

はづナビ



◆特集／医療アクション！

尿路結石症について

～知っておきたい基礎知識と最新の治療～

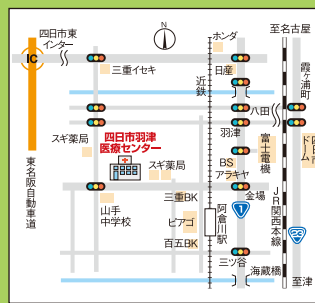
病院と地域を結ぶ

はづナビ

VOL.51

令和8年7月発行

発行四日市羽津医療センター
編集四日市羽津医療センター広報委員会
〒510-0016 三重県四日市市羽津山町10番8号
TEL 059-331-2000
URL <https://yokkaichi.jcho.go.jp>
編集協力TCK Nagoya



公共交通機関のご案内

- 近鉄阿倉川駅より西へ徒歩約8分
- 近鉄四日市駅よりタクシーで約10分
- 三重交通バス羽津山経由Jヒルズ行(病院前下車)
- 生活バス(四日市羽津医療センター下車)
- 東名阪・四日市東インターから約10分



四日市羽津医療センター

検索

掲示板

R8年度

新任医師の紹介

腎臓内科

NEWS

遠藤 真由美
(エンドウ マユミ)

腎臓内科医師

泌尿器科

NEWS

渡邊 晋
(ワタナベ ススム)

泌尿器科医師

初期臨床研修医

を紹介します

resident
佐々木 彩
(ササキ アヤ)

resident
田中 伊吹
(タナカ イブキ)

resident
中野 皓太
(ナカノ コウタ)

resident
大山 匠飛
(オオヤマ ナルタカ)

編集後記

今号も「はづナビ」をご覧いただきありがとうございます。前任より編集後記を引き継ぎました。「病院と皆さまをつなぐきっかけに」という思いで創刊された本誌の良いところをお伝えできるよう、広報委員会の仲間と真摯に、また楽しみながら広報活動を取り込んでまいります。「はづナビ」は年に2回発刊予定です。今後とも温かく見守っていただけると幸いです。



渡邊 晋医師

尿路結石症について

「知っておきたい基礎知識と最新の治療」

尿路結石症とは？

尿路結石症とは、腎臓から尿道までの「尿の通り道（尿路）」に石のようなかたまり（結石）ができる病気です。

結石は主に尿の成分が結晶化して形成され、特に30～60歳代に多くみられます。近年は食生活の欧米化や生活習慣の変化に伴い、患者数は増加傾向にあります。結石が尿管につまると、突然の激しい背部痛や脇腹の痛み、血尿、吐き気などを引き起こします。「人生で最も痛い経験の一つ」と表現されることもある病気です。

特集 医療アクション

2～4P

尿路結石症について

院内外のHOTニュース 5・6P

◆教えてコーナー

健康にまつわる選りすぐりの知恵 7・8P

◆ホッ!得 今回のお題【高齢者の夜間頻尿と転倒予防】

◆私が伝えたい!はづの魅力 9・10P

◆情報to(通) ●巡回健診車更新クラウドファンディング 完了のご報告と支援者様のご紹介 11P

◆助くシフト! 〈臨床工学技士の紹介 臨床工学部 臨床工学技士長 安江一修〉 12P

◆病診連携登録医 〈にしい腎泌尿器科〉 13・14P
〈きせ腎泌尿器科・かんぽうクリニック〉

◆自遊自在〈読めそうで読めない身近な漢字6選〉 15P

管理栄養士が考える旬の健康食 16P

◆おすすめ!!「季節を食す」

◆外来診療担当表 17・18P



主な症状

- 突然起こる強い腰背部痛・側腹部痛
 - 血尿
 - 排尿時の違和感
 - 頻尿
 - 吐き気・嘔吐
 - 発熱（感染を伴う場合）
- 特に発熱を伴う場合は、尿路感染症を合併している可能性があり、緊急治療が必要になることがあります。

結石は自然に消えるの？

小さい結石（一般的に5mm以下）は、自然排石することがあります。
しかし、大きい結石や痛みが強い場合、尿の流れが妨げられている場合には治療が必要です。

- 放置すると、
- 腎機能低下
- 尿路感染
- 敗血症

など重篤な状態につながる可能性があります。ですので、痛みがなくなっただけからいいや、ではなく結石がどうなったのか確認をする

治療

当院では、尿路結石治療に「ツリウムYAGレーザー（Thulium:YAG laser）」を導入しています。



ツリウムYAGレーザーは、近年注目されている新しいレーザー技術であり、従来のホルミウムレーザーと比較して、より効率的で精密な碎石が可能とされています。

ツリウムYAGレーザーの特徴

- 結石をより細かい粉末状に砕きやすい
 - 治療中、結石の飛散が少ない
 - 手術時間の短縮が期待できる
 - 内視鏡操作の安定性向上
 - 患者さんへの負担軽減
- 特に硬い結石や腎結石に対しても高い有効性が期待されており、近年の尿路結石治療

