



ご自由にお持ち帰り下さい

南部病院・スワンクリニック

広報誌スワン



Swan

2025 年 4 ～ 6 月

春号

～地域に信頼される 病院を目指して～

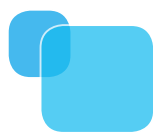
名久井岳



膝痛の新しい治療法

末梢神経ラジオ波焼灼療法（クーリーブ）

- ・ 食物アレルギーについて
- ・ 地域連携室のご紹介
- ・ 栄養科「玉ねぎのレモンマリネ」
- ・ 三浦一朗医師講演
- ・ 急変時の対応勉強会
- ・ 新入職員のご紹介
- ・ 医学生臨床実習受入について



診療科案内 ～ 整形外科 ～



骨折や関節痛などの治療や人工関節置換術など、幅広い診療を行っています

腰痛、肩こり、関節痛（膝痛、五十肩、肘、手、手指関節、足関節等）、腕や足のしびれ、外傷一般（打撲、切創、骨折、脱臼、捻挫、交通外傷）、関節リウマチ、骨粗鬆症、スポーツ関連疾患、爪の悩み等の疾患に対し、診断（検査）、治療（投薬、神経ブロック、リハビリテーション、手術等）を行っています。

まずは、スワンクリニック整形外科へご来院下さい。

初診外来…スワンクリニック

手術・精密検査・入院等…南部病院 となります。

医師紹介



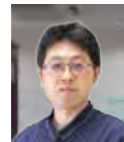
かずと
小笠原 和人

- ・医学博士
- ・日本整形外科学会専門医
- ・麻酔科標榜医
- ・日本整形外科学会認定
リウマチ医
- ・運動器リハビリテーション医
- ・認知症サポート医



三浦 一郎

- ・日本整形外科学会専門医
- ・日本整形外科学会
認定スポーツ医



あきもと
穂元 崇

- ・医学博士
- ・日本整形外科学会専門医
- ・日本整形外科学会認定リウマチ医
- ・日本プライマリ・ケア連合学会
認定医、認定指導医
- ・日本病院総合診療医学会
病院総合診療医、指導医

手術実績

主な手術は、骨折、人工膝関節置換術、そのほか関節の手術等行っております。

[年間手術件数（整形外科）]



整形外科手術	R5年度	R6年度
大腿骨近位部骨折	28	21
人工関節置換術	46	63
上肢・下肢骨折	84	86
関節鏡	25	30
手（ばね指、手根管、腱縫合、 デュピュイトラン、腫瘍等）	67	66
クーリーフ（R7.3月～）	—	12
その他	101	93
合計	351	371

◆人工関節（膝・股関節）置換術に、「ナビゲーションシステム」を導入しております

このシステムは先進医療のひとつで、コンピュータ支援手術システムです。赤外線を利用して治療する部位と手術器具の位置関係を正確に計測し、リアルタイムにコンピュータ画面上に表示することで医師の手術をサポートします。これにより精度の高いより正確な手術が可能になります。





末梢神経ラジオ波焼灼療法（クーリーフ）



膝の痛みを軽減できる 切らずに治す 新しい治療法

資料・画像：アバノス・メディカル・ジャパン・インク様

歩くだけで膝が痛い、階段の上り下りは はいはいしながら、好きなゴルフも痛み止めを飲みながら……。

こんな“ひざトラブル”を抱えている日本人は 1000 万人以上いると言われています。主な原因である変形性膝関節症の治療は、これまで主に痛みを取るために行われる内服やヒアルロン酸の関節内注射、リハビリテーションなどの保存療法と、関節鏡や関節表面を人工物に取り替えてしまう人工膝関節置換術などの手術の二択しかありませんでした。鎮痛薬の効果は一時的で、また、手術療法は関節の変形がかなり進んだ人が対象となります。

手術適応だとしても年齢的に困難、また基礎疾患があるなどの理由で手術治療が困難な方も多数いらっしゃいます。もちろん手術が怖い、出来れば手術はしたくないという方もいらっしゃるでしょう。しかし、令和 6 年 6 月、保存療法と手術の間をカバーする「末梢神経ラジオ波焼灼療法」が保険で受けられる治療として認められました。

