

私たちの窓は、いつもみなさまに開かれています



今月の色：桜の咲く春

2020年
4月1日発行
No.478

April

4

特集 わが街で健康に暮らす 12 良い健康習慣は、 周りの人に良い影響を与える P-1

- 新任医師紹介 P-4
- インフォメーション P-6



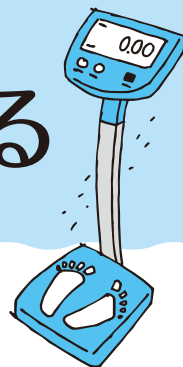
病院理念 私たちは利用して下さる方ひとりひとりのために最善を尽くすことに誇りをもつ



社会福祉法人 聖隷福祉事業団
総合病院 聖隷浜松病院

良い健康習慣 は、 周りの人に良い影響を与える

～肥満を例に、社会的ネットワークと健康について考える～



超高齢社会になった今では、地域で暮らす一人一人が健康意識を持つ必要があります。このシリーズでは、毎回健康に関するキーワードを取り上げ、住んでいるこの場所で健康に暮らすための方法を、一緒に考えていきます。

“肥満”は、世界の 解決すべき問題の一つ

世界の平均寿命は伸びており、急性疾患より慢性疾患で命を失う人が増えてきています。WHO（世界保健機構）の調査（The Lancet, December 15, 2019）でも気候変動・低栄養と同列に、肥満を世界の問題として解決すべき課題としています。以前、適度な運動の取り入れ方（2019年10月号）や、食生活の改善（2020年1月号）を取り上げましたので、今回は自分の健康と社会的ネットワークの関係について、肥満を例にお話します。



肥満は感染する!?

「肥満は感染する」といわれると驚くかもしれません。「肥満には原因微生物があって、人から人へ伝染していく」と想像するかもしれませんが、そのようなことはありません。しかし肥満はまるで伝染病のように、人から人へ伝播することが実証されています。

「フラミンガム研究」という高血圧・高コレステロール・喫煙などの多くの因子が、循環器疾患の発症に重要な意義を持つことを示した、米国で行われた有名な疫学研究があります。この研究の一部から「肥満は感染する」ことが実証されました。（N Engl. J Med 2007; 357:370-379）

人間は社会的動物である

研究者たちは、親しい友人・同僚・家族のデータを元に、町の社会的ネットワークを実際に再現しました。そのデータから、ある人が太るとその友人・配偶者・兄弟らも太ることがわかりました。まさに肥満が人から人へ

伝播していたのです。「身近にいる太った友人が食べていると、ついつい自分も食べてしまう」といった行動が積み重なり、肥満が伝播していくのだと考えられています。

このことから人間は社会的な動物で、他者の食生活や生活習慣など、無意識のうちに周りの人の影響を受けてしまうといえます。

「良い習慣も伝播する」

これを聞くと「自分の肥満は周りの影響だ」と考えて、食生活や生活習慣を変えることをあきらめる人があるかもしれません。

しかし、悪い影響だけでなく、良い習慣も人に伝播することがわかっています。自分の良い習慣（禁煙、運動、食生活…）が周りの人に伝播し、社会を良くする可能性もあります。

「良い習慣を人に感染させる」ことができると考えると、自分の目の前の食事や運動などに注意を向けるきっかけになるかもしれません。



文責：総合診療内科 主任医長 本間 陽一郎

新任医師紹介

今年も桜の花便りとともに
大勢の医師が着任しました



眼科
朝岡 亮
アサオカリョウ
東京医科大学(1996年卒)



支持療法科
平川 聡史
ヒラカワ サトシ
岡山大学(1996年卒)



眼形成眼窩外科
伊勢 重之
イセ シゲユキ
聖マリアンナ医科大学(2002年卒)



整形外科(せぼね骨腫瘍科)
石井 啓介
イシイ ケイスケ
関西医科大学(2004年卒)



神経内科
本間 一成
ホンマ カズナリ
東海大学(2004年卒)



放射線科
祢里 真也
ネリ シンヤ
京都大学(2004年卒)



眼科
石井 香利
イシイ カオリ
大阪医科大学(2005年卒)



