



# Heart News



あんの循環器・総合クリニックでは循環器内科・脳神経外科・内科・リハビリテーション科・眼科・整形外科・皮膚科・耳鼻咽喉科・形成外科・膠原病内科・小児科・呼吸器内科・精神科・歯科の14科の各専門医が外来・訪問で地域の方々の健康をサポートします。

## INDEX

- P2~3 循環器のことなら当院にお任せください!
- P4 糖尿病について
- P5 年に一度健康診査を受けましょう!
- P6~7 青藍会グループ 医師紹介
- P7 Well Being Project

青藍会お客様サポートセンター

ハートコール

0120(2)81056

(受付) 8:30~18:00(日・祝・GW・お盆・年末年始などの所定の定休日を除く)



青藍会公式サイト



働くスタッフの声



青藍会LINE公式アカウント



青藍会Facebook

# 循環器のことなら当院にお任せください！



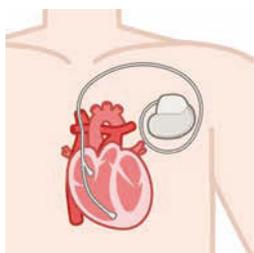
あんの循環器・総合クリニック  
副院長 小野 史朗

循環器内科は、心臓や血管の病気を専門に診る診療科です。心臓は全身に血液を送り出す「ポンプ」のような役割をしており、その動きが乱れると息切れや動悸、胸の痛みなど、さまざまな体の不調につながります。症状がなくても、高血圧やコレステロールの異常など、「生活習慣病」も心臓病の原因になるため、定期的なチェックがとても大切です。

## ペースメーカー外来

### ペースメーカー外来とは

「ペースメーカー」とは、心臓の動きが遅くなったり、不規則になったりしたときに、電気の信号で心臓のリズムを整えてくれる小さな機械です。



このペースメーカーを安全に、そして長く使っていくために定期的に診察を受けるのが『ペースメーカー外来』です。

当院では埋め込み手術は行っておりませんが、他院で埋め込みされた患者様の経過観察の外来を行っております。

### なぜ定期的な診察が必要なの？

ペースメーカー外来では、専門の医師が以下のようなことを確認します。

- ・機械が正しく動いているか
- ・電池の残量
- ・心臓のリズムの状態
- ・リード（電線）の状態
- ・不整脈などの記録がないか
- ・体調や生活の変化についての確認

ペースメーカー外来の診察は、**体に埋め込んだペースメーカーに専用の特殊な機械を体の外からかざすだけで、データを読み取ることができます。**

読み取ったデータをもとに、必要に応じてペースメーカーの設定を微調整し、ペースメーカーを最適化することも可能です。検査は痛みもなく、短時間で終わるため、体への負担もほとんどありません。



1回の診察時間は10～30分程度。医師からの説明を聞いたり、病状報告により必要に応じて心電図などの検査を受けることもあります。

通常は、3～6か月に1回程度の通院が必要です。電池が少なくなってきた場合や、機械に異常があった時は、通院の間隔が短くなることもあります。

また、ペースメーカーの交換時期（電池がなくなる前）には、入院して新しいものに取り替える手術が必要になる場合もありますが、その前にしっかりと予測して準備できますのでご安心ください。

### ペースメーカー外来の対象となる方

以下の心臓埋め込み型機器を体内に埋め込まれている患者様が対象となります。

- ・ペースメーカー
- ・埋め込み型除細動器（ICD）
- ・両心室ペースメーカー（CRT-P）
- ・両心室ペーシング機能付き埋め込み型除細動器（CRT-D）

### こんなときも相談を

ペースメーカーを使っている方で、次のような症状がある場合は、予定の診察日を待たずに早めの受診をおすすめします。

- ・めまいやふらつきがある
- ・息切れや胸の苦しさを感ずる
- ・失神しそうになった
- ・動悸や心臓の違和感がある
- ・手術やMRIなど、別の医療処置を受ける予定がある