変形性膝関節症の痛みを伝える神経は上外側膝神経、上内側膝神経、下内側膝神経の 3 つであるということが最近わかってきました。末梢神経ラジオ波焼灼療法はこの 3 つの神経をターゲットに超音波エコーガイド下で針を刺し、Coolief 疼痛管理用高周波システムという器械を用いてラジオ波を発生させます。痛みを支配する神経を広範囲に焼灼し、痛みを中長期にわたり、コントロールすることが可能となります。

当院でも令和 7 年 3 月よりこの末梢神経ラジオ波焼灼療法を導入し、第 3 の治療法として実際に行っております。

膝痛にお困りの方、手術が出来ない、またしたくないという方は一度ご相談ください。



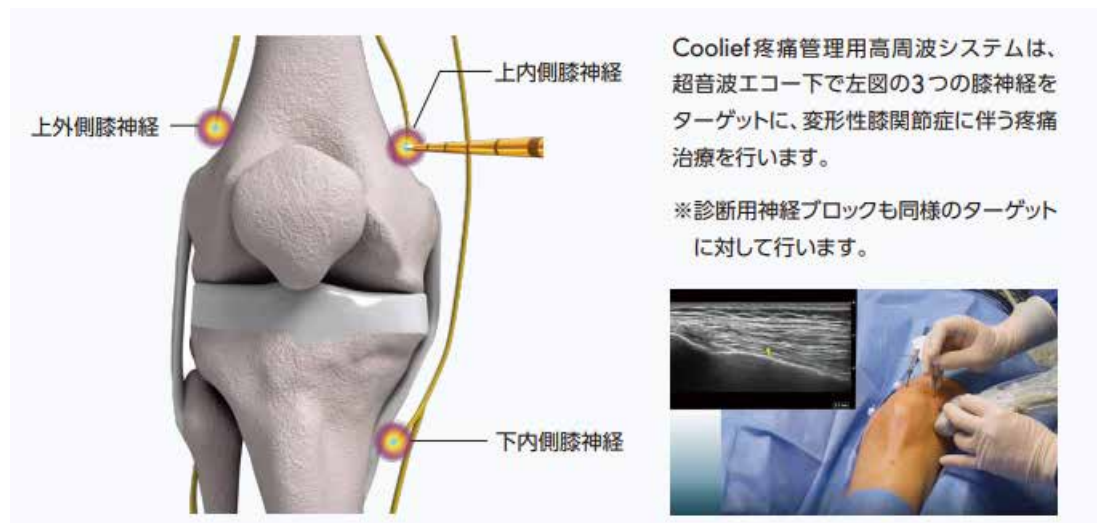
変形性膝関節症に伴う慢性疼痛治療の新たな選択肢

※整形外科的な外科的治療の対象とならない変形性膝関節症に伴う慢性疼痛を有する患者のうち、既存の保存療法で奏効しない患者



クーリーフ Coolief 疼痛管理用高周波システムとは

痛みを感じる神経に、coolief 疼痛管理用高周波システムという器械を用いて、高周波（ラジオ波）を流します。神経を部分的に焼灼し、痛みを落ち着かせる治療です。



対象となる方

- ・変形性膝関節症と診断された方で、お薬やヒアルロン酸注射などの治療を行っても痛みが改善しない方
- ・持病やご高齢のため、人工膝関節置換術の手術が受けられない方
- ・手術を勧められているが、仕事や家庭事情にて長期間お休みすることが難しい方 など

