

甲友会ナウ

甲友会の「今」をお届け 地域の皆さまへのお知らせ 広報誌

vol. 73
自由にお持ちください May 2026

内視鏡検査のギモン6選!

きょうりつ病院の内科医に聞く



旬の食材と栄養素のはなし

旬の食材「夏みかん」



夏みかんは、日本原産の果物で、酸味が強く、やや苦味があるのが特徴の柑橘類です。旬は4月～6月頃の初夏です。他の柑橘類と同じく、実が色づき始めるのは秋頃ですが、この時期は酸味が強すぎるため、熟すのを待ってから春先に収穫されます。収穫時期が知られていなかった頃は、酸味の強さから、お酢の代用品や観賞用として利用されていました。

栄養素としては血圧の上昇を抑えるカリウム、皮膚や血管を健康に保つために必要なコラーゲンの生成に関与するビタミンCが多く含まれています。また、薄皮(ジョウノウ)には、ペクチンが多く含まれており、整腸作用があります。

選ぶ際は、全体が濃い黄色に色づいており、張りがあるもの。また、へたの部分が緑色で、手に持ったときにずっしりと重みを感じるものがよいでしょう。



- クエン酸
- ペクチン
- カリウム
- ビタミンC



- マーマレード
- 夏みかんジュレ
- 夏みかん水ようかん
- 夏みかんピール

西宮協立脳神経外科病院
栄養科 管理栄養士



Yasuragi
private residential home

介護付有料老人ホーム
やすらぎ
西宮市津門吳羽町9-10
西宮協立脳神経外科病院の目の前徒歩1分

介護 × リハビリ × 医療

やすらぎで叶える
24時間あんしんの暮らし

豊かな、いきいきとした人生を

お気軽にお問合せください <https://www.nk-hospital.or.jp/yasuragi/>

お問合せ・資料請求はホームページからも

0120-4165-99



社会医療法人 甲友会 ~すべてはみんなの笑顔のために~

西宮協立脳神経外科病院
西宮市今津山中町11-1 TEL.0798-33-2211

西宮協立リハビリテーション病院
西宮市鷺林寺南町2-13 TEL.0798-75-3000

西宮協立訪問看護センター
西宮市今津山中町6-32 TEL.0798-33-6233

西宮協立ケアプランセンター
西宮市今津山中町6-32 TEL.0798-33-6251

西宮協立デイケアセンターほほえみ
西宮市津門吳羽町10-13 TEL.0798-36-6780

西宮協立デイケアセンター第2ほほえみ
西宮市津門吳羽町9-10 TEL.0798-33-3501

西宮協立訪問リハビリテーションほほえみ
西宮市津門吳羽町10-13 TEL.0798-36-6780

西宮協立在宅栄養ケアセンター
西宮市今津山中町11-1 TEL.0798-30-6080

西宮協立認定栄養ケア・ステーション
西宮市今津山中町11-1 TEL.0798-30-6080

介護付有料老人ホームやすらぎ
西宮市津門吳羽町9-10 ☎0120-4165-99

西宮市瓦木在宅療養相談支援センター
西宮市津門吳羽町8-25-101 TEL.0798-32-5322

法人本部
西宮市津門吳羽町10-13 3F TEL.0798-32-3251

法人理念
医療と福祉の連携により
質の高いサービスを提供し、
地域の人々の健康で
幸せな暮らしに貢献する。

甲友会ナウ

◎編集・発行：社会医療法人甲友会
〒663-8245 西宮市津門吳羽町 10-13 3F
TEL:0798-32-3251(法人本部 / 広報担当)

ご意見・ご感想につきましては下記メールアドレスまでご連絡いただくか、
西宮協立脳神経外科病院・西宮協立リハビリテーション病院設置の「声の箱」へご投函ください。

ご意見・ご感想はメールにて koyukai.now@nk-hospital.or.jp

ホームページ更新中!
スマートフォンからも
ご覧いただけます。



<https://www.nk-hospital.or.jp/>

ギモン5

どんな症状の時に検査が必要?

症状がない段階での検査が重要です。というのも、早期のがんやポリープは自覚症状がないことが多く、気づかないうちに進行している場合があるためです。



こんな症状の時は医師に相談を

- ①胃痛、胸やけ、胃もたれがつづく
- ②腹痛、便秘、下痢など腸の症状がつづく
- ③便潜血陽性などの検査異常を指摘された
- ④ピロリ菌感染を指摘されたことがある
- ⑤40歳以上で大腸、50歳以上で胃の検査歴がない



ギモン4

内視鏡検査はどれくらいの頻度で受けた方がいいですか?