## 安心して暮らしていただくために

ペースメーカーは、日常生活を助けてくれる頼もしい存在です。正しく管理すれば、**旅行や軽い運動も楽しむことができ、元気な毎日を送れます。**

「外来での定期チェック」は、ペースメーカーと心臓の“健康診断”。**安心して生活を続けていくための大切な時間です。**

分からないことや不安なことがあれば、どうぞ遠慮なく医療スタッフにご相談ください。

※ご来院の際には「ペースメーカー手帳」をご持参ください。

## 心エコー(心臓超音波) 検査

### 心エコー検査とは

人間の耳には聞こえない高周波の音(超音波)を心臓にあてて、反射して戻ってきた信号を画像化し、心臓の動きや構造、血液の流れなどを調べるのが心エコー(心臓超音波)検査です。

ベッドに左向きに横になり、プローブと呼ばれる超音波を出す小さな器具を胸に当てて検査を行います。検査時間はおよそ15~30分ほどで終わるので負担はほとんどありません。

- ✓ 痛くない
- ✓ 放射線は使わない
- ✓ 高齢の方でも安心して受けられる

心エコー検査では、以下のようなことがわかります。

- ・心臓の大きさや厚み
- ・血液の流れの状態
- ・心臓弁の動き
- ・心臓の筋肉の状態(収縮力)
- ・心不全や弁膜症の兆候

とくに、心臓の弁がうまく開かない・閉じない「弁膜症」や、心臓の動きが弱くなる「心不全」などの早期発見に役立ちます。



## どんな人が受けるの？

以下のような症状がある方は、医師から心エコー検査をすすめられることがあります。

- ・息切れしやすくなった
- ・胸が締めつけられるように痛む
- ・動悸(ドキドキする感じ)がある
- ・足がむくむ
- ・健診で心臓の雑音があると言われた
- ・高血圧や糖尿病がある

また、症状がなくても心臓の動きに不安がある方や、手術や治療の前に心臓の状態を確認するためにも行われることがあります。

## その他の検査

### トロップT検査

心筋トロポニンT(心筋細胞に存在するタンパク質で、心筋損傷の重要な指標)を迅速に判定するツールで、心筋梗塞の検査を15分でできます。



### 動脈硬化検査

動脈硬化とは、動脈の内側にコレステロールやカルシウムが溜まって血管が硬くなり詰まってしまう病気です。狭心症や心筋梗塞、脳出血や脳梗塞の原因になることがあります。検査では、血管の硬さや詰まり具合を評価します。

※予約を受け付けております。



### 心臓の健康を守るために

心臓の病気は、初めのうちは気づきにくいことがあります。早めに検査を受けることで、治療が必要な病気を見つけたり、これ以上悪くならないよう予防したりすることができます。

「少し気になるな」「年齢的に心配だな」と感じたときが、**検査のタイミング**です。ぜひ気軽にご相談ください。

# 糖尿病について

## 糖尿病とは

糖尿病とは、血糖（血液の中の糖）の値が高くなる病気です。食べたものからできた「ブドウ糖」は、体のエネルギーになりますが、インスリンというホルモンがうまく働かないと、血糖が高くなってしまいます。

