



医療法人財団
きよせ旭が丘記念病院 広報誌
Kiyose Asahigaoka Memorial Hospital

Take Free

ご自由にお取りください

vol.20
2026年3月

2023年1月創刊 / 隔月発行

きよあさ通信



ビオラ

巻頭 『 創立 108 年を振り返って思うこと 』 理事長 高木 由利

コラム 佐藤潤一研究所からのお便り 『 ヘッドホン・イヤホン難聴を予防しましょう 』

特集 本当は怖いシリーズ 第 4 弾

『 これだけは知っておきたい “胸痛” のお話 』 心臓血管外科・循環器科 坂東 興

■ シャント手術体制の変更に関するお知らせ / 人間ドック料金改定のお知らせ

■ 外来診療体制表 (2026 年 4 月～)

創立108年を振り返って 思うこと

理事長・腎臓内科 高木 由利



地球全体が落ち着かない時代になってしまいました。皆様のお心はどうでしょうか。でも、どんな状況になっても、いつも心の中に夢を持って日々を過ごしていきたいと思いませんか。

* * *

自宅で夕食を作りながらニュースを見ていると、心が悲しみでいっぱいになってしまうことがあります。どうして憎み合ったり傷つけ合わなければいけないのでしょうか。

創立108年とひと言で言うのは簡単ですが、揺れ動く世界の中で生きていくことは、日々の一人ひとりの努力がとても大切だと感じています。私は、40年以上当院の医学の世界に浸って、“自分は今日1日を、何を考え、どのように過ごして生きていくべきか”などを考えて生きてきました。ドクターやスタッフ達が集まって、1人の患者さんの最適な治療はどうすべきか... いつも最善を尽くしたいと願って仕事をしてきた日々を思い出します。

人間は自分の力や努力で生まれてきたのではないのですから、与えられた命を心から大切に生きていくべきだと思うのです。たとえ世界中が攻め合うことがあっても、きよせ旭が丘記念病院の中で私達は、愛、思いやり、労わり合う心を忘れずにいたいと思います。そしてこれか

ら何百年も、この旭が丘の地で心ある医療を続けていけることを期待しています。



大正7年(1918年)
織本外科医院 開院
(東京都中野区)

昭和29年(1954年)
織本病院 開院
(東京都清瀬市竹丘)



昭和44年(1969年)
新織本病院 開院
(東京都清瀬市旭が丘)

昭和47年(1972年)
新棟増築



令和4年(2022年)
新病院開院
同時に『医療法人財団
きよせ旭が丘記念病院』
に改称

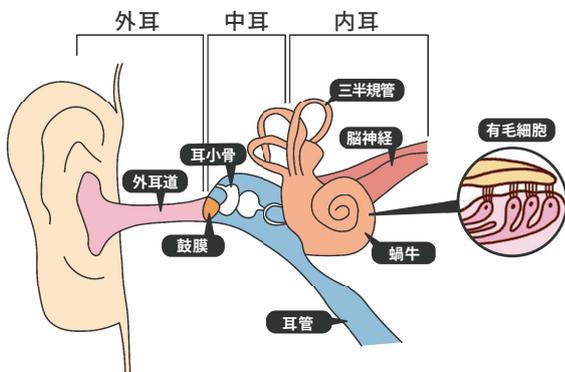


ヘッドホン・イヤホン難聴を予防しましょう

一度低下した聴力は回復しない!?

近年スマートフォンの普及により多くの人がヘッドホンやイヤホンで音楽を聴くこと、動画を観ること、ゲームをすることなどを行っています。ある調査によれば直近1か月間でヘッドホンやイヤホンを使った人は約45%、特に20歳代では61%、30歳代で52%と回答しています。また、使用頻度は“ほぼ毎日”が最も多く、次いで“週4～5日”と“週2～3日”が同率の結果でした。

しかし、ヘッドホンやイヤホンを使い大きな音を長時間聞くと耳の奥（内耳）にある音の振動を脳に伝える役目をしている細胞（有毛細胞）が徐々に壊れ、最終的には死滅してしまい聴力低下（ヘッドホン・イヤホン難聴）が起こります。一度損傷した有毛細胞は再生しないため、聴力低下は基本的には回復しません。



