



ワムタウン広場

WAM Town Open Space !

発行 一般社団法人ワムタウン推進本部
〒359-1131 埼玉県所沢市大字久米 554 番地 2
TEL 04-2941-3640 FAX 04-2941-3641
http://www.wam-town.jp/ E-mail:koho@tl-wam.or.jp

協力 医療法人啓仁会
医療法人昭仁会
社会福祉法人栄光会

WAM TOWN

3月

第118号 2020年／令和2年3月1日（日）

不整脈のお話 ～動悸の原因や危険な不整脈について～

医療法人啓仁会 吉祥寺南病院（東京都武蔵野市）内科 佐藤 俊一

吉祥寺南病院では、医療に関する身近な話題を扱い「吉祥寺南病院市民医療講座」を定期的に開催しております。こちらで令和元年12月7日に開催した講座の内容を再構成、編集したものをご紹介させていただきます。

不整脈とは脈がゆっくり打つ、速く打つ、または不規則に打つ状態です。

不整脈の症状としては、動悸、めまい、失神、眼前暗黒感、胸部不快感などがあります。

不整脈の理解のためには正常の脈、つまり正常洞調律について理解する必要があります。正常洞調律とは、洞結節で発生した電気的興奮が正しく心房、房室結節、心室へと伝わり、一定のリズムで繰り返えされている状態であり、これ以外が不整脈であるといえます。

以下に代表的な不整脈を列挙します。

- ①洞結節以外の部位から信号が発生する
心房細動、発作性上室性頻拍、心室性頻拍、心室細動
- ②洞調律とは別のタイミングで他の部位から信号が発生する
上室性期外収縮、心室性期外収縮
- ③洞結節からの信号が一時的に発生しなくなる
洞停止
- ④洞結節で発生した信号が心房まで伝わらない
洞房ブロック
- ⑤洞結節で発生した信号が心房までは伝わるが、心室までは伝わらない
房室ブロック
- ⑥心室内での伝導の破綻
脚ブロック

不整脈の治療としては抗不整脈薬、ペースメーカー、カテーテルアブレーション、植え



市民医療講座で不整脈について講演する様子
込み型除細動器があり、不整脈の種類や重症度に応じて治療方針を決定します。

また、心房細動については心臓内に生じた血栓が剥がれ飛ぶことにより、重篤な脳梗塞などを生じるため、ワーファリンなどの抗凝固剤の服用が必要になります。

今後の「吉祥寺南病院市民医療講座」につきましては、当院代表（0422-45-2161）までお問い合わせください。

調律の異常①

1. 洞結節以外の部位から発生する
上室性頻拍、心室性頻拍
心房細動、心室細動
2. 洞調律より早いタイミングで他の部位から信号が発火する
上室性期外収縮、心室性期外収縮
→脈が早くなることが多い

代表的な不整脈①

調律の異常②

1. 洞結節が一時的に発火しなくなる
洞停止
2. 洞結節で発生した信号が心房まで伝わらない
洞房ブロック
3. 心房まで伝わった洞結節からの信号が心室まで伝わらない
房室ブロック
4. 心室の中の伝導の破綻
脚ブロック
→脈は遅くなるが多い

代表的な不整脈②

不整脈の治療

1. 抗不整脈薬
2. 精神安定剤
3. ペースメーカー（徐脈性不整脈）
4. カテーテルアブレーション
（頻脈性不整脈：心房細動、心房粗動、上室性頻拍、心室頻拍）
5. ICD 植え込み型除細動器（心室頻拍、心室細動）
6. CRT（心臓再同期療法、CRT-P、CRT-D）