ことが大切です。

なぜ結石ができるの？

結石の原因は一つではありませんが、次のような要因が関係しています。

- 生活習慣
 - 水分不足
 - 塩分・動物性脂肪の多い食事
 - 肥満
 - 運動不足
 - 体質・病気
 - 高尿酸血症
 - 糖尿病
 - 高血圧
 - 副甲状腺機能異常など
 - 季節
- 汗をかきやすく脱水になりやすい夏場は、結石ができやすくなります。

最新の尿路結石治療

現在の尿路結石治療は、以前に比べて体への負担が大きく軽減されています。
多くの治療が「内視鏡」を用いた低侵襲治療となっています。

の大きな進歩の一つです。

当院では、最新機器と経験豊富なスタッフにより、患者さん一人ひとりに適した安全で低侵襲な治療を提供しています。

③ 経皮的腎碎石術（PNL）

背中から腎臓へ小さな通路を作り、内視鏡で大きな結石を取り除く方法です。

特徴

- 大きな結石に有効
 - サング状結石にも対応
 - 近年は細径化が進み、体への負担が軽減
- 巨大結石では、経尿道的手術と経皮的手術を組み合わせることもあります。

再発予防がとっても重要です

尿路結石は再発しやすい病気です。
5～10年で約半数が再発するといわれています。

予防のポイント

- 水分摂取
最も重要です。
1日2L以上の尿量を目標にしましょう。
- 食生活の改善
- 塩分を控える
- 動物性脂肪をとりすぎない

① 体外衝撃波結石破砕術（ESWL）
体の外から衝撃波を当て、結石を細かく砕く治療です。

特徴

- 身体にメスを入れる必要がない
- 外来または短期入院で可能
- 比較的小さい結石に適応

一方で、結石の硬さや場所によっては砕けにくい場合があります。

また、砕けた後は、本人のおしっこと一緒に結石が出ていくのを待つ必要があります。

② 経尿道的尿路結石碎石術（TUL・TULI）

尿道から細い内視鏡を挿入し、レーザーで結石を砕く治療です。

特徴

- 身体にメスを入れる必要がない
- 高い結石除去率
- 比較的大きな結石や腎結石にも対応可能

近年は、柔らかく曲がる軟性尿管鏡の進歩により、以前は治療が難しかった腎結石にも対応できるようになっています。

当院導入の最新レーザー治療

「ツリウムYAGレーザー」による先進的結石

● バランスよく食べる

適度な運動

肥満予防や代謝改善につながります。

必要に応じて、結石成分分析や24時間尿検査を行い、一人ひとりに合った再発予防を行います。

最後に

尿路結石症は、強い痛みを伴う一方で、適切な治療により多くの場合改善が期待できる病気です。

近年は内視鏡やレーザー技術の進歩により、より安全で体への負担の少ない治療が可能となっています。

当院では、最新のツリウムYAGレーザーを活用した先進的な尿路結石治療を行っています。

「腰が急に痛くなった」「血尿が出た」など気になる症状がある場合は、早めに泌尿器科へご相談ください。

患者さん一人ひとりの状態に応じた最適な治療と再発予防に取り組んでいます。

教えてコーナー

前立腺肥大症

前立腺肥大症は、加齢とともに前立腺が大きくなり、尿の通り道である尿道を圧迫すること、さまざまな排尿トラブルを引き起こす病気です。

50歳頃から増え始め、60歳代では約半数、

80歳代では多くの男性にみられる、とても一般的な病気です。

原因として最も大きいのは加齢ですが、肥満や高血圧、糖尿病、脂質異常症など生活習慣病との関連も指摘されています。

前立腺肥大症の主な症状

症状は大きく3つに分けられます。

- ① 排尿症状(尿を出すときの症状)
 - ・尿の勢いが弱い
 - ・尿が途中で途切れる
 - ・排尿に時間がかかる
 - ・いきまないと尿が出にくい
- ② 蓄尿症状(尿をためるとき症状)
 - ・トイレが近い(頻尿)
 - ・夜中に何度もトイレに起きる(夜間頻尿)
 - ・急に強い尿意がくる
 - ・尿を我慢しにくい
- ③ 排尿後症状
 - ・尿が残っている感じがする(残尿感)

【正常な前立腺】



【前立腺肥大症の状態】



② PDE5阻害薬

排尿症状の改善に加え、勃起機能障害(ED)にも効果が期待される薬です。

③ 5α還元酵素阻害薬

前立腺を少しずつ小さくする薬です。前立腺が大きい方に使用されます。

手術による治療

薬で十分な効果が得られない場合や、尿が出なくなった・繰り返し尿路感染を起こす・残尿が多いといった場合には、手術治療を検討します。近年は医療機器の進歩により、身体への負担が少ない低侵襲治療が増えてきました。患者さんそれぞれの

