

2020年春号

小松ソフィア病院 

〒923-0861

小松市沖町478番地

# ソフィア通信

Komatsu Sophia Hospital PR Brochure



# 新ドクターご紹介

4月より小松ソフィア病院で新たにご活躍のドクターをご紹介します！

竹田 正廣

常勤



腎臓内科医

経歴

金沢大学薬学部卒  
三重大学医学部卒  
金沢大学医学部旧第二内科入局  
石川県立中央病院、福井県立病院、  
高岡市民病院 等勤務  
小松市民病院勤務

地元小松市出身です。腎疾患が専門で、25年間小松市民病院の透析療法室長を務め、今年定年退職となりました。この度、縁あって小松ソフィア病院の腎臓内科に勤務することとなりました。今までの経験を踏まえ、小松ソフィア病院でも腎生検も含めた腎疾患診療を行い、在宅透析（腹膜透析、在宅血液透析）にも力を入れたいと思います。透析患者さんも高齢化して通院が難しくなる場合も増加しており、将来的には小松ソフィア病院の特徴を生かして在宅透析の訪問診療も行いたいと思っています。

大貫 佳春

常勤



内分泌代謝内科医

経歴

東京都荒川区生まれ  
金沢大学医学部卒  
金沢大学附属病院勤務

今年からお世話になります。金沢大学から来た内分泌代謝内科6年目の大貫佳春です。周りのスタッフと協力して患者さんのためにできることを考えていけたらと思っています。

趣味はカラオケとお風呂巡りです。いいお風呂があったら教えてください。

よろしくお願いいたします。

藤村 政樹

呼吸器内科医

非常勤



資格・認定

日本呼吸器学会 呼吸器専門医・指導医  
日本アレルギー学会 アレルギー専門医・指導医  
日本呼吸器内視鏡学会 気管支鏡専門医・指導医

趣味はラージボール卓球、釣り(特にアユ釣り)。一つ一つの症状の原因疾患を診断して、治療します。

北原 征明

消化器内科医

非常勤



資格・認定

一般社団法人日本内科学会 総合内科専門医・指導医  
日本消化器病学会 専門医・指導医  
日本消化器内視鏡学会 専門医  
日本肝臓学会 専門医

地域の医療に貢献出来るよう頑張ります！

山村 雄太

腎臓内科医

非常勤



資格・認定

日本内科学会総合内科専門医  
日本腎臓学会腎臓専門医  
日本透析医学会透析専門医

地域の皆様のお役に立てるよう頑張ります。よろしくお願いいたします。

丹羽 智

循環器内科医

非常勤



資格・認定

日本内科学会認定内科医  
日本循環器学会認定循環器専門医

4月から非常勤として勤務することになりました。よろしくお願いいたします。

# 新入職員ご紹介

愛康会に新しく入职したスタッフをご紹介!

坂本 祐子

看護師



はなはなにいます

大学生2人高校生1人の3  
児の母です。毎日笑顔で  
楽しく看護することを目  
標として頑張ります。

山添 愉加

看護師



3年前まで看護補助者として勤  
務しており、この度看護師資格  
を取得しました。年齢的に遅い  
スタートとなりましたがよろし  
くお願いします。

米田 純代

看護補助



看護補助者に就いて9年目とな  
ります。初心に戻り、また1年  
目として患者様、病院の力の  
1つになれる様に努力してい  
きたいです。

河嶋 諒

理学療法士



理学療法士として、患者様  
に、より良い日常生活を送っ  
ていただける様に、一生懸  
命努力しますので、よろし  
くお願いします。

下川 恵子

言語聴覚士



4月より言語聴覚士として勤務  
させていただきます。出身は  
九州になりますので雪には慣  
れていませんが笑顔で頑張っ  
ていきます。よろしくお願  
いします。

