

# 連峰

Renpoh

No.361

発行日●令和5年10月31日  
発行人●輝山会記念病院  
編集IMH広報委員会  
長野県飯田市毛質1707番地  
TEL0265-26-8111(代)



「天龍舟下り（飯田市）」山住 幸司（清風）様作

売店へ続く廊下へ絵画の展示をしています。  
本誌6ページでも紹介していますのでぜひご覧ください。



## 目次

- P2～P3 全国糖尿病週間
- P4 地域医療研修を終えて
- P4 永年勤続職員より
- P5 訪問リハビリの事業拡大
- P6 院内展示のご紹介



輝山会のホームページから、過去の連峰もご覧いただけます。  
その他、病院の情報も更新していますのでぜひご覧ください。  
広報誌の郵送をご希望の方は、お気軽にお問合せください。

ホームページ



# 全国糖尿病週間



副院長 前本 勝利

みなさん、11月14日は何の日かご存じでしょうか？

11月14日はインスリンを発見したカナダのハンティング博士の誕生日であり、糖尿病治療の画期的な発見に敬意を表し、この日を世界糖尿病デーとしました。



世界糖尿病デーは、世界に広がる糖尿病の脅威に対して2006年に国連より認定され、世界糖尿病デーのキャンペーンでは青い丸をモチーフにした「ブルーサークル」が用いられ、シンボルマークとなっています。国連やどこまでも続く空を表す「ブルー」と団結をあらわす「輪」をデザインし「Unite for Diabetes、(糖尿病との闘いのために団結せよ)」がキャッチフレーズです。

我が国でも11月は世界糖尿病デーや全国糖尿病週間が設定されており、全国的に糖尿病予防や重症化防止に向けて啓発活動が行われています。東京タワーをシンボルカラーであるブルーにライトアップすることから始まり、全国各地でも建物をブルーにライトアップする活動を推進し、2019年には全国200カ所以上の主要な建物でライトアップされるようになりました。

糖尿病は世界の成人のおよそ10人に1人、5億3700万人が抱える病気で、年間に670万人以上の方が糖尿病が引き起こす合併症で死亡しており、我が国でも2018年の国民健康栄養調査では糖尿病と強く疑われる人の合計は2000万人に上り、早急な対応が必要であると言われています。

## ◆◆◆ 糖尿病の歴史 ◆◆◆

糖尿病の歴史は大変古く3500年前のエジプトの王の墓から発見された本の中に記載があり、日本では、平安時代の権力者であった藤原道長が糖尿病であったと推察されています。



当時、彼の生活は山海の珍味、酒の宴といった食べ過ぎと牛車といった運動不足、権力争いといったストレス、当時はやや肥満が美男美女といわれていたからだと思われます。

糖尿病の名前は紀元2世紀頃にカッパドキア（トルコの世界遺産）の医師が「diabetes」と命名したことから始まると言われています。飲んだ水がどんどん尿となって出てくることから、絶え間なく水が流れるサイフォンと同じだということで、ギリシャ語で「通り過ぎてしまう」という意味の「サイフォン」という名称が付けました。これがラテン語の「ダイヤベテス (Diabetes)」となり蜂蜜のように甘いことを意味する mellitus と一緒になって diabetes mellitus という言葉が誕生しました。

日本では10世紀頃から中国の医書の翻訳から病気が知られており、その頃は中国と同じく水や食べ物が消える、通過するという意味の「消渴」と呼ばれていました。幕末から明治初期になり diabetes mellitus を蜜尿病と呼ぶようになり、蜜の成分が糖であることがわかり糖尿病と呼ばれ

るようになりました。1869年ドイツ人のランゲルハンスが膵臓に特別な構造を持つ細胞を発見し、1921年カナダ人のハンティングとベストが膵臓からの抽出物が血糖を下げることを発見し、この抽出物をアイレチン（インスリン）と名付けました。インスリンの発見は20世紀最大の発見の1つで糖尿病の治療を飛躍的に進化させました。

