

ペインクリニック

痛みに「打ち勝つ」方法！ブロック注射

ふれあい鶴見ホスピタル 毎週金曜日午後

「痛み」を専門的に診察する「ペインクリニック」とは、内科や整形外科と同じように、診療科名です。ふれあい鶴見ホスピタルでは、川崎潤医師Ⅱ
 今号「この人に聞く」で紹介Ⅱが、毎週金曜日午後診療を行なっています。

ふれあい鶴見ホスピタルでは、痛みの専門診療科である「ペインクリニック」を開設しています。同院でお話を聞きました。

診療日などを教えてください。
 （病院スタッフ）「毎週金曜日の午後（診療受付は13時から17時まで）に、予約制で外来診療を行なっています。担当医は、川崎潤医師です」

長く抱えている「痛み」を専門的に診療

診療科目
ペインクリニック

腰痛、肩痛、帯状疱疹後の痛みなど

痛みの悪循環について



ペインクリニックで扱う痛みのイメージ

ペインクリニックでは、どのような「痛み」を扱っているのですか？

（担当医・川崎潤医師）「ペインクリニックの対象には、『帯状疱疹の後の痛みが、なかなかおさまらない』といったものや、『腰痛（または肩痛など）で整形外科を受診したが、思うように痛みが改善されない』といったものがあります。このほか、当院のペインクリニックの特徴としては、『根性坐骨神経症』や『頸椎症性神経根症』を患っている方が、

多く受診されています」

ペインクリニックで目指す「痛みの解消」とは、どのようなものですか？

（以下、同医師）「慢性的な痛みを少しでも軽くして、普段の生活を1日でも早く取り戻したいという方に対し、対処していくのが、ペインクリニックの特徴です。神経痛などでは、傷付いた神経を休ませることで、症状を緩和させていく方法などを行なっています」

「神経を休ませる」という方法について、もう少し

詳しく教えてください。

「神経ブロック注射での治療では、炎症部位に注射することで炎症を抑えることや、痛みに過敏になっている神経を沈静化させて、痛みの悪循環を遮断すること、さらに、血流を改善して緊張部位を緩和するといった効果があります。速やかな除痛効果や、伸びなかつた筋肉が伸びる（曲げることができなかつた腰が曲がるようになる等）ことが期待できます」

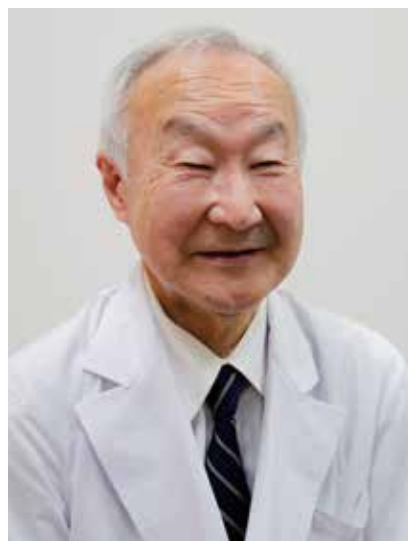
なるほど。具体的に、どのような疾患に行なっていますか？

「根性坐骨神経症で起こる慢性的な痛みには、この神経ブロック注射による除痛作用が非常に効果的と考え、実施しています。長く苦しい痛みに対しては、脳が感作（痛みを覚え込む）してしまうので、痛みを

ふれあい鶴見ホスピタル
新子安駅などから直通無料バスがある孤独な「痛み」との闘い
遮断して共存できる生活へ

〇…「痛みというのは、どんなに心を寄せている家族でも、本人しかわからない苦しみです。そして孤独感も生じます。『ペインクリニック』という診療科は、痛みを解決するための専門診療を行なうものですので、まずは、

〇…優しい語り口で続けます。「当院の『ペインクリニック』の外来は、週1回の予約制ですが、次の外来日まである一週間後に、どうしても来られないという方もいらつしやいます。主な治療法である『神経ブロック注射』は、その次の外来日である二週間後（14日後）には、遮断していた痛みが湧き起こる可能性があり、我慢に恐怖感を抱いているような場合は、外来日に限らず、対応できるように努めています。準備などの関係で、『病院へ連絡する際に、定期受診ができなかつた事情を説明してくださいね』とお電話してから来てくださ