藤 仁美

放射線技師



放射線技師の藤です。北海  
道出身で、石川に来て5年目  
になります。よろしくお願  
いします。

家 鈴音

臨床工学技士



4月から新人臨床工学技士と  
して勤務させていただくこと  
になりました。精一杯頑張ら  
ます。どうぞよろしくお願い  
致します。

松生 祐汰

臨床工学技士



初めまして、松生祐汰です。  
1日も早く仕事を覚えられ  
るよう頑張りますので、ご指  
導のほどよろしくお願いいた  
します。

# 新入職員ご紹介

ソフィアフィットネス所長

南 真由美



ソフィアフィットネスにいます

介護福祉士

身体を動かすことが大好きです。自分自身の介護予防の為にも、ご利用者様の笑顔の為にも、たくさん動きたくさん学んでいきたいと思います。

八木 由紀



ソフィアフィットネスにいます

介護福祉士

はじめまして。ソフィアフィットネスで勤務させて頂く八木と申します。明るく元気に頑張りたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

生水 賢治



ことぶきにいます

介護福祉士

12月に入社した生水です。わからないことだらけなので、先輩方に多くのことを教わりながら、早く戦力になれるよう頑張ります。

安東 由紀子



ことぶきにいます

介護福祉士

利用者様を一人の人として向き合い寄り添うことを心がけ、どんな方とでも信頼関係を築くことができる様に仕事をしたいと思っています。

松田 久深

受付  
コンシェルジュ

管理部に所属の松田です。案内カウンター業務はやりがいを感じております。ソフィアテラスにも週2回程度行くので、よろしくお願ひします。

中村 祐美子

受付  
コンシェルジュ

私は人と向き合う仕事がしくて当院に就職いたしました。持ち前の明るさで患者様や職員と楽しい時間が過ごせる様に頑張っていきます。

多島 梢



病院管理部

いつも車で通って素敵だなと思っていた病院で働けることとなり嬉しく思います。これからいろんな経験をして頑張りたいです。

喜多 絵美



はなはなにいます

介護事務

はなはな、ことぶき、フィットネスのスタッフの皆さんの力に少しでもなれるように頑張ります。

5/8  
(金)

# ソフィア内科クリニック ソフィアひふ科クリニック

金沢市泉が丘に開業します



木目を基調とした、温かくて落ち着いた空間です。



1階はソフィア内科クリニック  
2階はソフィアひふ科クリニックとなっております。



# ソフィア内科クリニック



**小川 純 院長**

**認定**

金沢大学医学部臨床教授  
日本内科学会評議員  
日本内科学会認定内科医  
日本循環器病学会専門医  
日本高血圧学会会員

**ごあいさつ**

新しく金沢市泉が丘に開業するソフィア内科クリニックの院長、小川純と申します。

私は富山市出身です。富山高校から金沢大学入学、卒業して旧第一内科入局と同時に大学院へ進み、循環器疾患、特に高血圧の循環動態の研究を行いました。これまで主に循環器疾患患者さんの治療にあたってきましたが、途中、大学病院救急部・集中治療部にも在籍し数々の急患と重症患者さんの治療にもあたってきました。平成8年からは半田内科医院に勤務し23年余りが経過しました。たくさんの患者さんとお付き合いし、時には笑い、時には涙してきました。

これまでいろいろな診療の経験をしました、他科の先生方とも気軽に話せるお付き合いをいただきました、基幹病院の先生方には連携・ご協力も十分いただきました、そして何より患者さんから「ありがとう」という言葉をいただきました、すべてが私の宝物です。今後もこれらの経験を大事にして診療することを肝に銘じたいと思います。

最近、年齢を重ねるとともに物事に対する興味が減退してくるような気がします。これではいけません。何事にも興味を持っていつまでも新鮮な気持ちで暮らしたいと思います。

私は患者さんに信頼される、明るい笑顔のクリニックを目指します。今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

