



## 巻頭言

脳血管センター長  
脳神経外科診療科長

すぎやま たつや  
杉山 達也



「脳の健康」を守る新たな拠点へ。

この春、昭和医科大学江東豊洲病院 脳血管センター長および脳神経外科教授を拝命いたしました杉山達也です。桜の便りが聞こえ、街のあちこちに春の彩りが広がる季節となりました。新しい生活を始める方も多いこの時期に、私自身もこの地域の脳血管医療を担う立場として新たな役割をいただき、身の引き締まる思いで春を迎えています。

脳卒中をはじめとする脳血管疾患は、いまでも日本で多くの方に影響を与える病気です。しかし近年は、画像診断技術の進歩やカテーテル治療の発展により、治療の選択肢が広がり、助かる命や守られる生活が確実に増えています。当センターでは、救急部門・放射線科・内科・外科が緊密に連携し、24時間365日いつでも脳卒中に対応できる体制を整えています。特に、カテーテルを用いて血管に詰まった血の塊を取り除く「血栓回収療法」は、治療開始までの時間が短いほど効果が高く、診断から治療までの流れをよりスムーズにする取り組みを進めています。

さらに当院では、脳動脈瘤や血管奇形などの血管疾患だけでなく、脳腫瘍の治療にも力を入れています。脳腫瘍と一口に言っても、良性から悪性までさまざまな種類があり、治療方法も異なります。手術で腫瘍を取り除く方法に加え、腫瘍の場所や性質によっては、放射線治療や薬物療法を組み合わせることもあります。当院では、脳神経外科医・放射線科・内科・検査科などチーム医療で、患者さん一人ひとりに最適な治療を提供しています。特に、脳の大切な機能を守りながら安全に手術を行うため、ナビゲーションシステムや術中モニタリングなどの技術を活用し、負担の少ない治療を心がけています。

春は気温差が大きく、血圧が変動しやすい季節です。朝の血圧チェック、塩分を控えた食事、無理のない範囲での運動など、日々の小さな習慣が脳卒中予防に大きく役立ちます。また、脳卒中のサインである「FAST（顔のゆがみ・腕が上がらない・言葉が出にくい・すぐ受診）」を知っておくことは、救える命を増やす第一歩です。もし身近な方にこうした症状が見られたら、迷わず救急車を呼んでください。

脳血管センターは、急性期医療の中心であると同時に、地域の皆さまの“脳の健康”を守る拠点でもあります。患者さんご家族に寄り添う、安心して相談できるセンターづくりを進めてまいります。今後ともどうぞよろしくお願い申し上げます。



### 第144号のトピックス

- ・巻頭言（脳神経外科）
- ・初産婦の方を対象にした「無痛・和痛分娩」開始のお知らせ
- ・江東区立豊洲西小学校との交流
- ・転倒予防と自宅でできる簡単トレーニング（リハビリテーション室）
- ・ひな祭りイベント開催報告
- ・ご意見・ご要望
- ・編集後記

## 初産婦の方を対象にした「無痛・和痛分娩」開始のお知らせ

当院では、これまで経産婦の方を対象に無痛分娩を実施してまいりましたが、令和8年4月より新たに初産婦の方を対象とした無痛分娩を開始いたします。

安全に配慮した実施のため、一定の要件を満たし、担当医が安全に実施可能と判断した方に限り対応いたします。ご希望の方は、医師、助産師へご相談ください。

### 当院で分娩予定の初産婦さんへ 無痛・和痛分娩開始のお知らせ

初産婦さんを対象に2026年4月1日より条件付きで「無痛・和痛分娩」を受付開始いたします。

当院では、初産婦さんに対する無痛分娩につきまして、分娩の進行状況や母体・胎児の安全性を最優先に考えています。実施に際しては安全を担保するためにいくつかの条件があります。