期待される効果

個人差はありますが、約 50 ～ 70%の除痛効果が期待できます。



クーリーフに関して よくあるご質問

Coolief

■クーリーフによる治療で、どのくらい痛みが軽くなりますか？

- 個人差はありますが、2日目から1週間程度で改善する方が多いようです。

■効果の持続期間はどのくらいですか？

- 効果の出現、持続期間は個人差がありますが、1年～2年位となります。

■痛み止めのお薬や注射は必要なくなりますか？

- 痛みが完全になくなる訳ではなく、痛みの軽減の効果が期待されます。
その結果、痛み止めのお薬や注射の回数や量は減らせる可能性があります。

■クーリーフによる治療後は膝の変形も改善しますか？

- 痛みの軽減は期待できますが変形は変わりません。
長期的な予後のためには筋力訓練等のリハビリや装具療法の継続が大切です。



■入院は必要ですか？

- 原則として1泊2日入院での治療を行います。患者さんのご希望または主治医の判断により日帰りの治療も可能です。ご相談下さい。

■治療費用はどのくらいかかりますか？

- クーリーフの治療は保険適用です。保険の種類や年齢で自己負担額は異なりますので、来院時にご確認下さい。



Coolief 疼痛管理用高周波システムによる治療の様子

食物アレルギーについて

▶ 食物アレルギーとは



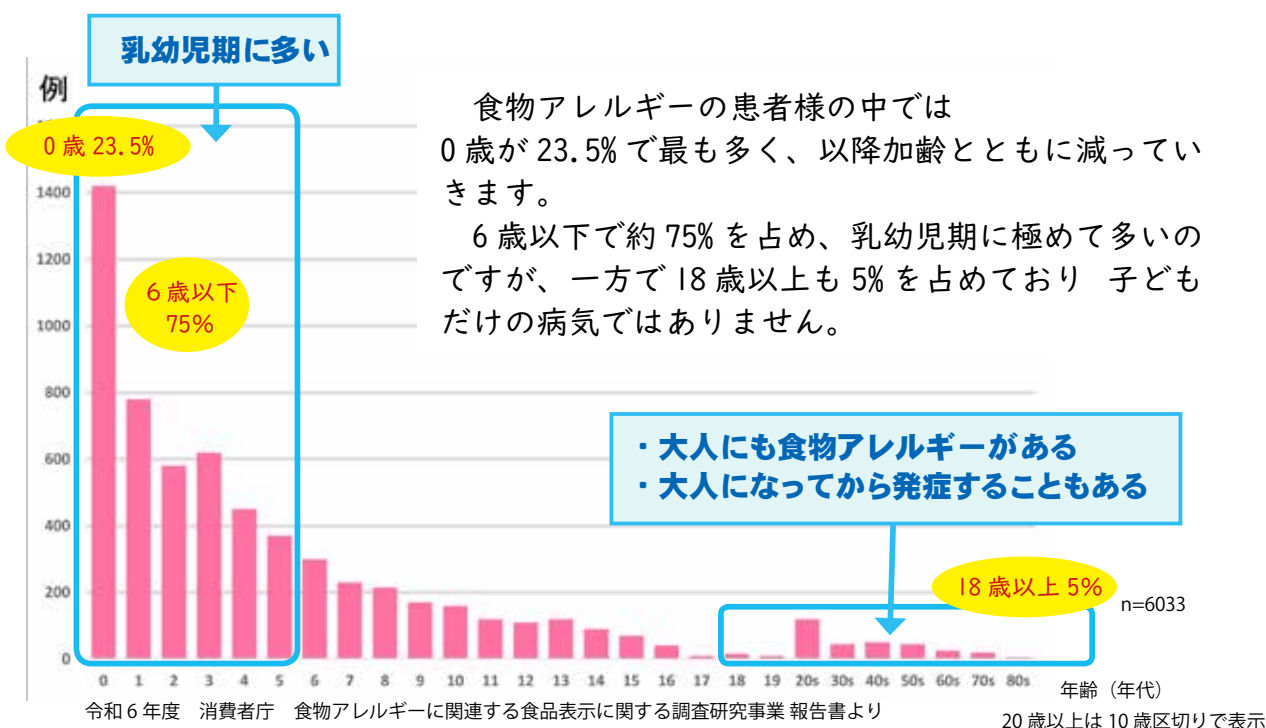
小笠原奈緒子医師

日本小児科学会専門医
日本アレルギー学会専門医

私たちの体には 細菌・ウイルス・寄生虫などの感染性微生物や異物などから身を守るための「免疫」という仕組みがそなわっています。食物アレルギーは、本来無害な食べ物に対して この免疫が過敏に反応し体に有害な症状が起きる状態のことをいいます。

症状は多岐にわたり、蕁麻疹や皮膚のかゆみ・赤みなどの皮膚症状が最も多く、口の中の違和感や腫れなどの粘膜症状、咳嗽・呼吸困難感などの呼吸器症状、下痢や嘔吐などの消化器症状等がみられます。

