

SL エスエル 医療グループ ニュース

No.172 2026.4

発行所 名古屋市中区新栄町1-3 エスエル医療グループ 編集部(鈴木・大野・吉田・玉井・森川・金子) 発行日 2026年4月1日



「フラワー」 颯田孝子氏

今月のことば

今年、3月に入って首都圏に雪が降りました。まさに春の雪です。

日本の春に降る雪には、冬の名残と季節の芽吹きが同居しています。三寒四温の気まぐれな気候の中、暖かさに緩んだ空気を一瞬引き締めるように、淡い雪が静かに舞い落ちることがあります。積もるほどではなくても(今回は積もったようですが)、梅や早咲きの桜の枝に触れる白さは、去りゆく季節の最後のあいさつのようなようです。やがて雪はすぐに溶け、地面には春の湿り気が残ります。その移ろいの早さが、春の雪の儂さであり、日本の季節の変わり目が持つ独特の情緒と言えると思います。(K.S)

〈目次〉

今月のことば	1
筋活、腸活、そして味噌汁	2～3
.....渡辺クリニック 院長 渡辺正樹	
エスエル 40 周年記念公開講座	
講演内容の連載決定! とうご期待	4
.....エスエル医療グループ セレモニー委員会	
生活習慣病における「スティグマ」と「イナーシャ」	5
.....中川内科 院長 中川順市	
新たな趣味をみつけました	6
.....どい眼科クリニック 院長 土井浩史	
知っておきたい薬局の新しいカタチ	7
.....中日調剤薬局栄店 局長 加藤麻里	
栄 (SL 医療グループ) 近辺—50	8
静岡てんかんセンター回顧録—2	
.....森川クリニック 名誉院長 森川建基	

筋活、腸活、そして味噌汁

渡辺クリニック 院長 渡辺正樹

一年ちょっと前、急に味噌を勉強したくなりました。味噌は日本の伝統的な保存食品で、物凄く多くの栄養素を含みます。今回話題にする筋活、腸活の栄養素の多くも味噌に含まれます。

筋肉を増やして代謝を上げることを筋活、腸内の善玉菌を増やして腸内環境を良くすることを腸活と言います。筋活、腸活で多くの疾患を予防できます。起立性調節障害 (OD)、感染症、自律神経失調症、メタボ、ガン、フレイル、認知症など。そして僕の愛する味噌汁がそれを助けるということも説明したいと思います。

筋活には白筋のレジスタンス運動 (グッと力を入れる高強度・短時間の筋トレ) と赤筋の反復運動 (低～中強度・長時間繰り返し筋トレ) やストレッチ (20秒以上ゆっくり伸ばす筋トレ) があります。各年代、疾患でどちらの筋トレが良いかは異なります。腸活には散歩のような穏やかな運動や長めの入浴、温泉などで身体を温めることが大切です。

栄養面では、筋肉の元のタンパク質、筋肉の代謝を進めるビタミンB1、B2、B6、ビタミンC、ビタミンDが筋活栄養です。味噌はこれの中でビタミンC、ビタミンD以外すべてを含むので、足りない分は味噌汁の具材 (イワシ、ワカメなど) で補えばバッチリです。腸活栄養は善玉菌 (乳酸菌、ビフィズス菌など) を含む発酵食品と、善玉菌のエサになるグルタミン、食物繊維、オリゴ糖です。味噌はこれらをすべて満たしており、腸活にもバッチリです。効果を倍増するための具材として豚肉、卵、イモ、ゴボウ、干しシイタケなどを乗せて筋活・腸活味噌汁の完成です。

筋活、腸活の栄養素をたっぷり含んだ温かい筋活・腸活味噌汁 (略して筋腸味噌汁) は健康増進の強い味方になるはず。各年代で襲って来る疾患に対する筋活、腸活について順に述べていきます。



～起立性調節障害 (OD)