不整脈の治療

ロイヤル・ワム・タウン 写真館

vol.29

医療法人啓仁会 平沢記念病院
総務課 龍前智彦



この後、二人で靴を濡らして叱られました。

【コメント】

私は特にこだわりのあるカメラを使っているわけではないのですが、とても素敵な写真が撮れたので投稿させていただきました。

今年の年始の休みに家族で熱海に行った時の写真です。とても良い天気だったので朝方に海辺を散歩していたとき、はしゃいで走り回っていた息子二人が立ち止まり、空と海を見つめていた様子を撮影したものです。毎年行く夏の海とは違った景色に見とれていたのでしょう。子供ながらに何か感じるものがあったのだと思います。

なお、この海岸には貫一とお宮の松がありました。熱海が舞台の『金色夜叉』という小説の登場人物だったそうです。おかげでこの日は頭の中でユニコーンの大迷惑がずっと流れていました。



かわぐちロイヤルの園・書道教室

社会福祉法人栄光会 特別養護老人ホーム かわぐちロイヤルの園（埼玉県川口市）生活相談員 主任 住吉 一樹

かわぐちロイヤルの園では、平成26年度から書道教室を毎月開催しております。ボランティアで講師をしてくださる下重（しもじゅう）先生と生活相談員が中心となり、毎回その季節に相応しい文字を題材に、ご入居者の皆さまに作品を書き上げていただいています。

このレクの当初は、8名程度の参加者しかいらっしゃいませんでしたが、今ではその倍近い数の方が参加している会も珍しくありません。作品のテーマによっては画数が多いと書き上げるのに時間がかかり、難易度が高くなってしまう。逆に、画数が少ないと余白が多くなり、全体のバランスを取るのが難しくなります。この匙加減に留意しながら、時々あえて一筋縄ではいかない文字を選び、

書き上げることに達成感を感じていただくことで飽きが来るのを予防しています。

直近の書道教室では、『子年』という字をテーマに取り上げました。まさに余白が多く難しいタイプではありましたが、参加された皆さまは美しく整った字を書き上げたり、個性溢れるユニークな表現で作品作りを楽しんでいらっしゃいました。

長期的に続けてきたことで、下重先生とご入居者の関係も成熟してきたように感じます。「先生！先生！」と先生を呼び、助言を求めたり、書き上げた作品を見てもらおうとするその様子は、本当の教師と生徒のようです。家庭的な雰囲気とはまた違うかもしれませんが、この空気は特養らしい暖かいものだと感じます。一朝一夕で演出できるものでは



呼吸を整えて集中します。

ありませんので、当施設の財産としてこれからもでき得る限り続け、大切にしていきたいです。

こういったいつも普通にやっているようなことを優しく積み上げ、育てた先に栄光会の理念があるのだと思います。ささやかな取り組みではありますが、これからも見守っていただけると幸いです。



寝ず身（ねずみ）も書いてみましょう



文字のバランスを確認

新年会を開催しました

医療法人昭仁会 介護老人保健施設 四季の里（埼玉県新座市）4F ケアワーカー 林 良章

令和2年の年頭行事である「新年会」が、1月11日の土曜日に2階フロアにて開催されました。今年も職員による獅子舞が練り歩

きながら皆さんを迎え、各階のご利用者様が、2階フロアに集合するまで「ガブリ」「ガブリ」と今年も健康で良い年になりますようにと、頭や体を噛みついてまわりました。噛まれたご利用者様はとても嬉しそうでした。

施設長の新年のあいさつがあり、その後はボランティアの「くれない太鼓」の皆さんによる太鼓の演奏を披露して頂きました。迫力満点の演奏に手拍子をしたり、リズムを取ったり、踊りだすご利用者様や職員の姿も見られました。最後には、アンコールの声もあがり、太鼓の演奏

と獅子舞、そこに居た全員が一体となって最高の盛り上がりとなりました。

今年も良い年になりそうな空間が出来上がり、幸せな時間を過ごす事が出来ました。



がぶり、がぶり



くれない太鼓も演奏



健康祈願

（うどん以外の）四国・讃岐の楽しみ方

医療法人啓仁会 法人本部（埼玉県所沢市） 総務人事部 矢澤 誠

私は、母方の実家があるせいもあってか、四国・香川県には親しみがあり頻りに訪れています。香川といえば「讃岐うどん」。食べ歩き好きの私にとって、これ以上の楽しみはないのですが、何度も足を運ぶうちにうどん以外にも魅力的な場所や食べ物が多いことを知りました。