ヘッドホン・イヤホン難聴を防ぐには

このようなヘッドホン・イヤホン難聴は世界中で問題となっており、WHOによれば世界の若者（12～35歳）の約半数にあたる11億人が難聴になる危険性があると指摘しています。我が国でも最近10年間で10～30歳代の聴力が低下傾向であるとの報告があります。

ヘッドホン・イヤホン難聴は進行が穏やかで気が付かないうちに聴力が低下していくことが特徴です。そのため発見が遅れがちで自覚症状が出た段階ではかなり聴力が落ちていることが少なくありません。そのため、常日頃からの注意が非常に大切です。

WHOは安全なリスニング習慣としてヘッドホン・イヤホンの最大音量の60%以下に設定して80dB（15～

34歳の若年者では75dB）の音量で1日6時間程度（週40時間）を上限とすることを推奨しています。因みに75dBは掃除機、80dBは走行中の電車内や救急車のサイレンの音に相当します。音量の目安としては、周囲の会話が聞こえる程度、周囲の人が話しかけた時に気が付けるレベルを維持しましょう。また、連続して聞かないように1時間に10分程度はヘッドホンやイヤホンを外して耳を休ませることも必要です。さらに、騒音下でも音量を上げずにすむ“ノイズキャンセリング”機能の付いたヘッドホンやイヤホンを選ぶことや、音量を確認できるアプリを使用することも効果的です。

なお、鼓膜を介さず頭蓋骨を振動させて内耳に音を伝える“骨伝導イヤホン”は従来のイヤホンより難聴になるリスクは少ないものの、大音量で長時間使用することで内耳にダメージを与え難聴や耳鳴りの原因になることもあります。いずれにしても注意して使用することが必要です。

ヘッドホン・イヤホン難聴の症状

ヘッドホン・イヤホン難聴の初期症状は高音域の音が聞こえにくくなるのが一般的です。そのため、鳥の鳴き声や電話の着信音などが聞こえにくく感じます。また、周囲からの呼びかけに気が付かない、テレビの音を大きくしないと聞こえないなどの症状も現れます。また、スマートフォンの聴力を測定出来るアプリでもチェックが出来ます。日ごろから聴力の状態を確認するようにしましょう。

症状が現れる、セルフチェックで異常が認められた際には速やかに耳鼻咽喉科を受診して詳しい検査を受けることが必要です。

佐藤潤一健康研究所
内分泌・代謝内科

佐藤 潤一 先生

【糖尿病外来 診療日】
毎週土曜日 午前・午後



本当は怖いシリーズ 第4弾

これだけは知っておきたい

胸痛のお話

心臓血管外科・循環器科

坂東 興



1. はじめに

胸の痛みを感じるとご自分が「心臓の病気ではないだろうか」と多くの方が、不安に思われることと思います。果たして、「どのような痛みがどの場所に起こった時、すぐに受診しないといけないのか、少し様子を見てもいいのか?」という疑問は、全ての患者さんにとって大きな問題です。今回は、前号とは少し趣向を変えて、この冬、私の外来を受診された患者さんで最も多い訴えであった「胸痛」についてお話ししたいと思います。

2. 胸痛を引き起こす病気

「胸痛」があれば、まず「心臓病」を疑うべきかという、必ずしもそうではありません。【図1】に示すように、「胸痛」を伴う病気には、狭心症、心筋梗塞、大動脈解離、大動脈弁疾患、心膜炎、心筋炎といった、心臓血管系に由来する疾患以外に、肺炎、胸膜炎、肺癌、肺塞栓症、気胸、肺高血圧症、縦隔気腫、過換気症候群といった呼吸器由来の疾患、さらに意外に思われる方も多いかもかもしれませんが、逆流性食道炎、食道癌、食道痙攣、特発性食道破裂（注1）、Mallory-Weiss 症候群（注2）といった食道の病気、胃炎、胃・十二指腸潰瘍、胃癌等、胃の病気、胆石、胆嚢炎、膵炎といった病気も関連痛（注3）が原因で、胸痛を伴うこともあります。また、神経や筋肉の疾患、带状疱疹や心臓

神経症なども胸痛の原因となり得ます。このように、数多くの病気が「胸痛」の原因となるわけですが、今回は私の専門領域である心臓血管領域の病気に絞って、各々疾患の特徴と診断のポイントについてお話ししたいと思います。