川崎 潤 医師

(かわさき じゅん)

ふれあい鶴見ホスピタル

【ペインクリニック】

日本麻酔科学会 元指導医

〇…「麻酔科の医師として、患者さまのお悩みに応えたい」と思っています。

「根性坐骨神経症で起こる慢性的な痛みには、この神経ブロック注射による除痛作用が非常に効果的と考え、実施しています。長く苦しい痛みに対しては、脳が感作（痛みを覚え込む）してしまうので、痛みを

急募

健康生活お役立ち新聞

応募〆切／5月16日(日)

ライティング業務等

未経験者歓迎！意欲重視



◇長期勤務によるキャリア形成のため、若年層を積極採用

正社員募集

資格／要普免（AT限定可）

年齢／40歳位まで

勤務予定地／茅ヶ崎市

待遇／社会保険完備、医療費補助制度

ほか

電話またはメールで応募連絡後、必要書類を郵送してください。

【選考】書類・面接 など

〒253-0084
 茅ヶ崎市円蔵370-20
 エフアンドユーライフ3F 新聞宛
 ☎0467(58)5678
 ✉fy-kouho@fureai-g.or.jp

(有)エフ.アンド.ユアライフ

介護と医療の安心感を
自分らしくコラボレーション

お元気な方も、介護が必要な方も、ここから新しいシニア生活が始まる――。

住宅型有料老人ホーム

シニアホテル東戸塚

サウスウイング

見学会日程

第1弾 5/21(土)～5/29(日)

第2弾 6/4(土)～6/12(日)

