日本赤十字社医療センター 情報誌
Japanese Red Cross Medical Center

TeaTime

vol. 96
2026 Spring
無料配布

特集 ▶P.2

「一生付き合う病気」から、「自分の体のリズムを自分で整えられる病気」へ

NTM・気管支拡張症包括ケアセンターの開設

連携医のご紹介 ▶P.6
富ヶ谷みらいクリニック／渋谷駅前耳鼻咽喉科

新連載企画 ▶P.7
あなたの治療を支えるプロフェッショナル集団

専門看護師・認定看護師の知恵袋 ▶P.9
ちょっとした不調を悪化させないための心得
クリティカルケア認定看護師　小泉 花織　吉田 道子

世界でも活躍する日赤医療センター職員 ▶P.10
薬剤師が守る“見えない品質”
国際人道支援の医療を支える専門性
薬剤部・国際医療救援部　小林 映子

スマイルレシピ ▶P.11
レンジ DE たたきごぼう
栄養課　宮司 智子

一生付き合う病気から、自分の体のリズムを自分で整えられる病気へ

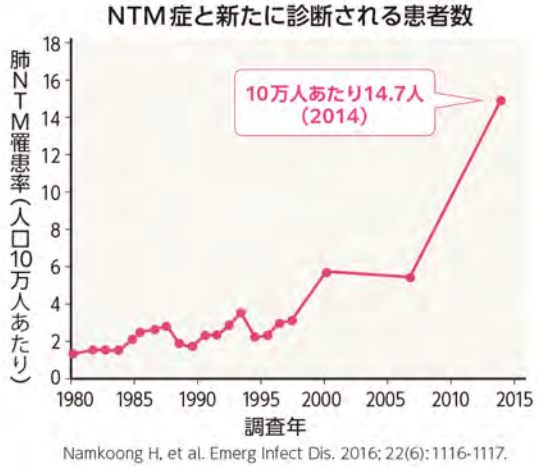
NTM・気管支拡張症包括ケアセンターの開設

非結核性抗酸菌症（NTM症）という呼吸器の病気をご存じでしょうか。
患者数は全国で18万人を超えると推定されており、近年では結核よりも増えています。
当センターでは新たに NTM・気管支拡張症包括ケアセンター を開設し、NTM症の診療体制を強化しています。
NTM症や新設されたセンターについて、呼吸器内科の出雲雄大部長と坂本慶太医師に話を聞きました。

人から人には感染しない 中高年のやせ型の女性に多い

―NTM症とはどのような病気なのですか。

坂本：非結核性抗酸菌（NTM）という、抗酸菌の仲間に感染することで発症する呼吸器疾患です。主な症状としては長引く咳や痰があり、全身症状として食欲低下、体重減少、微熱、だるさなどがみられることもあります。2014年のデータでは人口10万人あたり約15人の患者さんが新たに発症しており、近年急増しています。CTやレントゲン技術の発達によって見つかりやすくなっていることが一因と考えら



Namkoong H, et al. Emerg Infect Dis. 2016; 22(6): 1116-1117.

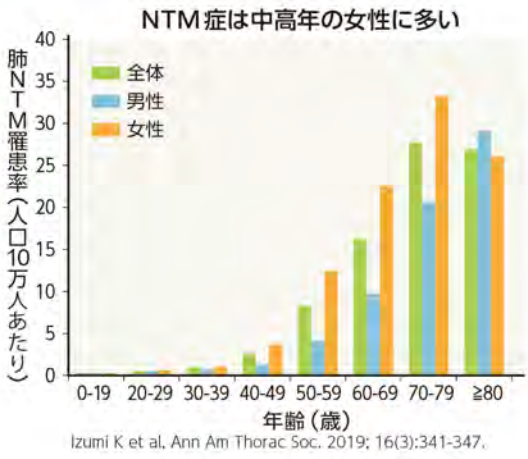
全身症状

- 病変は潜行性に進行することから病初期では全身症状は軽度。
- 病変の進行とともに顕著となることが多い。

❶発熱・夜間盗汗
❷全身倦怠感・易疲労感
❸体重減少

呼吸器症状

❶咳嗽・喀痰
❷血痰・喀血
❸息切れ、呼吸困難
❹胸痛



Izumi K et al. Ann Am Thorac Soc. 2019; 16(3):341-347.