3. 胸痛の原因となる心臓・血管由来の病気の鑑別診断

鑑別診断という言葉は、一般の方には聞きなれない言葉かもしれませんが、複数の病気の可能性を列挙し、問診、検査結果、身体診察などを用いて候補を絞り込み、最終的に病気を特定することを意味します。「胸痛」を引き起こす心臓・血管由来の病気には、緊急性の高い病気が数多く含まれており、症状の特徴、痛みの強さ、経過、関連症状などに基づいて、適切な検査を行い、迅速かつ的確に診断をつけていく必要があります。

1) 心臓由来の疾患【図2】

i) 安定狭心症

動脈硬化で心臓の冠動脈が狭まり、運動やストレス時に胸の痛みが一定のパターンで起こる病気で、一般的に労作性狭心症とも呼ばれます。前胸部圧迫感が主な症状ですが、痛みが首、顎、左腕、みぞおちへ放散する場合も多く見られます。症状の持続時間は数分から長くても15分までで、安静にしていると自然に治まるのが特徴です。

発作の特徴はいつも同じ程度、同じ動作（例えば階段昇降、重いものを持つ、急いで歩くなど）で起こることです。

ii) 不安定狭心症

不安定狭心症は、冠動脈の血管内の汚れ（プラーク）が薄くなって破れ、その上に急に血栓ができて、血管が閉塞しかけている「心筋梗塞の一手手前」の危険な状態です。症状としては、胸の激しい痛み、圧迫感、締め付け感、背中・あご・

胸痛を呈する代表的疾患

【図1】

心・大血管系	肺・呼吸器系	消化器系	神経・筋・その他
狭心症 (安定・不安定) 心筋梗塞 大動脈解離 大動脈弁疾患 心外膜炎 心筋炎	肺炎 胸膜炎 肺癌 肺梗塞・肺塞栓症 気胸 肺高血圧症 縦隔気腫 過換気症候群	逆流性食道炎 食道癌 食道痙攣 特発性食道破裂 Mallory-Weiss症候群 胃炎 胃・十二指腸潰瘍 胃癌 胆石 胆嚢炎 膵炎	带状疱疹 頸椎症 胸部出口症候群 皮下気腫 縦隔気腫 肋骨骨折 骨膜炎・骨髄炎 乳腺炎 心臓神経症

腕への放散痛、冷や汗や吐き気を伴うこともあります。安定狭心症とは異なり安静時や少しの動作で、安定狭心症より強い胸痛や圧迫感が長く（通常 20 分以上）続くのが特徴です。

iii) 心筋梗塞

血管が、急激にプラークや血栓などで詰まり、冠動脈内の血流がなくなってしまう、心筋に栄養と酸素が十分に届かず、心筋そのものが壊死する状態を急性心筋梗塞と呼びます。

急性心筋梗塞が狭心症と異なるところは、血管が閉塞することによって心臓そのものに血液が全く流れなくなり、時間とともに心筋が死んでゆく（心筋の壊死）ことです。安静にしても症状が治まらない点は不安定狭心症と同じですが、狭心症よりさらに強い痛みが突然起こり、30 分以上長く続くことが特徴です。肩や腕、首に痛み、歯の痛みが広がったりすることもあります。冷や汗を伴う事が多く、呼吸困難感や吐き気を催す事もあります。高齢の方や糖尿病をお持ちの方は、はっきりとした胸痛症状を示さない事があり注意しておく必要があります。

不安定狭心症や心筋梗塞は、症状だけでは判別が難しく、いずれの場合も、救急車を呼び、心臓カテーテル検査やカテーテル治療、冠動脈バイパス等が実施できる専門病院へ速やかに搬送される必要があることから、両者を纏めて急性冠症候群と 1 つの概念として捉えることが推奨されています。

iv) 心膜炎

心膜炎とは心臓を包む薄い膜（心膜）に炎症が起き、鋭い胸痛や発熱、心嚢液の貯留を伴う疾患です。ウイルス感染が原因の急性心膜炎は自然治癒することもある

りますが、重症化すると心タンポナーデ（心嚢液の貯留により心臓が外から圧迫されること）により心機能が低下したり、心膜炎が慢性化し、硬くなる収縮性心膜炎を引き起こすこともあります。症状としては、前かがみの姿勢をとると楽になる鋭い胸痛が特徴で、深呼吸や咳で悪化すること、発熱や全身倦怠感を伴う場合があることが特徴です。