消化器内科
鏡 卓馬
カガミ タクマ
浜松医科大学(2005年卒)



膠原病リウマチ内科
大村 晋一郎
オオムラ シンイチロウ
東邦大学(2007年卒)



整形外科(せぼね骨腫瘍科)
林 卓馬
ハヤシ タクマ
藤田保健衛生大学(2008年卒)



呼吸器内科
三輪 秀樹
ミワ ヒデキ
浜松医科大学(2008年卒)



呼吸器外科
飯塚 修平
イヰヅカ シュウヘイ
浜松医科大学(2009年卒)



循環器科
高見 浩仁
タカミ ヒロノリ
産業医科大学(2009年卒)



てんかん科
野崎 俊樹
ノザキ トシキ
山梨大学(2009年卒)



産婦人科
森岡 将来
モリオカ マサキ
帝京大学(2009年卒)



循環器科
長田 晃裕
オサダ アキヒコ
山梨大学(2012年卒)



総合診療内科
本田 優希
ホンダ ユウキ
浜松医科大学(2013年卒)



消化器内科
江上 貴俊
エガミ ショウト
浜松医科大学(2014年卒)



麻酔科
石田 恵章
イシダ ケンチャウ
名古屋市立大学(2015年卒)



小児科
桐戸 雄紀
キリト ユウキ
浜松医科大学(2015年卒)



心臓血管外科
櫻井 陽介
サクurai ヨウスケ
熊本大学(2015年卒)



産婦人科
田邊 昌平
タナベ ショウヘイ
宮崎大学(2015年卒)

新任医師紹介



内分泌内科
徳丸 光彬
トクマル ミツアキ
杏林大学(2015年卒)



眼科
野間 沙樹
ノマ サキ
大阪医科大学(2015年卒)



皮膚科
花井 志帆
ハナイ シホ
奈良県立医科大学(2015年卒)



膠原病リウマチ内科
石原 龍平
イシハラ リュウヘイ
京都府立医科大学(2016年卒)



総合診療科
川端 明日香
カワバタ アスカ
徳島大学(2020年卒)



総合診療科
小阪 健祥
コサカ タツアキ
京都大学(2020年卒)



総合診療科
齋藤 孝司
サイトウ コウジ
奈良県立医科大学(2020年卒)



総合診療科
佐々木 卓馬
ササキ タクマ
埼玉医科大学(2020年卒)



呼吸器内科
藤田 侑以子
フジタ ユイコ
愛媛大学(2016年卒)



外科
喚田 祥吾
ウメダ ショウゴ
島根大学(2016年卒)



神経内科
大竹 悠介
オオタケ ユウスケ
浜松医科大学(2017年卒)



総合診療科
久保田 浩之
クボタ ヒロキ
滋賀医科大学(2017年卒)



総合診療科
正田 智紗子
シヨウダ チサコ
藤田医科大学(2020年卒)



総合診療科
曽根 久美子
ソネ クミコ
神戸大学(2020年卒)



総合診療科
千葉 馨
チバ カオル
北海道大学(2020年卒)



総合診療科
津村 茉那
シムラ マナ
杏林大学(2020年卒)



外科
佐々木 海人
ササキ カイト
杏林大学(2017年卒)



腎臓内科
塩崎 友里子
シオザキ ユリコ
浜松医科大学(2017年卒)



耳鼻咽喉科
曽根 大貴
ソネ マサタカ
富山大学(2017年卒)



小児科
濱田 早紀
ハマダ サキ
札幌医科大学(2017年卒)



総合診療科
富山 嘉月
トミオカ カヅキ
琉球大学(2020年卒)



総合診療科
羽濺 えりか
アヅキ
浜松医科大学(2020年卒)



総合診療科
溝越 けやき
ミキヨシ
東京女子医科大学(2020年卒)



総合診療科
山口 雅也
ヤマグチ マサヤ
浜松医科大学(2020年卒)



産婦人科
松崎 敬彦
マツザキ ヨシヒコ
東京慈恵会医科大学(2017年卒)



病理診断科
三ツ井 彩花
ミツイ アヤカ
新潟大学(2017年卒)



心臓血管外科
守内 大樹
モリウチ ヒロキ
浜松医科大学(2017年卒)



産婦人科
織田 愛実
オダ アイミ
秋田大学(2018年卒)



総合診療科
山本 真輝
ヤマモト マサキ
九州大学(2020年卒)



総合診療科
渡邊 健太郎
ワタナベ ケンタロウ
東北大学(2020年卒)

2020年4月の医師数
283名(4月1日現在)
よろしくお願いします!



