

く

れ

も

な

## 当院医師のご紹介



今井 康博

この度、木・金曜日に加えて土日も診察させていただくことになりました。当クリニックに15年近く勤めておりますが、いつも初心を忘れずに親切・丁寧な診療を心がけております。

「全ては患者様のために」という想いをモットーに今後も皆様の声に耳を傾け、地域医療に貢献したいと考えておりますので、些細なことでもお気軽にご相談ください。

【経歴】 1982年 早稲田大学工学部卒  
 1994年 愛媛大学医学部卒  
 1994年 埼玉医科大学 第1外科入局  
 2001年 埼玉医科大学大学院卒  
 2002年 埼玉医科大学博士号取得  
 2005年 西武入間病院 外科 入職  
 2008年 当院内科医として勤務



木下 優

主に内科外来、事業所への産業医訪問を行っております。この4月より常勤となりました。水（午前）・木・金曜日の診療となりますので、健診後のフォローアップ、就業中や日常生活での体調不良などお気軽にご来院・ご相談ください。皆様が安心して受診され、より良い生活が送れるよう尽力してまいります。

【経歴】 2015年 日本大学医学部卒  
 2023年 日本大学大学院医学研究科博士課程修了  
 （社会医学系衛生・公衆衛生学専攻）  
 内科認定医 日本医師会認定産業医  
 2019年 当院非常勤産業医・健診医として勤務  
 2023年 当院常勤内科外来担当医及び産業医として勤務



# 緑内障早期発見のためのOCT検査を8月より開始します！

緑内障に罹患すると、正常な人と比較して約7倍も交通事故を起こしやすくなるという研究結果が報告されています。

特に車を使用してお仕事をされている方や40歳以上の方は1年に1回検査を受け、緑内障を早期に発見しましょう。

## 【緑内障について】

緑内障とは、目から入ってきた情報を脳へ伝達する視神経という部分がダメージを受け、視野が狭くなっていく視覚障害の病気です。進行するまで気付きにくい病気であり、日本の失明原因第1位が緑内障です。患者数は多く40歳以上の有病率は5%、70歳以上では10%という報告もあります。視野欠損を自覚した時には『すでに進行していた』というケースがほとんどです。

## 【緑内障に気付きにくい理由は・・・】

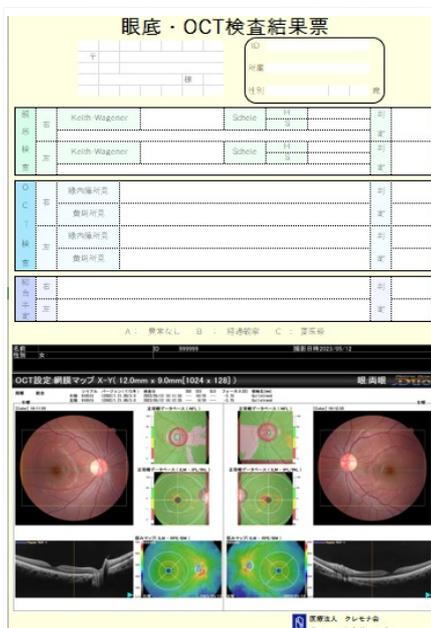
- 1) 周辺視野から欠けていくことが多く、中心視野は比較的最後まで維持される
- 2) 視野欠損は進行が非常に緩やかである
- 3) 両目が同時に進行するケースは少なく、片方の眼に視野欠損があっても、もう片方の正常な眼によってカバーされている

現在の医学では緑内障で失われた視野を回復させることは出来ないため、緑内障の進行を遅らせることが唯一の治療法です。緑内障の進行には眼圧が深く関わっており、眼圧が高いと視野障害は進行しますが、日本人は眼圧が常に正常範囲以内の正常眼圧緑内障というタイプが最も多いと言われています。

## 【OCTとは】

OCTとは、Optical Coherence Tomographyの頭文字をとった略語です。日本語では光干渉断層計と呼ばれており、光の特性（干渉）を利用して網膜断層像を撮影する3次元の画像解析装置です。2次元の眼底カメラ画像に比べ情報量が多く、精度の高い診断ができ、網膜の変化を把握して緑内障・加齢黄斑変性症・糖尿病網膜症などを早期発見できます。

当クリニックでも8月より検査を開始いたします。



- ・眼底総合コース **5,060円**  
(OCT+眼底検査のセット)
- ・OCTのみ追加コース **3,300円**  
(受診する検査内容に眼底検査が含まれる場合)

### 新規導入 キャンペーン価格 (12月末まで)

### おすすめポイント

1. 健診当日でもOCT検査の追加が可能です。
2. 痛みを伴わず、かつ僅かな時間で詳細に検査できます。
3. 眼底検査と同様に、CTなどによる被曝の侵襲性のない検査です。

# 当院スタッフ紹介 No. 8

## シリーズで当院スタッフを紹介

【総務部 総務課 課長 <sup>うちだ ちとせ</sup> 内田 ちとせ】



【星 座】 さそり座  
【血 液 型】 O型  
【趣 味】 美味しいものを食べに行くためのドライブ  
【特 技】 美味しいものを見つけること  
(特技というか…直感)  
【好きな食べ物】 バターたっぷりのスイーツ・チーズ・ナッツ  
チョコレート・ずんだもち・クロワッサン