▶ 食物アレルギーの年齢分布



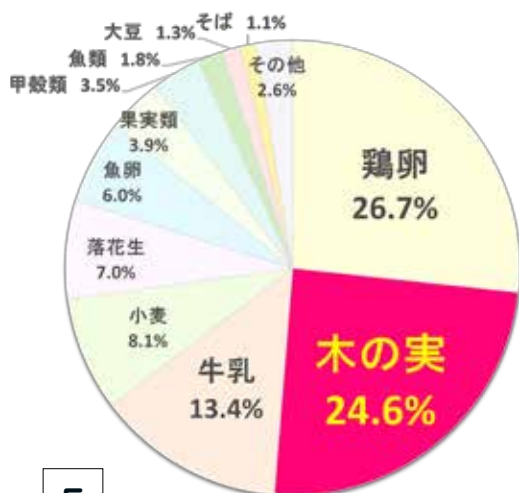
▶ 最近の topics



近年、木の実アレルギーが急増しています。消費者庁の 2022 年の統計では、牛乳を抜いて原因食物の第 2 位となりました。ナッツ類ではクルミ・カシューナッツ・マカデミアナッツの順に多くなっていて、年齢別にみると 3～17 歳ではクルミが第 1 位となっています。

年齢別原因食物（新規発症例）各年齢群において 5% 以上を占める食品

0 歳	1・2 歳	3～6 歳	7～17 歳	18 歳以上
鶏卵 61.8%	鶏卵 28.7%	クルミ 34.5%	クルミ 18.7%	小麦 18.9%
牛乳 20.9%	クルミ 19.6%	イクラ 14.1%	エビ 12.4%	エビ 16.5%
小麦 13.1%	イクラ 13.0%	落花生 11.6%	イクラ 7.9%	大豆 9.1%
	落花生 7.4%	カシューナッツ 9.2%	カシューナッツ 6.3%	
	カシューナッツ 6.5%			



▶ 食物アレルギーの診断



食物を食べて症状が出現した場合

何を食べて、どの位の量で、どの位の時間で等の詳細な問診の上、疑われた食物について免疫学的検査として 血液検査や皮膚テストを行います。

ただし、血液検査だけで食物アレルギーの確定診断はできません。血液検査（特異的 IgE 抗体検査）が陽性となっても食べて症状が出ない場合は除去をする必要はありません。

症状がアレルギー反応であるか疑わしい、複数の原因食物が疑われる、ある程度の量までは食べられる可能性のある場合などでは、食物経口負荷試験（院内で実際に食べてみて症状が誘発されるかどうか確認する検査）による確定診断を行います。

▶ 食事療法の基本

原則 正しい診断に基づいた必要最小限の原因食物の除去

食事療法で大切なことは、正しい診断に基づいた 必要最低限の原因食物の除去です。

必要最小限の除去とは

- ① 食べると症状が誘発される食物だけを除去することです。“念のため” “心配だから” といって、必要以上に除去する食物を増やさないことが大事です。
アレルギー検査などから原因と疑われて除去している場合には、必要に応じて食物経口負荷試験を実施し、本当に必要な除去かどうかを確認します。
- ② 原因食物でも、症状が誘発されない“食べられる範囲”までは食べることができます。“食べられる範囲”の量を除去する必要はなく、むしろ積極的に食べるようにすることで経口免疫寛容（食べ物に対して過剰なアレルギー反応を起こさないようにする仕組み）が望めます。

▶ 学校などの施設での対応



食品の除去が必要となった場合は学校や園との情報共有が必要です。生活管理指導表の作成にあたっては保護者の希望だけでなく、家庭での摂取状況を十分に問診した上で 血液検査や皮膚検査、必要に応じて経口食物負荷試験によって、できるだけ無駄な除去を避け、確実な診断情報を記載するように努めています。

学校生活管理指導表（アレルギー疾患用）

子どもの食物アレルギーは、成長にともなって消化吸収機能が発達してくると、原因食物に対して耐性（食べられるようになること）となる可能性が高いです。お子さんの豊かな食生活のために一緒に頑張りましょう。