前立腺肥大症の手術治療の比較

それぞれの手術には特徴があり、前立腺の大きさや患者さんの状態に合わせて最適な方法を選択します。

	TURP (経尿道的前立腺切除術)	HoLEP (経尿道的前立腺全摘術)	PVP/CVP (経尿道的前立腺蒸気処置術)	WAVE (経尿道的前立腺波状切除術)	PUL (経尿道的前立腺レーザー切除術)	Aquablation (アブレーション)
手術の流れ	① 内視鏡を挿入 ② 電気メスで前立腺を削り取り、尿の通りを良くします。 ③ 削った組織を洗い流す ④ 手術終了	① 内視鏡を挿入 ② レーザーで前立腺を切除し、組織を体の外へ取り出します。 ③ 残った組織を体の外へ取り出す(モノセレーザー) ④ 手術終了	① 内視鏡を挿入 ② レーザーで前立腺を蒸気化させる ③ 手術終了	① 内視鏡を挿入 ② 高温の電波で前立腺を切除させる ③ 手術終了	① 内視鏡を挿入 ② 尿道を圧迫する部分をピンポイントで切除して持ち上げる ③ 手術終了	① 内視鏡と特殊なコートを挿入 ② 尿道で前立腺を凝固し、高圧の水で溶解 ③ 溶解した組織を吸引して体の外へ排出 ④ 手術終了
手術時間(目安)	約60～90分 (前立腺の大きさにより変動)	約90～150分 (前立腺の大きさにより変動)	約10分程度 (前立腺の大きさにより変動)	約10分程度 (前立腺の大きさにより変動)	約10分程度 (前立腺の大きさにより変動)	約60分程度 (前立腺の大きさにより変動)
入院期間(目安)	5～7日 (場合により7～10日)	5～7日 (場合により7～10日)	4日程度 (場合により5～7日)	1～3日 (多くは1泊程度)	1泊程度 (多くは1泊程度)	5～7日 (場合により7～10日)
主な合併症(発生率)	・一時的な尿失禁 (5～15%) ・出血・転倒 (1～5%) ・逆行性射精 (50～70%) ・尿道狭窄 (1～2%) ・まれにTURP症候群 (1%未満)	・一時的な尿失禁 (3～20%) ・出血・転倒 (1～5%) ・逆行性射精 (70～95%) ・尿道狭窄 (1～2%) ・まれに膀胱炎 (1%未満)	・一時的な尿失禁 (5～15%) ・出血・転倒 (1%未満) ・逆行性射精 (5～10%) ・一時的な尿失禁 (1～2%) ・まれに尿道狭窄 (1～2%)	・一時的な尿失禁 (5～15%) ・出血・転倒 (1%未満) ・逆行性射精 (5～10%) ・一時的な尿失禁 (1～2%) ・まれに尿道狭窄 (1～2%)	・出血・転倒 (2～10%) ・逆行性射精 (100%) ・一時的な尿失禁 (3～10%) ・尿道狭窄 (1～2%) ・まれに一時的な尿失禁 (1～2%)	・一時的な尿失禁 (2～5%) ・出血・転倒 (1～2%) ・逆行性射精 (32～7%) ・尿道狭窄 (1～2%) ・まれに一時的な尿失禁 (1～3%)

※数値は目安であり、施設や患者さんの状態により異なります。
※逆行性射精は、精液が膀胱へ逆流することです。オーガズムはありますが射精感が体に出ない状態です(健康への影響はありません)。
※前立腺の大きさ・形・質、患者さんの年齢や健康状態により、適した治療法異なります。医師とよくご相談ください。

放置するとどうなる?

前立腺肥大症が進行すると、急に尿が出なくなる(尿閉)・血尿・膀胱結石・尿路感染症・腎機能の低下などを引き起こすことがあります。

「年齢のせいだから仕方ない」と我慢している方も多いですが、生活の質(QOL)を大きく下げる原因になります。気になる症状がある場合は、早めの受診をおすすめします。

治療について

まずは薬による治療
前立腺肥大症の治療では、まず薬による治療を行うことが一般的です。

① α1遮断薬

前立腺や尿道の緊張をゆるめ、尿を出しやすくします。



ホッ!得

今回のお題

高齢者の夜間頻尿と転倒予防

「排尿のために1回以上起きなければならぬ人は要注意?」

夜間頻尿とは

夜間、排尿のために1回以上起きなければならぬ症状を夜間頻尿といいます。加齢とともに頻度が高くなります。夜間の排尿回数が増えることは単なる不便だけでなく、転倒による骨折など深刻なリスクにつながる可能性があります。特に高齢になるほどその危険性は高まります。