## □■□ どんな病気？ ■□■

糖尿病は、膵臓から分泌されるインスリンの量が、不足したり、効きにくくなったりして血液中のブドウ糖が増えすぎる病気です。

糖尿病になりやすい体質（遺伝的要因）に、食べすぎや運動不足といった生活習慣（環境的要因）が重なって発症すると言われています。近年の患者数の増加の背景には、戦後の食生活の変化（外食や間食の増加）や、交通機関が発達したことによる運動不足が大きく関わっていると言われています。

糖尿病はインスリンがほとんど分泌されない「1型糖尿病」と、インスリンは分泌されるものの量が不足したり、効きにくくなる「2型糖尿病」に大別され、日本人の糖尿病患者の約95%が2型糖尿病で、生活習慣（環境的要因）が大きく関与していると言われています。

血液中のブドウ糖が高い状態（高血糖）が続くと、喉が渇く、水分をたくさん飲む、トイレが近い、尿量が増えるといった高血糖に伴う症状が現れますが、糖尿病の初期にはほとんど自覚症状がありません。自覚症状がないからといって放置しておくと、血管や神経が障害され、全身にさまざまな合併症をひきおこします。

目や腎臓の細い血管が障害されると、網膜症や腎症が起こります。網膜症による失明や腎症による人工透析導入は増え続けています。神経障害は早期から足の感覚障害などが現れてきます。

また、高血糖によって動脈硬化が進み、心臓や脳の大きな血管が詰まり、脳梗塞や狭心症、心筋梗塞、末梢動脈疾患がおきてしまいます。これらの合併症を防ぐために血糖値をコントロールしていくことが、糖尿病治療の最大の目的です。

糖尿病の治療は早ければ早いほどよく（先手必勝）、糖尿病の悪化、合併症を予防する可能性が高くなると言われています。

## ○●○ 治療 ●○○

糖尿病の治療は食事療法と運動療法が基本となります。普段から食生活に気をつけ、適度な運動を心がけましょう。摂取カロリーや炭水化物の取り過ぎに注意し、無理のない範囲で体を動かすようにしましょう。

食事療法と運動療法を十分に行っても血糖値のコントロールが目標値に達しない時には、食事療法と運動療法に薬物療法をうまく組み合わせながら、治療を中断することなく継続することで重大な合併症をひきおこさないようにし、QOL（クオリティオブライフ）を維持し健康な人と変わらない生活をおくれるようにしましょう。



## 🍀 地域医療研修を終えて 🍀

研修を終えた、飯田市立病院 初期研修医 山口 涼 先生 の感想をご紹介します。

地域医療研修として、輝山会記念病院にて4週間研修させていただきました。普段の所属先である飯田市立病院では、急性期医療を中心に研修しております。急性期医療を終えた患者さんをこちらにご紹介したことは幾度もありますが、行く先でどのような医療が行われているのかをこの目で見たことはなく、こちらに来るまではあまり想像できていませんでした。

4週間終えて抱いた印象は、より生活に近い医療が行われているというものです。リハビリテーション病棟では、リハビリ科医師、リハビリスタッフがチームとなってそれぞれの目標に向かってリハビリを進めていく様子を見ることができ、患者さんの生活や活動を診るといふ今まで十分に考えることができていなかった視点を学びました。

本院での外来診療に加えて診療所や訪問診療の研修もさせていただき、疾患や専門科にとらわれず全人的に診るといふ姿勢に感銘を受けました。また、病院の業務の他にも産業医や学校医もされていて、医療にも色々な側面があることを学ぶことができました。

こちらで学んだことを糧にして今後も研鑽を積んでいきたいと思います。お忙しいところご指導くださった先生方やスタッフの皆様にご感謝申し上げます。ありがとうございました。

## 🌸 永年勤続職員より 🌸

令和5年7月18日(火)に、『飯田メディカルヒルズ永年勤続表彰』を執り行いました。

今回は、永年勤続者代表の詞（ことば）を紹介させていただきます。

### お礼の詞

永年勤続者一同を代表いたしまして、一言、お礼の詞を、述べさせていただきます。私達それぞれが永年勤続を果たしえたのも、理事長をはじめ、諸先輩・同僚の方々のご指導・ご支援の賜物と、心から感謝致しております。