万全な医療サポート

隣に立つ地域病院「ふれあい東戸塚ホスピタル」と24時間365日にわたる連携体制を確立

介護施設の密集地

ケアマネ・訪問看護・訪問介護・通所リハビリ・デイサービス・福祉用具レンタルなどの事業所が近隣に集中

プライベートも集団も楽しむ

最も多い居室「タイプA」は、かなり広めな24.8㎡。展望レストランでの食事、リハビリ体験などのイベントも充実

居室例



前払金 1,700万円～

月額利用料 22万5,349円～（管理費・食費含む）

シニアホテル東戸塚

住宅型 サウスウイング

介護付 イーストウイング

フリーダイヤル

0120-35-2240

横浜市戸塚区上品濃16-15.16-8

春のうららかな時間を体感してみませんか。個別見学が可能です。お気軽にお問合せを。

「施設」ではなく「住まい」を実感する優雅な空間

品格ある中庭、ゆったりとした居室、充実の外気浴に囲まれた住まいを貴方へ――。

介護付有料老人ホーム

シニアホテル東戸塚

イーストウイング

個別相談受付中！

自然の光が包み込む

中庭が望めるスペースは読書や飲談の場として人気の空間

落ち着いた雰囲気に癒される

屋上庭園や中庭は飽きのこない開放感と静寂が同居する

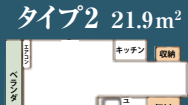
素晴らしい眺望までも日常に

9階展望レストランやテラスからは横浜港まで見渡せる

前払金 1,650万円～

月額利用料 20万2,720円～（管理費・食費含む）

居室例



交通アクセス

電車の方

JR「東戸塚駅」西口から無料シャトルバス5分（徒歩では同駅）（西口から15分）

お車の方

横浜新道「川上IC」または「今井IC」から5分（無料駐車場を）ご利用ください



サポート範囲を知っておこう！

訪問介護サービスでしていただけること

介護サービスの一つ「訪問介護」は、訪問介護員（ホームヘルパー）などが、利用者の自宅に行き、必要な支援を提供する在宅サービスです。「要支援」または「要介護」

の認定を受けた高齢者が、自立した生活を自宅によりよく送れるようにするために、有意義なサポートを行なうことが目的です。

◆身体介護サービス

身体介護サービスは、食事、入浴、排泄、更衣などに関わる介助や、床ずれ予防の体位変換などが該当します。主に体に直接触れて行なう介護は、こちらに含まれます。

◆生活援助サービス

生活援助サービスは、主に日常生活を送る上で必要なサポートになります。掃除や洗濯のほか、食事の準備、買い物などに対して、利用者に代わって行なうことで、日常生活

身体介護サービス

- 食事介助
- 入浴介助
- 排泄介助
- 更衣介助
- 体位交換
- 清拭 ほか

生活援助サービス

- 掃除
- 洗濯
- 食事の準備
- 買い物代行 ほか

訪問介護で受けられる主なサービス内容

ふれあい横浜ヘルパーステーション

中区・西区・南区・磯子区にヘルパー派遣

身体介護・生活援助どちらもOK

「ふれあい横浜ヘルパーステーション」は、介護福祉士を含む14名のホームヘルパーが在籍し、横浜市中区・西区・南区・磯子区を対象に、介護サービスを提供しています。スタッフにお話を聞きました。

Q.「訪問介護」では、どのようなことをしてくれるのですか？

A.利用者さまが、可能な限りご自宅で自立した日常生活を送っていただくための介



イメージ

訪問介護で笑顔がふれる生活を

護や生活の支援なので、サービス内容は、幅広くあります。例えば、食事・排泄・入浴などの身体に関わる介護サービスのほか、掃除・洗濯・買い物・調理などの生活に関する支援サービスがあります。

Q.訪問介護を「介護保険」で利用する場合は、どうすればいいですか？簡単な流れを教えてください。

A.「ふれあい横浜ヘルパーステーション」での大まかな流れをお伝えします。

お申し込み書に必要事項をご記入いただき、ケアマネ

活をスムーズに送れるようにするための支援です。

* * *

しかし、代行や支援といっても、提供できない内容もあります。

医療行為にあたる注射や点滴などは禁じられ、さらに、利用者本人ではなく、家族に対する介助などは、サービス内容に含まれていません。

そして、訪問介護の利用を始めるためには、前提として「介護認定」を受ける必要があります。

介護支援専門員（ケアマネジャー）などのサポートを受けて、ケアプランを作成することで、介護サービスを提供している事業者と契約できるようにします。

日常生活に不安が出てきたら、介護サービスの利用について、検討を始めましょう。

貢献していきます。

在籍メンバーは、国家資格である「介護福祉士」のほか14名の訪問介護員（ホームヘルパー）がそろい（22年3月現在、事業所がある中区を中心に、西区、南区、磯子区を対象エリアとして、サービスを提供しております。

病院に併設されている特徴を活かし、医療との連携を密に行なっております。さらに、ケアマネジャーが所属する「居宅介護支援事業所」も併設されており、各方面から親切・丁寧な内容を提供するように心掛けております。

Q.「ふれあい横浜ヘルパーステーション」は、最近できた事業所ですか？

A.当ヘルパーステーションは、地域病院「ふれあい横浜ホスピタル」の訪問介護事業所として、2013年4月に設立したので、この春10年目を迎えました。さらなる実績を重ね、地域のために

ふれあい横浜ヘルパーステーション
〒045-228-8401
横浜市中区万代町2の3の3

春のオープンキャンパス開催！

医療・IT・福祉、おもてなし分野のプロに

医療ビジネス観光福祉専門学校

「医療ビジネス観光福祉専門学校」では、医療事務やITスキル、介護福祉のほか、ホテル・ブライダル業界で活躍する人材を、養成しています。多彩な分野が学べるコースを設置することで、あらゆる場面に即応できる力と、豊かなコミュニケーション力を磨きながら、所属する学科の専門知識と技術が習得できます。

授業は10〜20人という少数で組まれ、さらに担任制度をとっているため、個々のサポートも充実しています。同校のスタッフは、「5月は毎週土曜日に、オープンキャンパスや説明会、体験入学を行ないます。実際に授業を担当する教員や、本校の在校生が、学校の魅力を紹介し、絶対の機会だと思えます。個別相談は、全日程で行なっています。是非、ご参加ください」と話しています。最寄駅は、JRと小田急線が通っているアクセス便利な町田駅（JR町田駅から徒歩1分、小田急町田駅から徒歩4分）！駅近の立地も魅力です。まずはこの機会に、同校を訪問してみてもいいでしょう。詳しい内容は、ホームページで確認できます。