夜間頻尿の原因

・高齢になると抗利尿ホルモン（尿を減らすホルモン）の働きが弱くなり尿量が多くなる。
・膀胱が小さくなり尿をためる力が弱くなることで少しの尿でも尿意を感じやすくなる。

・過活動膀胱、糖尿病、心不全、前立腺肥大（男性）、利尿薬の使用により頻尿を悪化させる。

夜間の転倒リスクが高い理由

暗い環境での移動は視界が悪く、障害物を認識しにくくなります。また、睡眠中に起きた直後は意識がはっきりしておらず、判断力や反応速度が低下しています。さらに、高齢になると筋力やバランス感覚が低下しているため、わずかな段差や絨毯の端でもつまずきやすくなります。
寝室からトイレへの動線に電源コードや小さな段差などの障害物があると、転倒のリスクはさらに高まります。
歩行が不安定な方は手すりや杖、歩行器などの歩行

補助具を使用することも良いでしょう。場合によっては尿器（尿瓶）やポータブルトイレを使用し歩く回数を減らすことも転倒リスクを軽減させることができます。



転倒予防に効果的な運動

★下肢筋力強化運動

- ①踵上げ 立った姿勢で踵を上げます。（つま先立ち）
- ②スクワット 立った姿勢でゆっくり両ひざを曲げてゆっくり伸ばします。
- ③片脚立位 片脚で立った状態でバランスをとります。



通常の骨盤底筋



骨盤底筋の緩み

効果的な運動

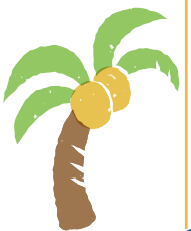
★骨盤底筋運動

骨盤底筋群とは、骨盤内部に存在するインナーマッスルで骨盤内の臓器を支える筋肉です。夜間頻尿の原因でもある臓器の血行不良や膀胱の機能低下、さらには自律神経の乱れを改善するために、骨盤底筋群を活性化することで対策が可能です。

寝たままの姿勢、座った姿勢、立った姿勢、どのような姿勢でもトレーニング可能です。

- ①息を吐く時におしっこを我慢するときのように骨盤底筋群（尿道・膣・肛門周辺の筋肉）を体の中心に集めるように力を入れます。
- ②骨盤底筋群を引き締めたままキープします。
- ③息を吸いながら骨盤底筋群を緩めます。

※引き締めと緩めが意識できるようになったら各10秒キープしてみましょう。



私が伝えたい はづの魅力

5年前JCHO中京病院より副看護部長として当院へ異動し、この度看護部長を拝命いたしました。羽津医療センターは健康管理センター・急性期病棟・地域包括ケア病棟・介護老人保健施設・在宅介護支援センター・訪問看護ステーションを併せ持ち、まさに「地域包括ケアシステム」を推進できる地域の中核病院です。この各部門の中で看護スタッフ達は診療の補助・療養支援などあらゆる場面で多職種と協働し、患者様や利用者様を取り巻く様々な問題を最善に導けるようプロとして日々奮闘しています。今後も地域の皆さまに

信頼され、安心して医療・介護を受けていただける病院であり続けるため、看護部の理念である「私たちは対象者の心に寄り添い、共に笑顔になれる看護を提供します」を実践すべく、人材育成や環境づくりに尽力してまいりますので、何卒宜しくお願い申し上げます。

看護部長 認定看護管理者

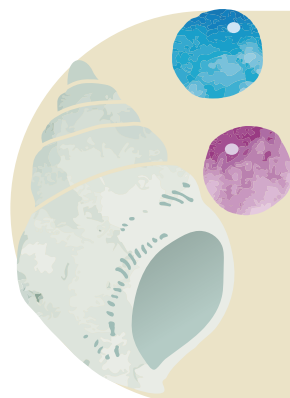
清武 あゆみ

好きな言葉
「自信を持て、
謙虚であれ」

私は看護師になって5年目で、HCUに配属されてから1年が経過しました。HCUは術後や重症の患者さんが多く入床されるため、バイタルサインや全身状態の些細な変化にも気づく力が重要だと感じています。HCUの先輩方ははじめ、スタッフみんなが高い能力を備えているチームだと思います。私も患者さんの些細な変化に気づけるようになり、また少しでも身体的・精神的苦痛を軽減できる看護に努めていきたいです。

HCU 看護師 長谷川 楓

好きな言葉 「感謝」



リハビリテーション部
主任理学療法士 北岡 敬悟

好きな言葉 「感謝」

中京病院より異動してまいりましたリハビリテーション部・理学療法士の北岡敬悟と申します。患者様ならびに職員の皆様に温かく迎えていただき、日々充実した気持ちで業務に取り組むことができております。この場をお借りして感謝申し上げます。

