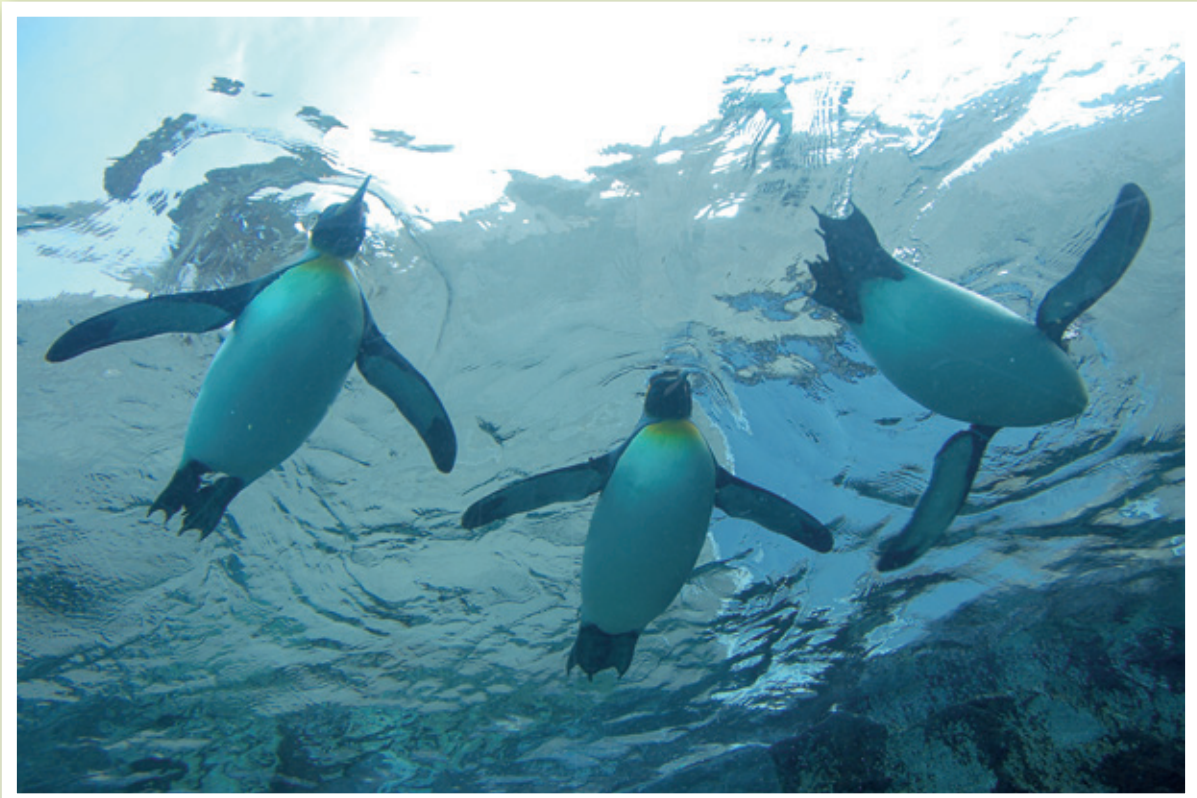


第31号

2026年3月
発行

きらきら星

市立旭川病院だより



ペンギン
(旭山動物園)

| | | |
|---|-----------------------------|---|
| 目 | 認定看護師のコラム | 2 |
| | アレルギー検診及びレディースドックについて | 4 |
| 次 | 特集 総合内科 | 6 |

きらきら星について

市立旭川病院があるのは金星町。
金星はヴィーナス（美の女神）です。皆さんに
きらきら輝いてほしいとの願いを込めました。

発行

市立旭川病院広報委員会
旭川市金星町1丁目1番65号 ☎(0166) 24-3181
経営管理課 内線 5513 地域医療連携課 内線 5373

「食べる・飲み込む」を支える



摂食嚥下障害看護認定看護師 渡邊 光

・摂食嚥下（せっしょくえんげ）を知っていますか？

私たちは毎日、当たり前のように「食べる」「飲む」ことをしています。その一連の動きには、実は多くの体の動きが関わっています。食べ物を口に入れてから胃に送るまでの一連の動きを「摂食嚥下（せっしょくえんげ）」といいます。摂食嚥下は、命を支える大切な機能であると同時に「食事を楽しむ」「人と一緒に食べる」ことにも深く関わっています。

