

# あんず だより

2024

VOL. 12

令和6年1月1日発行

年頭のご挨拶 理事長・院長 ..... 2

座右の銘 会長・名誉院長 ..... 3

特集 たかが頭痛、されど頭痛 ..... 4

患者満足度調査 ..... 6

遥はるばると一集いし人々とともに 大西益太郎伝 その12... 7

外来担当医一覧表 ..... 8

たかが頭痛、  
されど頭痛



頭痛でお困りの方は本文4頁参照

## 診療科案内

- 内科
- 肝臓・消化器内科
- 腎臓内科
- 循環器内科
- 呼吸器内科
- 糖尿病・内分泌・代謝内科
- 消化器外科
- 肝臓・胆のう・膵臓外科
- 整形外科
- 脳神経外科
- 泌尿器科
- 皮膚科
- 婦人科
- 形成外科
- 救急科
- 放射線科
- 麻酔科
- リハビリテーション科
- 歯科
- 人工透析センター



託児所の子供たちのクリスマス

CHIKUMA CENTRAL HOSPITAL

TEL.026-273-1212 FAX.026-272-2991

URL <http://www.chikuma-chp.com>



千曲中央病院  
ホームページ

理事長・院長

大西 禎彦

年頭の挨拶

新年あけましておめでとうございます。昨年はいくつかのご支援とご協力をいただき、心より感謝申し上げます。本年もどうぞよろしくお願ひ申し上げます。

千曲市の人口は高齢化率も30%を超え2015年をピークに減少傾向が続いています。

行政も企業誘致やスマートインター開設など人口減少に歯止めをかけ、より住み易い街づくりに取り組んでいる様です。慢性的な病気を複数抱え、老々介護や通院困難となる高齢者が増えるこれからは「治す」だけの医療ではなく、「治し、支える」医療が重要となってきます。そうしたニーズが高まる中で、

会長・名誉院長

大西 雄太郎

座右の銘 (自分の戒めとする語句)

新年おめでとうございます。今年も頑張ります。誰でもがいくつかの座右の銘を持つていてであろう。

私の座右の銘の1つに「風を讀み、風と共に遊び、風を送ろう」というのが40代前半から加わった。風は社会の風でも、家庭でも、職場でもどこでも良い。常に世の中は動いているのだ。その動きの中で生きている事を忘れず、目的のために良い風を作ろうという事だ。

私の親友は論語より「和して同ぜず」を座右の銘に加えたと言う。論語より「君子は和して同ぜず。小人は同じて和せず」(君子は人と調和するが、みだりに同調しない。小人はみだりに同調するが、調和しない)を起原とする言葉である。

千曲中央病院が地域密着型の多機能病院として果たす役割は非常に大きいと感じております。

新型コロナも「5類」となり我々の生活も元に戻りつつあります。

住民の皆さんが安心安全に暮らすためには医療・介護・福祉は切っても切れない関係であり当院もその責務をしっかりと担って参ります。

自分の夢にとどまらず みんなの夢に

自分の所だけではなく、この分野そのものを良くしていこう

という志を立てて、いつそ世界をまるごと抱きかかえるくらい、心のスケールを広げてみる。

まずはこちらから、競争相手に対して敬意を示していく。

人物に会うたびに、その人ならではの技術・才能・知識を認めていく。そうすれば、三年か五年ももしないうちに、その組織の人材は、他に比べることがないくらいすばらしいものになると思います。

(覚悟の磨き方：吉田松陰より)