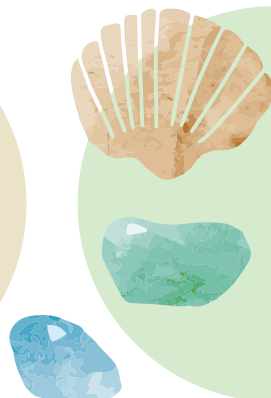
私を感じる『はづ』の魅力は、急性期医療から在宅医療まで、さまざまな疾患を抱える患者様の在宅復帰や健康増進を支えているところです。私もリハビリテーション部の一員として、困っている患者様に寄り添い、安心して生活を送れるよう支援していきたいと考えております。どうぞよろしく願っています。

私の勤務する部署は主に検査を行う場所であり、受診者さんや患者さんと接する時間は短いものの、日々さまざまな出会いがあります。その貴重な時間の中で私たちは、少しでも苦痛を和らげ、不安な気持ちに寄り添えるような心がけています。検査は担当制で、呼び入れから終了までを1人のスタッフが担当しています。検査件数は増加傾向にあり、近年は臨床工学技士や臨床検査技師とも連携し、安心して検査を受けていただけるよう努めています。

内視鏡・放射線 看護師 橋本 仁美

好きな言葉

「二期一会」



健康管理センター 渡邊 良樹
好きな言葉 「常在戦場」

2026年4月より岐阜県にあるJCHO可児という病院から赴任して参りました。三重県は旅行で訪れた程度であり、ご縁をいただけるとは思っておりませんでした。ホームページ上の『センターのご案内』にもあるように、受診者様の生活管理に健康診断を生かし、健やかな毎日が送ることができるよう願っております。そのため、健康管理センターは施設内健診、ならびに検診車にて三重県全域に適切な予防医療を提供できるよう、邁進しております。私の好きな言葉は、「常在戦場」という恩師からの言葉です。物騒な言葉に聞こえますが、常に物事に対する準備をしておき、本番でも動じないという自分への戒めも含まれております。しかしながら、行動が伴っていないのが永遠の課題となっております。今後とも、健康診断は四日市羽津医療センターをご利用ください。スタッフ一同、心よりお待ちしております。

I love yokkaichi.



助 手 シフト シリーズ6 臨床工学技士のご紹介



臨床工学部
臨床工学技士長 安江一修

皆さんは、「臨床工学技士」をご存じですか？おそらく多くの方にとって臨床工学技士は、馴染みのない存在ではないでしょうか。我々の仕事は、医療機器を用いた様々な治療をサポートすることです。具体的には、透析療法や人工呼吸器を装着した患者さんの治療のサポート、また院内にある多くの医療機器のメンテナンスにも携わってきました。このように一般の外来や病棟で療養中の患者さんと対面する機会は少ないながらも、人知れず医療に貢献するスタッフの一員です。その上で、2021年に改正された医療法の中で、医師や看護師の負担軽減を目的として設けられた「タスクシフト」には、臨床工学技士が新たに携わることを認可した業務が設けられました。今回は、当院の臨床工学技士が従事するタスクシフトの業務について紹介します。



①心臓カテーテル検査や治療が必要な時

心筋梗塞や狭心症を抱える患者さんに対して行われる心臓カテーテル検査や治療をする医師をサポートします。

②内視鏡を用いた検査や処置が行われる時

胃や大腸の内視鏡検査を受けられる患者さんのサポートや、複雑な検査や処置をする医師のサポートをします。

③腹腔鏡手術が実施される時

おなかに数カ所開けた小さな穴からカメラを挿入して行う手術のカメラを操作し、医師の手術をサポートします。

これらは一例ですが、それぞれの実施に至るには、国が定める数々の座学や実地研修の受講を重ねました。我々、臨床工学技士は、今後も医師や看護師のサポートを通じて、当院を利用される患者さんが受けられる検査や治療が、安全に完遂するよう今後も日々、精進してまいります。

情報to通



～巡回健診車更新クラウドファンディング完了のご報告と支援者様のご紹介～

日頃より、四日市羽津医療センターの運営に温かいご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。昨年末より実施いたしました「新規巡回健診車更新」に向けたクラウドファンディングでは、多大なるご支援をいただき、誠にありがとうございました。おかげさまで目標金額を達成し導入された新しい巡回健診車は、本年4月より無事に稼働を開始いたしました。地域の皆さま、ならびに企業の皆さまのご厚情に感謝し、ここにご支援者様のご芳名を謹んで掲載させていただきます。