相談
しよう

地域連携室のご紹介



地域連携室では、外来・入院の患者様やその家族の相談業務を行っています。

その他に、地域包括支援センターや介護施設、他医療機関と連携して入退院調整をしています。

レスパイト入院のご案内

レスパイト入院とは、在宅介護・医療を受けている方やご家族のひと休みを目的とした短期入院です。

受入れ可能な方

- 胃瘻、経管栄養、点滴などをされている方
- 常時の医療管理・介護が必要な方
- 介護保険によるショートステイの利用が困難な方
1泊2日～最大14日間までとなります

ご利用例

- 介護者が介護疲れで少し休息したい
- 介護者が入院により一時的に介護が難しい
- 冠婚葬祭があり、家を数日留守にする
- 家族がインフルエンザ、新型コロナウイルス感染症にかかり介護が出来ない



お困りのことなどございませんか？



福祉の制度について
知りたい！



退院後の
生活が不安



医療費の支払い
が心配



受診について
相談したい

お問い合わせ・入院申し込みについて
南部病院・地域連携室

TEL:0179-34-3131

FAX:0179-34-3130 (代表)

TEL:0179-34-2141

FAX:0179-34-2141 (直通)

【受付時間】 平日 9:00 ~ 17:00 ※木曜日は除く

やっぱり玉ねぎおいしいね

栄養科より

玉ねぎには食物繊維やビタミン、ミネラルなどが豊富に含まれています。また、**体にとってうれしい効果**が期待できるケルセチンや硫化アリルという成分も含まれます。玉ねぎに含まれる栄養素や成分、おいしい食べ方のポイントも紹介いたします。

玉ねぎに含まれる主な栄養素

- ① 硫化アリル……血液を**サラサラ**にする効果（抗血栓作用）。
血糖値や**コレステロール値**を下げる。
- ② ケルセチン……強力な抗酸化作用をもつ。**動脈硬化の予防**、
コレステロール値や**血圧**の上昇も抑える。
- ③ オリゴ糖……**腸内環境**を整える。**肌**のコンディションを整えたり、
免疫機能を高めたりする効果も期待。
- ④ パントテン酸……脂肪酸や糖の**代謝**に重要な役割を果たす。ストレスに
対処する力を高め、**疲労感**や**眠気**の改善に有効。
- ⑤ ビタミン B1……炭水化物から**エネルギー**を生成する際に必要な成分。
皮膚や**粘膜**の健康を保つためにも欠かせない。
- ⑥ ビタミン B6……たんぱく質や脂質、炭水化物の**代謝**に関与する。不足すると、
湿疹や口角炎、貧血、**免疫機能**の低下などの症状が現れる。
- ⑦ ビタミン C……**コラーゲン**の生成に必要。**鉄**の吸収を助けるはたらきや抗酸化
作用もある。不足すると疲労感や倦怠感が生じる。

新玉ねぎのレモンマリネ

●材料

新玉ねぎ 1 個
レモン 1/2 個
塩 小さじ 1
酢 大さじ 4

●作り方

- ① 新玉ねぎは縦半分から薄切りにする。
レモン（半量）は薄いいちょう切りにする。
玉ねぎとレモンをボウルに入れて、塩もみする。
- ② 残りのレモンの果汁をしぼり、①に入れる。
お酢を加えて、良く混ぜる。

アレンジポイント

- ・新玉ねぎがない時は、**切った後 30 分置いてから調理**（**空気にさらす**と辛み成分が減るため）
- ・**オリーブオイル**を加えてサラダのドレッシングに代わりに
- ・**ツナ缶**や**鰹節**など加えてアレンジも
- ・レモンの代わりに**お酢 + はちみつ**でも

さわやかサラダ

コーン入りもいいですよ



令和 6 年度第 2 回南部町保健推進員研修会 骨粗鬆症とその予防



令和 7 年 2 月 27 日、南部町の保健推進員の方々を対象に、当院の副院長である三浦先生が講演を行いました。

骨粗鬆症は、症状が無く、骨折するまで気がつきにくい病気です。寝たきりになる可能性が高いだけでなく、死亡につながる可能性も高くなるため、「予防」「治療」がとても大切です。40 歳を超えたら 5 年おきに骨粗鬆症検診を受診しましょう。

