が、回復期リハビリテーション病棟です。

森山病院6F病棟は、58床の回復期リハビリテーション病棟として稼働しています。多種の医療従事者が連携を図り、様々な角度から退院に向けての取り組みを積極的に行います。また、総合病院としてのメリットとして、回復期病棟入棟後に病態の変化があった場合は、各診療科との連携により急性期病棟への転棟が可能です。(ただし、回復期病棟への再入棟の際の起算日は、初回の入棟日となります)

対象疾患によって入院期間(算定上限)が定められておりますが、回復期病棟へ入棟した日から入院期間を見据え、他職種カンファレンスでの情報共有を充実させ、病棟全体で入院生活をサポートいたします。

(文責/森山病院6F病棟師長 渡辺美智子)

## 新しい職員が加わりました!



**新** 年度を迎え、当法人にも多くの職員(森山病院28名、森山メモリアル病院19名、計47名※中途採用者含)が加わりました。職場に新しい考えや力を取り入れながら職員同士が刺激し合って成長し、地域の医療・介護などの発展に貢献していきたいと思っておりますのでよろしくお願い致します。



## 幌加内町と旭川を結ぶ「ホロミン号」運行中～森山病院まで延伸

幌

加内町民が、旭川市内への買い物や通院などをするために運行しているバス「ホロミン号」が、専門医の診察を受けやすくするために、令和4年4月から森山病院まで延伸して運行しています。地域の方への医療提供に少しでも貢献するため、今後も色々なことに取り組んでいきたいと思っております。



## 外来診療担当医表 (状況により急遽変更する場合があります)

### 森山病院

第1・第3土曜日 休診 【診療時間】午前 9時～12時30分(受付は12時まで)  
午後 1時30分～5時30分(受付は5時まで)  
(泌尿器科は4時30分まで)

令和4年7月1日～		月	火	水	木	金	土
内科	午前	森山 村上 山田	森山 村上 打矢	旭医大 旭医大 山田	旭医大 旭医大 旭医大	村上 旭医大 山田	※1 当院医師
	午後	打矢	山田	旭医大	旭医大 打矢	旭医大	
※1 土曜日は、隔週で提示の医師が1名で担当します。							
外科	午前	森山(博) 松田 稲葉	松田 森山(博)	森山(博) 松田 稲葉	森山(博) 松田 稲葉	森山(博) 松田	森山(博) 松田 稲葉
	午後	森山(博) 松田	森山(博) 松田	森山(博) 松田	森山(博) 松田 ※2 出張医	森山(博) 松田	
※2 月1回、出張医師も診察します。 ※午後からは、回診・手術を行う場合があります。来院前に電話でご確認ください。							
整形外科	午前	仲 有山 旭医大	仲 有山 ※3 旭医大	※4 旭医大	※4 旭医大	仲 有山	※4 旭医大医師
	午後	予約のみ	旭医大	休診	休診	予約のみ	
※3 月2～3回、旭医大医師も診察します。 ※4 旭医大医師不在時は当院医師が担当します。							
脳神経外科	午前	高野	渡邊 安栄	上森	渡邊 安栄	高野	渡邊
	午後	高野	渡邊 安栄	当院医師 脊椎・脊髄外来 (上森)	渡邊・安栄 脊椎・脊髄外来 (上森)	高野	
形成外科	午前	休診	休診	伊藤	伊藤	伊藤	伊藤
	午後	休診	伊藤	褥瘡外来 (第1・3のみ)	休診	伊藤	
泌尿器科	午前	本間	旭医大	本間	旭医大	本間	旭医大 メンズヘルス外来
	午後	本間	休診	本間	休診	本間	
眼科	午前	村松	村松	村松	村松	村松	村松
	午後	村松	村松	村松	村松	村松	
※手術のため休診となる場合があります。来院前に電話でご確認ください。							
耳鼻咽喉科	午前	内田	内田	内田	内田	休診	休診
	午後	休診	休診	休診	休診	休診	

### 編集後記

早いもので、もう半年が過ぎます。あっという間の半年でした。外出制限など、思い通りに行動できない日々が続きましたが、少しずつ制限も緩和され、外に出る機会も増えてきていることと思います。森山病院と連携したメディカルフィットネスは6月から、ヘルスケアダイニングルパサニタスは5月からオープンとなりました。ちなみに、ルパサニタスはラテン語で「ルパ=食事 サンタス=健康」という意味だそうです。皆様是非足を運んでいただき、体力作りにバランスの取れた食事で健康な日々を送っていただければと思います。

(企画広報委員 太田)



第124号

発行/社会医療法人元生会 森山病院

〒078-8392

旭川市宮前2条1丁目1番6号

☎0166-45-2020

編集者/元生会企画広報学術委員会

元生会ホームページ

<https://www.moriyama.or.jp/>

### 森山メモリアル病院

第1・第3土曜日 休診 【診療時間】午前 9時～12時30分  
午後 1時30分～5時  
※リハビリテーション科は一部予約制となっております。

令和4年7月1日～		月	火	水	木	金	土
内科	午前	佐藤	佐藤	丹野	佐藤	佐藤	休診
	午後	休診	休診	休診	休診	休診	
整形外科	午前	石丸	石丸	石丸	梨木	中島	中島
	午後	中島	休診	中島	梨木	中島	
脳神経外科	午前	林	高野	林	高野	林	林
	午後	休診	休診	休診	休診	休診	
リハビリテーション科	午前	休診	休診	浅野目	休診	森泉 (予約制)	休診
	午後	森泉 (予約制)	休診	休診	休診	遠藤 浅野目	