

# 東京病院ニュース

## 第108号



発行元 独立行政法人 国立病院機構 東京病院  
〒204-8585 東京都清瀬市竹丘3-1-1  
TEL 042 (491) 2111 FAX 042 (494) 2168  
ホームページ <https://tokyo-hp.hosp.go.jp/>

### 巻頭言



### 国立病院機構東京病院院長 松井 弘稔

先日、東所沢にある、角川武蔵野ミュージアムに行ったところ、「角川源義の時代 ～荒波を超えて～」という企画展がありました。その説明によると、角川書店創業者の角川源義は、1945年に角川書店を創立、本展では「出版人」としてだけでなく、「研究者」「俳人」としても多大な業績を残した源義の58年の生涯を、出版・研究・俳句の三つの側面から辿ります、となっていました。中に進むと、角川源義は国立療養所東京病院（現

在の国立病院機構東京病院）に入院していたとあり、「月の人のひとりとならむ車椅子」という俳句は、結核で亡くなる1か月前、旧暦の8月15日にこっそりと病棟を抜け出して車椅子で屋上に出て詠んだものと解説されていました（写真は昭和38年頃の東京病院結核病棟）。50年前の当時は、現在と同様の抗結核薬がようやくそろった頃で、結核と診断される人が1年間で10万人を超え、結核で亡くなる人が1万人程度いました。毎年公表されている結核の統計によると、2025年は結核の新規罹患者が初めて1万人を切るまで減少しました。

昨年の東京病院ニュースで、秋はススキという話をしましたが、春はカタクリの花が好きです。カタクリは、種から花が咲くまでに最短7年もかかります。1年目は芽を出すだけ、2年目から6年目は葉を1枚出すだけで、7-8年目に葉を2枚出して花を咲かせます。その後は長生きで、平均寿命は40-50年ほどと推定されています。カタクリの葉は特徴的なので、慣れると見つけるのは難しくありませんが、葉が出てきたので花が咲くのかと思ってみると、咲かずに終わってしまうものも多くあります。清瀬では、空堀川沿いの森（清瀬中里緑地保全地域）にロープを張って自生地を保護しているところがあり、ちょうど、ソメイヨシノが咲くころにカタクリも花を咲かせます。

同じ春の花のスマイルと共通点があって、種子にはアリが好む物質が含まれ、アリに運ばれることによって生息範囲を広げるため、ある範囲に密集して咲いています。花が下を向き、特定のハチのみを近づけて、受粉を促す構造になっています。料理に用いられる片栗粉は、もともとカタクリの根から抽出したデンプンのことでしたが、現代ではジャガイモから抽出したデンプンが代用されています。



# 新しい連携医の方を紹介します



松平呼吸器内科・  
アレルギー科クリニック  
Matsudaira Pulmonology & Allergy Clinic

内科  
呼吸器内科  
アレルギー科



院長 松平 秀樹 先生

## 専門的な知見と技術で、 呼吸器疾患を丁寧に診療いたします。

私は呼吸器の専門医として30年以上、診療と研究及び教育に携わってきました。これまでの経験を活かし、さまざまな呼吸器疾患に対して丁寧な診察とわかりやすい説明を心がけております。

また、地域のかかりつけ医として、生活習慣病など一般的な内科疾患や健診、ワクチン接種にも力を入れ、若い方からご高齢の方まで安心して相談していただけるクリニックを目指しています。これからも患者さま一人ひとりの声に耳を傾け、皆さまの健康を支えていけるよう努めてまいります。どうぞよろしくお願いたします。

	月	火	水	木	金	土	日
9:00-12:00	●	●	●	/	●	▲	/
15:00-18:00	●	●	●	/	●	/	/

▲…9:00-12:00 【休診日】日曜、祝日

〒352-0032 練馬区東大泉6丁目51-4 TKマンション 1F  
TEL 03-3867-8141  
URL : <https://respiratorycl-oizumi-gakuen.com/>



西武池袋線「大泉学園駅」より徒歩4分



新座駅前なわ内科外科クリニック

呼吸器内科  
内科・外科



院長 名和 公敏 先生

当クリニックは、安心安全な医療を提供することを理念としています。安心安全な医療を提供することにより、地域の皆様に信頼されるクリニックとして地域貢献します。当院に関わる全ての人々が体と心の両面において健康と幸福を感じられる医療を目指します。