れていますが、はっきりとした原因はわかっていません。また、実際にはこの数字以上にNTM症と診断されていない潜在的な患者さんが多くいると思われます。

NTM症と似たような感染症に結核があります。結核の原因である結核菌、ハンセン病の原因のらい菌、そしてNTMは全て抗酸菌と呼ばれるグループに属しています。抗酸菌のうち、結核菌とらい菌を除いたものがNTMです。これらにどういった違いがあるかというと、結核は人から人に感染する一方、NTM症は人から人に感染しないと考えられています。

――NTM症は人から人に感染しないとのことですが、ならばどのような感染ルートがあるのですか。

坂本：NTMは水や土壌に多く生息しています。水回りでいえばシャワーヘッドなど常に濡れているところにNTMが多くいます。土の中にも多くいるので、昔井戸水を飲んでいた、趣味でガーデニングをしている、農業を営んでいる方などは比較的感染しやすいと考えられますが、その他にも多くの要因が絡みあっていると考えられています。

患者さんの特徴としては、ざっくりと2パターンあり、①中高年のやせ型の女性、そして②喫煙歴のある高齢男性です。ただ、その理由についても詳しくわかっていません。

特効薬はない 複数の薬で進行を抑える

――NTM症はどのタイミングでみつかることが多いのでしょうか。

坂本：初期のNTM症は症状がないことが多いため、健康診断や人間ドックでのCTやレントゲン検査で肺に影が見つかり、それをきっかけに受診されるケースが増えています。NTM症の疑いがあれば、痰から細菌を培養し、NTMの存在を証明することが診断の第一歩といえます。

――NTM症の治療法を教えてください。

坂本：基本的な治療法は飲み薬（抗菌薬）で、他には注射や吸入による治療があります。NTMに劇的に効果のある抗菌薬はなく、薬剤耐性菌の出現のリスクを考慮して、いくつかの種類の抗菌薬を組み合わせて服用する「多剤併用療法」が一般的なNTM症の治療になります。一方で難治性のNTM症も多く存在しており、一旦症状がおさまっても再発する患者さんは珍しくありません。その場合、「症状が悪くならないための治療」という考えも重要になってきます。治療が長期にわたり、目に見えて症状が改善するという実感が得られにくい患者さんもいるため、患者さんやご家族だけでなく私たち医療スタッフにとっても厄介な病気です。

今後、研究が進んで有効な薬が開発されることを期待しています。

NTM症と長く付き合うための包括ケア

――新しく開設された「NTM・気管支拡張症包括ケアセンター」について教えてください。

坂本：このセンターでは、NTM症と、「鶏と卵」の関係にある気管支拡張症の両方を専門に診療します。気管支拡張症は、アレルギー疾患や繰り返す肺炎、自己免疫疾患などによる炎症によって気管支が広がったまま戻らなくなる病気です。換気の効率が悪くなり、「空気のよどみ」のような環境が生じて痰を排出しにくくなり、NTMなどに感染しやすくなります。他方、NTM症に感染すると肺の組織がダ

メージを受け、気管支拡張症に至ることがあります。NTM症と気管支拡張症は、一方がもう一方を悪化させる表裏一体の関係にあるため、両方の疾患に幅広く対応できるセンターとしました。

出雲：このセンターで重要なことは「包括ケア」という言葉が入っていることです。NTM症は「これだけやれば治る」病気ではなく、長い間付き合っていくことになります。しかも、薬だけで治すことが難しく、症状がおさまったからといって薬を飲むのをすぐにやめていいわけではありません。

そこで大切になるのが、食事や運動も含めて多方面から病気にアプローチすることです。しかし、医師が持っている知識や時間には限りがあります。そこで、看護師や理学療法士、管理栄養士、薬剤師などがチームになり、多職種が連携する体制を構築しました。薬だけでは治らないからこそ、包括的にケアしていくことがとても大切になるのです。「病気を治す」ことだけを目標にするのではなく、病気を抱えながらも自分らしく前向きに生活できるようにサポートするという狙いがあります。

教育入院で習得する呼吸と食事のコツ

――NTM症の教育入院があると聞きました。これはどのようなものですか。

坂本：「一生役立つ『呼吸と食事のコツ』を身につけるための短期集中プログラム」で、薬物治療主体の入院ではなく、日常生活でNTM症と付き合っていくためのコツの勉強と練習のためのものです。部活や学習塾における1週間程度の合宿のようなものだと考えてください。