・摂食嚥下は、どんな流れで行われているの？

摂食嚥下は大きく分けて4つの段階があります。

① 食べ物を認識する段階

「これは食べ物だ」「熱そう」「固そう」などを目や匂いで判断します。ここからすでに食事は始まっています。



炊き立てだー

熱そうだ

② 口に入れて噛む段階

口に入れた食べ物を、歯や舌を使って噛み砕き、唾液と混ぜて飲み込みやすい形にします。唾液と混ぜることで、食べ物はまとまりやすくなります。



よく噛むぞ

もぐ

もぐ

③ 飲み込む段階

舌や喉の筋肉がタイミングよく動き、食べ物を喉の奥へ送ります。この時、気管（空気の通り道）に入らないよう、喉のフタが閉まる仕組みがあります。



ゴクン

④ 胃へ送る段階

食道の動きで、食べ物は自然に胃に運ばれます。



おいしい



・摂食嚥下がうまくいかないとどうなる？

この流れのどこかに問題が起こると、次のような症状がみられることがあります。

- ・ 食事中によくむせる、咳込む
- ・ 食事に時間がかかる
- ・ 食べ物が喉に残る感じがする
- ・ 食後に声がガラガラする
- ・ 食事量が減る、疲れやすい



このような状態を「摂食嚥下障害（せつしょくえんげしょうがい）」といいます。

・なぜ摂食嚥下が大切なの？

摂食嚥下がうまくいかないと、下記の問題につながる恐れがあります。

- ・ 誤嚥（ごえん）：食べ物が気管に入る
- ・ 誤嚥性肺炎（ごえんせいはいえん）：誤嚥が原因で起こる肺炎
- ・ 食事が楽しめなくなる
- ・ 栄養不足や脱水



これらは、高齢者に多く重症化することもあるため予防と早期発見がとても大切です。

・「少し変だな」に気づくことが大切

「最近むせやすくなった」「食事を残すことが増えた」「食べるのが面倒になった」

こうした変化は、**摂食嚥下機能の低下のサイン**かもしれません。

早めに医師・歯科医師・看護師などの専門職に相談することで食べ方の工夫や安全な食事形態を提案します。



・いつまでも「食べる楽しみ」を大切に

食事は、栄養をとることだけではなく、**楽しみ・生きがい・人とのつながり**でもあります。

摂食嚥下について正しく知り、困りごとに早く気づき、支えることで「安心して食べ続けること」が可能になります。市立旭川病院には摂食嚥下障害看護認定看護師1名、言語聴覚士1名がいます。「食べる・飲む」を支えるため摂食嚥下支援チームを立ち上げ、活動しています。お気軽にご相談ください。