**スタッフ紹介**



**川原 美佳**

**看護師**

3月まで内科クリニックに14年間勤務していました。その経験をいかして地域の皆様に信頼されるよう優しく笑顔で寄り添ってまいります。



**中山 江利香**

**看護師**

はじめまして、中山江利香です。地域に愛されるクリニックになるよう頑張ります。よろしくお願いいたします。



**松村 美紀**

**看護師**

クリニックで働くのは初めてですが、患者様に近い場所で寄り添った看護ができるよう笑顔を忘れず頑張りたいと思います。



**山崎 有沙**

**看護師**

消化器内科・外科の経験があります。夫の転勤に伴い千葉県から戻ってきました。ソフィアの一員として笑顔で頑張ります。



**近松 紘子**

**受付**

はじめまして。趣味は、旅行やスポーツ観戦です。クリニックの発展に貢献できますよう、楽しく頑張ります。よろしくお願いいたします。



**金谷 友江**

**受付**

ソフィア内科クリニックで働くことになりました金谷ともうします。初めての事ばかりですが、一生懸命頑張りたいと思います。よろしくお願いいたします。

診療時間：午前9:00～12:30 午後14:00～18:00

診療日

月	火	水	木	金	土	日
●	●	●	●	●	○	

○午前のみ

祝日、年末年始はお休みです。

## ソフィア内科クリニック

〒921-8035

石川県金沢市泉が丘2丁目14番1号

TEL: 076-255-7124

FAX: 076-255-7198

# ソフィアひふ科クリニック



## 川原 繁 院長

### 経歴

金沢大学医学部卒業  
金沢大学大学院医学研究科修了  
金沢大学医学部附属病院皮膚科 助手  
同 講師  
国立金沢病院(H16年~金沢医療センター)皮膚科医長  
近畿大学医学部皮膚科助教授  
同 副院長  
ソフィアひふ科クリニック院長

## ごあいさつ

令和2年4月からソフィアひふ科クリニック院長に就任しました川原繁です。

私は昭和57年春に金沢大学を卒業し、皮膚科を専攻して丸38年になります。その間、金沢大学病院、金沢医療センター、近畿大学病院、そして2011年からは金沢赤十字病院に勤務してきました。今まで皮膚病全般の診療に携わってきましたが、その中でも特に乾癬、光線過敏症(紫外線などの光で起こる病気)、アトピー性皮膚炎などの患者さんを数多く診療してきました。また、治療については光線療法や注射薬による治療を多く経験してきました。ソフィアひふ科クリニックでも、今までと同様に乳児湿疹から老人性のイボまで幅広く、最新の皮膚科診療に努めていきたいと考えています。

一方で、不得意な分野もあります。美容治療の経験が乏しく、加齢に伴う「しみ」や「しわ」の手術療法やレーザー治療についてはご期待に添えないと存じます。

私の診療で患者さんに時々驚かれるのは、私が至近距離(15cmくらいの距離)でじっくり皮膚を見る(観る)そしてよく触ることです。私自身は正しい診断と治療経過の評価に必要なことと考えていますので、驚かれないようにお願いいたします。

今後は、クリニックで皮膚に関する困りごとを少しでも解決できるように明るく丁寧に診療してまいりますので、よろしくお願いいたします。

診療時間：午前9:00~12:30 午後14:00~18:00  
(受付終了 17:30)