ここでも、多職種が連携してさまざまなコツを伝授します。例えば、痰を出す方法は理学療法士が指導します。痰がたまることで肺炎などの他の感染症にかかりやすくなるだけでなく、呼吸のしにくさがQOL（生活の質）低下にも大きく関わります。排痰は「肺の掃除」のようなもので、少しでも快適な生活につながるテクニックです。

食事については管理栄養士が担当し、普段の実際の食事量を確認し、本当に必要な食事量はどれくらいか、また、どのようなものを摂取するのが良いかを理解してもらいます。

出雲：患者さんの中には、低栄養状態で噛んだり飲み込んだりする筋肉が衰えており、食事もままならない方もいます。管理栄養士の専門知識を活用して、必要なエネルギーやたんぱく質を計算するだけでなく、どうすれば食べられるかということも考えます。

坂本：患者さん一人一人の食事の状況を外来の診療だけで十分に知ることは難しいので、教育入院の場でしっかり把握するように努めています。他には、薬の副作用と上手に付き合いながら服用を続けるための「薬の飲み方のコツ」も学ぶことができます。

大切なことは、この教育入院が終わったらゴールではなく、入院中に学んだ技術や知識を自宅で続けることです。NTM症は長い付き合いになるからこそ、一生役立つ技術と知識を学んで、その知識を活用し続けてほしいと思います。その知識は薬を飲むことと同じくらい大事になります。

出雲：NTM・気管支拡張症包括ケアセンターの短期集中プログラムは、当センターで実績のある間質性肺炎センターをモデルにしています。間質性肺炎センターでは、呼吸器疾患の一つである間質性肺炎を診療しています。多職種で連携して、薬による治療だけでなくリハビリテーションや栄養管理、心理カウンセラーによる心のサポートまで包括的なケアを行っています。

当センターのような病院は、地域のクリニックに比べてスタッフの人数も

短期集中プログラムのスケジュール

入院当日

- 入院の必要性、目的、内容を理解する
- 病気について知り、生活指導の内容を理解する
- アレルギーや常用薬を確認する
- 採血やレントゲン検査を受ける
- 栄養指導を受ける

入院２日目以降

- リハビリテーションを行う

入院４日目以降

- 退院後の治療や生活、食事について理解する
- リハビリテーションを行いながら、習ったことを退院後も実践できるようにする
- 今までの生活で大切にしてきたこと、今後の生活について話し合う
- 内服指導や栄養指導を受ける（入院６日目以降）

職種も多いのが特徴です。その専門性を存分に生かしたいと思っています。今後、いろいろな病気に対して、多職種連携による包括ケアが新しい医療のスタンダードになると考えています。そのためのモデルとしてNTM・気管支拡張症包括ケアセンターが機能することを目指しています。

かかりつけ医と地図を共有するダブルサポート体制

―退院後の通院はどうなるのですか。

坂本：短期集中プログラムで学んだことを日常の中で実践していくわけですが、かかりつけ医となる地域のクリニックの先生と二人三脚でNTM症と付き合っていくことが重要と考えています。当センターが治療方針の大枠となる「地図」をお示しして、かかりつけ医の先生と患者さんと、皆が私たちと同じ方向を見て治療に当たります。

出雲：日常生活の中では、痰が増えていないか、微熱が続いていないかなどを意識して、普段の診療はかかりつけ医で受けてほしいと思います。一方、症状が右肩下がりに悪くなってきたら当センターに相談していただければ、新しい地図を作り直します。もちろん、命に関わるような急性増悪があれば当センターで緊急受診できるよう、私たちが受け皿となります。

―症状が悪化しないために日常生活で気をつけることはありますか。

坂本：NTM症では気管支が拡張していることも多く、他の感染症にかかりやすくなります。マスクや手洗い、ワクチン接種などで感染予防に努めてください。ただ、感染を恐れるあまり、外に出なくなるのは筋肉の衰えにつながってしまいます。感染対策をしながら程よく運動し、上手に付き合っていただければと思います。また、そういった患者さんの悩みに私達が少しでも力になれれば良いなと考えています。

患者さんや家族へのメッセージ

呼吸器内科 医師 **坂本 慶太**
Keita Sakamoto

NTM症とうまく長く付き合うためにはご家族の理解とサポートが欠かせません。食べることが難しい患者さんもいますので、ときには外においしいものを食べにいって食べる喜びを共有することも大切になります。患者さんとご家族が同じ時間を過ごしながら、病気と共存する道を歩んでいただきたいと思います。