まず成長期のOD。ODのため不登校になる子供が増えてきています。ODの子供は大抵やせています。説明は省きますが、筋肉の成長が遅れたらインスリンは働きが悪くなり、自律神経失調が起こります。自律神経失調症で交感神経亢進 (元気がなりすぎる) が起こると、頻脈、血圧変動、倦怠、不眠、腹痛などで、ODの子供は一見「怠け者」になり、不登校に陥るのです。

筋活で筋肉を増やせばインスリンが元気になる、自律神経が整います。成長期は白筋が増える時期ですから、特に下半身の白筋レジスタンス運動が良いでしょう。腸活で腸内環境が良くなるとインスリンの働きが良くなることもわかってきてます。どんだん外へ出て散歩するのが腸活につながります。

成長期は精神的にもろいので、ストレス時に消費されやすいタンパク質とビタミンC、ストレスを緩和するグリシン、トリプトファン、GABAも有用です。カボチャ (ビタミンC、GABA)、鶏肉 (タンパク質、グリシン) などを筋腸味噌汁の具材に加えて「OD味噌汁」の完成です。

～感染症

免疫力は20歳くらいから低下していきます。歳を取れば取るほど免疫力アップは大切です。免疫の7割は腸管が担うことになり、腸活で善玉菌を増やすことが免疫力アップには大切です。

腸活には散歩、ゆっくり入浴、温泉などで身体の芯まで温めるようにしてください。筋活で筋肉を増やせば筋肉からグルタミンが分泌され、腸内の善玉菌のエサになることで腸活にもつながります。筋活は白筋を増やすレジスタンス運動を取り入れてください。

免疫の実働部隊である白血球を元気にするタンパク質、ビタミン、粘膜を強化するビタミンA、C、Eも免疫力アップを助けます。筋腸味噌汁に魚やレバー (タンパク質、ビタミンB6)、カボチャ (ビタミンA、C、E) を加えて「免疫アップ味噌汁」の完成です。

～メタボ

メタボとは、中年以降に内臓脂肪が増加するため動脈硬化が進んでいく症候群で、内臓脂肪を増やさないことが肝心になります。内臓脂肪は動脈硬化につながるのです。動脈硬化の先に脳卒中、心筋梗塞などの成人病が待っています。

筋活で筋肉が増えると、それだけ脂肪が燃やされるため内臓脂肪減少につながります。脂肪は筋肉の中でも赤筋で燃やされるため、赤筋反復運動やストレッチを地道に続けて赤筋を鍛えてください。腸活で腸内環境が良くなると体内の掃除役であるインスリンが元気になり、脂肪も減らされます。一日7000歩くらい歩くと内臓脂肪は燃やされるし、身体が温まり腸活にもつながります。

脂肪の代謝を進めるためにはビタミンB2、ビタミンE、食物繊維の他にアリシン、ジンゲロール、カプサイシンなどの刺激物もオススメです。ネギ(アリシン)を筋腸味噌汁に乗せると味も引き締まり、「メタボ味噌汁」の出来上がりです。

～フレイル

老後はフレイル(心身の虚弱化)が一番の敵で、体内で色々なものが足りなくなっていくます。フレイルは筋肉の他にも骨、心臓、肺、歯など色々な部位に起こります。骨なら骨粗しょう症、心臓なら心不全、肺なら老人性肺炎や誤嚥性肺炎、歯なら咀嚼力の低下による栄養失調。

筋肉減少がフレイルの第一の兆候であることが多く、筋活が最優先されるべき課題だと思います。適度に白筋レジスタンス運動、赤筋反復運動やストレッチを励んでください。腸活により消化・吸収を改善して栄養失調を避ける、免疫力を上げて老人の大敵である肺炎の予防に努める必要もあります。毎日一度は外で日に当たって散歩する、散歩が無理なら室内で足踏み、温かい食べ物を摂るなどして体内を温めてください。

栄養失調を防ぐため発酵食品、骨粗しょう症予防のためタンパク質、ビタミンD、ミネラル(カルシウム)、心不全予防のためビタミンB1、ビタミンC、Eを摂るのが良いでしょう。筋腸味噌汁にカツオ節、豚肉、カボチャを加えて「フレイル味噌汁」の出来上がりです。

