



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 領]

2022年12月

肩・肘の投球障害

北大整形外科協力のもと、肩・肘を中心とした

スポーツ専用外来

早期発見・早期治療・重症化の防止が大切です

※スポーツ全般に対応いたします

森山病院

※診察日が月によって変動いたします。HP及びお電話にてご確認ください。

INFORMATION

◆なるほど、そうなの科あ… 形成外科 ————— 2

◆医師紹介／Best Doctors 選出 ————— 4

◆対談 VOREAS北海道 ————— 5

◆Topics ————— 6

◆外来診療時間／編集後記 ————— 8



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。そんな知っていない「科」を専門の医師から詳しく、わかりやすく説明していきます。

文責／形成外科医師 伊藤 梨里

乳房再建

形成外科では、機能だけでなく形態的にも、より正常により美しくすることでみなさまの生活の質 “Quality of Life” の向上を目指しています。そのような形態の改善のための治療をいくつかご紹介します。

乳がんの治療により乳房を失ってしまった方に対して、胸のふくらみを復元する手術になります。2013年から保険適応となった手術ではありますが、これまで旭川では乳房再建が可能な施設が少なく、相談する機会がないまま様子をみていたという方も多いのではないかと思います。当院では、2020年12月に人工物による乳房再建の施設認定を獲得し、乳房再建にも積極的に取り組んでおります。また、より多くの方に乳房再建という選択肢があることについて知ってもらうために、2021年7月より、旭川医科大学形成外科で月に1回「乳房再建相談外来」を開始しています。

一言で乳房再建といっても、その方法や手術時期にはさまざまなものがあります。一般的に多く行われている方法の1つが、エキスパンダーとインプラントと呼ばれる人工物を用いた方法です。まず、1回目の

手術として風船のようにふくらむ素材でできたエキスパンダーを入れる手術を行います。このエキスパンダーの中に少しずつ水を入れてふくらませながら、希望する胸の大きさまで十分に皮膚や皮下組織を伸ばします。その後、2回目の手術として、インプラントを入れる手術を行います。これらの2回の手術で胸のふくらみを復元した後に、それぞれの患者さんの希望に応じて、乳輪や乳頭の再建も可能です。また、胸の形や患者さんの希望によって自分の体の組織を使用し乳房の形を作る、自家組織（じかそしき）再建を行う場合もあります。このような手術の場合は旭川医科大学病院と連携して治療を進めていきます。

乳房再建にはどんな方法があるの？

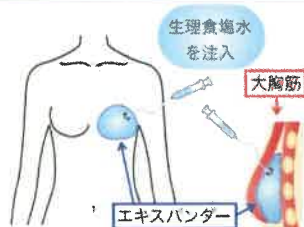
乳房再建の方法は「再建手術のタイミング」「手術方法」によって分けられます。

再建手術の タイミング	一次再建	乳がんの手術と同時に行う方法
	二次再建	乳がんの手術後、一定の期間をおいて行う方法
手術方法	自家組織による再建	患者さん自身のお腹や背中の中身の組織を使用する方法
	人工物による再建	エキスパンダー（皮膚拡張器）とインプラント（シリコン製人工乳房）を使う方法

人工物（インプラント）を用いた乳房再建の方法

一般的に人工物を用いた乳房再建は、2回の手術で行われます。

1回目の手術：エキスパンダー挿入術



エキスパンダーは医療用の水風船のようなものです。しぼんだ状態で大胸筋の下に挿入し、術後、目標の大きさまで生理食塩水を注入して膨らませます。

2回目の手術：インプラント挿入術



皮膚や大胸筋がしっかり伸びて、十分な余裕ができたなら、より本来の乳房の形に近いインプラントに入れ替える手術を行います。

眼瞼下垂（がんけんかすい）

まぶたが重い、特に上の方が見にくいといった眼瞼下垂は悩んでいる方が多い病気の一つです。上まぶたがさがりにくくなることで、まぶたが黒目にかかってしまい、上の方の視野が狭くなってしまうことにより起こります。まぶたをうまく開けられないために、おでこの筋肉を使つて上げようとするので、おでこのシワが目立つたり、頭痛や肩こりの原因となったりすることもあります。年齢とともに徐々に進行するこのようなまぶたの下がりには、手術で改善することができま