次の3つを検査頻度の目安にするとよいでしょう。ただし個人差はありますので、状態に応じて、医師と相談しながら決めていきます。

40歳以上の方	定期的な検査を推奨
ピロリ菌感染歴がある方	より注意が必要
症状がある場合	早めの受診

症状がなくても検査は必要?

ギモン6

内視鏡検査だからこそできる治療はありますか?

内視鏡では、検査だけでなく治療まで行える場合があります。たとえば「ポリープをその場で切除する処置(ポリペクトミー=ポリープ切除術)」「早期のがんに対する内視鏡治療(ESD=内視鏡的粘膜下層剥離術)」「出血に対する止血処置」などが可能です。開腹手術を必要とせずに治療できるため、体への負担が比較的小さいのが特徴です。

早期発見！
早期治療！



左：西宮協立脳神経外科病院 内科 廣辻 匡哉
右：兵庫医科大学主任教授 内視鏡センター長 富田 寿彦

西宮協立脳神経外科病院では

オリンパス社の内視鏡システム

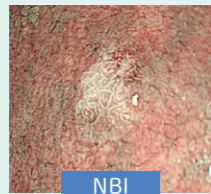
EVIS X1を導入しています。 ※2025年12月導入

早期発見・診断のための特徴

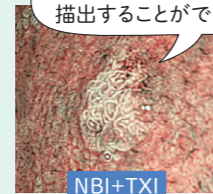
本システムでは、「粘膜の色や凹凸の強調(TXI)」や「血管構造の強調(NBI)」など、複数の観察モードを、状況に応じて切り替えながら使用できます。



通常光



NBI



NBI+TXI

より鮮明に描出することができます



※写真はご本人の同意を得て掲載しています。

西宮協立脳神経外科病院の 内科医に聞く!

内視鏡検査のギモン6選

ギモン2

どんな病気を発見できる?

内視鏡検査には主に、胃カメラ検査と大腸カメラ検査の2つがあります。早期病変は症状が出にくく、検査による発見が重要です。

◎胃カメラ検査 (上部消化管内視鏡検査)

観察する部位

食道・胃・十二指腸

主に分かる病気

胃がん(早期含む)・食道がん・胃炎、逆流性食道炎・胃潰瘍、十二指腸潰瘍



◎大腸カメラ検査(大腸内視鏡検査)

観察する部位

大腸全体および回腸末端(小腸の一部)

主に分かる病気

大腸がん(早期含む)・大腸ポリープ・炎症性腸疾患・出血や腸炎

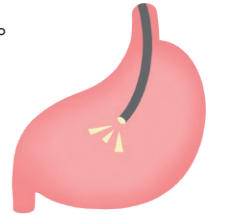


こんなふうに見えます

ギモン1

そもそも内視鏡検査はどんな検査ですか?

内視鏡検査は、先端にカメラのついた細いスコープを用いて、食道・胃・大腸の内部を直接観察する検査です。粘膜の状態をリアルタイムで確認できるため、微細な異常の発見に優れています。また、観察だけでなく「組織を採取する検査(生検)」を行うことも可能です。



ギモン3

胃カメラ検査は苦しそうです

検査時の負担軽減のため、当院では「鎮静剤を用いた検査が可能」、「細いスコープ(細径スコープ)の使用」、「丁寧な操作」などの工夫を行っています。個人差はありますが、患者さんの負担を抑えた検査を心がけています。