～ガン

ガンは正常細胞が活性酸素などによりガン細胞に変化するところから始まります。ガン細胞がある数以上に増加すれば「ガン」として発症するのです。次にガン細胞や活性酸素を体外に吐き出すことにつながる自律神経、最後にガン細胞を防ぐ免疫力の改善が必要です。したがってガン予防には活性酸素を減らす、自律神経を整える、免疫力を上げることが大切です。

腸活で善玉菌が増えると免疫力はアップします。善玉菌は白血球を元気にしてガン細胞と戦ってくれます。散歩、ゆっくり入浴、温泉などで身体の芯まで温めるようにして免疫力を上げましょう。筋活、腸活でインスリンが元気になると自律神経が整います。その結果、活性酸素が減ります。筋活は活性酸素を増やさない程度の軽めの白筋レジスタンス運動、赤筋反復運動やストレッチを楽しくやりましょう。

活性酸素を減らすのが抗酸化物質、発酵物質です。豆腐(イソフラボン)、ナス(アントシアニン)、ごぼう・アスパラガス(ルチン)、カボチャ・ニンジン・ほうれん草・サケ(カロテノイド)などの抗酸化食品、そして発酵食品であるカツオ節を筋腸味噌汁に乗せて「ガン予防味噌汁」の完成です。

～認知症

認知症(アルツハイマー病)は中年期以降、脳内にアミロイドβが溜まり始めるのが原因と言われています。アミロイドβはメタボ(内臓脂肪)で溜まりやすくなります。内臓脂肪は筋活で減らすことができます。老年期にはアミロイドβの攻撃で神経細胞がどんどん減っていきます。これに追い打ちをかけるのが活性酸素です。活性酸素は自律神経失調症でも増えるのですが、筋活、腸活で自律神経は整えられます。老後に筋肉減少で運動不足になったり腸内環境の悪化で栄養失調が進んだりすれば、神経細胞に神経ホルモンを作る余力はなくなり、認知症に達してしまいます。筋活で筋肉を増やし、腸活で腸内環境を良くすれば、神経ホルモンは増やせます。

以上のように筋活、腸活は色々な時期において認知症予防に必須なのです。特に高齢になったら、腸活に“もくもく散歩”、筋活に“ワクワク筋トレ”を心がけましょう。“もくもく”は大脳辺縁系を、“ワクワク”は前頭葉を元気づけます。

筋腸味噌汁に神経細胞を丈夫にする魚貝(ビタミンB12、DHA)、神経細胞のエネルギーになる納豆(糖質、乳酸菌)、神経細胞の代謝を助けるレバー(ビタミンB1、B2、B6、B12、ビタミンC)、神経ホルモンの元になる卵(レシチン)、海藻(グルタミン酸)、タケノコ(チロシン)などを加えると「ボケ予防(脳若返り)味噌汁」の完成です。

今年の10月に渡辺クリニックの院長を代わります。だからこれが僕のラストメッセージです。なかなかの長文で、内容も難しかったと思いますが、そんな訳なのでお許しください。

エスエル 40 周年記念公開講座 講演内容の連載決定！ 乞うご期待

エスエル医療グループ セレモニー委員会

エスエル医療グループは 2025 年に創立 40 年を迎えました。支えてくださった方々には改めてお礼申し上げます。エスエルらしい記念イベントとして患者さんやご家族に楽しんでいただけるよう講演会を企画しました。

皆様の疾病予防や健康増進について学べる公開講座で、2025 年 6 月から好評開催中です。普段の診療では聞けない臓器の働きや病気の話、治療の歴史から最新治療までの楽しくわかりやすくお話しします。会場は

聴衆の皆様のピンと集中した心地よい緊張感にあふれ、もっと聴きたかった、質問もしたかった資料がほしいとのご意見もいただいております。

そこで、各講演の要旨をエスエルニュースに連載することしました。講演会にご参加いただいた方も、残念ながら聞けなかった方もこの機会にぜひご覧ください。記念講演は年末まで開催予定ですので、引き続きライブ講演もお楽しみください。（文責：坂本）