す。実際の手術は、上まぶたの切開からまぶたを開ける筋肉を止め直す挙筋前転法（きょせんぜんてんぽう）や、皮膚のたるみを取るために、上まぶたのあまつた皮膚を切りとる余剰皮膚切除（よじょうひふせつじょ）といった方法で行います。また、急に発症する場合や、ぶたの下がりの場合は、脳・神経の病気や顔面神経麻痺など、意が必要で

眼瞼下垂の症状の特徴



正常の状態 眼瞼下垂の状態

ような場合も他の科と連携して治療ができますので、ぜひ一度診察を受けることをおすすめします。

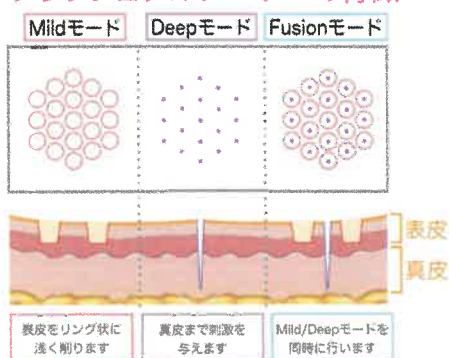
しわ・たるみ

加齢に伴うしわやたるみも形成外科での治療の対象となります。病気ではないため、保険外診療とはなりますが、当科では最新のレーザー機器を用いた「フラクショナルレーザー」による治療を行なっています。これは、レーザー照射によって皮膚に微細な穴をあけることで、肌の新陳代謝を高めてコラーゲンの産生を促す治療です。皮膚の肌の弾力やハリのアップだけでなく、ニキビ跡や毛穴の開きの改善も期待できます。皮膚の浅い部分を削るモード、深い部分に刺激を与えるモード、その2つを組み合わせたモードの中から、症状や期待する効果に応じて、お肌の状態にあったバーストの方法をご相談しながら決めていきます。治療後は、一時的にヒリヒリ感や皮膚の赤みが生じることもあります。皮膚へのダメージも少なく、より良いお肌の状態を目指して繰り返し行うことができます。この治療の特徴です。



炭酸ガスレーザーを使用して治療を行います

フラクショナルレーザーの特徴



このように形成外科ではキズやできもの、機能の再建やアンチエイジングなど、様々な疾患の治療やケアを行っています。また、今回はお話しできませんでしたが、巻き爪などの爪の変形や、爪の周りの痛み、炎症など、爪のトラブルも形成外科が得意とする分野の一つです。どんな病気を治すのか良く分からないと言われることの多い形成外科ではありますが、意外に身近なケガや病気、お肌の悩みごとなどを解決できる場所でもあります。形成外科を受診する方の中には、「歩くたびに爪が痛かったけどずっと我慢してきた」「まぶたが下がって見えにくかったけど歳のせいと思ってあきらめていた」「こんな小さなできもので病院にかかるのもちよつと思つて」と、長く不安や不便さがかえてきた方がたくさんいらっしゃいます。いろいろな困りごとを一緒に解決できればと考えておりますので、まずは話を聞くだけでもお気軽な気持ちで、ぜひ一度形成外科を受診してみてください。

着任医師の紹介



内科医
青島 優
(あおしま まさる)

2022年8月より森山病院へ赴任した内科の青島優です。私は1990年に旭川医科大学を卒業後、旭川医科大学大学院へ進むと同時に旭川医科大学内科学第二講座へ入局しました。大学院の4年間は研究と診療を行い、大学院を卒業後は釧路労災病院内科にて北大第三内科の先生たちと研鑽させていただきました。旭川へ再び戻ってからは大西病院、旭川医科大学病院を経て、旭川リハビリテーション病院消化器科の医師として20年間勤務後、クリニック勤務を数年経験した後、森山病院で勤務させて頂くこととなりました。

専門領域は消化器一般、肝臓病ですが、いわゆる生活習慣病領域に関しても長年診療をさせて頂いています。また日本スポーツ協会および日本障がい者スポーツ協会公認のスポーツドクターでもあり、現在は全日本視覚障害者ボウリング協会において全日本代表チームのチームドクターとしても活動しています。