いつも当院をご利用いただきありがとうございます。私は平成19年に入職(パート)し、臨床検査技師として生理機能検査に携わってきました。今では健診人数が日に100人を超えることも多いですが、私が入職したころは10数人という日もありました。今思い返すとその頃が懐かしい気もします。次第に健診人数も増え、受診者様・患者様と関わりを持って業務に従事することにとってもやりがいを感じていました。その後11年ほど院内業務部でしたが、我が子の成長に合わせてパートから正社員となり、総務部へ異動し現在に至ります。総務の仕事は事務的な業務が中心ですが、流動的な社内の業務に柔軟性が求められることも多く、初めは戸惑うことも多くありました。以前は受診者様・患者様をサポートする立場でしたが、今は部署を問わず社内の人をサポートする立場となり、仕事の幅も広くなりました。今後は健康経営委員としても社員の働きやすい環境を整え、健全な会社運営に携わっていきけるよう務めていきたいと思っています。

### 健康に対する取組みはありますか？

毎日ひと握りのナッツと高カカオチョコレートを食べること。食べ始めた2年前から、抗酸化力(当院で測定できます)が右肩上がりです。

### 現在、興味のあることはありますか？

自分の美味しいものリストに加える店(品)の新規開拓。

### この仕事のやりがいはなんですか？

会社全体に関連する業務に携われること。

### 目標はありますか？

健康経営委員として次年度以降もブライト500を取得できるよう活動すること。



簡単なのに夏バテ防止！  
短時間でできるスイーツレシピを紹介します。

パイナップルの寒天ゼリー

- 材料（1人分）
- パイナップル・・・70g
  - オリゴ糖・・・大さじ1  
(お好みの量)
  - 寒天・・・1g
  - 水・・・150ml
  - ヨーグルト・・・適量  
(お好み)

1人分70kcal カリウム105mg

カリウム1日目標量  
男性：3000mg以上  
女性：2600mg以上



作り方

1. パイナップルを食べやすいサイズに切り、オリゴ糖と混ぜる。
2. 鍋に寒天と水を入れ、混ぜたら火にかける（弱火で3分間加熱する）。
3. 火を止めて、パイナップルをすべて鍋に入れて混ぜる。
4. 容器に入れ冷やし固めたら、お好みでヨーグルトをかけて完成。

「カリウム」は、私たちのからだの調子を整えてくれるミネラルの一種で、不足するとだるさや食欲不振に繋がるとされています。旬のパイナップルにはカリウムのほかに、**ビタミンB1**や**クエン酸**など疲労回復に効果的な栄養も含まれています。**食物繊維**も豊富で、さらにオリゴ糖を入れることで、腸内環境を整える働きもあり便秘改善が期待できます。

当院管理栄養士 島崎

夏バテ防止！  
旬の果物もおすすめ！

- ・バナナ
- ・メロン
- ・もも
- ・すいか

外来診療・人間ドック・健診のご案内

内科・消化器科・循環器科・呼吸器科・禁煙外来・乳腺外科・内分泌代謝外来

検診車による巡回診療のご案内

生活習慣病予防検診・定期健康診断・特殊健診・特定健診・保健指導・がん検診

診療科目	診療時間	月	火	水	木	金	土	
内科・消化器科	9:00~12:00	○	○	○	○	○	※1	
循環器科・呼吸器科	15:00~18:00	○	○	○	○	○	/	
禁煙外来	9:00~12:00	/	/	○	○	○	/	
	15:00~18:00	/	/	/	○	○	/	
乳腺外科	9:00~12:00	○	○	○	○	○	/	
	14:00~17:00	○	○	○	○	※2	/	
内分泌代謝外来 (糖尿病外来) 予約制	8:30~12:30	/	○	/	/	/	/	
	14:30~17:00	/	○	/	/	/	/	
人間ドック・健診	8:30~	健診センターでの健診は全て予約制です						

※1 診療時間は9:00~13:00  
※2 診療時間は12:30~17:00 土曜午後・日曜・祝日は全診療科目休診

職場保健分野	働く人々の健康保持のために職場の健康管理をサポートします
	労働安全衛生法による定期健康診断・有機溶剤・鉛・じん肺・石綿・高気圧・特定化学物質等の特殊健康診断
地域保健分野	各健康保険組合の生活習慣病健診・職場におけるがん検診や特定保健指導等
	住民の健康保持のために市区町村が実施する健康診査等をサポートします
	高齢者の医療の確保に関する法による特定健康診査・特定保健指導 健康増進法によるがん検診・骨粗しょう症検診・肝炎ウイルス検診 40歳前の健康づくり健康診査
学校保健分野	児童・生徒・学生並びに教職員の健康保持のために学校で実施する健康診査等をサポートします
	学校保健安全法による心臓検診・教職員定期健康診断・小児生活習慣病等

受診者50名から巡回診療いたします  
巡回地域は埼玉・東京・群馬・茨城 祝日は休診

お問い合わせ	TEL	FAX	受付時間	アクセス
外来診療	048-533-8836	048-533-8854	9:00~12:00 15:00~18:00 (土曜日9:00~13:00)	
健診センター	048-533-8837	048-577-3170	8:30~17:30 (土曜日9:00~13:00)	
巡回診療	048-533-8858	048-533-8852	8:30~17:30	