※保健推進員とは、地域住民の健康づくりをサポートする役割を担う人です。健康教室や検診の受診を呼び掛けたり、健康に関する情報を提供したりするなど、さまざまな活動を行っていらっしゃいます。



院内勉強会 急変時の対応について



令和 7 年 2 月 27 日、全職員を対象に「急変時の対応」勉強会を行いました。

急変時の心得

- ・ 先ずあわてずに、しかし迅速に、平常心で
(どうすればいいか知ってさえいれば慌てる必要はない)
- ・ チームプレーで効率よく
(責任者が適切な指示をだし、無駄なく動く)
- ・ 必ず助けるんだという気持ちで臨む



看護師長（外来・手術）
大下 智行

職員 1 人ひとりが医療機関に勤めているということを自覚して、急変時には職種に関係なく全員が連携して対応が出来るようになって欲しいと思います。

2025



新入職員のご紹介



どうぞよろしくお願いいたします

お知らせ

医学生の 臨床実習の受け入れについて

当院は弘前大学医学部と臨床実習に関する協定を締結しており、学生を受け入れる教育施設となっており、今年度も交代で5名の方が研修する事になっております。



医学生が診療チームの一員として、当院医師の指導・監督のもとに、患者さんの診療に参加・従事させていただくことがあります。

未来の良医を育成するため、地域医療を支えていく医師を育成するためには、研修が重要であり、皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

スワンクリニック 診療時間のご案内



電話 0179-23-0805

〒039-0105

青森県三戸郡南部町大字沖田面字千刈 37-1

スワンクリニック

自動受付機による受付時間

午前 7:30 ~ 11:00

午後 12:30 ~ 17:00



午前	8:30~11:00	月	火	水	木	金	土
	整形外科①	小笠原和人	小笠原和人	小笠原和人	休診	小笠原和人	小笠原和人
	整形外科②	三浦一朗	三浦一朗	三浦一朗		三浦一朗	三浦一朗
	整形外科③ 総合診療科	休診	10:00~ 穂元 崇	穂元 崇		10:00~ 穂元 崇	穂元 崇
	外科・内科	佐藤雅栄	休診	休診		休診	休診
	小児科 アレルギー科	小笠原奈緒子	小笠原奈緒子	小笠原奈緒子		小笠原奈緒子	休診
午後	14:00~17:00	月	火	水	木	金	土
	整形外科	小笠原和人	三浦一朗 穂元 崇	休診	休診	休診	休診
	内科	16:00まで 小向良昌	16:00まで 小向良昌	外科・内科 佐藤雅栄		16:00まで 三上信久	
	小児科 アレルギー科	休診	予約のみ 小笠原奈緒子	休診		小笠原奈緒子	



南部病院 診療時間のご案内

電話 0179-34-3131

〒039-0105

青森県三戸郡南部町大字沖田面字千刈 52-2

【内科】小原正和						
	月	火	水	木	金	土
8:30 ~ 11:00	○	○	○	休診	○	休診
14:00 ~ 16:00	訪問診察	○	○		○	
16:00 ~ 17:00	○	○	○		○	

【内科】小向良昌						
	月	火	水	木	金	土
8:30 ~ 11:00	○	○	○	休診	○	○
14:00 ~ 15:00	休診	休診	訪問診察		訪問診察	休診
15:00 ~ 17:00			○		○	

【外科・内科】佐藤雅栄						
	月	火	水	木	金	土
8:30 ~ 11:00	休診	○	○	休診	○	○
14:00 ~ 17:00	検査	訪問診察 検査	休診		手術	休診

【整形外科】小笠原和人、三浦一朗、穂元 崇						
	月	火	水	木	金	土
8:30 ~ 11:00	検査・予約	検査・予約	検査・予約	休診	検査・予約	検査・予約
14:00 ~ 17:00	検査・手術 (三浦)	○ 予約のみ	手術		手術	休

【外科・内科】小笠原 博						
	月	火	水	木	金	土
8:30 ~ 11:00	○	○	○	休	○	休

社会医療法人博進会

<https://nanbu-hp.or.jp>

広報誌スワンは、当院ホームページにも掲載しております