そこで今回、私が讃岐で面白いと思った場所・モノを紀行文的に寄稿させていただきます。（その前に、やはり讃岐うどんもご紹介しておきます…）



必ず立ち寄る店・うどん一福の「ぶっかけうどん」と「ざるうどん」（290 円）

【高屋神社】

香川県は、47 都道府県中で最も面積の小さい県（埼玉県の約半分ほど）で、かつ平地が多いため、レンタカーを使えば楽に全域をまんべんなく周ることができるように思います。そんな中で、好みのうどん店がそちらに多いこともあり、県の西側の丸亀、観音寺方面を訪れる機会が増えました。

その観音寺市内に「天空の鳥居」と呼ばれる高屋神社があります。この神社の本宮は標高 404m の稲積山の頂上に位置しており、境内から眼下に市内と瀬戸内海が一望できるスポットです。

本宮へは、南側の下宮から中宮を抜ける登山道を 1 時間ほど歩いて（最後には 270 段の石段が控えています…）たどり着くのが古来のルートなのですが、北側の裏参道（？）を使うと本宮まで数百 m のところまで、車で行くことができます。

天気の良い日、特に景色が西側に開けているので夕暮れ時に訪れると、素晴らしい景色が観れること請け合いです。



鳥居越しに観る眼下の風景



夕暮れの父母ヶ浜

【父母が浜】

高屋神社からほど近く、お隣の三豊市には父母が浜という海岸があります。ここは、夏には海水浴で賑わう遠浅の海岸なのですが、引き潮時にできる潮だまり（水たまり）によって、空を映し出す鏡のような光景を観ることができます。その景色は、南米ボリビアの「ウユニ塩湖」に例えられることもあり、引き潮・ほぼ無風・夕暮れ時というタイミングが合えば、空ばかりでなく、水際に佇む人のシルエットも対称にくっきり映り込んだ、絵画のような様子に出会えるのではないのでしょうか。

【骨付き鶏】



骨付き鶏、私は「親どり」が好みます

讃岐うどんは言わずと知れた香川の名物ですが、あまり知られていないグルメとして骨付き鶏があります。

香川は全国でも有数の養鶏県だそうで、讃岐コーチンという鶏の品種も生み出されているほどです。骨付き鶏は、その鶏も肉をスパイスで味付けしてじっくり焼き上げたものです。このメニューを提供する店では大抵、柔らかくてジューシーな味わいで、皮もパリッと焼きあがる「雛どり」と、独特の食感で、噛む程にその旨味を感じることができる「親どり」が選べます。

お酒を飲む方であれば、これだけでビール数杯のお供になるはずです。

【小豆島の醤油】

四国と本州間、瀬戸内海沖には小豆島があります。映画「二十四の瞳」の舞台にもなった場所で、県庁所在地である高松市からフェリーで 1 時間程度で到着することができます。オリーブ油や素麺の産地としても有名ですが、他にも知られざる名産に醤油が挙げられます。香川の醤油生産量は全国 5 位で、そのうち約半数近くが小豆島産なのだそうです。海を渡った、兵庫・赤穂で塩づくりが盛んだったことと無関係ではないようですね。

小豆島では「木桶仕込み」が特徴で、今なお昔ながらの製法で本醸造の醤油が作られています。そのうち、数軒では蔵の見学も可能で、写真のように実際の醸造現場を間近に見ることもできました（見学時は菌の混入がないよう、納豆を食べた人の入蔵は NG だそうです）。またそこで食べた、数滴醤油をたらしたアイスクリームが何とも言えない美味しさでした。