消化器内科
棟葉 俊太郎
シンバ シュンタロウ
浜松医科大学(2018年卒)



耳鼻咽喉科
高橋 佳也
タカハシ カヤ
浜松医科大学(2018年卒)



救急科
出口 美義
デグチ ミヨシ
新潟大学(2018年卒)



整形外科
中村 勇人
ナカムラ ユウト
浜松医科大学(2018年卒)



救急科
光定 健太
ミツサダ ケンタ
聖マリアンナ医科大学(2018年卒)



小児科
和久田 直
ワクタ ナオ
福井大学(2018年卒)



総合診療科
稲葉 和真
イナバ カズマサ
浜松医科大学(2020年卒)



総合診療科
植田 浩太
ウエダ コウタ
浜松医科大学(2020年卒)

インフォメーション

4月から 眼科 緑内障外来を開設

緑内障は中途失明原因としてもっとも多く、40歳以上の20人に1人が罹るとわれています。一般外来で医師が必要と認めた場合、専門外来でより高度な医療を提供いたします。超高齢化の現代、早期発見と適切な治療で生涯目を守りましょう。

※眼科の初診に関するお知らせ ➡ P11





聖隷浜松病院からのお知らせ

初診の方へ

紹介状をお持ちください

紹介状及び予約が必要な診療科(紹介予約制)がありますので、事前にご確認ください。なお、当院を受診される際に、他の医療機関からの紹介状をお持ちでない場合は、初診に係る選定療養費として5,500円(税込)を別途ご負担いただいています。原則としてかかりつけ医からご予約をお取りいただくようお願いいたします。患者さんから予約する場合は診療科・担当医をご確認のうえ、下記までご連絡ください。

▶ 地域医療連絡室(JUNC) ☎053-474-8801

(月～金曜 9:00～17:00、土曜 9:00～12:00/祝祭日を除く)

再診の方へ

予約変更のご案内

予約変更は、適切な診療提供に支障をきたすおそれがあります。やむを得ず予約変更を希望する場合のみ、下記までご連絡をお願いいたします。

- お手元に診察券・予約券等をご準備ください。
- 時間帯によってはお電話につながりにくい場合があります。
- 変更の際は医師等に確認が必要なため、お時間や日数がかかります。

▶ 外来受付センター ☎053-474-0100 (月～金曜 9:00～16:45)

産科の受診をお考えの方へ

妊娠検査薬等で妊娠が確認できれば、紹介状は不要です。受診希望日の7日～10日位前までに、下記までご連絡ください。

▶ 産科外来(直通) ☎053-474-3067

(月～金曜 14:00～16:45/祝祭日を除く)

面会の方へ

面会時間…月～金曜 14:00～20:00、土曜・日曜・祝日 10:00～20:00

- 院内感染予防の目的で、以下の症状がある方には、面会をご遠慮いただいています。
発熱/咳・痰/原因不明の発疹/嘔吐・下痢

ご来院の方へ

駐車場の収容台数に限りがあり、大変混み合いますのでなるべく公共交通機関(電車・バス)をご利用ください。

医師との面談時間について(ご協力のお願い)

原則、平日(月～金曜)8:30～17:00です。

- 緊急の場合は、この限りではありません。
- 医師の都合(外来診療や手術の延長等)により面談が上記時間外になる場合もありますが、ご了承ください。
- やむを得ない事情がある場合は、ご相談ください。



社会福祉法人 聖隷福祉事業団

総合病院 聖隷浜松病院

ジョイント・コミッション・インターナショナル認証

日本医療機能評価機構認定

地域医療支援病院

〒430-8558 浜松市中区住吉2-12-12 ☎053-474-2222

発行責任者 院長 岡 俊明