アレルギー検診及びレディーストックについて

41項目のアレルギーを調べられるアレルギー検診と期間限定アレルギー検診は予約不要です。レディーストックはお電

◆ ◆ アレルギー検診のご案内 ◆ ◆

知らないうちにアレルギーかも
原因を知って 日常生活の参考にしてみませんか？

料 金：14,300 円(税込) 予約不要

受 付：平日 9:30~11:00 1階外来受付へお越しください

血液検査のみで診察はありません 結果は約2週間で発送いたします



※ ただし ドックや健診と同日検査をご希望の場合は事前予約が必要です
健診日の2開院日前までにご連絡ください

| 吸入系・その他 19項目 | | 食物系 22項目 | |
|--------------|-----------|---------------|----------------|
| 室内塵 | ヤケヒョウヒダニ | 卵 | 卵白 |
| | コナヒョウヒダニ | | オボムコイド |
| 樹木花粉 | スギ ハンノキ | 牛 乳 | 牛乳 |
| | ヒノキ シラカンバ | 小 麦 | 小麦 |
| イネ科花粉 | カモガヤ | 豆・穀類 種 実 類 | 米 そば |
| | オオアワガエリ | | 大豆 ピーナッツ ゴマ |
| 雑草花粉 | ブタクサ ヨモギ | 野菜・果物 | トマト バナナ |
| 動物 | ネコ皮膚 | | リンゴ キウイ |
| | イヌ皮膚 | モモ | |
| 昆 虫 | ゴキブリ ガ | 甲 殻 類 | エビ カニ |
| | 真 菌 | アルテルナリア | 魚 類 |
| アスペルギルス | | さば | |
| そ の 他 | カンジダ | 肉 類 | 鶏肉 豚肉 |
| | ラテックス | | 牛肉 |

※100%の検査ではありません

陽性と判定されても必ずしも症状が出るとは限りません

また、陰性と判定されてもアレルギー症状が出る場合もございます

市立旭川病院 健診センター

旭川市金星町1丁目1番65号

(代表)0166-24-3181

2025年 9月

定の女性専用健診のレディースドックです。
 話又はwebにてご予約ください。お待ちしております。

◆レディースドックのご案内◆

12月～5月 限定プラン



女性に特化した検査内容で からだの内側からキレイと安心を

女性特有の健康リスクに焦点をあてた 期間限定の健診プランをご用意しました
 人間ドックより気軽に でも女性に必要な項目はしっかり
 この時期にしか受けられない お得で安心のプラン
 自分のからだを知る 年に一度の“ごほうび時間”を過ごしませんか？

料 金： 胃部検査 なし 42,000 円(税込)

胃部検査 あり 50,000 円(税込)

レディースドック検査内容

| | |
|---|--|
| 身体計測(身長、体重、腹囲(臍上)、BMI、血圧測定、視力検査、聴力検査) | |
| 尿検査(尿潜血、尿蛋白、尿糖、ウロビリノーゲン、尿比重)、便検査(便潜血2回法) | |
| 胸部X線検査、心電図検査、腹部超音波検査 | |
| 骨粗鬆症検診(腰椎DEXA法) | |
| 血液検査 | 貧 血 白血球数、赤血球数、ヘモグロビン、ヘマトクリット、血小板、血液像、血清鉄 |
| | 肝 機 能 GOT(AST)、GPT(ALT)、 γ -GTP、FIB-4INDEX、ALP、総タンパク、総ビリルビン、アルブミン |
| | 酵 素 LDH、アミラーゼ、CPK |
| | 腎 機 能 尿素窒素、クレアチニン、eGFR |
| | 脂 質 LDLコレステロール、中性脂肪、HDLコレステロール、総コレステロール |
| | 代謝機能 血糖、HbA1c、尿酸 |
| | 免疫反応 CRP、リウマチ反応 |
| | 感染症検査 梅毒反応 |
| | 腫瘍マーカー AFP、CEA、CA19-9、CA125 |
| 甲状腺検査 FT4 FT3 TSH | |
| 乳がん検診 マンモグラフィ | |
| 子宮頸がん検診 頸部細胞診+経膈超音波検査 | |
| 胃部検査ありのコース(バリウム検査・カメラ検査をお選びください また胃カメラ検査は経口・経鼻をお選びください) | |

レディースドック と 日帰り人間ドックコース の違い：肺機能検査、眼底検査、眼圧検査、B型・C型肝炎検査

健診WEBシステム
 予約はこちらから



市立旭川病院 健診センター
 旭川市金星町1丁目1番65号
 (代表)0166-24-3181

2025年10月

特集 総合内科

特集

総合内科



総合内科は2014年に開設以来、救急対応から入院対応、慢性疾患の継続的な管理まで、地域のみなさまの様々な健康問題に対応しています。2025年には「おとなのワクチン外来」を開設し、予防医療にも力を入れております。

● 救急搬送された患者様の対応

発熱、呼吸困難、胸痛、腹痛、背部痛、めまい、動作困難など、さまざまな症状で救急搬送された方の診療を行っております。必要に応じて各専門診療科にコンサルトしたり、そのまま総合内科に入院したりして、必要な検査や治療を行っております。また、退院後の生活に不安のある方には、介護保険サービスの導入や地域の医療・介護施設と連携して、安心して退院いただけるよう支援を行っております。