血糖が高いまま放っておくと、目・腎臓・神経・心臓などに悪い影響が出て、失明や透析などの重い症状に進むことがあります。

## 糖尿病の初期症状

糖尿病の初期には、はっきりとした症状が出にくいことが多く、自分では気づかないこともあります。次のような症状が見られることがあります。

- ・のどが渇く
- ・水をたくさん飲む、トイレの回数が増える
- ・体がだるい、疲れやすい
- ・食べても体重が減る
- ・目がかすむ

これらの症状がある方は、一度病院で検査を受けてみましょう。

## 糖尿病の種類

糖尿病は、いくつかの種類に分けられます。

### ・ 1型糖尿病

免疫の異常により、体の中でインスリンがほとんど作られなくなる病気です。若い人に多く見られます。

### ・ 2型糖尿病

インスリンの働きが悪くなったり、量が足りなくなることで起こります。食生活の乱れや運動不足、肥満、加齢などが関係します。日本の糖尿病の多くがこのタイプです。

### ・ 妊娠糖尿病

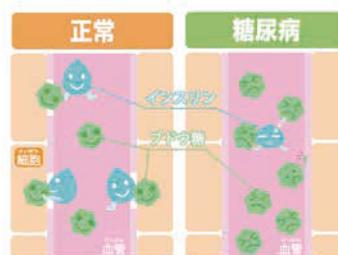
妊娠中に血糖が高くなる状態です。出産後に治ることもあります。

### ・ その他の原因による糖尿病

遺伝や病気、薬などが原因で起こることもあります。

## 糖尿病の検査

糖尿病の検査には、血液検査と尿検査があります。血液検査では血糖値やHbA1c（直近1～2か月の平均的な血糖値）などを測定します。血液検査では



外注（外部の検査センターに委託）することも多いですが、当院は院内で検査できるため、当日検査結果をお知らせすることができます。

## 糖尿病の治療について

糖尿病の治療は、生活習慣の改善が基本になります。

### 1. 食事療法

バランスのとれた食事を、決まった時間にとることが大切です。食べすぎに注意しましょう。

### 2. 運動療法

無理のない運動（ウォーキングなど）を、毎日続けることが血糖のコントロールに役立ちます。

### 3. 薬物療法

必要に応じて、飲み薬やインスリン注射を使うことがあります。

### 4. 定期的な通院と検査

合併症を防ぐために、医師の指示に従い、血糖値や尿検査などを受けましょう。

## 糖尿病についてよくある質問（Q & A）

### Q1. 糖尿病は治りますか？

A. 完全に「治る」わけではありませんが、**血糖を良い状態に保つことで、健康に生活できます。**

### Q2. 甘いものは全部ダメですか？

A. 完全に禁止ではありませんが、**量や頻度に注意し、主治医や栄養士に相談するのが安心です。**

### Q3. 運動はどんなものが良いですか？

A. ウォーキングや体操など、軽い運動を毎日続けることが大切です。無理のない範囲で始めましょう。

### Q4. 血糖値が高いとすぐに治療が必要ですか？

A. はい、**放っておくと合併症になる可能性があるため、早めの対応が大切です。**

### Q5. 症状がなくても検査は必要ですか？

A. はい。**症状が出にくい病気なので、年に一度は健康診断を受けましょう。**

ご不安なことがあれば、かかりつけの医師や看護師にお気軽にご相談ください。糖尿病は、早期に見つけて正しく向き合うことが大切です。

# 年に一度健康診査を受けましょう！



医療部 部長  
あんの循環器・総合クリニック 事務長

健康チェックは定期的に行われていますか？6月から特定健康診査をはじめとした健康診査が始まります。毎日忙しく、自分の体のことを後回しにしがちですが、自分の健康状態を正しく知るために必要な検査を受けましょう。

あんの循環器・総合クリニック、ハートクリニック南山口では、次の健康診査を実施します。

## 特定健康診査

特定健康診査は生活習慣病（心臓病・脳卒中・糖尿病など）の原因となる、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目し、健診によってメタボリックシンドロームやその予備軍を抽出することが目的です。

生活習慣病は40歳を境に増え始めますが、自覚症状が現れた時にはすでに進行が始まっている場合が多くあります。健康診査は自分の身体について知り、生活習慣を見つめ直す機会となります。

**期 間：**2025年6月2日(月)～12月20日(土)  
**対 象 者：**山口市の国民健康保険加入者、または協会けんぽに加入者（ご家族）で40～74歳の方（本年度40歳になる方も対象）

**料 金：**国民健康保険加入者：無料  
協会けんぽ加入者（ご家族）：最高7,150円の補助あり。自己負担額は健診費用から補助額を差し引いたもの。

**検査内容：**問診・身体測定・血圧測定・血液検査・尿検査・心電図検査など



国民健康保険の特定健康診査受診券(見本)