西宮協立脳神経外科病院
内科
医長 藤村 一樹



日常生活の中で「立ち上がる」動作は、歩く・座る・トイレ動作など、あらゆる場面での**基本の動き**になります。

実はこの動き、少し意識して練習するだけで**足腰の筋力やバランス能力の維持に効果的**です。

自宅で安全に取り組める立ち上がり練習を、ぜひ毎日の習慣にしてみましょう。

立ち上がり練習

おうち時間に運動をプラス

自宅でできる！ かんたんエクササイズ

西宮協立デイケアセンターほほえみ 理学療法士

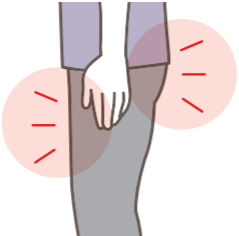
立ち上がりのコツ

立ち上がる時は、足を少し後ろに引き、体を前に倒してから立ちましょう。手すりや肘掛けを使っても大丈夫です。急がず、息を止めずに行いましょう。

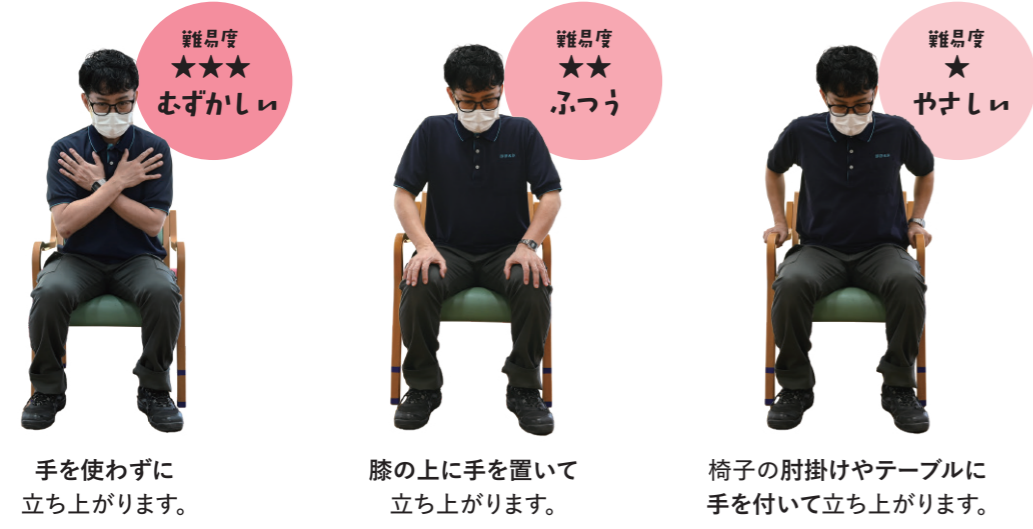


立ち上がりの効果

立ち上がり練習を続けることで、太ももやお尻の筋肉が自然と使われます。 毎日の動きが運動になり、少しずつ力がつくため、外出や家事が楽に感じられることがあります。



難易度を変えてみましょう



日々の立ち上がるタイミングで意識してやってみましょう！



⚠️ 少しでも痛みや違和感を感じた場合はすぐに中止してください。体の状態や体調に応じて無理のない範囲で行いましょう。

西宮協立リハビリテーション病院

リハビリテーション部 作業療法士

最先端ロボットを活用したリハビリテーション

手指運動
リハビリテーション
システム「MELTZ」を
導入しました。
※2025年12月導入

脳血管疾患などにより手指のまひに対するリハビリテーションをサポートするロボット機器です。前腕に筋肉の電気信号(筋電と言います)を計測するための電極を貼り、手に筋肉や腱に相当するハンドユニットを装着して練習を行います。筋電はAI解析され、患者さんの意図と連動した動作練習を行うことができます。微弱な筋電や、筋肉の収縮であっても識別できるため、自力では手指の曲げ伸ばしが難しい方や、曲げ伸ばしはできても物をつかむ・離すことができない方など、症状に合わせたプログラムを組み、正しい動作の反復学習を行うことができます。

MELTZとはどんな機器？



MELTZの特徴

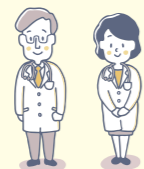
従来は作業療法士の介助が電気刺激で動きを引き出していたため、毎回同じパフォーマンスを求められることが難しく、患者さんご本人は「動かしてもらっていい」という感覚になりやすいケースが多々ありました。MELTZは患者さんが意図したときにプログラムされた運動が起ころうよう設定するため、「自分で動かしている」と感じやすく、同じパフォーマンスを繰り返す求めることができます。

使用した作業療法士の声

まひが重度で動きを感じにくい早期から手指のリハビリができます。患者さんが自分で動かしている感覚をもちながら、毎回同じパフォーマンスを発揮できることで、より主体的かつ、より効果的にリハビリができるようになったと感じます。また、どの程度動かしているかをモニター上で確認できるため、患者さんとの共有や難易度調整がしやすいと感じています。