2025 年 6 月	健診データの見方教えます 今うけた検査、いつから始まったか知っていますか？	栄内科	山田琢之
7 月	認知症について	渡辺クリニック	渡辺正樹
8 月	たかが便秘、されど便秘	おおいわ消化器クリニック	大岩哲哉
9 月	転倒しても骨折しない、 転んでもケガしないためのリハビリとは？	はっとり整形外科リウマチ クリニック	銭田良博
10 月	インプラント治療の光と影 ～本当にインプラントは大丈夫なのか～	仲尾歯科栄診療所	仲尾泰彦
11 月	心臓の貼り薬 ～貼り薬の歴史から心臓の貼り薬の誕生まで～	中川内科	中川順市
12 月	高血圧について ～「心臓と血管を守る」血压管理～	吉田内科	吉田修
2026 年 1 月	知っておきたい膝疾患	山川内科	清水周哉
2 月	あなたの知らない咳の世界 たかが咳、されど咳	亀井内科	亀井博紀
3 月	100 年性生活 ～中高年の性 アンケート調査より～	すぎやまレディースクリニック	杉山正子
4 月	頻尿は自分で治せるよ！ 一緒に治しましょう	つじ泌尿器科クリニック	辻克和
5 月	ストレス障害について	岡神経科	岡潔
6 月	「腸活」による万病予防	はまだ代謝内科	濱田洋司
7 月	肝臓が悪いと言われたら（仮）	やまうち消化器内科クリニック	山内学
8 月	心不全パンデミック ～あなたも知らないうちに心不全になっているのかも～	金子内科	金子晴生
9 月	認知症と補聴器（仮）	関谷耳鼻咽喉科	関谷健一
10 月	糖尿病の治療と合併症予防 ～健康で長生きするために～	糖尿病・甲状腺 やまだ内科	山田努
11 月	糖尿病について（仮）	栄かとうクリニック	加藤泰久
12 月	じんじん響く腎の話 守れ！腎臓の健康	さかもと内科腎クリニック	坂本いずみ

場所：東館 4 階会議室 日時：毎月第 4 土曜日 14:00～15:00（第 3 週の時もあります）

定員：50 名程度 参加費無料 要予約（2 階の薬局で参加券を配布） お問い合わせ：052-951-3833

生活習慣病における「スティグマ」と「イナーシャ」

中川内科 院長 中川 順市



スティグマとイナーシャという言葉は一般的には耳慣れないかもしれませんが。日本語にするとスティグマ (stigma) は「負の烙印」、イナーシャ (Inertia) は「惰性、慣性」と訳すとわかりやすいと思います。最近、この2つの言葉は医療業界の中ではしばしば耳にするようになり、さらには、職場なども含めた社会全体の問題としても注目されています。

生活習慣病におけるスティグマ

生活習慣病は、高血圧、糖尿病、脂質異常症、肥満などを指し、1996年に「成人病」から名称変更されました。しかし、この「生活習慣病」という語感が、“生活がなっていない”“食べ過ぎや不摂生が原因”“自己管理ができていない”といった不適切なイメージを連想させ、患者さんに偏見が向けられることがあります。患者さんにとっては、まさに「負の烙印＝スティグマ」を押されることとなり、その結果、自己責任を強調される生きづらさを様々な場面で味わうことになり、就



学・就職・結婚などで不利益を受ける例も報告されています。さらに、スティグマを恐れるあまり、患者さんが生活習慣病であることを隠してしまい、適切な治療の機会を逃し、結果として合併症を発症してしまう可能性もあります。

糖尿病を例に見ると、かつては「糖尿病の人は寿命が短い」と言われていました。しかし近年は治療が大きく進歩し、糖尿病患者さんの平均死亡年齢は着実に上昇しています。最新の大規模研究 (2011～2020年) でも、糖尿病患者さんと一般人口の平均死亡年齢の差は縮小しており、その背景には、血糖を良くするだけでなく心臓や腎臓を守る作用を併せ持つ薬の登場、体重管理にも役立つ薬の普及、合併症の早期発見、血糖管理の質の向上などがあると考えられます。こうした進歩により、今では「糖尿病とともに長く健やかに生きる」ことが現実的になってきたと感じます。