■医療ビジネス観光福祉専門学校
〒042-744-9711

介護資格の取得へ！

入門的な「初任者研修」と発展の「実務者研修」を開講

ふれあい医療福祉研修センター

医療や福祉の講座を行なっている「ふれあい医療福祉研修センター」では、「介護職員初任者研修」と「介護福祉士実務者研修」を開講します。「介護職員初任者研修」は、介護の基本的な知識から応用技術までを学び、介護の入門

的な資格を取得できる研修です。添削課題を併用して進めるので、通学は週1回ですみ、働いている人でも受講しやすい日程になっています。その上位資格となるのが、「介護福祉士実務者研修」です。通信課程であり、ライフスタイルや勉強方法に合わせて、Web学習コースと「印刷教材学習コース」から選べます。研修中はもちろん、研修終了後も国家試験受験・合格まで、きめ細かいサポートがあります。同センターでの21年度の介護福祉士実務者研修修了生の国家試験合格率は、なんと100%！興味がある人は、是非お問い合わせを。■ふれあい医療福祉研修センター
〒0467-84-0576

入門的資格

介護職員初任者研修

日程 6/9(木)～9/29(木)

スクーリング 計17日間(週1回ペース)

茅ヶ崎リハビリテーション専門学校 別館3階・演習室

【JR茅ヶ崎駅北口から徒歩18分】

上位資格

介護福祉士実務者研修

日程 6/1(木)～11/30(木)

スクーリング 計7日間

茅ヶ崎リハビリテーション専門学校 別館3階・演習室

【JR茅ヶ崎駅北口から徒歩18分】

申込み・問合せ

ふれあい医療福祉研修センター

神奈川県茅ヶ崎市南湖1-6-11

茅ヶ崎リハビリテーション専門学校 別館3階

☎0467-84-0576 FAX 0467-84-5966

✉ fureai-kensyu@fureai-g.or.jp



2022年度
5月開催

オープンキャンパス スケジュール

5/7(土) 10:00～11:30

学校説明会・AOエントリー説明会

AO入試合格へのアドバイス、学校概要の説明 ほか

5/14(土) 10:00～12:30

スペシャル

オープンキャンパス

体験授業、在校生トーク ほか

5/21(土) 10:00～12:30

スペシャル

オープンキャンパス

体験授業、在校生トーク ほか

5/28(土) 10:00～12:00

体験入学

学校概要の説明、入試・学費について ほか

問合せ

医療ビジネス観光福祉専門学校

神奈川県相模原市南区上鶴間本町3-18-27

☎042-744-9711

医療ビジネス学科 病院事務コース・メディカルITコース

介護福祉学科 観光学科 ホテル・ブライダルコース

JR町田駅
徒歩1分

小田急町田駅
徒歩4分



実施日・内容は変更になる場合があります。最新の情報はHPでご確認ください。



医療薬学科

看護学科

理学療法学専攻

作業療法学専攻



湘南医療大学
Shonan University of Medical Sciences

東戸塚駅より徒歩15分！毎週土曜日オープンキャンパス開催中！

〒244-0806
神奈川県横浜市戸塚区上品濃 16-48

公式サイト <https://sums.ac.jp>

お問い合わせ 入試事務室 045-821-0115 / nyushi@sums.ac.jp

健康生活お役立ち新聞

横浜版

2022年4月

No.69

発行所 (有)エフ.アンド.ユアライフ 〒253-0084 茅ヶ崎市円蔵370-20 電話(0467)58-5678

肺は生命維持に直結

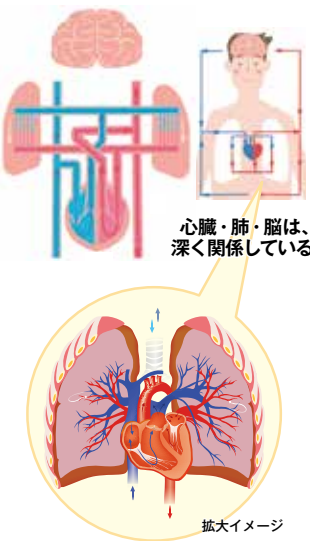
「息ができるから」はダメ！ 呼吸の違和感は早めに受診を

「呼吸器内科」は、咳や痰、呼吸時の違和感などを専門的に診る科です。「息ができるから」といって、呼吸に関して抱えている問題を放置し続けてしまうと、重篤化して命を脅かすことがあります。