昨年から救急科を立ち上げ脳外科医1名・救急専門医1名の

2名体制で救急医療に取り組んでおります。

本年4月からは循環器内科常勤医2名を新たに増員し心臓病センターを立ち上げ循環器医師3名体制で心疾患の検査治療にも力をいれて行きます。

当院を受診される皆さんに対して質の高い医療を提供し継続していくため病院機能評価も受審致します。

当院が皆さんの期待に応えるべく成長し良い病院となつて行きますように本年もご支援ご協力の程宜しくお願ひ致します。

新年あけまして おめでとうございます



大西 雄太郎 会長

大西 禎彦 院長



ここでいう「和」の意味は「自分の考え方や意見をしっかりと保ちながら、人の考え方や意見を尊重し、調和のとれた関係を結ぶこと」というのと、同調という律子氏は言い、更に井波氏の師吉川幸次郎先生は同と和の差異について冊子「左伝」で一例を引用し、さらに説明をして「和とは、たとえば吸い物が水、火、醤油、塩、梅酢と魚肉との調和のごとくである。それに対して同とは、水に水を足し、また琴の弦の同じところばかりをたたきようなものであって、なんら建設的でなく、生産的でない」(中

略)と言ひ、吉川著(論語入門下巻)「中国の知恵」の該当箇所には、景公「ほう、調子をあわせるというのと、同調というのはちがうかね。」晏嬰「ちがいます。調子をあわせる、つまり調和ということは、違った要素の間にこそ成立します。たとえば吸い物のようなものでも、水、火、酢、肉汁、塩、それらで魚の肉を煮、過不足のない味にしてこそ、吸い物なのです。人と人との関係もおなじです。あなたが肯定されるものの中に、否定されるべき面があれば、否定されるべき面を検討して、あな

たの肯定をより安全のものにする。逆にあなたの否定されるものの中に、肯定されるべきものがあれば、それを強調して、不当な否定からあなたをすくう。それが調和です。あの男のは、そうじゃありません。単なる同調です。あなたが肯定されるものを肯定し、否定されるものを否定する。あくまでも同であつて和ではありません。」

「水の上へいくら水をついても、誰もまなない。ピアノをひくのに、同じキーばかりたいていても、誰もまなない。それと同じです。水を以て水を済す。誰か能くこれを食らわん。琴瑟の専念なる、誰か能くこれを聴かん」と吉川幸次郎著論語入門は結んでいる。私も人生で色々な立場に立つてみて同感である。特に組織を動かそうとする時には強く感じる「座右の銘」である。今年一年もみんなそれぞれ座右の銘を持参して考える一年にしましょう。



特集

# たかが頭痛、されど頭痛

多くの方が経験するつらい頭痛。いまや国民病とも言われており社会的影響も大きいですが、痛みの性状や頻度はさまざま。日頃から悩まされている方が多い身近なこの病気について、市川医師が痛みの特徴や治療法をわかりやすく解説します。



頭痛は日常的に経験する自覚症状の一つとして、日本人の約40%の方が経験するもので、多くは薬物治療で軽減あるいは消失するのですが、中には生命の危険を伴う様々な疾患が隠れていることがあります。そのため内科や眼科、耳鼻科、皮膚科、産婦人科など多くの診療科との連携が必要になることがあります。

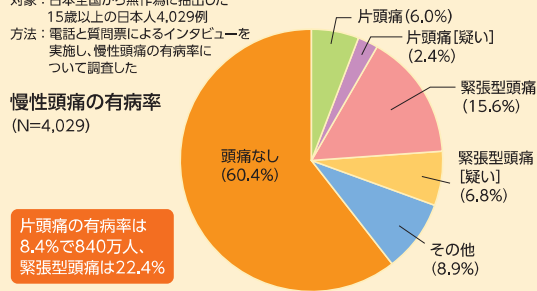
頭痛)で、生命の危険を伴わない最も多いタイプで、もう一つが二次性頭痛(症候性頭痛)で、頻度は低いものの、脳卒中や脳腫瘍など脳の疾患を原因とするものです。受診の際に詳しい頭痛の内容・頻度・程度・生活環境などを聞き、一次性頭痛かどうかを推定いたしますが、CTあるいはMRの画像診断により、頭部外傷、脳血管障害、脳腫瘍、感染症などによる二次性頭痛の除外が重要です。

一次性頭痛として最も多い緊張型頭痛は約22・4%、次いで片頭痛は約8・4%となっておりますが、片頭痛の70%近くは、医師に受診や相談に行っていない状況です。今回はまずこの2つの頭痛について痛みの特徴・治療について説明いたします。