生活習慣病は、体質・遺伝・環境・社会経済状況など、さまざまな要因が重なって発症します。また、忙しさやストレス、貧困によって安価で高カロリーな食品に頼らざるを得ない状況など、個人の努力だけではどうにもならない背景も大きく影響します。そのため、生活習慣病を短絡的に「自己責任」で語ることは、科学的にも倫理的にも正しくありません。社会全体で誤解を解き、患者さんが安心して治療を受けられる環境を整えていくことが求められると思います。

生活習慣病におけるイナーシャ

生活習慣病におけるイナーシャとは、患者さん側・医療者側のいずれか、あるいは双方の「惰性」や「慣れ」、時には「付帯」によって、患者さんが本来の治療目標に達していないにもかかわらず、適切な対応が行われない状況を意味します。医療の場でこうした治療の停滞が生じることを、クリニカル・イナーシャと呼びます。

高血圧症を例に挙げると、わが国には約4,300万人の高血圧患者がいると推定され、国民全体の収縮期血圧が平均4mmHg下がれば、脳卒中で年間約1万人、冠動脈疾患 (心筋梗塞など) で約5千人の死亡が減るとされています。

高血圧の治療は“今を治す”のではなく、将来の脳卒中や心筋梗塞を防ぐ、いわば“将来を治す”治療です。将来のために、まさに今から適切な血圧コントロールに取り組むことがとても大切です。

ただ、最新のガイドライン (2025) では、目標血圧を診察室で130/80mmHg未満、家庭血圧で125/75mmHg未満と示していますが、現状では、日本の高血圧の人々の中で治療を受けているのは約半数にとどまり、目標血圧に達しているのはそのさらに半数程度だと言われています。その原因として、患者さんが薬をきちんと続けるのが難しい場合もありますが、患者さん側だけでなく、医療者側に生じるクリニカル・イナーシャも大きく関わっていると指摘されています。その背景には、①血圧が目標に近いと「まあ良いか」と考えてしまう心理、②下げすぎへの懸念、③白衣高血圧 (診察室だけ血圧が高くなる状態) や仮面高血圧 (診察室では正常だが家庭では高くなる状態) における目標判断の難しさ、④費用負担への配慮、さらには⑤スティグマによる患者さんの遠慮など、複数の要因が絡み合っていると感じます。国際研究においても、日本の血圧コントロール率は先進国の中で依然として低いことが示されており、クリニカル・イナーシャの影響が大きいと考えられます。



生活習慣病におけるスティグマ、クリニカル・イナーシャへの対策

これらの課題に対処するためには、行政やメディア、産業界や学会が正しい情報を発信し、医師・看護師・薬剤師・管理栄養士などのチーム医療で患者さんを支えることが重要だと思います。また、かかりつけ医が最新のガイドラインに基づき、遠慮や慣れに流されず、必要に応じて治療内容を見直す姿勢も大切だと考えています。

まとめ

生活習慣病診療では、スティグマとイナーシャを常に意識し、患者さんの背景に寄り添いながら、科学的根拠に基づいた治療を進めていくことが求められると感じます。自分や病気を責めるのではなく、共に向き合い、安心して治療が続けられる社会を作っていくことが、これからの医療の大切な役割だと思います。