理念に基づき行動することでより良い医療の提供を目指します。具体的には、安心のために、わかりやすい言葉で丁寧に説明をすることで、患者さん本人が治療の必要性を理解し、納得して治療を進められるように努めます。また、安全のために、清潔、点検、確認を徹底することで、感染症対策や信頼できる医療を提供する努力を続けます。

新座駅前なわ内科外科クリニック

土曜日 午後も診療

発熱外来

CT 完備

セルフレジで会計スムーズ

インフルエンザ

新座駅 北口 徒歩1分

時間予約を優先

呼吸器内科  
内科 外科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00-12:00	●	●	/	●	●	●	/
15:00-18:30	●	●	/	●	●	△	/

休診日：水曜・日曜・祝日 △ 14:00-17:00

〒352-0011 新座市野火止5-3-63 2F  
TEL 048-260-6102  
URL <https://nawanaika.com/>

## 納得して受けるがんの治療 —Shared Decision Making：共有意思決定—

消化器外科 中山 洋

癌という病気はこの20年で、より身近に実感されるようになったのではないのでしょうか。日本人では、男女合わせると大腸癌・肺癌・胃癌が罹患率のトップ3を占めており、日本人が一生のうちにがんと診断される確率は男性63%、女性51%とされています\*。中には最初の癌が治療で治り、その後別の癌になってしまう方もあります。

近年の医療では、ご自身の病状をよく理解して頂き、納得して頂いた上で、治療方針を決めていくことが重要とされています。これをShared Decision Making (共有意思決定)といいます。どんな治療であっても、それによるメリット・デメリットがあります。目標とするメリットは、癌が治ることであったり、症状を抑えて元気に過ごせる期間を延ばすことだったりします。デメリットとしては、手術で癌を切除することによる臓器機能の低下などのほか、合併症の危険性、薬による副作用などがあり、治療に伴って不可避のもの、発生するかどうか確率でしかわからないものがあります。このようなデメリットは患者さんやご家族にとっては、恐ろしいものに思われるかもしれません。しかし、癌を放置しておく、病状が進行していろいろな症状が出てくるのが予想され、中には、その臓器の機能が失われて日常生活に支障が出るようなものもあります。たとえば、胃腸の通りが悪くなって、食事が食べられなくなるのはその一つです。そのほかにも、病変から出血して貧血になるとか、治せる機会が失われてしまうことなども、治療せずにいることのデメリットと言えるでしょう。

癌に対する治療は、各学会からガイドラインが出されており、標準治療として推奨されるものがまとめられています。癌の種類によっては、患者さんが理解しやすいようにわかりやすく書かれた「患者さんのための〇〇癌治療ガイドライン」のような本が、金原出版から出されています。一般の方にはあまりなじみのない出版社ですが、日本の癌の取り扱い規約や、ガイドラインのほとんどを手掛けている医学書の出版社です。お読みいただくと、病気や治療方針の理解の手助けになる



かもしれません。そのほか、インターネットには、がん情報サービスというサイト (\*: <https://ganjoho.jp/public/index.html>) があります。国立がん研究センターが運営するサイトで、ここに上げられている情報は信頼性が高いと考えていいでしょう。

リハビリテーション科医長 伊藤 郁乃

最近、「フレイル」という言葉を耳にする機会が増えてきました。フレイルとは、加齢に伴い心身の働きが少しずつ低下し、健康な状態と要介護状態の間にある状態を指します。まだ病気とは言えない段階ですが、このまま放置すると転倒や入院、介護が必要になる可能性が高くなるとされています。しかし、フレイルは早めに気づき、生活を見直すことで改善できる可能性がある状態でもあります。

フレイルの背景には、筋力の低下、栄養不足、活動量の低下、社会とのつながりの減少など、さまざまな要因が関係しています。特に高齢になると食事量が減り、たんぱく質の摂取が不足しやすくなります。また、外出の機会が減ることで体を動かす時間が少なくなり、筋力がさらに低下してしまうという悪循環が起こりやすくなります。

フレイルを予防・改善するためには、「栄養」「運動」「社会参加」の三つが大切だと言われています。まず食事では、肉や魚、大豆製品などのたんぱく質をしっかりと摂ることが重要です。次に運動では、散歩や体操など無理のない