特定健康診査受診券、質問票、健康保険被保険者証をご持参ください。

※40～74歳の方で、職場等で健診を受ける機会のない方は、加入している医療保険者が実施する特定健診の受診ができます。

特定健康診査の結果から、メタボリックシンド

ローム予備軍とされる方には、管理栄養士が面談を行い、栄養指導等の生活習慣を見直すサポートを実施します。

## 後期高齢者の健康診査

生活習慣病の早期発見により、適切な医療につなげていくことを主な目的とされています。

**期 間：**受診券到着後～2026年3月31日(火)  
**対 象 者：**後期高齢者医療制度に加入されている方  
**料 金：**500円  
**検査内容：**問診・身体測定・血液検査・尿検査・貧血検査など



健康診査受診券（水色）、質問票、後期高齢者医療被保険者証をご持参ください。

## 健康診査で早期発見・早期治療を！

当グループの診療所には、各専門医がおりますので、健診で要検査・治療が必要と診断された方は、その後の受診も対応いたします。

健診に関して、その他気になることがありましたら、お気軽にご相談下さい。

## お問い合わせ

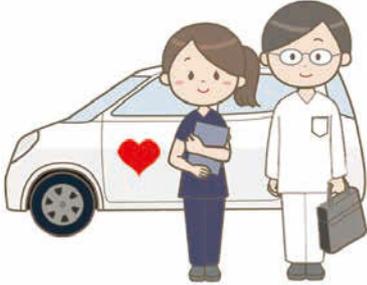
あんの循環器・総合クリニック

T 083 (924) 1151

ハートクリニック南山口

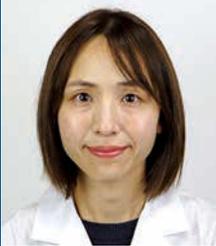
T 083 (988) 3333

**【青藍会グループ 医師紹介】**  
**あんの循環器・総合クリニック**

外来	外来 訪問	外来 訪問	外来 訪問	外来 訪問	外来
 <p><b>理事長 阿武 義人</b>                      日本循環器学会専門医                      日本内科学会認定内科医                      日本医師会認定産業医                      日本医師会認定健康スポーツ医                      THP健康測定研修修了医                      介護支援専門員                      認知症サポート医                      緩和ケア研修会受講修了</p>	 <p><b>院長 亀田 秀樹</b>                      日本脳神経外科学会専門医                      日本認知症学会専門医・指導医                      認知症サポート医                      やまぐちPREMIUMオレンジドクター</p>	 <p><b>副院長 小野 史朗</b>                      日本循環器学会認定循環器専門医                      日本超音波医学会超音波専門医・指導医                      日本内科学会認定内科医</p>	 <p><b>福谷 敏彦</b>                      日本外科学会認定医                      麻酔科標榜医                      麻酔科学会認定医・専門医</p>	 <p><b>藤谷 薫</b>                      日本外科学会認定医                      日本医師会認定産業医                      日本医師会認定スポーツ医</p>	 <p><b>名西 史夫</b>                      日本内科学会認定内科医                      日本腎臓学会専門医                      日本透析医学会専門医                      日本医師会認定産業医</p>
訪問	外来 訪問	外来	外来	外来	外来
 <p><b>萬納寺 洋道</b>                      日本脳神経外科学会専門医                      日本脳卒中学会認定脳卒中専門医</p>	 <p><b>村田 和弘</b>                      日本リハビリテーション医学会指導医・専門医・臨床認定医                      日本プライマリ・ケア連合学会指導医・家庭医療専門医                      日本臨床栄養代謝学会認定医                      日本摂食・嚥下リハビリテーション学会認定士                      日本嚥下医学会嚥下相談医</p>	 <p><b>宮川 一平</b>                      日本内科学会認定内科医                      日本内科学会総合内科専門医                      日本内科学会指導医                      日本リウマチ学会専門医                      日本リウマチ学会評議員</p>	 <p><b>川井 元晴</b>                      元山口大学医学部教授                      日本認知症学会認定専門医                      日本神経学会認定神経内科専門医</p>	 <p><b>勝又 野歩</b>                      膠原病内科</p>	 <p><b>阿武 雅子</b>                      内科医</p>
訪問・眼科	訪問・整形外科	訪問・皮膚科	訪問・耳鼻科	訪問・形成外科	訪問・歯科
 <p><b>二宮 元</b>                      日本眼科学会眼科専門医                      日本抗加齢医学会専門医</p>	 <p><b>横内 雅博</b>                      整形外科</p>	 <p><b>膳所 菜保子</b>                      皮膚科</p>	 <p><b>猿渡 雄吉</b>                      耳鼻咽喉科</p>	 <p><b>志田山 了一</b>                      形成外科</p>	 <p><b>川野 多加子</b>                      歯科</p>
訪問・歯科	訪問・歯科				
 <p><b>藤本 勝廣</b>                      歯科</p>	 <p><b>荻野 健一</b>                      歯科</p>				