聴診器を胸に当てると、Friction rub という心臓が心臓の鼓動に合わせて擦れ合う音が聞こえる場合が多く認められます。

2) 血管由来の疾患【図3】

i) 大動脈解離

大動脈解離については、きよあさ通信 Vol.15（2025 年 5 月号）でお話ししましたが、内膜、中膜、外膜の 3 層構造となっている大動脈の壁の中膜がなんらかの原因で裂けて、もともとは大動脈の壁であった部分に血液が流れ込むことで大動脈内に 2 つの通り道ができる状態を指します。起こったばかりの時は、血管が裂けているために血管の壁が薄くなり、極めて破裂しやすい状態にあります。症状としては、今までの人生で経験をしたことのないような激しい痛みが突然、胸から背中にかけて起こることが特徴で、高血圧症やマルファン症候群（注4）の患者さんでは、その頻度が高くなります。血管が裂けることにより、大動脈や大動脈から枝分かれする血管に血流障害が起こり、脳への血流が阻害されると意識障害が起こり、腸への血流が途絶すると腸管壊死といった多彩な合併症を起こすことがあります。きよあさ通信でお話しした上行大動脈から裂けていく Stanford A 型解離では、一刻も早く大血管手術が実施できる病院への搬送が必要です。

東京都では、スーパー大動脈ネットワークという組織が活用され、最も短時間に搬送でき、最短で手術が実施可能な病院を選定できるシステムが構築されていますので、機会を見つけてホームページをご覧ください。



<https://www.ccunet-tokyo.jp/acute-aorta>

胸痛の鑑別診断（心臓由来）【図2】

	症状の特徴	鑑別のポイント
安定狭心症	前胸部圧迫感 首、顎、左腕へ放散	労作、冷気、精神的苦痛で 症状増悪、2～10分持続
不安定狭心症	安定狭心症と同じ症状だが より強い	20分以上持続 症状の増強
急性心筋梗塞	狭心症と同じ症状だが さらに強い	突然の発症 30分以上持続 呼吸困難、嘔気 嘔吐を伴うことあり
心膜炎	姿勢によって変わる 胸膜の痛み、持続時間は まちまち	Friction rub（心膜摩擦音）

胸痛の鑑別診断（血管由来）【図3】

	症状の特徴	鑑別のポイント
大動脈解離	突然の急激な痛み 背部への放散	急激な痛み 高血圧、結合組織疾患の合併
肺塞栓症	突然の呼吸困難、胸痛	呼吸困難、頻呼吸 右心不全兆候

ii) 肺塞栓症

肺塞栓症は、主に足の深い静脈（深部静脈）などでできた血の塊（深部静脈血栓）が血管を流れて肺の動脈に詰まる、緊急性の高い病気です。突然の呼吸困難、息切れが最も多い症状で、胸痛に加え失神などの症状が表れ死に至るケースもあるため、別名「エコノミークラス症候群」としても知られています。頻呼吸、頻脈、冷や汗、頸静脈怒張（首の血管が膨らむ）が見られることも大きな特徴です。この病気は特に、

- ・ 手術後や寝たきりで体を動かさない方
- ・ 長時間のフライトや避難所生活などで足を動かさない状態が続く方
- ・ がんを患っている方や、経口避妊薬（ピル）を服用している方
- ・ 肥満や高齢の方

が罹患しやすく、予防策として、こまめな水分補給やつま先を回すなどの足の運動、弾性ストッキングの使用が重要です。

4. 緊急性のある「胸痛」とは

胸痛が主訴となる疾患の緊急性と頻度の関係を【図4】に示します。患者さんにとって一番大切なのは、自分の「胸痛」が、できるだけ早期に治療を始めるべき緊急性のある「胸痛」なのか、近日中に受診すれば良い緊急性のない「胸痛」なのかを見極めることです。本日お話しした中で、不安定狭心症や心筋梗塞、大動

脈解離、肺塞栓症は生命の危険に関わる一刻を争う病気で、これまでにない急激な胸の痛みや背部への放散痛、突然の呼吸困難や意識消失発作があれば、直ちに救急車を呼ぶ必要があります。一方、安静にしていると痛みが収まるのであれば、翌日、かかりつけの病院に問い合わせることで十分でしょう。ご自分の「胸痛」がどの範疇に入るのか、今回のお話を参考にいただければ幸いです。