ご支援者様御芳名

- ・株式会社 あいネットサービス
- ・阿倉川運送株式会社
- ・あこず内科循環器科クリニック
- ・有限会社出馬重機
- ・株式会社 伊藤製作所
- ・井村屋グループ株式会社
- ・医療法人上野厚生会 うえのクリニック
- ・株式会社ウェルフェア三重
- ・社会福祉法人 永甲会
- ・株式会社 遠藤製作所
- ・尾鷲物産株式会社
- ・加藤 正彦
- ・株式会社 空
- ・九鬼定置漁業株式会社
- ・国見山石灰工業株式会社
- ・有限会社ケンエイ電設
- ・合同会社 五光機工
- ・コスモ電子株式会社
- ・株式会社三晃空調 名古屋支店
- ・柴田 英治
- ・株式会社紫宝創建
- ・杉栄開発株式会社
- ・株式会社ダイハツ三重
- ・株式会社社長工
- ・つもと さゆり
- ・東誠工機株式会社
- ・内藤歩
- ・株式会社中村組/中村組中和会
- ・にしい腎泌尿器科
- ・医療法人弘健会 羽津整形外科
- ・株式会社百五銀行 川原町支店
- ・フジタ電業株式会社
- ・株式会社フローラ
- ・医療法人北勢会 北勢病院
- ・丸工冷蔵株式会社
- ・三重県建設労働組合亀山支部
- ・三重太平洋鋳業株式会社
- ・三重リコピー株式会社
- ・三滝クリニック 喜畑 雅文
- ・三和建材株式会社
- ・山下 信弥
- ・株式会社山野建設
- ・株式会社ユーエムコーポレート
- 代表取締役 伊藤 健
- ・四日市あおば内科・消化器内科クリニック
- ・渡邊 真也
- (敬称略・50音順)

お名前のご掲載には、ご承諾をいただいた方のみ掲載しています。合わせて496名の皆様より、温かいご寄付をいただきました。本来であれば拝眉の上御礼を申し上げるところ、誌面での掲載をもちまして感謝の言葉とさせていただきます。今後も職員一同、地域の健康維持に邁進してまいります。何卒よろしくお願い申し上げます。



独立行政法人地域医療機能推進機構 (JCHO:ジェーコー)
四日市羽津医療センター 職員一同

病診連携登録医

地域の病院クリニックをご紹介します

きせ腎泌尿器科・かんぽうクリニック

健康な体をとります



院長 木瀬 英明

診療科目

泌尿器科

漢方内科

日頃より貴院泌尿器科には大変お世話になっております。私は1991年に卒業し、日置先生（日置クリニック）や加藤先生（前泌尿器科部長）よりご指導を賜りました。今でも両先生の前では緊張するほどで、深く感謝しております。2011年には桑名市総合医療センターの前身である山本総合病院に入職しましたが、その後、ご縁があり名古屋・栄の漢方専門（あおやまクリニック）で週1回外来を担当し、青山先生のもとで漢方を学びました。同院は一般漢方に加え、（あおやまメソッド）によ

るダイエットでも知られ、県外からも多くの患者様が来院されていました。私自身も同メソッドで15kg以上の減量に成功し、体調も大きく改善しました。2022年に桑名市赤尾で開業し、現在は泌尿器科と漢方の患者様の割合は4:1ほどですが、漢方外来では体質・体調改善やダイエットを目的とする方が多く受診されています。泌尿器科疾患はもちろん、「普通に帰りたい」とお考えの方も、ぜひご来院ください。

診療時間・曜日	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●	
15:00~18:30	●	●	●		●		

休診日／木曜午後・土曜午後・日曜・祝日

TEL 0594-31-1200

〒511-0934

桑名市赤尾2027番地2

桑名メディカルビル内

<https://kise.clinic/>



病診連携登録医

地域の病院クリニックをご紹介します

にしい腎泌尿器科

納得いただける「適切な診療」を目指して



院長 西井 正彦

診療科目

泌尿器科一般疾患

地域の皆様が困ったときに身近に相談できる医師でありたいとの思いから開院してまもなく4年になります。当院が心がけている「適切な診療」とは、患者さんが望むことをそのまま行うのでも、医療者側の都合を一方的に押し付けるのでもなく、医学的によりよい治療を提案し、その理由や内容を十分にご理解いただいたうえで治療を進めることです。また、クリニックには継続治療が適切か、病院紹介が必要かを見極める役割があります。それを適切に判断するため

にCTや膀胱内視鏡などの検査機器を整備しています。開院前に勤務しておりました四日市羽津医療センターの先生方には顔の見える関係のもと信頼してご紹介でき、病院勤務を離れた今でも病診連携を通じてつながっていることを心強く感じています。泌尿器科でお悩み・ご不安の方が気軽に受診し、安心してお帰りのためのクリニックを目指し、これからも地域の皆様のお役に立てるよう努めてまいります。

診療時間・曜日	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●	
15:00~18:30	●	●		●	●		

休診日／水曜午後・土曜午後・日曜・祝日

TEL 059-326-6000

〒512-0923

四日市市高角町1558-3

四日市メディカルビル内

<https://nishii-urology.clinic/>



おすすめ!!