図1 日本における頭痛の疫学

対象：日本全国から無作為に抽出した15歳以上の日本人4,029例  
方法：電話と質問票によるインタビューを実施し、慢性頭痛の有病率について調査した

慢性頭痛の有病率 (N=4,029)



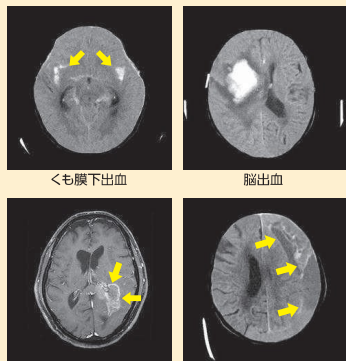
Sakai, F. et al. Cephalalgia 17(1), pp.15-22. © 1997 Reprinted by Permission of SAGE Publications, Ltd.

②片頭痛(こちらも女性に多く、遺伝的素因もあります。数時間前から3日間ほど拍動性の頭痛が片側または両側に出現します。眼がチカチカする前兆を伴うことがあり、光や音に過敏になり、嘔気・嘔吐を伴うことがあります。治療は軽症では消炎鎮痛剤(十制吐剤)、中等症から重症ではトリプタン製剤、予防にはバルプロ酸ナトリウム、血管拡張剤などを用います。誘発因子となるストレス・不眠・過労を避けましょう。2021年より即効性があり、かつ内服する必要のない注射薬タイプの予防薬(CGRP関連薬剤といいますが)が発売されましたので、長年の強い頭痛で悩みの方はご相談ください。

ことは少なく、軽度から中程度の痛みで殆どの方が肩こりを伴っています。治療は筋弛緩剤・消炎鎮痛剤で改善しますが、肩こり体操・長時間同じ姿勢を避ける・適度な運動の導入も有効です。

表 二次性頭痛(症候性頭痛)の特徴

頭痛の種類	痛みの特徴
くも膜下出血に伴う頭痛	<input type="checkbox"/> 突然ハンマーで殴られたような頭痛。多くは意識障害を伴い、突然の心臓停止もあり <input type="checkbox"/> 頭部挙上時、興奮時、排便のいきみ時、せき込み時、分娩などに起こりやすい <input type="checkbox"/> 軽い頭痛でも突然起こり、その後も長時間頭痛が続けばくも膜下出血を疑い受診する
脳出血に伴う頭痛	<input type="checkbox"/> 麻痺、失語症、意識障害などを伴う突然の頭痛 <input type="checkbox"/> 頭痛だけで神経症状を来さないこともある
脳腫瘍に伴う頭痛	<input type="checkbox"/> 朝方に起こる頭痛 <input type="checkbox"/> 悪心を伴わない嘔吐が特徴 <input type="checkbox"/> 進行性で日々頭痛が強くなる <input type="checkbox"/> いきみ、咳、頭部を動かすと増強する <input type="checkbox"/> 性格の変化、認知症、麻痺、けいれん発作を伴う
慢性硬膜下血腫に伴う頭痛	<input type="checkbox"/> 頭部を打撲後1~3か月で出現 <input type="checkbox"/> 頭痛は強くはなく、むしろ頭が重い感じ(頭重感)のことが多い <input type="checkbox"/> 頭痛のほか、片麻痺・認知症・歩行障害などを伴う <input type="checkbox"/> 手術で治る認知症の一種



\*一次性頭痛としてそのほか、上記①②が合併する混合性頭痛。男性に多く、片目がえぐられる様な、焼けるような頭痛で、流涙・結膜の充血などを伴う群発頭痛。片側顔面に刺すような痛みが数秒間、繰り返して起きる三叉神経痛。などもあります。