私が入職した頃はA館のみで、従業員も五十名たらずの時でした。のちにB館、C館、そしてアネックス棟と、続々と増設されていきました。その施設・設備の保守、管理をしていくにあたり、日々努力、勉強をしたものです。また、当時、会長の運転手もかねており、多忙な会長を乗せ、何十万キロと雨・風の中を走ったこともありましたが、無事故で、運転業務から身を引く事ができそうです。私自身も輝山会に勤続中に家庭を持ち、家族も増え、その子供達もみな、社会人として頑張っている姿を見ると、誇らしげに思う今日この頃です。

まだコロナと戦う日々が続いている中、コロナで世間の模様が変わっていく中、今一度初心に返り、IMHグループのより一層の発展に努力を惜しまない事をお誓い申し上げます。

何卒従来にも増してご指導・ご支援賜りますよう心からお願い申し上げ、御礼の詞とさせていただきます。本日は誠にありがとうございました。

永年勤続者代表（35年勤続） 施設安全管理課 主任 樋口 登



# 訪問リハビリの事業拡大

理学療法士 中垣 亮

訪問リハビリテーション（以下、訪問リハビリ）とは、リハビリ専門職が対象者のご自宅に訪問し、実際に生活をされている住まいやその周辺でリハビリを行うことです。

当院訪問リハビリは2000年から事業を開始し、現在に至ります。始めは飯田市・下條村・喬木村の3市村で実施していましたが、2021年2月に阿南町・泰阜村・豊丘村・高森町・松川町を、2022年4月に阿智村・天龍村を追加し、訪問リハビリ実施エリアを拡大してきました。現在は飯田下伊那10市町村を実施エリアとして幅広く活動しています。実施エリアの拡大に合わせ所属職員も増加しており、現在は理学療法士4名、作業療法士3名、言語聴覚士1名の合計8名が所属しています。



## <当院訪問リハビリの特徴>

- リハビリ全職種が揃っている
  - 利用者さんに応じたりハビリ対応が可能
- 男女比率が良い（男性3名、女性5名）
  - 同性希望の方には柔軟に対応
- 病院との連携が密、リハビリ医師が在籍
  - 医師へリハビリについての相談が可能
- 終末期へのリハビリ対応が可能
- 病院でのリハビリを経験した療法士が多い



飯田下伊那エリアの訪問リハビリで言語聴覚士が活動している事業所は少ないのが現状ですが、当院訪問リハビリでは言語聴覚士が所属しています。「食事の時にむせることが増えた」「喉の通りが悪くなった」など食事に関する困り事などにも対応することが可能です。また、当院訪問リハビリではリハビリの全3職種が揃っており、利用者さま一人ひとりにあったサービスを柔軟に提供できるのが最大の特徴でもあります。他にも当院訪問リハビリは表に示したような特徴もあります。

病院・施設を退院退所された後もリハビリが必要な方やご自宅での生活に不安がある方（自分自身・家族）、もっとやりたい事・できるようになってほしい事がある方などに対して、少しでも長く安心して生活できるようご支援させていただいております。

訪問リハビリを受けてみたい方は ①ケアマネージャー（介護保険をお持ちの方） ②主治医 ③当院訪問リハビリテーションセンター（TEL：0265-26-6677）のいずれかにお話していただくと、具体的な内容の説明や相談を受けることができます。

まずは気軽に相談だけでもお問い合わせいただけたらと思います。



# 院内展示のご紹介

今回の表紙の天竜川の絵を描いてくださったのは、山住 孝司（清風）様です。3ヶ月に1度、四季折々の風景画を描いて下さっています。今回は秋らしい紅葉が美しい絵を6枚、展示させていただきました。天竜川の舟下りは院内からも見ることができ、地域の皆様にとってもおなじみの風景です。

病院1階の売店へ続く廊下に展示をしていますので、外来患者様、入院患者様・入所者様のご家族様など、ご来院の際の癒しとしていただければ幸いです。



中央アルプス眺望（宮田高原）



片桐ダム湖（松川溪谷）



中央アルプスに雪が（飯島町中田切）



天龍舟下り（飯田市）



奥木曾湖（味噌川）



御岳山（開田高原）