診療日

月	火	水	木	金	土	日
●	●	●	●	●	○	

○午前のみ

祝日、年末年始はお休みです。

## スタッフ紹介



### 中村 麻衣

看護師

1歳と4歳の娘を育児中です。患者様を明るい雰囲気でご迎えて、気持ちよく帰っていただけるクリニックとなるように努めたいです。



### 松下 萌衣

看護師

初めまして。松下萌衣です。趣味は宝塚観劇です。観劇するたびとても元気が出ます。今後も患者さんに寄り添った看護を行いたいです。



### 浦田 理加

受付

ソフィア皮膚科クリニックで多くの方々と関わりながら、日々成長できるよう頑張ります。よろしくお願いいたします。



### 土屋 真希

受付

初めまして、土屋真希です。医療の仕事は初めてなので、1日でも早く仕事を覚え、明るく元気に頑張ります。よろしくお願いいたします。



### 野崎 紗希

受付

ソフィアひふ科クリニックで受付のパート職員として勤務することになった野崎紗希です。10年間勤務した心療内科での経験を生かして、一生懸命頑張ります。

## ソフィアひふ科クリニック

〒921-8035

石川県金沢市泉が丘2丁目14番1号

TEL : 076-255-7712

FAX : 076-255-7212

# セルフメンタルケア

## アロマセラピー

### Part 6

#### アロマセラピーの活用法をお伝えします

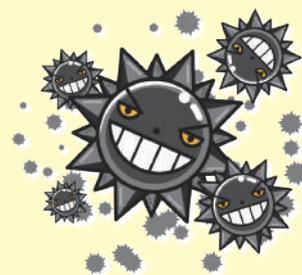
アロマセラピーエッセンシャルオイル(精油)の活用法としては、セルフマッサージ、吸入湿布、入浴、芳香浴、そのほか、軟膏や、うがい薬と・・・正しい知識があれば、日常生活に非常に役立つ健康法の一つである事は、少しずつご理解頂けるようになって来たかと思われます。



今回は、コロナウイルスをはじめ、感染症が世界を揺らかし、ウイルスの活動を弱めたり、除菌作用を期待できるハンドスプレーやルームスプレーが身近になってきたと思われます。

**市販の除菌スプレーは、ほとんどのものが合成で出来ております!**

精油の力を借りて、ぜひ、ご自分で手作りなさってはいかがでしょうか?もちろん植物アルコール75%とオーガニック精油25%だけでできているフランス、プロヴァンスからのオーガニックスプレーもお勧めです。



#### お勧め精油

\*グレープフルーツシードエクストラ

\*ティートリー \*バルマローザ

\*ユーカリ \*ラヴァンジン

\*シナモン

防カビ・抗ウイルス・殺菌効果が期待され、化粧品などの保存期間を長くするというデータも示されています。最近の研究では、ピロリ菌の研究にも使われているというデータもあります。



シナモンのシンナムアルデヒドという成分は、風邪やインフルエンザに有効的という千葉大学の研究でわかってきています。

#### 作り方

- ①精油をビーカーに入れて、植物性の乳化剤を5ml入れてガラス棒でよく混ぜます。
- ②ハイドロソル(ハーブウォーター)または、精製水を①に入れて、さらに混ぜてください。
- ③精油を6滴入れて、遮光スプレーに移します。それぞれの香りを作りお楽しみください。

\*手作りハンドスプレーには、保存料は入れませんので、使用は2~3週間で使いきってください。

フランス、プロヴァンスから届きました、精油25%植物アルコール75%の製品化されたものも販売しております。お問い合わせください。精油が数種類処方されています。

レスピレトリー スプレー 30ml  
1本 1,800円(税別)



精油(エッセンシャルオイル)を購入される際は、天然成分100%で安心できるメーカーの物を選択ください。ご質問、精油のご購入相談はソフィアテラスにお問い合わせください。改めてご相談時間を設けさせていただきます。お問い合わせください(TEL:0761-46-5382)

#### 文責:服部 香里(Hattori Kaori)

##### 補完代替医療って何?

アロマセラピー・リフレクソロジー・フィットセラピー・ホメオパシー・アーユルベータ・漢方・鍼灸・フットケア等、西洋医学を補完し、患者さんの症状を改善し、治癒することを期待できる療法の事です。私も臨床での経験を活かしつつ、国内外の学生の教育や一般の方への啓発活動も行っております。今後は、ヨーロッパの事情や、当院での症例を基に少しでもみなさんにわかりやすく、補完代替医療をお伝えします。生活に活用できるワンポイントアドバイスもお楽しみに!

# オリジナル レシピ

## アスパラの 春巻き



### 材料 (2人分)

Gアスパラ …………… 4本  
エビ …………… 6尾  
春巻きの皮 …………… 2個  
生姜 …………… 少々  
小麦粉 …………… 大さじ1/2  
揚げ油 …………… 適量

### 作り方

- ①Gアスパラは下3cm切り落としあとピーラーで硬い部分の皮をむき2/2に切る。えびは皮をとり、背ワタを取り除く。生姜は細千切りへ。
- ②春巻きの皮を広げて、Gアスパラ・エビ・生姜を巻く。巻き終わりは、水とき小麦粉を付ける。
- ③150～160℃の油で揚げる。  
\*弁当に入れる時は、揚げる時に春巻きの皮をもう一枚巻いて揚げるとパリット感が長続きます。