数年ぶりの病院勤務で、その感触を思い出しながら試行錯誤の毎日ですが、自分の専門性を活かしながら患者様そして皆様のお役にたてるよう努力するつもりです。今後ともよろしくお願い申し上げます。

2022年度

森山病院 稲葉雅史院長が
Best Doctorsに選ばれました



ベストドクターズ社は米国に本拠を置き、世界各国で病状に応じた適切な治療やセカンドオピニオン取得のための名医紹介などを行っている会社です。

ベストドクターズ社の名医選出方法は、膨大な数の医師に対して、「もし、あなたやあなたの家族が、あなたの専門分野の病気にかかった場合、どの医師に治療をお願いしますか？」とアンケートを行い、その中で治療能力、研究結果、最新医療情報への精通度などを考慮した上で、ある一定以上の評価を得た医師を名医 (Best Doctors) と認定するというものです。



Best Doctors認定証

社会分野奨励賞を受賞（北海道理学療法士学会）

通所リハビリテーション事業所の管理者である岩瀧廣大（いわたきこうだい）理学療法士が公益財団法人 北海道理学療法士会より社会分野奨励賞を受賞しました。令和4年6月26日に開催された第73回北海道理学療法士学術大会において表彰式が行われました。

この社会分野奨励賞は理学療法士として北海道民の健康の保持、増進に寄与し、理学療法士の普及・啓発の活動に貢献した方に贈られる賞です。岩瀧理学療法士は、旭川ハーフマラソンやVASALOPPET JAPANのアスリートのサポート・救護活動や中級障がい者スポーツ指導員として障がい者スポーツの支援を行い、また北海道理学療法士会 道北支部 健康スポーツ支援部部長として理学療法士の仲間たちと共に健康イベント、体操教室などを開催するなど、多くのスポーツ支援・ボランティア活動を通して、地域の皆様の健康を支える活動を積極的に行っています。



写真右が岩瀧 理学療法士

令和四年上川神社例大祭（7月20日より3日間開催）

森山理事長が令和4年「上川神社例大祭」の祭典委員長に任命され、7月20日から22日の3日間、例大祭が行われました。天候にも恵まれ「神輿をあげる会粋旭」による3年ぶりのお神輿も盛大に行われました。お祭りといえば露店でわたあめやホットドック？（フレンチドック？）ばかり気になる人も多いと思いますが、来年は神社で参拝やお神輿などを楽しむのもいいですね。



参考：例大祭について（上川神社ホームページ引用）
例大祭は神社の3大祭である祈年祭、例祭、新嘗祭のなかで最も規模の大きな祭として、1年に1度行われる神社最大の重儀であり、御神徳を奉讃し御神恩に感謝の誠を捧げ、氏神と氏子との関係を一層緊密にするとともに、郷土の人々に健全な和樂を与え、清く明るく直く正しい明朗闊達な意気をたかめ、郷土の発展を祈る重要な意義を持つものであります。

スポーツリハビリ研修 実施

8月2日、北海道大学病院スポーツ医学診療センターから門間太輔医師と北海道野球協議会医科学員の大日向純理学療法士が来院されました。当院リハビリスタッフに対し、「投球動作・障害の理解と評価（総論）」についての講義と、現役高校球児に対する評価・治療を実技にて指導していただきました。今後、スポーツに伴うけがの治療や予防など、スポーツ医学センターが地域の皆様のニーズにお応えできるようスタッフ一丸となって精進してまいります。



令和4年度 自衛消防隊 訓練大会 参加

8月22日（月）晴天の中、1年ぶりの自衛消防訓練大会に参加しました。この大会は市内事業所が旭川市東光の総合防災センターに集まり、日頃の防災管理を確認するために旭川消防本部が主催しているものです。元生会からは森山病院 1チームで構成し日頃の訓練の成果を発揮してまいりました。参加した森山病院通報員の松田さんは「もちろん火事は起こらない方が良いのですが、緊急時に冷静に判断するかがスムーズに避難するためのカギです」と感想を述べていました。



NHK WORLD JAPANの番組に出演

NHK WORLD JAPANの『JAPAN'S Top Inventions』（約160の国と地域に向けて放送）において、森山メモリアル病院の中島名誉院長がパルスオキシメーターの開発経緯について取材を受けた番組が放送されました。