新たな趣味をみつけました

どい眼科クリニック 院長 土井浩史

みなさんはいろいろな趣味を持っていると思います。私は30歳台半ばよりスポーツ観戦（しかももっぱらテレビ）しかなく漠然と何か新たな趣味はないかと思っていました。

そのころに（皆さんも記憶にあると思いますが）瀬戸市出身の藤井聡太さんが史上最年少プロ棋士としてニュースになりました。その後の活躍はめざましく、たびたびニュースになりました。それを見聞きしているうちに小学生の時に将棋にはまっていた頃を思い出し将棋番組や中継をよく見るようになり、特に最近はAIの進化により盤面の優劣や読み筋が表示されるため素人でもわかりやすくハマってしまいました。そのときにふとアマチュア段位について調べてみると初段以上の免状にその時の竜王・名人・将棋連盟会長がなんと直筆で署名が入ることを知り、これを知った当時は藤井聡太竜王・名人、羽生善治会長という将棋に興味がない人でも名前を知っている記録にも記憶にも残る棋士の直筆の署名が連名で入るまたとない機会ではありますが会長の任期は2年で竜王や名人もいつ失冠するかわからないため急いでアマチュア段位を獲得に挑戦しようと思いました。

将棋の「免状」とは、アマチュア棋士の段位や級位を公式に認定する証書のことです。これは日本将棋連盟が発行しており、将棋の実力を証明する格式ある文書として、多くの将棋愛好家にとって憧れの存在？です。

将棋の免状取得の難易度は、段位によって異なります。

免状を取得するには、以下のいずれかの方法で段位・級位の実力を証明する必要があります。

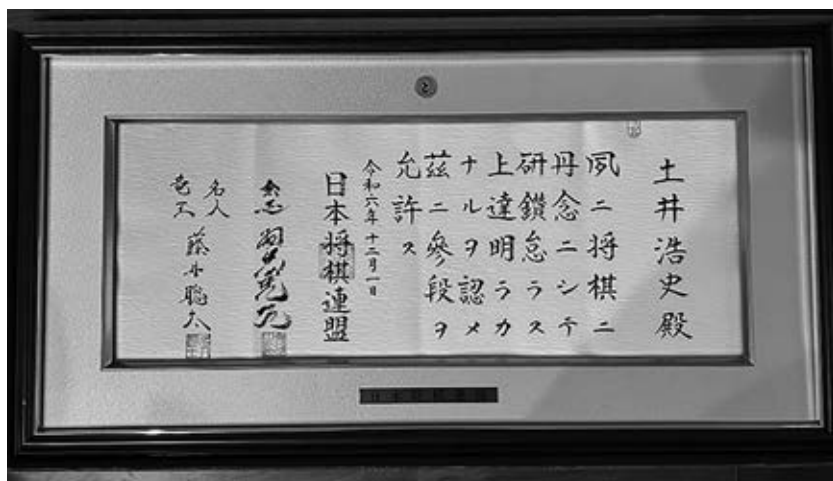
- ① ネット将棋での昇段（将棋ウォーズ、将棋倶楽部24、81Dojo）
- ② 雑誌・講座・新聞の認定問題に合格（NHK将棋講座、将棋世界、読売新聞や中日新聞など各紙の認定問題）
- ③ 将棋会館道場での推薦・認定、棋士や指導員からの推薦

その後、楽天やYahoo!ショッピングなどの公式ショップから申請します。

この中で①と③は時間的に難しかったため②のNHK将棋講座のテキストで挑戦しようと考えました。毎月2問の「次の一手」が出題され5か月間の間に7問で初段、8問で2段、9問以上で3段に認定されます。毎月テキストを購入し問題を解いて往復はがきで郵送し返送を待つということを繰り返し9問以上の正解の認定を受けてついにアマチュア段位の3段を獲得できました。

日本将棋連盟に申請し約6か月待って、ついにアマチュア免状が届きました。思ったよりも大きく今は箱にしまっていますがどこに飾ろうか考え中です。

段位をこれ以上上げるのは難しいですが、年齢は関係なく続けられる趣味として継続していくつもりです。



知っておきたい薬局の新しいカタチ

中日調剤薬局栄店 局長 加藤 麻里

調剤薬局の役割について、従来のサービスに新しいサービスも加えつつお話しさせていただきたいと思います。

今や調剤薬局の役割は、単なる「薬を受け取る場所」から、個人の健康をトータルで支える「地域ケアの拠点」へと劇的な変貌を遂げています。

1：調剤薬局の原点：従来のサービス内容

従来の薬局サービスは、主に「対物業務（モノに対する業務）」が中心でした。

処方箋調剤と監査

医師の発行した処方箋に基づき、正確に薬を準備する業務です。単に薬を揃えるだけでなく、用法用量が適切か、重複処方がないかを確認するなど、処方内容が妥当かどうかを判断します。