## ハートクリニック南山口

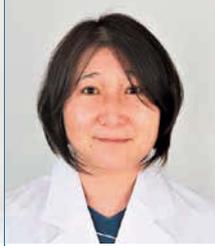
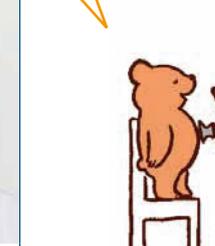
外来	訪問	外来	訪問	訪問	訪問・整形外科	訪問・皮膚科	訪問・眼科
							
院長 松村 孝司 日本脳神経外科学会専門医 介護支援専門員	副院長 立石 裕樹 日本内科学会認定内科医 日本循環器学会循環器専門医 日本心血管インターベンション治療学会認定医 日本心臓リハビリテーション学会心臓リハビリテーション指導士	鵜池 直邦 日本血液学会専門医、指導医	倉員 忠弘 日本整形外科学会専門医 日本整形外科学会認定リウマチ医 日本医師会認定産業医	専徳 健太 皮膚科	東田 崇夫 眼科		

訪問・形成外科	訪問・耳鼻科
	
森下 有紀 形成外科	伊藤 博子 耳鼻咽喉科

6月よりハートこどもクリニック新山口の  
発達相談外来の診療日時が変わります。

	月	火	水	木	金	土日祝
午前 9:00~12:00	友近	-	-	-	岡	-
午後 13:00~17:00	友近	-	-	第1・3・5週 友近	岡	-

## ハートこどもクリニック新山口

外来	訪問	外来	外来	外来
				
院長 向江 徳太郎 日本小児科学会小児科専門医 日本救急医学会救急科専門医	友近 喜代子 小児・発達外来	岡 桃子 日本小児科学会小児科専門医 日本小児神経学会小児神経専門医		桑原 奈津子 日本小児科学会小児科専門医

木曜・土曜午後も  
診療しています！



## Well Being Project

6月1日に湯田温泉こんこんパークがオープンしました。メディフィットクラブでは、地域の健康寿命を延ばす取り組みとして、毎週木曜日の10時~12時に、こんこんパークでWell Being Projectを行います。前半はメディフィットクラブのトレーナーによる運動、後半は青藍会グループの各専門職による健康講座があり、参加費は1回500円です。是非お気軽にご参加ください。



6/5のみメディフィット  
クラブで実施



お申し込みは  
こちらから

### ◎6月の予定

- 6/5 (木)  体幹を鍛えるピラティス入門
- 6/5 (木)  スマホで簡単！体組成データ管理術
- 6/12 (木)  肩甲骨から整えるカラダ改革
- 6/12 (木)  困ったときの相談先~地域の支援体制~
- 6/19 (木)  楽しくシェイプ！はじめてのボクササイズ
- 6/19 (木)  話す・聞く・食べるを守る方法
- 6/26 (木)  リズムでフィット！ダンス☆ビクス
- 6/26 (木)  メンタルケアと前向き思考