この番組は、日本発で世界的に貢献している製品の開発秘話や、日本人ならではの発想やチームワークを紹介する番組で、中島名誉院長は、多くの麻酔事故を防ぎ、コロナ禍において大きく活用されているパルスオキシメーターの原理開発者である青柳卓雄博士（故人）とともに、1970年代にその開発に尽力し、世界で初めて臨床でパルスオキシメーターを使用し論文発表を行った医師として、当時の開発経緯や青柳博士との関係を番組で語っています。

外国人向けの番組ですが、インターネットでオンデマンド配信（英語配信）されています。

以下のQRコードより視聴することができますので、ぜひご覧ください。



「NHK WORLD JAPAN」 オンデマンド配信動画



旭川市主催のごみ拾いに参加しました

令和4年10月2日（日）に旭川市主催の「ポイ捨て禁止運動秋季街頭啓発及びごみ拾い」に参加しました。快晴で気温も25度程ある中、担当地域である駅横の北彩都地域のごみ拾いを行いました。ゴミはあまり落ちていなく、日頃の旭川市民の美化意識の高さを実感しながら、8割ほど散歩気分でのごみ拾いとなりました。このような社会貢献活動にこれからも積極的に参加していきたいと思ひます。





元生会森山病院とVOREAS北海道 ～病院とプロバレーボールチームが！？～

VOREAS北海道って知ってますか？

旭川のプロバレーボールチームです。ご覧になった方も多いと思いますが、昨シーズンの最終試合がテレビ放送されユニフォームに「森山病院」の名前がバーン！と載っていたのを覚えている方も少なくないと思います。今回は昨シーズンの試合会場で流れたVOREAS北海道の池田社長と森山理事長の対談の内容をご紹介します。どうしてスポーツチームと病院？実は繋がっています。様々な方向からご紹介いたします。

【夢への共感】

池田社長ー どの様な思いでパートナーになりましたか？

森山理事長ー 共感できる仲間として、更なる夢を頂くことが出来ました。

【健康で活気あるまちづくりに】

森山ー 旭川市全体に対する夢、そして旭川市を取り巻く町村との取り組み、そして何よりも市民を健康で活気ある街にしたい。そのまちづくりに関して共鳴しました。

【スポーツでまちを元気に】

池田ー 幼少期の頃からまちの元気がなくなっていると感じてます。それを解決するためにスポーツの活用をしていきたいと思います。

森山ー その行動力と実践力を持つ若者を応援しないっていうことは考えられません。まち全体が健康であって欲しいです。

【森山病院70周年】

池田ー 今年は森山病院70周年ですね。

森山ー そうです。開業してから70年を迎えます。60年前、総合的医療構想を先代が発表しました。これは今でこそ当たり前になった健康・医療・福祉この3つを医療が担っていくこそが大切な事です。

池田ー 医療の分野でその様に先見の明を持って踏み出すことは新しい一歩へのインパクトですね。

【負けないで】

森山ー 負けないで下さい！

池田ー 勝ち続けるのはむずかしいですよーね・・・

森山ー そうですよーね。

森山ー パートナーとなって森山病院とヴォレアス、一緒になって市民のみなさんに貢献していきたいと思ってます。

池田ー お互いに頑張っていきましょう。

森山ー 共に頑張りましょう！



令和4年度 自衛消防隊 訓練大会 参加

8月22日（月）晴天の中、1年ぶりの自衛消防訓練大会に参加しました。この大会は市内事業所が旭川市東光の総合防災センターに集まり、日頃の防災管理を確認するために旭川消防本部が主催しているものです。元生会からは森山病院 1チームで構成し日頃の訓練の成果を発揮してまいりました。参加した森山病院通報員の松田さんは「もちろん火事は起こらない方が良いのですが、緊急時にかに冷静に判断するかがスムーズに避難するためのカギです」と感想を述べていました。



NHK WORLD JAPANの番組に出演

NHK WORLD JAPANの『JAPAN'S Top Inventions』（約160の国と地域に向けて放送）において、森山メモリアル病院の中島名誉院長がパルスオキシメーターの開発経緯について取材を受けた番組が放送されました。