ご希望の方はどうぞ遠慮なく医師・助産師にご相談ください。



2026年3月1日  
昭和医科大学江東豊洲病院 周産期センター

ホームページはこちらから  
ご確認ください。



<https://x.gd/jPjr7>



# Report

## 江東区立豊洲西小学校との交流

当院では、地域の皆さまと共に歩む病院を目指し、江東区立豊洲西小学校の児童の皆さんに医療や健康について理解を深めてもらえるよう、病院見学や職員による交流をしています。

3月13日（金）に江東区立豊洲西小学校の6年生を対象にキャリア教育の一環として、「病院で働く人の仕事」をテーマとした講演を行いました。当日は臨床研修医2名をはじめ、看護師、薬剤師、歯科衛生士、理学療法士、臨床工学技士の計7名の職員が参加しました。

それぞれが普段の業務内容や病院での役割、仕事のやりがいについて紹介し、児童からは「医師になるにはどんな勉強が必要ですか?」、「どんなときに仕事が大変だと感じますか?」といった質問が寄せられました。

当院では、今後も地域とのつながりを大切にしながら、健康教育や次世代育成に寄与する活動を継続してまいります。



当日の様子

### 普段のお仕事の様子を見てみよう!



使用スライド（臨床工学技士）

## 転倒予防と自宅でできる簡単トレーニング（リハビリテーション室）

理学療法士 / ほさか あきら  
保坂 亮

転倒は高齢になるほど起こりやすくなり、骨折や入院の原因になることがあります。転倒は「大したことではない」と思われがちですが、実際には転倒した人の多くが何らかのケガを負うことが報告されています。転倒をきっかけに外出の機会が減り、身体活動量が低下すると、筋力や体力がさらに低下し、再び転倒しやすくなるという悪循環につながることもあります。

転倒の原因には、筋力やバランス能力の低下などの身体的要因だけでなく、段差や滑りやすい床、暗い場所など生活環境の要因も関係しています。そのため、転倒を予防するためには「体の機能を保つこと」と「安全な生活環境を整えること」の両方が大切です。

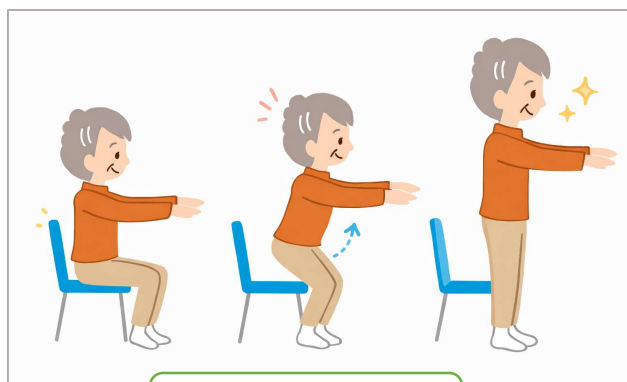
自宅でできる簡単な運動としておすすめなのが「立ち座り運動」です。椅子に浅く腰掛け、足を肩幅程度に開きます。背すじを伸ばしたまま、ゆっくり立ち上がり、再びゆっくり座ります。これを5～10回ほど繰り返します。太ももやお尻の筋肉を鍛えることができ、歩行の安定につながります。

もう一つは「かかと上げ運動」です。椅子の背もたれや机につかまり、背すじを伸ばして立ちます。ゆっくりとかかとを持ち上げてつま先立ちになり、3秒ほど保ったあと、ゆっくりとかかとを下ろします。これを10回ほど繰り返します。ふくらはぎの筋肉を鍛えることで、歩くときの踏み出しやバランス能力の向上が期待できます。