服薬指導

患者さんに対して、薬の効果、飲み方、保管方法、副作用の注意点を説明します。患者さんからの質問にお答えし、残薬がある場合は薬局から医師に薬の数の調整を依頼することもできます。どうぞお気軽にご相談ください。

お薬手帳の管理

複数の医療機関を受診している患者さんの併用薬を確認し、飲み合わせの禁忌を防ぐために履歴管理を行っています。

災害時などに役立つ紙の手帳のほかにも、スマートフォンで管理できる電子お薬手帳も準備しています。

2：変革の背景：対物から対人へ

薬局の役割は「対物から対人」へ大きくシフトしました。これにより以下の新しいサービスが標準化されつつあります。

かかりつけ薬剤師・薬局制度

特定の薬剤師を指名し、いつでも気軽に相談に乗ってもらえる体制です。

複数のクリニックにかかっている一箇所での薬を管理するため、残薬の整理や健康管理のアドバイスが、よりパーソナライズされます。

「最近疲れやすい」「血圧が気になる」「サプリメントを試してみたい」など病院に行くほどではないけど気になる不調や生活習慣の悩みについても薬剤師が丁寧にお話しを伺います。必要に応じて医療機関への受診をおすすめすることもあります。

また「どの診療科に行けばいいのかわからない」というご相談にも対応しています。たとえば、「めまいが続く」「食欲がない」「眠れない」といった

症状のとき、どんな科を受診すればいいのか迷う事もあると思います。そんな時は薬剤師が症状を伺い、適切な診療科をご案内します。エスエル医療ビルにはあらゆる診療科の専門医が常駐しているので、安心してご相談いただけます。

在宅医療

通院が難しい方や、在宅療養をされている方の自宅や施設へ薬剤師が直接訪問します。お薬の管理や飲み方の確認を行い、医師や看護師、ケアマネージャーと連携してサポートします。お薬の残りの確認や一包化の工夫、お薬カレンダーの設置、副作用の早期発見など、お薬を安心して服用できるようお手伝いしています。

3：テクノロジーが拓く新しいサービス

デジタル化（DX）の波により、利便性と専門性が飛躍的に向上しています。

オンライン服薬指導

スマートフォンやパソコンのビデオ通話を利用し、自宅にしながら薬剤師の説明を受けることができます。仕事で忙しい方や、感染症リスクを避けたい方にとって画期的なサービスです。薬は配送で手元に届きます。

電子処方箋とマイナ受付

マイナンバーカードを健康保険証として利用することで、過去の診療・投薬データを薬剤師と共有できます。これにより過去の副作用歴などを踏まえた、より安全な調剤が可能になります。

服薬期間中のフォローアップ

これまでは「薬を渡して終わり」でしたが、現在は「服用期間中のアフターフォロー」を行うこともできます。LINEなどのSNSを活用し、「飲み始めてから体調はどうですか?」といった連絡を行い、副作用の早期発見や服用継続の支援を行います。

【まとめ】

現代の調剤薬局は、単なる「薬を渡す場所」ではなく「医療と生活をつなぐハブ」へと進化しています。

従来の正確な調剤という基盤の上に、デジタル技術による「利便性」とかかりつけ機能による「深い専門性」が加わっています。

患者さんは自分のライフスタイルや健康状態に合わせて、これらのサービスを能動的に選択していく時代にいます。

栄（SL医療グループ）近辺－50 静岡てんかんセンター回顧録－2

今年の1月1日に私が約30年間勤務していた「静岡てんかん・神経医療センター」の3代目院長を勤められた八木和一名誉院長が亡くなりました。

八木先生は森川が「てんかんセンター」に赴任する2ヶ月前に既に赴任されており、私が退職するまで、ずっと兄のように親しく御指導頂きました。

赴任初期の頃の八木先生の思い出は以下のようなことです。昭和52年に国際学会がバンクーバーであった時、カナダに日本の車が結構走っており、八木先生は、「あ、ダットサンだ、カローラだ」などなど、まるで子供のようにはしゃいでおられました。