この番組は、日本発で世界的に貢献している製品の開発秘話や、日本人ならではの発想やチームワークを紹介する番組で、中島名誉院長は、多くの麻酔事故を防ぎ、コロナ禍において大きく活用されているパルスオキシメーターの原理開発者である青柳卓雄博士（故人）とともに、1970年代にその開発に尽力し、世界で初めて臨床でパルスオキシメーターを使用し論文発表を行った医師として、当時の開発経緯や青柳博士との関係を番組で語っています。

外国人向けの番組ですが、インターネットでオンデマンド配信（英語配信）されています。

以下のQRコードより視聴することが出来ますので、ぜひご覧ください。



「NHK WORLD JAPAN」 オンデマンド配信動画



旭川市主催のごみ拾いに参加しました

令和4年10月2日（日）に旭川市主催の「ポイ捨て禁止運動秋季街頭啓発及びごみ拾い」に参加しました。快晴で気温も25度程ある中、担当地域である駅横の北彩都地域のごみ拾いを行いました。ゴミはあまり落ちていなく、日頃の旭川市民の美化意識の高さを実感しながら、8割ほど散歩気分でのごみ拾いとなりました。このような社会貢献活動にこれからも積極的に参加していきたいと思ひます。



「スポーツ外来」開始

野球をはじめとしたスポーツなどで「肘」や「肩」に不安がある方、早期発見・早期治療・重症化の防止が大切です。※診察日など詳しいことはWEBサイトもしくは森山病院へお問い合わせください。
TEL:0166-45-2020

編集後記

これから、ぐっと気温が下がり、冬の季節を迎えます。体調には十分に気をつけて、体力を維持して寒さを乗り切っていきましょう。そして、コロナ感染症も心配ですが、インフルエンザにも注意が必要です。ここ2年間は、皆さんの感染症対策が素晴らしかったためか、ほとんど流行しませんでした。今シーズンはどうなるか？統計的に季節が日本と反対の南半球のオーストラリアで流行した年は、日本でも流行する傾向にあるそうで、今シーズンはオーストラリアで流行がみられているそうです。実際に今後、日本で流行するかは、わかりませんが、今年のインフルエンザワクチンの供給は充分な量がありますので、ワクチン接種を希望の方はどうぞ、森山病院、森山メモリアル病院で接種くださいませ。

(企画委員 上村)



第125号

発行／社会医療法人元生会

〒078-8392

旭川市宮前2条1丁目1番6号

TEL 0166-45-2020

編集者／元生会企画広報学術委員会

元生会WEBサイト

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



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

【診療時間】午前 9時～12時30分 (受付は12時まで)

【休診日】第1・3土、日、祝日

午後 1時30分～5時30分 (受付は5時まで)

		月	火	水	木	金	土
内科	午前	森山 山田 久野木	森山 打矢 久野木	山田 青島 旭医大	旭医大	山田 久野木 旭医大	青島
	午後	打矢	山田 青島	旭医大	打矢 旭医大	青島 旭医大	—
外科	午前	稲葉 森山(博) 松田	森山(博) 松田	稲葉 森山(博) 松田	稲葉 森山(博) 松田 旭医大	森山(博) 松田	稲葉 森山(博) 松田
	午後	森山(博) 松田	森山(博) 松田	森山(博) 松田	森山(博) 松田	森山(博) 松田	—
※午後からは、回診・手術を行う場合があります。							
整形外科	午前	仲 有山 旭医大	仲 有山 旭医大	旭医大	旭医大	仲 有山	旭医大
	午後	予約のみ	旭医大	—	—	※スポーツ外来 (月1回)	—
※スポーツ外来については、お問い合わせください。							
脳神経外科	午前	高野	渡邊	安栄	渡邊	高野	渡邊
	午後	高野	渡邊	安栄	渡邊	高野	—
形成外科	午前	—	—	伊藤	伊藤	伊藤	伊藤
	午後	—	伊藤	褥瘡外来 (第1, 3)	—	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	—	本間	—	本間	—
※泌尿器科外来の受付は午後4時30分までです							
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。来院前にお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	—	—
	午後	—	—	—	—	—	—

森山メモリアル病院

【診療時間】午前 9時～12時30分

【休診日】第1・3土、日、祝日

午後 1時30分～5時

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