二次性頭痛について)緊急処置を要する頭痛が含まれ、時には生命の危機を伴います。特に緊急度が高い疾患は、頭部外傷、脳血管障害、脳腫瘍、感染症です。必ず

まとめ

受診して、原因を見つけてください。痛みの特徴を表に示しました。頻度の高いものについては、画像を提示しました。  
\*表に示した頭痛のほか、発熱を伴う髄膜炎による頭痛。外傷後あるいは腰椎穿刺後に脳脊髄液が漏れ、頭蓋内圧が下がり起きる脳脊髄液漏出症に伴う頭痛。突然後頭部にめまいを伴って起き、椎骨動脈などの解離により脳梗塞・くも膜下出血を合併する脳動脈解離に伴う頭痛。副鼻腔炎・帯状疱疹に伴う頭痛。などがあり、手術療法・抗生剤・抗ウイルス剤などが必要になります。

二次性頭痛の場合早期発見・早期治療が重要です。特に脳血管障害など入院治療を必要とする疾患は治療開始が早いほど入院期間が短く済み、症状の改善度も高いため、早期の医療機関の受診をお勧めします。

**市川 昭道 医師**  
プロフィール  
千曲中央病院  
脳神経外科部長

千曲市打沢出身。新潟大学卒業。自宅は「野菊のごとき君なりき」(1955年、木下恵介監督)のロケ地に。休日は息抜きに土や草木と戯れています。学生時代は合気道(4段)をやり、医師になってからは野球・硬式テニスで、何とか体力を維持しています。好物はおやき・そば。

# 患者満足度調査の結果(入院編)

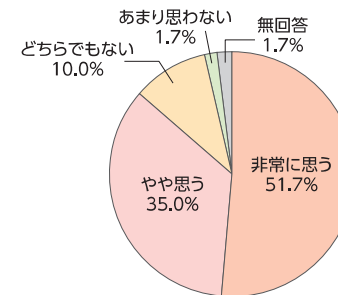
2023年8月、入院患者さんを対象に当院の医療サービスについて調査しました。今回の調査を通じて皆さまからいただいた評価を参考に、より質の高い患者サービスの提供を目指して改善に取り組んでいます。アンケートにご協力をいただきました皆さま、ありがとうございました。

(単位:%)

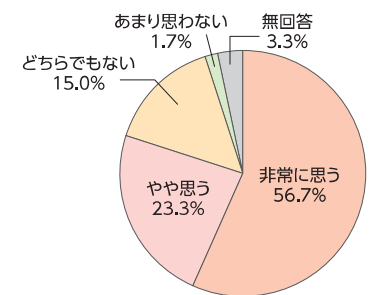
項目	非常に思う	やや思う	どちらでもない	あまり思わない	思わない	無回答
1. 医師に質問や相談をしやすかったか	65.0	25.0	6.7	1.7	0	1.7
2. 看護師に質問や相談をしやすかったか	66.7	23.3	6.7	1.7	0	1.7
3. 事務職員に質問や相談をしやすかったか	65.0	15.0	15.0	0	1.7	3.3
4. 医師の診察・治療内容はわかりやすかったか	65.0	23.3	3.3	5.0	1.7	1.7
5. その他(技師など)質問や相談をしやすかったか	63.3	20.0	8.3	5.0	0	3.3
6. 痛みや症状を訴えた時対処してくれたか	66.7	16.7	10.0	0	0	6.7
7. スタッフはあなたの訴えに耳を傾けてくれたか	70.0	15.0	10.0	1.7	0	3.3
8. 病室内、洗面所、浴室、トイレは清潔に保たれていたか	66.7	20.0	10.0	1.7	0	1.7
9. 食事は定刻に配膳され適温だったか	63.3	21.7	13.3	0	0	1.7
10. 院内のプライバシー保護は十分だと思うか	51.7	35.0	10.0	1.7	0	1.7
11. 当院を他の方に勧めようと思うか	56.7	23.3	15.0	1.7	0	3.3