その頃レンノックス症候群の終夜脳波を先生と協力して数ヶ月にわたって多数例のデータを集め、その検討結果をバンクーバーに持っていったのですが、ニューヨークのロンブロソ先生も同様の発表をされておりました。

八木先生は、世界的に有名なロンブロソ先生と同様の研究が出来たと喜んでおられました。

森川自身の研究成果の進捗が遅い時は、まさに兄貴のように心配されて、夜間に私の研究室に何度も来られました。それでもCSWS症候群（徐波睡眠時に持続性に棘徐波が出現する特殊てんかん性脳症）などの論文作成、そして後にはCSWS症候群について、英文教科書への分担執筆などには、これも兄のように喜んでくださり、大変嬉しかった事を憶えております。

SL医療グループでも、優しく囲碁を教えて下さった中川先生、私が赴任する前に亡くなられた向井親分などなど、世代交代は待つてはくれません。これも時代経過の必然と、寂しいながらも受け入れるしかないと考えております。

森川クリニック 森川建基

SL エスエル医療グループ

栄・中日ビル北斜向い
中区新栄町1-3 ☎951-3833

<http://www.sl-medical.gr.jp>

すぎやまレディスクリニック

院長 杉山 正子 ☎971-0930

吉田内科

院長 吉田 修 ☎951-0321

セントラル小児科

院長 森 孝生 ☎971-6237

岩瀬内科・消化器内科

院長 岩瀬 弘明 ☎951-1255

渡辺クリニック

院長 渡辺 正樹 ☎955-5060

磯部内科クリニック

院長 磯部 智 ☎971-0515

第一歯科医院

院長 高木 昭英 ☎951-1355

SL外科・乳腺クリニック

院長 伊藤 由加志 ☎971-6269

栄内科

院長 山田 琢之 ☎955-8020

はまだ代謝内科

院長 濱田 洋司 ☎957-3701

古澤整形外科

院長 古澤 久俊 ☎954-0335

中川内科

院長 中川 順市 ☎951-7532

栄かとうクリニック

院長 加藤 泰久 ☎961-3001

糖尿病・甲状腺 やまだ内科

院長 山田 努 ☎951-1265

おのおの内科

院長 大野 秀樹 ☎971-0950

山川内科

院長 清水 周哉 ☎951-1211

岡神経科

院長 岡 潔 ☎955-1606

仲尾歯科 栄診療所

院長 仲尾 泰彦 ☎963-4182

古井脳神経外科

院長 古井 倫士 ☎951-2223

亀井内科・呼吸器科

院長 亀井 三博 ☎951-2577

さかもと内科腎クリニック

院長 坂本 いずみ ☎961-2061

やまうち消化器内科クリニック

院長 山内 学 ☎957-2488

セントラル皮膚科

院長 坪根 幹夫 ☎973-0495

すずき呼吸器クリニック

院長 鈴木 清 ☎265-7250

金子内科

院長 金子 晴生 ☎971-5801

つじ泌尿器科クリニック

院長 辻 克和 ☎951-2212

こんどう女性クリニック

院長 近藤 育代 ☎951-0500

服部内科クリニック

院長 服部 正樹 ☎962-8500

森川クリニック

院長 岡田 久 ☎961-1709

はっとり整形外科リウマチクリニック

院長 服部 陽介 ☎228-1901

どい眼科クリニック

院長 土井 浩史 ☎211-9577

おおいわ消化器クリニック

院長 大岩 哲哉 ☎959-5560

たまい眼科ほのほのクリニック

院長 玉井 浩子 ☎955-8090

関谷耳鼻咽喉科

院長 関谷 健一 ☎951-7799

サカエきこえの相談室

☎961-4133