### お問い合わせ

メディフィットクラブ  
T 083(902)5290



MEDIFIT.CLUB

【2025年6月 外来・訪問診療医師予定表】

		診療科	月	火	水	木	金	土	
外来	あんの循環器・総合クリニック	循環器内科	阿武 義人 小野 史朗	阿武 義人 小野 史朗	阿武 義人 小野 史朗	小野 史朗	阿武 義人	山大医師	
		脳神経外科 (もの忘れ外来)		亀田 秀樹				亀田 秀樹	
		内科	藤谷 薫	藤谷 薫	藤谷 薫	藤谷 薫	藤谷 薫	藤谷 薫	
		総合内科	福谷 敏彦			名西 史夫		宮川 一平	
		膠原病内科					勝又 野歩		
	眼科				11:00~ 二宮 元				
	午後	循環器内科	阿武 義人 小野 史朗	阿武 義人 小野 史朗	阿武 義人		阿武 義人 小野 史朗		
		脳神経外科 (もの忘れ外来)					亀田 秀樹		
		内科	藤谷 薫	藤谷 薫	藤谷 薫		藤谷 薫		
		整形外科			横内 雅博				
	新山口	午前	小児科	向江 徳太郎	向江 徳太郎	向江 徳太郎	向江 徳太郎	向江 徳太郎	桑原 奈津子
		発達相談外来	友近 喜代子				岡 桃子		
	午後	小児科	向江 徳太郎	向江 徳太郎	向江 徳太郎	向江 徳太郎	向江 徳太郎	桑原 奈津子	
	発達相談外来	友近 喜代子			第1・3・5週 友近 喜代子		岡 桃子		
	南山口	午前	脳神経外科 (もの忘れ外来)	松村 孝司		松村 孝司	松村 孝司	松村 孝司	松村 孝司
循環器・内科			立石 裕樹				立石 裕樹		
午後		脳神経外科 (もの忘れ外来)	松村 孝司		松村 孝司		松村 孝司		
循環器・内科	立石 裕樹	立石 裕樹			立石 裕樹				
老健		萬納寺 洋道		萬納寺 洋道		萬納寺 洋道			
訪問	総合内科		亀田 秀樹	亀田 秀樹	亀田 秀樹	亀田 秀樹	亀田 秀樹		
							小野 史朗		
			福谷 敏彦	福谷 敏彦	福谷 敏彦	福谷 敏彦	福谷 敏彦	福谷 敏彦	
				松村 孝司			松村 孝司		
			立石 裕樹		立石 裕樹	立石 裕樹	立石 裕樹	立石 裕樹	
	眼科	第1・第3週 末田 崇夫				二宮 元			
	整形外科		倉員 忠弘	横内 雅博					
	皮膚科			専徳 健太					
	耳鼻咽喉科	第2・第4週 伊藤 博子				猿渡 雄吉			
	形成外科		森下 有紀	志田山 了一					
	小児科	向江 徳太郎	向江 徳太郎	向江 徳太郎	向江 徳太郎	向江 徳太郎			
	VE(嚥下内視鏡検査)		村田 和弘						
	歯科		川野 多加子	川野 多加子	川野 多加子	川野 多加子	川野 多加子		
			藤本 勝廣	藤本 勝廣	藤本 勝廣	藤本 勝廣	藤本 勝廣		
			荻野 健一	荻野 健一	荻野 健一	荻野 健一			
訪問薬剤指導		○	○	○	○	○	○		
訪問栄養指導		○	○	○	○	○	○		
訪問リハビリ		○	○	○	○	○	○		

山口エリア

- あんの循環器・総合クリニック T083(924)1151 ■ハートこどもクリニック新山口 T083(976)2450 ■ハートクリニック南山口 T083(988)3333
- おごり薬局(山口調剤センター) T083(974)1660 ■メディキッズ山口 T083(941)5311 ■メディキッズ新山口 T083(976)2450
- 青藍会在宅医療支援センター山口 訪問看護ステーション T083(933)6020
- 青藍会在宅医療支援センター山口 定期巡回・随時対応型訪問介護看護 T083(934)7600
- 青藍会在宅医療支援センター中央 定期巡回・随時対応型訪問介護看護 T083(941)6740
- 青藍会在宅医療支援センター新山口 訪問看護ステーション T083(976)2400
- 青藍会在宅医療支援センター新山口 定期巡回・随時対応型訪問介護看護 T083(976)2400
- 青藍会在宅医療支援センター新山口 看護小規模多機能型居宅介護 T083(976)2400
- 青藍会在宅医療支援センター南山口 訪問看護ステーション T083(988)3300
- 青藍会在宅医療支援センター南山口 看護小規模多機能型居宅介護 T083(988)3300

東京エリア

- 青藍会在宅医療支援センターハートハウス成城 定期巡回・随時対応型訪問介護看護 T03(3416)4160

理念: 私たちは、医療・保健・福祉の分野で、地域の方々の生活を生涯にわたって支えることに最善を尽くし、そして、そこで働いていることに誇りを持ちます。

※コンプライアンス室: この広報誌の写真は、ご本人に承諾を得た上で掲載しております。翻訳・引用・要約・開示・配布・書籍等への転載等を禁止します。