受診でびくつきが多い

息が進んでいた！といったケースが増えています。

咳や痰が続いていたり、呼吸時の違和感などがある場合は、放っておいてはいけません。やっと受診したら、「喘息（COPD）である可



肺と心臓の関わりについて(イメージ)

能性も、認識しなくてはなりません。

COPDは脱衣も苦痛に

COPDは、主にたばこが原因で発症する病気です。長引く咳や痰、息切れなどの症状が特徴です。

初期は、階段や坂道などで息切れが起こり、悪化するにつれて、普通に歩いているだけでも、息切れを起こすようになります。

重症化すると、入浴時に服を脱ぐといったわずかな動作

「呼吸器専門医が解説」

気管支喘息・COPDの検査と治療法

ふれあい鶴見ホスピタル 大貫恭正 医師

ふれあい鶴見ホスピタルでは、呼吸器を専門とする医師が2名（常勤1名、非常勤1名／22年4月現在）在籍し、水曜日と土曜日の各午前枠で診療を行なっています。大貫恭正医師のお話を紹介します。

呼吸器内科で扱う内容と、多い疾患について教えてください。

「当院の呼吸器内科では、主に肺や気管支、胸膜の疾患・症状を、診察しております。呼吸器疾患として、多いものの一つに、『気管支喘息』があります。



ふれあい鶴見ホスピタル 呼吸器内科(常勤医師) 大貫 恭正 医師

この疾患は、慢性的な炎症によって、気道が狭くなり、喘鳴（ゼイゼイ、ヒューヒューという呼吸音がある）が起こり、呼吸困難になる場合もあります。

呼吸機能を調べたり、胸部X線、心電図、採血などの検査を実施して、診断します。治療では、ステロイド薬などの抗炎症薬を用います」

もう一つ、呼吸器疾患を教えてください。

「年々、死者数が増えている

でも、息が切れてしまうようになり、日常生活に支障を来たしていきます。

肺炎は飲み込み障害でも

また、高齢者に特に気を付けてほしいのは、「肺炎」です。細菌やウイルスなどの病原体が、肺で感染・炎症を起こす病気です。咳や痰のほか、頭痛、発熱などが起きる場合もあります。