## ● やや満足度が低い項目

10. 院内のプライバシー保護は十分だと思うか



11. 当院を他の方に勧めようと思うか



## ● 自由記載内容(抜粋)

食事	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 食事があまりおいしくなかった。塩気がほしい。</li> <li>● おかずが全体的にしつこい感じがする。もう少しあっさりした料理にしてほしい。</li> </ul>
待ち時間	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 退院の手続きをしてからの待ち時間が長い。</li> </ul>
お褒めの言葉	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 術後翌日から歩くななんて考えられなかったのに歩けました。</li> <li>● 看護師さん達はユーモアまじりのケアをして下さり心が和らぎました。</li> </ul>


貴重なご意見をありがとうございました。この調査結果をもとに、更なるサービスの向上に努めてまいります。

「選ばれる」と「集まれる」ともに「大西益太郎伝」(その十二)

著者・清水 協 (1996年7月1日発行より)

千曲中央病院創始者・大西益太郎氏の伝記です。清水協氏の執筆により一九九六年七月一日に発行されました。シリーズとして掲載していきますので、ご要読ください。

※表紙や地名は発行当時のまま



## 第二章 学窓の頃

### 一 松高に学ぶ

振り返れば大正という時代は、当時のインテリと呼ばれる人々の間で、思想としてのキリスト教が強い影響力を持つことのできた時代だった。たとえば大正初年に誕生し、その後の日本の労働運動の源流ともなった友愛会は、鈴木文治らのキリスト教的社会改良思想に基づくものだった。

また彼が高校に入る年に主著を発表し、当時の知識層や労働運動の指導者らに大きな影響を与えた賀川豊彦も、キリスト教的な博愛主義と社会思想によって活動を続けていた。特に、貧民街に身を置

いて伝道を行うなどの経歴を持ち、当時の労働運動や農民運動、さらには戦後の協同組合運動など、人と人との協調協和を基礎とする諸々の社会運動に対し、基本理念となるべきものを吹き込んだ彼は、松高生・益太郎の心にも、深い影響を与えずには置かなかった。

「シユワイツァーにせよ、賀川豊彦先生にせよ、わが鏡である」

後述するように、戦後、病院の発展のことも重要な時期に日記にそう書き記した彼は、若き日、シユワイツァー同様、賀川のもの精神に対しては強く惹かれたのである。

当時賀川は、広まりつつあるマルクス主義の唯物論に対して唯心論の立場に立つことを明らかにし、「内側から生え上がってくる人間性の爆発のみが真の力である」として人間の自由意思による創造の可

能性を訴えていた。そして、キリスト教的愛他精神による実践と連帯を唱えていたのである。

益太郎がこの賀川の思想や関連の書物などを通じて、シユワイツァーの心に接近したことは明らかだった。賀川とシユワイツァーをつなぐ橋、それは力と憎悪という人間性の一方の本質を越えようとする宗教的博愛主義と、それに基づく、人々への直接奉仕の精神であった。そしてそうした心はまた、益太郎の心の中にも深く浸透していった。

なお彼が当時、幼い頃両親と死別した賀川や人間についての心の過敏に悩んだシユワイツァーが、不安や飢餓感、喪失感などを克服すべく、そうした一種の心の強さにとどりに着いたことを感知したかどうかは判らない。しかし益太郎もその後、彼自身の歩みの中でその種の心の葛藤と真つ当に向き合い、乗り越えていくのである。

また、益太郎のその後の医学者としての歩みや生き方を理解する上で不可欠のものとして、明治の末からこの時代にかけての、国内における科学・医学研究の大きな成果と、それらに伴う科学思想の

発展を挙げることができる。

まず、彼が尋常小学校に通っていた明治の末期にはオリザニン(ビタミンB1)の発見、梅毒スピロヘータの培養の成功など、医学・薬学上の世界的な研究成果が現れている。大正に入ってから医学においては、ワイル氏病病原体の発見、アフリカにおける野口英世の黄熱病病原体の発見など、一般の人々の関心をも集める大きな研究成果が公表されている。また他の科学分野でも、後に益太郎の入学する東北帝大の本多光太郎が、世界的な発明となった新特殊鋼を生み出している。医学・自然科学におけるこのような世界的な研究成果は、科学を志す当時の学生達に大きな意欲と刺激をもたらしたのであった。