#### POINT

アスパラは、ビタミンとミネラル分が豊富で、肉体疲労時に貯まった乳酸をエネルギーに変える働きがあります。他には、抗酸化作用とビタミンCの吸収を促進するルチンがあり、妊婦に欠かせない葉酸が含まれ栄養価が高い野菜です。

## 新玉ねぎ スープ



### 材料 (2人分)

新玉ねぎ …………… 小1個  
トマト …………… 小1個  
卵 …………… 1個  
コンソメキューブ …………… 1個  
(又はコンソメ小さじ2杯)  
片栗粉 …………… 大さじ1  
黒コショウ …………… 少々

### 作り方

- ①新玉ねぎは皮と芯をとり2/2に切って、手で1枚1枚一口大きにちぎる。トマトはへたをとりくし切6切れへ
- ②鍋に水350ccとコンソメキューブ1個と新玉ねぎを入れて加熱する。沸騰したら片栗粉を水50ccで溶いてとろみを付ける。
- ③卵を溶き、沸騰した鍋に入れてかき玉汁にしてトマトを入れて火を止める。
- ④容器に盛り付けて、黒コショウを振りかける。  
\*ブロッコリー、グリーンピース、あさつき、絹さや等をトッピングして下さい。

#### POINT

新玉ねぎ・トマトにはカリウムを多く含みます。カリウムは体内の余計な塩分を尿に出す作用があります。しかし水溶性の為、茹でたりすると減少しますがスープにすることで減少せずに確実にとることが出来ます。さらに、飲むときにオリーブ油やえごま油を少々プラスするとトマトに含まれるリコピンの吸収を高めます。

## ゴールデンウィーク中の診療スケジュールご案内

4/29日	30日	5/1日	2日	3日	4日	5日	6日
水	木	金	土	日	月	火	水
	8:30 ┆ 17:00	8:30 ┆ 17:00	8:30 ┆ 17:00				

・表記は受付時間になります。  
・5月7日(木)より通常通りの診療になります。

## 活動報告 Activity

### 生き活き支援講演会が開催されました



JRAT石川県幹事  
リハビリテーション科 医師  
河崎 寛孝

2020年1月17日、生き活き支援講演会が、小松ソフィア病院スローエイジングホールで開催されました。1月17日は阪神淡路大震災が起こった日で「防災の日」、今回のテーマは「自分たちができる防災を学ぼう、考えよう」です。

最初は、小松市消防本部の北原司令による小松市の防災体制のお話。小松市の避難所、要支援者、ハザードマップ、警戒レベルなど詳しく解説して頂き、今ここで発災したら自分は何をしたら良いのか、減災の為今何を準備するべきかたいへん考えさせられました。

次に、私が、「大規模災害後の生活について」被災地での活動経験をもとにお話しました。熊本地震や令和元年東日本台風で、自宅で生活していた高齢者が、避難所での生活で歩けなくなったり認知症が進行したりしており、全国からボランティアが集ったりリハビリ専門職が歩行訓練や手すり・ベッドの導入などを個別に指導していました。

「国際生活機能分類(ICF)」で考えると、災害では、環境が破壊されて、日常生活活動が困難となり、結果、心身機能が障害され、社会参加も難しくなり、健康状態が悪化していきます。2013年「大規模災害リハビリテーション支援関連団体協議会(JRAT)」が結成され、石川県でも「JRAT石川」が活動を始めています。



小松市消防本部 北原司令



受付時間：8:30~17:00 (12:30~14:00 まではお待ちいただく場合がございます。)

休 診：日・祝日・年末年始

	月		火		水		木		金		土	
	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM
一般内科	亀田	亀田		竹田 山宮	加登	大貫	加登	竹田	加登	亀田	加登 木村 大貫	山宮
消化器内科	亀田 山宮	亀田 山宮	加登	山宮	亀田 山宮	※北村	加登		亀田	亀田	山宮	山宮
腎臓内科		竹田	山村	佐藤		竹田	竹田	小林		竹田	竹田 (第1のみ)	小林
糖尿病外来 内分泌代謝	大貫			能登			大貫		大貫	大貫 能登	大貫	大貫
呼吸器内科			木村				阿保					
循環器内科			薄井				高村 丹羽				高村 丹羽 薄井	