医師着任 しました



西宮協立脳神経外科病院
整形外科



上田 拓司
うえだ たかし
大阪医科薬科大学 卒

好きな時間の過ごし方
ぶらっと一人旅

好きな言葉 人間万事 塞翁が馬

西宮協立リハビリテーション病院
内科・
リハビリテーション科



市川 昌志
いちかわ まさし
近畿大学 卒

好きな動物
犬

好きな言葉 思い立ったが吉日

西宮協立脳神経外科病院
麻酔科



岡本 智史
おかもと さとし
東海大学 卒

好きな時間の過ごし方

ジムで思いっきり汗をかく！

好きな言葉 一期一会

西宮協立脳神経外科病院
整形外科



森山 泰仁
もりやま やすひと
大阪医科薬科大学 卒

好きな動物
猫

好きな言葉 一期一会

西宮協立リハビリテーション病院
リハビリテーション科



森本 宇実花
もりもと うみか
兵庫医科大学 卒

好きな時間の過ごし方

旅行先で美味しいご飯を楽しむこと。

好きな言葉 幸せはいつも自分の心が決める

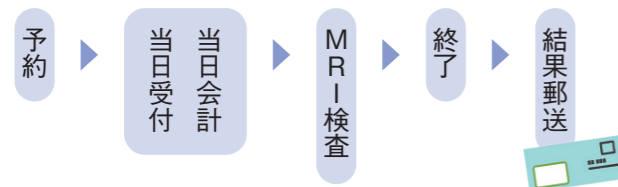
西宮協立脳神経外科病院

クイック脳ドック・クイック脊椎ドックのご案内

寝たきりや要介護状態の原因になり得る、のうこうそく脳梗塞や脳出血などの脳疾患と脊椎の疾患。これらを未然に防ぐには、健診による病態の早期発見・治療が大切です。クイック脳健診・クイック脊椎健診ではMRI装置を用いて、放射線を照射することなく脳や頸椎(くび)の状態を評価します。西宮協立脳神経外科病院では、画像診断を専門とする放射線診断専門医が脳外科医と整形外科医の読影にわり、ダブルチェックの体制をとることで、精度の高い画像診断を実施しています。



健診までの流れ



採血検査や医師の診察を行わないため、検査実施後すぐにご帰宅可能です。

料金 22,000円 (税込)

※クイック脳ドック・クイック脊椎ドックとも同料金

注意事項

下記に該当する方はご予約の際にお伝えください(状況に応じてお受けできない場合がございます)。

- 心臓ペースメーカーのある方／埋め込み型除細動器(ICD)／可変式バルブシャント(V-P C-V など)／人工内耳、神経刺激装置など体内電子装置／刺青・アートメイク／妊娠中、妊娠の可能性のある方

ご予約 下記にお電話、または総合受付にてお申込みください。

西宮協立脳神経外科病院 地域医療課
TEL : 0798-32-3218 (平日9時~17時)

暮らしの相談室

下肢装具を 作り直すときの 手順



西宮協立訪問看護センター
理学療法士



生活機能を維持するために、装具が必要な場合があります。脳梗塞や脳出血を発症し、入院中に作製された下肢装具は、特に重要な役割を果たします。ですが、退院後も日常的に使用していると、面ファスナーが付きにくくなったり、体重の増減によって装具が身体に合わなくなったりすることがあります。「修理や新調したいときはどうすればよいのだろう」と思われたことはありませんか？今回は下肢装具を作り直すときの手順などをご紹介します。

下肢装具の耐久年数は？

金属支柱付き(長下肢・短下肢ともに)は約3年、プラスチック製は約1.5~2年、足底装具は約15年が目安とされています。作製時期が不明な場合は、作製時に配布された「装具手帳」や、装具に貼付されている作成年月日のシールで確認することができます。

作製する手順は？

1. 身体障害者手帳を利用する場合

- ① 西宮市の障害福祉課へ相談して申請書類を受け取る
- ② 指定の医療機関の医師に「補装具費支給意見書」を依頼する
- ③ 義肢装具製作所や車椅子販売店に、見積書の作成を依頼する
- ④ 補装具費支給意見書と見積書を西宮市障害福祉課の窓口へ提出する
- ⑤ 西宮市および更生相談所が支給の可否を審査



2. 医療保険を利用する場合

- ① 病院を受診し、医師から義肢装具製作所へ処方してもらう
- ② 製作所が採型・作製を行い、完成時に一度費用の全額(10割)を製作所に支払う
- ③ 加入している医療保険(健康保険組合、国保など)の窓口にて、領収書と医師の証明書を添え、還付請求する
- ④ 審査後、自己負担分(3割など)を除いた金額が後日還付される

Point

修理が必要なときや作り直しを検討する際に困らないよう、あらかじめ手順や相談先について、担当セラピストなどと一緒に確認しておきましょう。

Point

- ⑥ 承認されると「補装具費支給券」が発行される
- ⑦ 製作業者に支給券を渡し、自己負担額(基本1割)を支払い、装具を受け取る
- 作製したい部位に対応する身体障害者手帳が必要。また、兵庫県の「身体障害者巡回相談」を利用して装具を作製することもできます。