5. 救急車の適正使用について

「胸痛」は咳や喉の痛みと違い、患者さんにとって不安の大きい症状であることは間違いありません。従って、救急車を呼ぶ必要があるかどうか迷われることも多いでしょう。救急車の適正使用を推進する観点から、「**救急安心センター事業 #7119**」という仕組みがあります。判断に迷った際の相談窓口として、医師・看護師・救急救命士から電話でアドバイスを受けることができる仕組みです。ご自分の症状の緊急性を的確に把握するために、是非こちらの相談窓口を活用してください。

**救急車、呼ぶかどうか困ったら、
迷わずコール #7199**

*注1 特発性食道破裂

あまり頻度が多くない病気ですが、激しい嘔吐などにより食道内圧が急上昇し、健康な食道壁（主に下部左側）が縦に裂ける重篤な疾患です。飲酒後の嘔吐が主な原因で、30～50代男性に多いのが特徴で、激しい胸・腹痛、皮下気腫を伴い、致命的となるため早期診断・手術が必須となります。

**注2 Mallory-Weiss 症候群

繰り返す激しい嘔吐のために食道が広がるようとする圧力がかかり、胃と食道の繋ぎ目の粘膜が裂けて出血してしまう病気。吐物に血が混じったり、黒色便が出るのが特徴。

***注3 関連痛

原因となっている内臓や組織とは離れた、別の場所に感じる痛みのこと。脳が神経の信号を混線し、内臓の痛みを皮膚や筋肉の痛みと誤認することで発生します。

****注4 マルファン症候群

全身の結合組織（細胞をつなぐ組織）が弱くなる遺伝性疾患で、高身長、細長い指、側弯などの骨格症状、水晶体脱臼などの眼症状、そして大動脈瘤・解離などの心血管症状を引き起こす指定難病です。約 5,000～10,000 人に 1 人の割合で発生し、早期診断と血圧管理が重要です。

「緊急度」と「頻度」の関係 【図4】



坂東 興 医師 外来診療日

(心臓血管外科・循環器科・睡眠時無呼吸外来)

月	火	水	木	金	土
○ (午前)	○ (午前)	○ (午前・午後)		○ (第2,4 午前・午後)	○ (第1,3,5 午前・午後)



シャント手術体制の変更に関するお知らせ

当院のシャント手術体制におきまして、2026年4月より下記の通り変更がございますのでご案内申し上げます。

01 担当医の交代について

これまでシャント手術を担当しておりました山崎医師の退職に伴い、4月より新たに**常勤医師及び非常勤シャント指導医が増員**となります。これに伴い、常勤医師・シャント指導医による**迅速かつ質の高いシャント管理**を目指します。

02 4月以降の新体制について

手術枠：**毎週 火曜日（午後）・第2,4,5 金曜日（午後）**

※ 従来の金曜日のみに対応から拡大し、週2回の定期枠を設けます。

今後の展望：上記日程以外においても**シャントトラブル発生時には、すぐに対応が可能な体制**へと段階的に移行してまいります。

03 質の高い医療の提供に向けて

今回の体制変更により、常勤医師がシャント管理を直接担うことで日々の透析診療とのより密な連携が可能となります。『**必要な時に、必要な治療を迅速に提供できる体制**』を整え、これまで以上に安心して治療を受けていただけるよう努めてまいりますので、何卒ご理解とご協力のほどお願いいたします。

人間ドック料金改定のお知らせ

昨今の物価高騰や医療環境の変化に伴い、検査精度の維持・向上など良質な医療サービスの提供を維持するため、**2026年4月より下記の通り人間ドックの料金を改定**させていただくこととなりました。

今後はより一層皆様にご満足いただけるサービスをお届けできるよう努めてまいりますので、何卒ご理解を賜りますようお願い申し上げます。

尚、**2026年3月31日までのお申込み分につきましては、実施日が4月以降となりましても、現行の料金とさせていただきます。**

コース	料金（税込）	
	2026年3月まで	2026年4月から
ショートコース	26,950円	30,250円
1日コース	48,400円	51,700円
1泊2日コース	79,750円	99,000円

オプション検査につきましても、一部料金を改定させていただく項目がございます。詳細は当院ホームページをご確認くださいませようお願いいたします。



外来診療体制表

2026年4月～

【午前受付】 8:30～12:00 (診療開始 9:00)
 【午後受付】 13:00～16:30 (診療開始 13:30)