※消化器内科の水曜日午後の北村医師は、特に「大腸・膵臓内科」を専門として診察させていただきます。

## その他専門外来

肝臓専門外来	水曜日：AM 金曜日：AM	亀田	ウイルス性肝炎、自己免疫性肝疾患、薬剤性肝炎、脂肪肝など、多種多様な肝臓の病気の治療を行っています。
せき外来	月曜日 火曜日	藤村	風邪で咳が長引くことはなく、必ず原因があります。患者さんから詳しいお話をお聞きし、原因を追求して検査、治療などを行なっています。
摂食嚥下外来	木曜日：PM 金曜日：PM	河崎	食事が食べにくい方、食事中むせる方、誤嚥性肺炎と診断された方々等に、検査、診断、アドバイス、治療など行っています。
リハビリ外来	月曜日：AM	河崎	リハビリの必要な患者さんの診療、ボツリヌス治療、補装具・理学・作業・言語療法の処方などを行なっています。
整形外科	水曜日：PM 金曜日：AM	福井	一般整形外科やスポーツ外来の他、特に股関節に特化した外来を行っています。
脳神経内科	土曜日：AM	岩佐	全身の神経系統に関する症状がある方（頭痛、めまい、しびれ、手足の震え等）の原因を究明し、治療を行っています。
甲状腺	火曜日：PM	大貫	甲状腺機能に関連した検査、治療を行っています。
皮膚科	第2・第4 土曜日：AM	前田	おでき等の切術、皮膚病の診断・治療を行っています。
眼科	月1回 土曜日：AM	高比良	眼疾患（主に高血圧・糖尿病等の合併症）の診断を行っています。
足病科	水曜日：AM	加登	足の浮腫みやしびれ等の不調の原因を追求し適切な治療や療法のアドバイスを行っています。検査にお時間がかかります。ゆとりを持ってご来院ください。
健康診断	毎日行なっています。事前にご予約ください。 健診の内容などの詳細はパンフレットをご覧ください。		

※一般内科は予約不要です。受付時間内にご来院ください。

※一般内科以外の専門外来は予約制となります。休診の場合もございますので事前にお電話で確認のうえお越しください。

※専門外来は、医師の都合により休診・代診となる場合があります。検査の予約には、医師の診察が必要となりますのでご了承ください。



○小松ソフィア病院  
○居宅介護支援事業所ソフィア

〒923-0861  
小松市沖町 478 番地  
TEL : (0761) 22-0751  
FAX : (0761) 22-0725  
HP : <http://sophia-hosp.jp>  
E-mail : [info@sophia-hosp.jp](mailto:info@sophia-hosp.jp)



○訪問看護ステーション はなはな

〒923-0921 小松市土居原町 297 番地 1  
TEL : (0761) 48-8666 / FAX : (0761) 48-8868

○小規模多機能ステーションソフィアことぶき

TEL : (0761) 25-3501 / FAX : (0761) 25-3502



○街の保健室 ソフィアテラス

〒923-8565  
小松市清六町 315 番地 イオンモール新小松 2 階  
TEL/FAX : (0761) 46-5382  
E-mail : [terrace@sophia-hosp.jp](mailto:terrace@sophia-hosp.jp)



○フィットネス型デイサービス ソフィアフィットネス

〒923-0801  
小松市園町水 87-1  
TEL : (0761) 22-0202  
E-mail : [fitness@sophia-hosp.jp](mailto:fitness@sophia-hosp.jp)



○ソフィア内科クリニック

〒921-8035 石川県金沢市泉が丘 2 丁目 14 番 1 号  
TEL : 076-255-7124 / FAX : 076-255-7198

○ソフィアひふ科クリニック

TEL : 076-255-7712 / FAX : 076-255-7212



**MAP**