範囲で体を動かす習慣を続けることが効果的です。そして、地域の集まりに参加したり、友人と会話をしたりするなど、人との交流を保つことも心身の健康につながります。

年齢を重ねると、多少体力が落ちるのは自然なことです。しかし、「年のせいだから仕方がない」と思ってしまうと、体の衰えはさらに進んでしまいます。反対に、日々の生活の中で少し意識して

体を動かし、バランスのよい食事を心がけ、人とのつながりを大切にすることで、健康な状態を長く保つことができます。

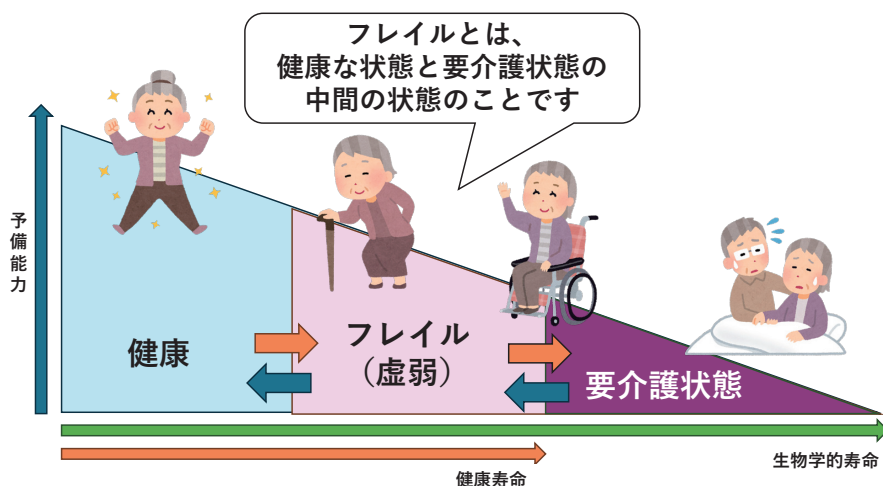
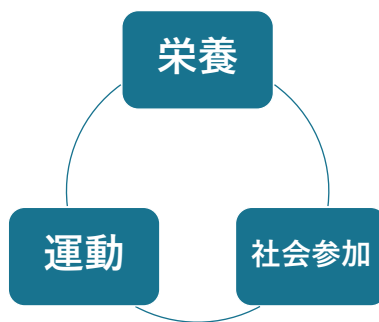
フレイルは誰にでも起こりうるものですが、早めに気づき、生活習慣を整えることで予防や改善が期待できます。いつまでも自分らしく元気に生活するために、日頃から体の変化に目を向け、できることから取り組んでみましょう。

## フレイルチェック

- 筋力が弱くなった (1Lの牛乳を2本持つのが大変)
- 歩くのが遅くなった (横断歩道を青信号で渡り切れない)
- 体重が減った
- 疲れやすくなった
- 動くのがおっくう (外出の頻度が減った)

3つ以上  
該当なら  
要注意!

## フレイル予防の3本柱



## 異動・退職のご挨拶

### 臨床検査科 臨床検査技師長 松本 善信

本年3月をもちまして定年を迎え、退職することとなりました。東京病院に赴任してからの3年間、超音波検査件数増加に向けた提案と保険点数算定に関する提案・算定内容の確認。各部署における業務の見直し・合理化と休暇取得時のバックアップ体制構築。複数部署に対応できる人財配置を行い、スペシャリストおよびジェネラリストの育成と自ら考え行動できる技師の人材育成を目標に取り組んでまいりました。すべての目標を十分に達成できたとは言えませんが、今後につながる土台づくりと、いくつかの「種」を蒔くことはできたと感じております。長いようで短い3年間でしたが、在任中は関係部署の皆様にも多大なるご支援とご協力を賜り、心より感謝申し上げます。

### 経営企画室 経営企画室長 北久保 智也

2年間、大変お世話になりました。経営企画室長という病院経営に責任をもつ立場にしながら健全な運営までに至らず道半ばで異動することになりました。後を皆様に託す形になり申し訳なく思っています。

2年間を振り返ると、当院職員の患者さんへの温かいケアや呼吸器科をはじめとした高度かつ着実な医療を提供する姿に接する機会が多々あったことが思い起こされ、やっぱり、東京病院はすごいな、いつまでも今のようにあり続けてほしいなと心から思いました。