そのような時代環境の中、益太郎自身の未知なるものへの探究心、好奇心も自ずと磨かれていったのである。さらに、彼の発想も夢も、時代の思潮やこうした科学のスケールの広がりに合わせて、日本という枠を越えるものになっていったと思われる。

(続く)

あんずだより 令和六年一月一日発行／長野県千曲市杭瀬下五八番地／特定医療法人財団大西会千曲中央病院／発行責任者千曲中央病院理事長・院長大西禎彦 TEL.026-273-1212 FAX.026-272-2991

診療科	専門		月	火	水	木	金	土 ※午前のみ
内科	一般内科	午前	橋本	植田 (漢方外来) (第2・4週のみ) (受付10:30まで)	松本(史)			
		午後	橋本 (新患のみ)					
	消化器	午前	窪田	宮林 瀏野	窪田	宮林 (肝臓外来) 瀏野 (1/11,2/8,3/7)		宮林・窪田 松本(晶)
		午後		昭和大医師	昭和大医師 (受付16:00まで)	宮林 (紹介のみ) 松本(晶)	松本(晶)	
	内分泌代謝	午前		久保田	横田	春日 (予約のみ)	関戸	
		午後	山内 (受付16:00まで)	久保田 (受付15:00まで)	横田 (受付15:00まで)	春日 (予約のみ)	横田 (受付15:00まで) 関戸 (受付15:00まで)	
	腎臓	午前					大西禎彦	
午後		大西禎彦						
呼吸器	午前							津島 (第4週のみ) (受付11:00まで)
	午後		神田 (第2・4週のみ)			小林 (第2・4週のみ)		
循環器	午前	山田 (10:00~)	橋本	東海	東海	高橋		
	午後	山田		東海 (予約のみ) 太田 (受付16:00まで)		佐々木	佐々木	
外科	一般外科 消化器外科 肝胆膵外科	午前	大西雄太郎 (予約のみ)	長谷川 大久保		加藤 (予約のみ)	長谷川 大久保	大久保/長谷川 大久保 (肝臓外来/ 予約制第3・4週のみ)
		午後				加藤 (予約のみ)		
整形外科	一般整形	午前	原田	江崎	金澤		井ノ上	
		午後	原田 (受付16:00まで)	江崎 (受付16:00まで)	金澤 (受付16:00まで)		井ノ上 (受付16:00まで)	信大医師
	膝・股関節	午前	森岡 (9:30~)		森岡 (9:30~)			
		午後					森岡 (予約のみ)	
脊椎脊髄	午前		矢澤			矢澤 (予約のみ)	矢澤	
	午後			矢澤 (骨粗鬆症)				
脳神経外科	午前	市川	市川	斎藤 飯島 (予約のみ)	市川	市川	日赤医師 飯島 (予約制/ 第1・3・5週のみ)	
	午後	飯島	飯島	斎藤	飯島			
泌尿器科		午前	逸見 (予約外の受付11:00まで)	逸見 (予約外の受付11:00まで)		逸見 (予約外の受付11:00まで)	逸見 (予約のみ)	
皮膚科	完全予約制	午前	今井	今井	今井	今井		
		午後	今井		今井	今井		
婦人科	完全予約制	午後				山本 (14:30~15:30)		
形成外科		午前			長田 (第1週除く)	橋本	橋本 (受付11:00まで)	
救急科		午前	飯島・岡田					
歯科		午前	大西聖彦・大西真理					
		午後						

1. 午前受付 8:00~12:00
2. 午後受付 12:00~17:00

【午前診察】 9:00~  
 【午後診察】 14:00~ ※土曜日は午前中のみ

3. 急患等でお待たせする場合がありますが、その際はご容赦ください。

4. 休診日：日曜日・祝祭日、第2土曜、第3木曜、年末年始、7月1日(創立記念日)

5. 医師の都合により急遽休診・変更となる場合がございますので、ご了承ください。

6. 予約および予約変更の受付 月~金曜日 15:00~16:00 (歯科は除く)