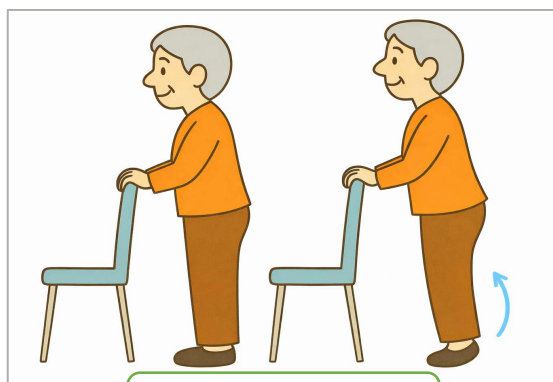
また、生活環境の工夫も重要です。床に物を置かない、滑りやすいマットを固定する、夜間は足元を照らす照明を使用するなど、小さな工夫が転倒予防につながります。

毎日少しずつ体を動かすことが、転倒しにくい体づくりの第一歩です。無理のない範囲で継続し、気になる症状がある場合は医師やリハビリテーションスタッフにご相談ください。

\*参考文献：理学療法ハンドブック シリーズ 18 転倒予防



立ち座り運動



かかと上げ運動

## Report

### ひな祭りイベント開催報告

こどもセンターでは、こどもにかかわるスタッフとみんなで、病気やけがで入院しているこどもたちが闘病意欲を持てたり、少しでも楽しい気持ちで入院生活を送れるように季節のイベントを行っています。

病棟内でも季節を感じられるよう、センター内にひな祭りをイメージした飾りつけを行いました。



## ご意見・ご要望

<p>感謝</p> <p>入院した際に、看護師さんがとても明るく対応してくださり、元気をいただきました。ありがとうございました。大変丁寧に知識も豊富で、どのような質問にも細かく説明してくださり、安心して過ごすことができました。</p>	<p>回答</p> <p>お礼のお言葉を頂戴し、誠にありがとうございました。闘病生活の中、私たち医療者の接し方や説明により、安心して入院生活をお過ごしいただけたのは、本当によかったと思います。患者さまのお言葉にスタッフ一同、激励を頂戴しました。今後もさらに良いケアができるよう精進いたします。</p> <p style="text-align: right;">回答：6A 病棟</p>
<p>ご意見</p> <p>透析室にテレビとWi-Fiを取り入れてほしいです。 透析中の4時間は時間が経つのがすごく長く、毎回憂鬱で地獄の時間です。 予算最優先で取り入れてください。</p>	<p>回答</p> <p>貴重なご意見をくださり誠にありがとうございます。患者さんが少しでも快適に過ごせる環境づくりは私たちにとっても重要な課題です。患者様用Wi-Fiについては、2026年4月より順次整備いたします。テレビの配置についても、現在の予算や設備状況を踏まえ、検討を進めて参ります。より良い環境づくりに努めてまいりますので、今後ともどうぞよろしくお願ひいたします。</p> <p style="text-align: right;">回答：管理課</p>

編

集

後

記

四月となり、新年度が始まりました。日ごとに暖かさも感じられ、春の訪れを実感する季節です。二月のミラノオリンピックでは日本選手団が歴代最多のメダルを獲得し、スノーボードやフィギュアスケートの熱戦に多くの感動が生まれました。テレビやニュースを通じて応援し、元気をもらったという方も多かったのではないのでしょうか。三月にはワールドベースボールクラシックも開催され、世界の舞台で繰り広げられる真剣勝負が連日話題となりました。スポーツが国や世代を越えて人々をつなぎ、前向きな気持ちを生み出す力を改めて感じます。

一方で、世界では不安定な情勢を伝えるニュースも続いています。だからこそ、日々の暮らしの中で感じられるつながりや支え合いの大切さを、より強く意識する機会でもあるのかもしれません。当院の医療もまた、地域の皆さまとのつながりの中で安心を支える存在となれるよう努めたいと思います。

すみ かすや  
消化器内科 / 角 一弥



昭和医科大学江東豊洲病院 <http://www.showa-u.ac.jp/SHKT/>  
〒135-8577 東京都江東区豊洲 5-1-38  
TEL03-6204-6000(代表)  
発行責任者：横山 登 編集責任者：大槻 克文



昭和医科大学江東豊洲病院  
ホームページ