東京病院の益々の発展と職員の皆様のご活躍を心よりお祈り申し上げます。

### リハビリテーション科 理学療法士長 眞道 幸江

2024年4月に東京病院に着任し2年間在職させていただきましたが、4月より東京医療センターへ異動することとなりました。在職中は、2024年8月に病院機能評価 高度・専門機能<リハビリテーション（回復期）>を受審、2025年9月には地域包括医療病棟の立ち上げ、また2026年4月からは院内の2階にもリハビリを実施する場所を設け、新たに運用を開始する予定となっております。このような様々な取り組みに携わる機会をいただき、その中で皆様の温かいご支援とご指導のもと、充実した2年間を過ごすことができましたことを感謝申し上げます。新天地でも東京病院で経験したことを活かし、邁進していきたいと思っております。

最後に、東京病院の皆様のご健勝とご発展を祈念しております。

### 薬剤部 副薬剤部長 船崎 秀樹

このたび、2026年4月より新潟県上越市にございますさいがた医療センターへ赴任することとなりました。2022年4月に東京病院に着任し、院内の多職種の皆様より格別のご高配とご協力を賜り、心より御礼申し上げます。薬剤部での業務を通じ、チーム医療の重要性や薬剤師としての責任を改めて学ばせていただきました。

新天地での勤務は、初めての単身赴任となりますが、ここでの経験を今後の業務に生かし、引き続き研鑽に努めてまいります。皆さまのご健康とますますのご活躍、東京病院のご発展をお祈りいたします。



独立行政法人 国立病院機構東京病院

# 出前講座のご案内

東京病院では、地域の方々との交流・健康づくりのお手伝いの一助として、当院の職員による「出前講座」をご用意しております。皆様の地域に職員が出向いて、専門的な内容を分かりやすくお話しいたします。

なお、開催にあたっては、主催団体様においても十分な感染対策を講じていただく必要がありますので、ご理解・ご協力ほどお願いいたします。

※今後の感染状況や開催条件によっては、お受けできない場合もございます。予めご了承ください。

番号	講座名	講師
1	たばこの害について	院長 松井弘稔
2	いびきを放置するのは危険？～睡眠時無呼吸の話～	院長 松井弘稔
3	増えている非結核性抗酸菌症	感染症科部長 永井英明
4	結核は過去の病気ではありません！	感染症科部長 永井英明
5	大人のワクチンについて	感染症科部長 永井英明
6	こんな時は脳神経内科を受診してください（脳神経内科が診療する疾患について）	外来診療部長 小宮正
7	脳卒中になったら、ならないために…	外来診療部長 小宮正
8	認知症の予防と治療について	外来診療部長 小宮正
9	パーキンソン病の治療の進歩	外来診療部長 小宮正
10	「お茶でむせる」は要注意！～飲みこみの障害とその対策について	リハビリテーション科医長 伊藤郁乃
11	感染症から身を守ろう！～今日からできる正しい手洗い～	感染管理認定看護師 松本優子
12	抗がん剤と副作用	がん薬物療法認定薬剤師 植木大介
13	ジェネリック医薬品（後発医薬品）とは	副薬剤部長 本郷知世
14	がん診断時からの緩和ケアについて ～緩和ケアを終末期医療と思っていませんか？	緩和ケア内科医長 池田みき
15	もしバナゲーム(もしものときの話し合い) ～命の危険が迫っている時、あなたは何を大切に生きたいですか？～	緩和ケア認定看護師 村山朋美
16	遺伝子検査とは・・・（新型コロナウイルス・結核菌）	主任臨床検査技師 山口卓哉