● 医療機関からの紹介患者様の対応



近隣の医療機関からのご紹介にも対応しています。特に、原因がはっきりしない発熱や、検査で炎症の値が高いと指摘された方の診療を多く行っております。詳しい診察や検査を通じて原因を明らかにし、適切な治療へつなげます。

疾患の内訳として頻度が高いものは、肺炎、腎盂腎炎、リウマチ性多発筋痛症、新型コロナウイルス感染症、偽痛風、伝染性単核球症などです。

高齢者施設などからの、肺炎などの入院依頼にも対応しております。

● 直接来院される患者様の対応

発熱など急な体調不良で受診された方の診療を行っております。新型コロナウイルス感染症、インフルエンザ、感染性腸炎、熱中症などです。

● 定期通院の患者様

高血圧症、糖尿病、脂質異常症、骨粗鬆症、関節リウマチなどのリウマチ性疾患、片頭痛、気管支喘息、貧血、甲状腺や副腎などの内分泌疾患、痛風・高尿酸血症、逆流性食道炎などの機能性消化管疾患、認知症などの慢性疾患の継続的な管理を行っています。一人一人の生活背景に配慮しながら、長期的な健康維持をサポートします。



● おとなのワクチン外来

市立旭川病院総合内科では、2025年から「おとなのワクチン外来」を開始しました。

おとなのワクチン外来で接種できる予防接種および予防薬一覧

| 予防する疾患 | 主にお勧めの方 |
|---------------|--------------------------|
| 日本脳炎 | 4回接種済みでない方 |
| ポリオ | 予防接種未接種の方 流行地域への渡航前の方 |
| おたふくかぜ | 2回接種済みでない方 |
| 麻疹・風疹 | 2回接種済みでない方 |
| 水痘 | 2回接種済みでない方 |
| 带状疱疹 | 50歳以上の方 |
| 肺炎球菌 | 65歳以上の方 |
| A型肝炎 | 海外渡航前の方 |
| B型肝炎 | ワクチン未接種の方 |
| ダニ媒介性脳炎 | 農業・林業など、ダニに刺されるリスクのある方 |
| 髄膜炎菌 | アフリカなどへ渡航する方 |
| 腸チフス | 流行地域への渡航前の方 |
| 狂犬病 | 流行地域への渡航前の方 |
| 破傷風 | 前回受けてから10年以上経過している方 |
| RSウイルス | 60歳以上の方、妊娠24～36週の妊婦 |
| ヒトパピローマウイルス | 接種券をお持ちのかた |
| ジフテリア・百日咳・破傷風 | 百日咳予防を希望される方 |
| マラリア（予防薬） | 流行地への渡航予定者 |
| 高山病（予防薬） | 高地へ登山予定の方 |



おとなのワクチン外来

おとなのワクチン外来では、海外渡航前のワクチン接種の相談や、マラリア予防薬の処方、北海道でリスクのあるダニ媒介性脳炎ワクチンの接種などに対応しています。

| | |
|---------|----------------------------|
| 外 来 日 | 毎週水曜日 午後 1 時から 3 時（予約制） |
| 予約受付時間 | 午後 1 時から午後 5 時まで |
| お問い合わせ先 | 0166-24-3181 市立旭川病院内科外来 |

医師紹介

診療部長 鈴木 聡



日本内科学会総合内科専門医
日本専門医機構総合診療専門医
日本病院総合診療医学会病院総合診療専門医・指導医
日本プライマリ・ケア連合学会プライマリ・ケア認定医・指導医
日本渡航医学会認定医療職
日本消化器病学会消化器病専門医
日本消化器内視鏡学会専門医

医 長 鈴木 啓子



日本内科学会総合内科専門医
日本専門医機構総合診療専門医
日本病院総合診療医学会総合診療指導医
日本プライマリ・ケア連合学会プライマリ・ケア認定医・指導医
日本医師会認定産業医