1人分
160kcal

竜田揚げ

竜田揚げレシピ

<材料>2人分

メルルーサ	200g
醤油	小さじ2
料理酒	小さじ2
おろし生姜	小1かけ
片栗粉	小さじ2
揚げ油	適量
ししとう	4本
茄子	1/2本

<作り方>

- ①メルルーサ(白身魚)は5~7cm長さの食べやすい大きさにカットする。
- ②Aの合わせ調味料に①の魚を30~60分程度漬け込む。
- ③茄子は乱切りにカットする。
- ④②の漬け込んだ魚に片栗粉をまぶし、180度に熱した油でこんがり焼き色がつくまで揚げる。
- ⑤ししとうと乱切にした茄子は④と同じ油で素揚げにする。
- ⑥皿に④と⑤を盛り付けて出来上がり。

「季節を食す」

管理栄養士が考える旬の健康食

★ポイント★

今回は当院の給食で提供している1品を紹介いたします。竜田揚げは季節の魚(鯖、かつお、アジなど)を合わせ調味料に漬け込むだけで美味しく味わうことができます。また夏は調味液にレモン汁を加えるとさっぱりし、甘めの竜田揚げが好みの方は小さじ1/2程度の砂糖を加えるなどご家庭の味でお試ください。

栄養管理室
管理栄養士

読めそうで読めない身近な漢字6選

ちょっとひと息、今月の脳トレタイム

Q1 他人事

使い方

「他人事だと思わない」

→ 正しい読みは?

Q2 続柄

使い方

「本人との続柄」

→ 正しい読みは?

Q3 貼付

使い方

「湿布を貼付する」

→ 正しい読みは?

Q4 相殺

使い方

「費用を相殺する」

→ 正しい読みは?

自遊自在

読めそうで読めない 『身近な漢字6選』

日常生活でよく目にする漢字なのに、
いざ読もうとすると意外と迷ってしまうもの。

今回は「読めそうで読めない」

身近な漢字を集めてみました。

あなたはいくつ正しく読めますか?

家族やお友達ともぜひ挑戦してみてください。

Q5 凡例

使い方

「地図の凡例を見る」

→ 正しい読みは?

Q6 早急

使い方

早急な対応

→ 正しい読みは?

正解は16ページ下段

●外来診療担当表

2026年6月1日現在の外来担当医表です

担当医表は変更する場合がありますので詳しくはホームページをご覧ください

診療科		月	火	水	木	金	
内科	初診	井本 一郎 消化器科・一般	面谷 卓馬 消化器科・一般	大和 浩乃 消化器科・一般	渡辺 省三 消化器科・一般	早田 有希 消化器科・一般	
		宮尾まな 糖尿病・一般	鹿島 七洋 内科一般	吉原 彰宏 糖尿病・一般	奥山 圭介 糖尿病・一般	堅田 貴大 糖尿病・一般	
消化器内科	初診	青田 紗季	樋口 国博	森田 翔一	阪口 亮平	面谷 卓馬	
	再診	樋口 国博 再診予約	長谷川 浩司 再診予約	阪口 亮平 再診予約	中島 滋人 AM完全予約	樋口 国博 AM 再診予約	
		鹿島 七洋 PM 再診予約			森田 翔一 AM再診予約		
					青田 紗季 PM再診予約		
					渡辺 省三 PM再診予約		
循環器科	初診		前川 瑛亮 初診	増田 純 初診	山中 崇 初診	角田 健太郎 初診	
	再診		山中 崇 再診予約	川村 正樹 再診予約	山中 崇 再診予約		
		※初診は、火、水、木、金のみとなります（月曜日は循環器内科休診日です）					
リウマチ膠原病内科		※リウマチ・膠原病内科は完全予約制です。 紹介元医療機関さまから地域連携室を通じ予約取得が必要です。					小寺 仁 予約
呼吸器科		鶴賀 龍樹 初再診	小林 哲 初再診 受付 10:00まで	藤原 拓海 初再診	都丸 敦史 予約診察 SAS	吉田 正道 初再診	
		※火曜日の受付は8:00～10:00で締め切ります。				古橋 一樹 PM再診予約	
腎臓内科		遠藤真由美 第1・3・5 初再診	水谷 安秀 食事指導外来 (月1回)	水谷 安秀 再診予約	遠藤真由美 再診予約		
		水谷 安秀 第2・4 初再診					
糖尿病・内分泌内科	初診 (1F)	宮尾 まな 糖尿病 ・内科一般		吉原 彰宏 糖尿病 ・内科一般	奥山 圭介 糖尿病 ・内科一般	堅田 貴大 糖尿病 ・内科一般	
	再診 (3F)	三好 美穂 AM再診予約	住田 安弘 AM再診予約	安間 太郎 AM再診予約	三好 美穂 AM再診予約	奥山 圭介 再診予約	
		堅田 貴大 AM再診予約	三好 美穂 AM再診予約	奥山 圭介 再診予約	吉原 彰宏 AM再診		
		吉原 彰宏 AM再診予約	堅田 貴大 AM再診予約				
			CGM外来 14:00～15:00				
		※初診は月、水、木、金のみとなります。（火曜日の糖尿病・内分泌内科初診は休診です。）					
脳神経内科		朝日 理 PM 再診予約	朝日 理 予約	田村 麻子 AM 予約	小川 愛 予約(物忘れ中心外来)	朝日 理 再診予約	
		※脳神経内科は完全予約制です。 紹介元医療機関さまから地域連携室を通じ予約取得が必要です。					