## ○開催日時・場所

原則、平日の9時から17時の間で1時間程度といたします。会場のご用意は、主催団体側にてお願いします。

## ○申し込みができる団体

町内会、自治会、老人会、市民サークルなどの地域団体や、学校・企業などを想定した講座となっております。

## ○申込方法

希望日の概ね2週間前までに、下記のお問い合わせ先（東京病院経営企画室）まで、開催時期・講座名等についてご連絡ください。担当者にて調整させていただきます。

## ○その他

講演料は無料となりますが、講師の交通費等は主催団体側にてご負担をお願いいたします。

## ○お問い合わせ 東京病院 経営企画室（☎042-491-2111）



独立行政法人 国立病院機構 東京病院

外来診療担当医師表

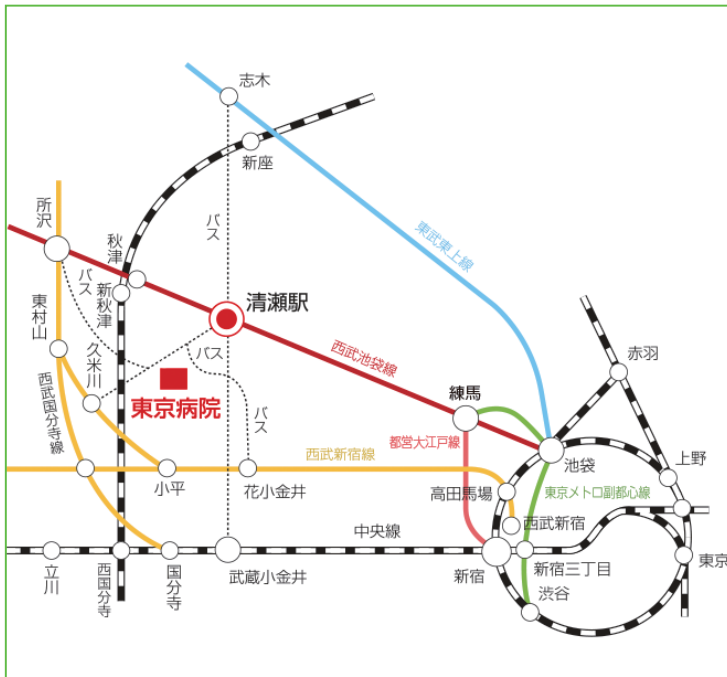
〒204-8585 東京都清瀬市竹丘3-1-1 TEL 042-491-2111(代) FAX 042-494-2168

〈地域医療連携室〉TEL 042-491-2934/FAX 042-491-2125 ※平日の8時30分~15時30分(医療機関からの問い合わせを除く)

★は、予約患者様のみの診療です。 【受付時間】 初診 8時30分~11時00分 再診(予約外) 8時00分~11時00分

Table with columns for Department (診療科名), Date (月), Day (火), Water (水), Wood (木), Metal (金), and Remarks (備考). Rows are categorized by center (呼吸器センター, 消化器センター, 内科系, 外科系, その他) and sub-department (呼吸器内科, 呼吸器外科, 消化器内科, 消化器外科, etc.).

## 交通のご案内



## 電車各線からのアクセス

## 西武池袋線

- 「清瀬駅」南口よりタクシー5分
- 「清瀬駅」南口バス2番乗り場より
  - ・久米川駅行・所沢駅東口行 ➡ 「東京病院北」下車
  - ・下里団地行・滝山営業所行・花小金井駅行 ➡ 「東京病院玄関前」下車

※早朝夜間など「東京病院玄関前」を経由しない場合がありますので、車内アナウンスにご注意ください。

清瀬駅へは、

- ・池袋から西武池袋線快速・準急 … 約22分
- ・新宿からJR埼京線または山手線で池袋乗換 … 約36分
- ・新宿から都営大江戸線の練馬乗換 … 約40分
- ・渋谷から東京メトロ副都心線直通 … 約39分

## JR武蔵野線

- 新秋津駅よりタクシー10分  
または西武池袋線「秋津駅」で乗り換えて「清瀬駅」まで

## 西武新宿線

- 「久米川駅」北口バス1番乗り場より  
清瀬駅南口行 ➡ 「東京病院北」下車
- 「花小金井駅」北口  
清瀬駅南口行 ➡ 「東京病院玄関前」下車

※早朝夜間など「東京病院玄関前」を経由しない場合がありますので、車内アナウンスにご注意ください。

## お車でお越しの方

- 駐車場：265台収容可能（30分以内無料）



独立行政法人  
国立病院機構

# 東京病院

National Hospital Organization Tokyo National Hospital

〒204-8585 東京都清瀬市竹丘3丁目1-1

代 表

TEL : 042-491-2111

FAX : 042-494-2168

地域医療連携室(直通)

TEL : 042-491-2934

FAX : 042-491-2125

予約センター(直通)

TEL : 042-491-2181



上記QRを読み取り  
ホームページを見る  
ことができます

<https://tokyo-hp.hosp.go.jp/>

ご意見、ご質問はこちらまで E-Mail : 217-admin-9@mail.hosp.go.jp