		月	火	水	木	金	土
内科	午前	齋藤 圭子 内潟 安子	齋藤 圭子 勝矢 由紀子	田中 俊行 (10時～) 奥村 昌夫 勝矢 由紀子 内潟 安子 渡邊 真樹子	島田 祐輔 齋藤 圭子 内潟 安子 渡邊 真樹子	松永 直久	渡邊 真樹子 佐藤 賢吾 (第2,4)
	午後	田中 俊行 内潟 安子	担当医	内潟 安子 渡邊 真樹子	内潟 安子 渡邊 真樹子	島田 祐輔	渡邊 真樹子 村瀬 忠 (第3)
呼吸器内科	午前	齋藤 圭子	齋藤 圭子	奥村 昌夫	齋藤 圭子		佐藤 賢吾 (第2,4)
	午後						
消化器内科	午前		勝矢 由紀子	勝矢 由紀子	島田 祐輔		
	午後					島田 祐輔	
循環器科	午前	坂東 興 門脇 輔 (第2,4)	坂東 興	坂東 興 田中 俊行	山崎 裕起	坂東 興 (第2,4)	坂東 興 (※) 門脇 輔 (第2,4)
	午後	田中 俊行 門脇 輔 (第2,4)		坂東 興	山崎 裕起	坂東 興 (第2,4)	坂東 興 (※) 門脇 輔 (第2,4)
腎臓内科	午前	吉野 麻紀				吉野 麻紀	
血液内科	午後						村瀬 忠 (第3)
外科	午前	藤木 達雄	藤木 達雄	担当医	担当医	藤木 達雄	藤木 達雄
	午後	担当医	担当医	担当医	担当医	担当医	藤木 達雄
心臓血管外科	午前	藤木 達雄 坂東 興 門脇 輔 (第2,4)	藤木 達雄 坂東 興	坂東 興	山崎 裕起	藤木 達雄 坂東 興 (第2,4)	藤木 達雄 坂東 興 (※) 門脇 輔 (第2,4)
	午後	門脇 輔 (第2,4)		坂東 興	山崎 裕起	坂東 興 (第2,4)	坂東 興 (※) 門脇 輔 (第2,4)
脳神経外科	午前		唐鎌 淳			吉田 裕毅	
	午後		唐鎌 淳			吉田 裕毅	
整形外科	午前				森友 信彦 (第4除)	魚岸 誠司	石井 良介
	午後	篠原 貴明	吉田 篤		森友 信彦 (第4除)		
泌尿器科	午前	澤崎 晴武					
	午後			高橋 さゆり			山中 優典 (第1,3)
皮膚科	午前				宮田 美穂		
	午後				宮田 美穂 (第1,3)		
内視鏡検査	午前	島田 祐輔	島田 祐輔	島田 祐輔		島田 祐輔	池田 宜昭 (第4除) 島田 祐輔 (第4)
専門外来	糖尿病外来	午前	内潟 安子		石井 主税 内潟 安子 渡邊 真樹子	内潟 安子 渡邊 真樹子	佐藤 潤一 渡邊 真樹子
		午後	内潟 安子		内潟 安子 渡邊 真樹子	内潟 安子 渡邊 真樹子	佐藤 潤一 渡邊 真樹子
	乳腺外来	午前					山口 七夏 (第3) 吉田 宗生 (第4)
	睡眠時無呼吸外来	午前	坂東 興 齋藤 圭子	坂東 興 齋藤 圭子	坂東 興	齋藤 圭子	坂東 興 (第2,4)
午後				坂東 興		坂東 興 (第2,4)	坂東 興 (※)

※ 坂東医師の土曜日外来診療日につきましては、当院ホームページまたはお電話にてご確認ください。

◎ 赤字は女性医師です。

◎ 急患は曜日・時間問わず常時受け付けております。

◎ 日曜日・祝日・年末年始（12月30日～1月3日）は休日救急診療体制となります。

◎ 休診情報などの詳細はお電話または当院ホームページにてご確認ください。

【ご予約・お問合せ】 042-491-2121
 (9:00～17:00)



編集・発行 医療法人財団 きよせ旭が丘記念病院 広報委員会

〒204-0002 東京都清瀬市旭が丘 1-619-15 TEL 042-491-2121 (代表)
<https://kiyoasa-hosp.or.jp>