※初診の患者様は の曜日に受診していただきますようお願い致します。（予約は不要です。）

※外来受付は8:00～11:00までとなります。

診療科	月	火	水	木	金
外科・ 大腸肛門病 センター	中山 茂樹 初診	西川 隆太郎 AM初再診	堀 智英 初再診	鳥井 孝宏 初再診	下山 貴寛 AM初再診
	大谷 暉 PM 再診予約	松本 好市第2第4 紹介再診予約	梅枝 寛 再診予約	梅枝 寛 紹介予約	堀 智英 再診
	岩永 孝雄 再診予約	西川 隆太郎 PM再診予約		中山 茂樹 再診予約	西川 隆太郎 再診予約
				岩永 孝雄 再診予約	
IBDセンター 完全予約制	山本 隆行 IBD紹介PM予約			山本 隆行 PM予約	山本 隆行 予約
	下山 貴寛 再診予約			下山 貴寛 再診予約	下山 貴寛 PM再診予約
乳腺外科	北川 達士 初再診	北川 達士 初再診	鈴木 桜子 AM初再診		
			鈴木 桜子 PM再診予約	鈴木 桜子 PM再診予約	
ペインクリニック	※完全予約制。紹介元医療機関から 地域連携室を通して予約取得が必要です。		坂倉 幸子 9:30～ 予約		
緩和ケア外来・地域包括ケア外来	※完全予約制。紹介元医療機関から 地域連携室を通して予約取得が必要です。		石井 雅昭 予約		石井 雅昭 予約
小児科	三重大学病院医師 AM初再診			担当医 AM初再診	
			三重大学病院医師 PM診察予約のみ		担当医 PM診察予約のみ
整形外科	小川 明人 再診予約	片岡 武史 AM再診予約	岩崎 竜也 AM再診予約		片岡 武史 初再診
	片岡 武史 初再診	岩崎 竜也 初再診	片岡 武史 初再診		岩崎 竜也 初再診
	※月曜日OPE日の ため、初診受付は 11:00で締め切り となります。	岩崎 竜也 第2第4PM再診予約	小川 明人 第1第4 PM再診予約		
		小川 明人 第3PM再診予約	岩崎 竜也 第1第3 PM再診予約		
婦人科	中 淳 初再診 ～11:00迄		中 淳 初再診	樋口 恭仁子 初再診	中 淳 初再診
	※初診は、月、水、木、 金のみとなります。	中 淳 PM再診予約	中 淳 PM再診予約		
		※月曜日の受付は8:00～11:00で締め切りとなります。			
泌尿器科	渡邊 晋 初再診 受付 10:30迄	小川 和彦 初再診	三重大学病院医師 受付 10:30迄	小川 和彦 初再診	渡邊 晋 初再診 受付 10:30迄
	※月・水・金の受付は8:00～ 10:30で締め切りとなります。	渡邊 晋 PM再診予約	小川 和彦 再診	小川 和彦 PM再診予約	
眼科	中野 めぐみ 初再診	中野 めぐみ 初再診	中野 めぐみ 初再診	中野 めぐみ 初再診	中野 めぐみ 初再診
	三重大学病院医師 初再診		三重大学病院医師 初再診		
	※受付時間 8:00～11:00(初診受付 8:15～11:00)				
耳鼻咽喉科	※月曜日のみ受付 8:00～11:30	柴田 博史 初再診			
皮膚科		渡邊 清未 初再診			波部 幸司 初再診
総合健診科 完全予約制	岩村 康一AM 健診後完全予約	岩村 康一AM 健診後完全予約	渡辺省三 健診後完全予約	杉村芳樹 第2第4AM 健診後完全予約	北川達士AM 健診後完全予約
			中尾 一之 健診後完全予約	北川達士AM 健診後完全予約	中尾一之PM 健診後完全予約
				中尾一之 第1第3第5AM 健診後完全予約	
				中尾 一之 PM 健診後完全予約	

※外来受付は8:00～11:30までとなります。