重症化すると、脱水症状だ

けでなく、呼吸困難に陥り、命を脅かすほどになります。嚥下機能の低下が見られる

高齢者の場合は、食べ物・唾液が誤って気道に入り込んでしまい、肺炎を起こす「誤嚥性肺炎」にも、気を付けなくてはなりません。

咳や痰などのわかりやすい症状のほか、呼吸や肺の違和感は、放置せず、早めに受診するようにしましょう。

治療は、まず禁煙すること

から始まります。重症の場合は、薬物療法や在宅酸素療法を行ないます」

検査では共通して、

呼吸機能や肺のX線写真をみる

「そうですね。このほかに、肺がんや肺結核など、恐ろしい呼吸器疾患はたくさんあります。

『3の法則』といって、人間は呼吸をしなければ3分、水を飲まなければ3日、食料を摂取しなければ3週間、

限界を迎えるとされています。呼吸は、生きる上で最も重要なものです。呼吸の違和感は、重大な病のサインと考えて早めに受診しましょう」

取材協力

ふれあい鶴見ホスピタル 大貫 恭正 医師

鶴見区東寺尾4の4の22

周産期は丁寧な支援を

「かかりつけ産婦人科」を検討する必要性

分娩だけのために「産婦人科」を選ぶのではなく、長期的な「かかりつけ産婦人科」として、医療機関を選ぶことは大切です。

妊娠・出産後までを、

「周産期」といいます。この周産期は、女性にとって、多くの危険を含んでいる時期です。

身体的なことだけでなく、妊

娠・出産・子育てなどの一連の不安がつり、精神的に不安定になってしまふことは、少なくありません。

自分に必要なサポートを

横浜市産後母子ケア事業に参画

「横浜ホスピタル」が産後をサポート！

利用要件は在住の区役所に確認を

中区にある「ふれあい横浜ホスピタル」は、横浜市の事業に参画し、「産後母子ケア事業」の実施設になりました。産婦人科スタッフのお話を紹介します。〈取材協力〉

ママと赤ちゃんの支援事業

（産婦人科スタッフ）「ふれあい横浜ホスピタルは、2002年に開院した当初から、産婦人科診療を行なっており、20年の実績をもって、地域の女性を支援しています。この度、横浜市の『産後母

子ケア事業』に参画し、出産直後の女性（ママ）とその乳児（赤ちゃん）のサポートを、当院で実施することになりました。

出産直後で心身が不安定になりやすい時期に、宿泊しながら助産師などの優しいアドバイスを受け、育児方法を学

りを受けることが大切です。そして、定期受診などは、周囲のフォローが感じられる環境に接することになり、一つの「安心材料」になります。

現代は、母子ともに安全な出産や、安心の子育て環境について、当たり前のよう考えてしまいがちですが、そうではない場合もあります。

長期的な「かかりつけ産婦人科」として、分娩の際などの医療機関の選択には、総合的な視点からも考えていくとよいでしょう。



このような周産期の対応には、妊娠期間中に、信用できる医療機関や医師がいるところで、「妊婦健診」をしつ

横浜市の内容を簡略化して表示

産後母子ケア事業 利用について

事前相談・面談 申請書の提出

利用希望者さま

決定の通知

区のこども家庭支援課

利用の調整

産後母子ケア事業 実施施設 (ふれあい横浜ホスピタル)

詳しくは、お住まいの区のホームページを参照、または区役所へお問合せください。

病院にしてお問合せ

ふれあい横浜ホスピタル

TEL 045(681)5101

JR関内駅南口から徒歩3分

「当院で出産されていない方、または通院歴がない方でも、ご利用は可能ですので、お住まいの区役所で詳しい利用要件をご確認ください。

産後4カ月未満が対象

医学講座

会場：ふれあい横浜ホスピタル 2階 会議室

日時 5月26日(木) 14:00から

講師 ふれあい横浜ホスピタル 内山 将 診療放射線技師

参加無料

オンラインで自宅視聴も！

放射線科について知ろう！～放射線科の役割と当院設備～

病院にある医療機器の「MRI」や「CT」。これらを使った検査では、実際にどのようなことをしているのでしょうか？撮影1件にかかる時間、被曝量など、放射線を利用した検査を担当している現場のスタッフが、普段お伝えできない内容をお話します。

お問合せ・ご予約

ふれあい横浜ホスピタル 045-681-5101 (代表)



オンライン配信で会場の講義を生中継！

会場入場は事前予約・10名さまです。

会場周辺の地図→



オンライン視聴は当院のホームページから事前にお申込みください。

医学講座

会場：ふれあい鶴見ホスピタル 1階 会議室

日時 5月24日(火) 13:00～14:00

講師 ふれあい鶴見ホスピタル 大貫 恭正 医師

参加無料

オンラインで自宅視聴も！

身近に起こる怖い病気 肺炎 ～肺炎球菌ワクチンで予防しよう～

「肺炎」という病気について、多くの方がその名は聞いたことがあると思います。しかし、どんな病気なのか、そして、どうすれば予防できるのかについて、正しい知識をもっている方は、そこまで多くはありません。呼吸器専門医が肺炎を詳しく説明します。

お問合せ・ご予約

ふれあい鶴見ホスピタル 045-586-1717 (代表)



会場へ入場参加ができます(事前予約制)

会場参加には事前予約が必要です(20名様まで)。

オンライン参加は、当院ホームページで視聴方法をご確認ください。