高さ 2m の大樽が鎮座しています

今回ご紹介した他に、長い石段でおなじみの「金刀比羅宮（こんぴらさん）」、国の特別名勝に指定された江戸時代初期の大名庭園である「栗林公園」や、お城好きにはたまらない、今なお一部の石垣や堀が残る「高松城跡（玉藻公園）」、15 年ほど前にヒットした映画「世界の中心で、愛をさけぶ」のロケ地など、香川県はまだまだ見所の多い場所です。うどんだけではなく魅力、ご参考になれば幸いです！

石巻ロイヤル病院の NST 活動

医療法人啓仁会 石巻ロイヤル病院（宮城県石巻市） 管理栄養士 若生 祥子

石巻ロイヤル病院の栄養サポートチーム（NST）は、医師、看護師、管理栄養士、薬剤師、理学療法士、言語聴覚士、事務で構成され、そのうち2名はNST専門療法士を取得しています。

回診は週1回行っており、メンバーそれぞれの専門領域から意見を出し合い栄養管理を実践しています。

当院の特徴として、急性期治療後のリハビリ目的で転院される方が多いため、積極的なリハビリが行えるような栄養管理の確立や、中心静脈・経腸栄養法から経口摂取への移行を図る症例が多いことが挙げられます。

食事内容の工夫としては、少量し

か食べられない方でも、効率よく栄養

補給ができるよう中鎖脂肪酸（MCTオイル）やプロテインパウダーを加えた食事を提案したり、経口摂取へ移行する場合には摂取量に合わせて栄養補助食品や経腸栄養剤を併用したりするなどの個別対



回診の様子

応をすることもあります。

職員対象の研修会は年5回開催し、さらに研修会の内容や質問があった点をまとめたNST通信を発行して全職員へのフィードバックも行っています。

当院は一般病棟、回復期病棟、療養病棟があるため、患者さんのゴールは様々です。そのゴールに向けて少しでも早く栄養状態が改善できるよう、これからもチーム一丸となって栄養サポートを提案していきたいと思います。



回診前のカンファレンス

「ドローン（DRONE）」について

医療法人啓仁会 平成の森・川島病院（埼玉県川島町） 地域医療連携室 松尾 篤

当院の「紹介動画」（HP掲載中）や「オリジナルカレンダー」制作、広報活動にて、幅広く活用している「ドローン」についてご紹介させていただきます。

ドローンとは「無人航空機」の総称になり、軍事目的で使う航空機サイズの物から、家庭用のおもちゃまで、遠隔操作の可能な無人機は『ドローン』と呼ばれています。これまでは、農薬散布や特殊空撮などに使われるほかは、ほんの一部の人が趣味で飛ばしていたドローンですが、無線技術やICTの進歩により、ドローンの小型化がすすめられ、最近では一般の人でも手頃の価格で簡単に手に入れられるようになったことから、広く知られるようになりました。

ラジコン感覚で操縦ができ、高所など危険な場所の撮影や趣味など、多くの用途に使われているドローンですが、その歴史は意外と古く、研究が始まったのは、第二次世界大戦中と言われ、開発の目的は軍事使用のためのものだったそうです。

民間での利用が始まると、1980年代より日本でも農薬散布を目的として、ドローンが使われるようになり、現在ではコンピューターを登載して、プログラミングしておくことで、人が操縦しなくてもプログラムに沿って飛行することも出来るようになってきています。これがラジコン（無線操縦）との違いといえます。



「病院と夕日」：ドローンで撮影

医療機関でのドローン導入も着々と進んでおり、海外では交通インフラが整備されていない僻地への血液輸送や医療用サンプルの配送など、様々な場面で試験的に活用され始めています。日本においては、そこまでの使用にはまだ至ってありませんが、近い将来、ドローンが空を行き交い、患者様を搬送する、ドローンで出勤、なんてこともあるかもしれません。

今後も川島ロイヤル・フム・タウン全体での魅力発信をはじめ、将来的には患者様のリハビリにつながる活用方法を検討しておりますので、乞うご期待ください。



当院所有機体：DJI MAVIC 2