副院長 兼 呼吸器内科部長 **出雲 雄大**
Takehiro Izumo

NTM症は人から人に感染しないと考えられているので、周囲の人が過度に接触を避ける必要はありません。症状が長引くので、患者さん本人だけでなく、ご家族も大変な思いをします。短期集中プログラムの内容はご家族にも有用ですので、ぜひ当センターを利用していただきたいと思います。

ナル集団

るかもしれません。
意識を持ち、力を合わせて働いています。
ます。

お薬を渡す以外の薬剤部のお仕事

薬剤部　本田 和照

病院の薬剤部は「薬を作って患者さんに渡すだけの部署」と思われるかもしれません。実は、調剤や医薬品管理のほかにも、医療を支える大切な役割を担っています。

例えば、薬の用法・用量の確認はもちろん、薬の効果を最大化して副作用を最小化するための投与設計、ベッドサイドでの服薬指導や投与後の効果・副作用のチェック、さらには災害救護活動まで、薬に関するあらゆる業務を日々行っています。私たちは「薬の専門家」として、他職種と連携しながら、患者さんとご家族に寄り沿った安全な医療を全力でサポートします。

お薬のことで気になる点は、いつでも私たちにご相談ください。

聴力検査は治療や補聴器のために大切です

検査部　積田 雅央

耳鼻科における聴力検査は、聞こえの状態を確認し、治療や補聴器の活用につなげるための大切な検査です。臨床の要請から始まった検査部による聴力検査も、まもなく25年を迎えます。その間、2019年にWHO（世界保健機関）が難聴の管理を、認知機能低下や認知症リスクを下げるための重要な取り組みの一つとして示したことで、難聴が脳への刺激を減らし、人との関わりを少なくする可能性があることが広く知られるようになりました。

近年では、補聴器の使用を見据えたさまざまな検査が行われ、その数も増えています。検査部では耳鼻科医師の指導の下、皆様のより良い聞こえと安心につながる検査の提供に努めています。

あなたの治療を支えるプロフェッショ

病院での治療というと、医師と看護師の活躍を思い浮かべ
しかし実は、患者さんを支えるために、多くの専門職がプロ
ここでは、普段は見えない「チーム医療」の現場を紹介し
各部署のスタッフが、今伝えたいことを直接お届けします。

苦痛を和らげるためにチームでサポート

緩和ケアチーム
緩和ケア科医師　秋山　大

当センターの緩和ケアチームは緩和ケア医、精神科医、専門・認定看護師、認定薬剤師、管理栄養士、公認心理師、ソーシャルワーカーで構成され、お互いの専門性を生かして活動をしています。

入院加療中のがんや慢性疾患の患者さんに対して、主治医や病棟スタッフと共に、身体的・精神的・社会的・心の奥底にあるやりきれない思いなどの苦痛を評価し、緩和する支援をします。疼痛やその他の身体症状に対する薬剤調整や、気持ちの整理がつかないようなつらい説明があったあとの精神的サポート、アドバンスケアプランニング（ACP）〈治療方針や今後の療養についての意思決定支援など〉に関わることで精神心理面のサポートをします。また、家族ケアについても病棟スタッフのサポートを行います。その他、切れ目のない緩和ケアの提供のため、外来通院中の患者さんにもチームで介入しています。

緩和ケアチームによるカンファレンスの様子

当センターの活動をお届けします！

総務部　総務課　広報係

広報係は、当センターで行われる日々の活動やイベントを記録し、地域の皆さまに当センターをより身近に感じていただけるよう情報発信を行っています。本誌『Tea Time』も、院内各所の協力のもと、広報係が企画・編集を担当しています。

このたび、本号より、新連載「あなたの治療を支えるプロフェッショナル集団」をスタートします。急性期病院である当センターには、多様な部門や専門チームがあり、より良い医療の提供を目指してさまざまな取り組みを行っています。新連載では、それぞれの部門・チームの活動紹介やホットな話題、日々の工夫などをお届けしていきます。

今まで知らなかった当センターの魅力を、新たに発見していただけるかもしれません。次号以降もどうぞお楽しみに。

Instagram
QRコード

YouTube
QRコード

地域とつながる

連携医のご紹介 vol.2

普段の診療は身近な地域の医療機関（かかりつけ医）が行い、入院や特別な検査は専門病院が行うという役割分担のことを「地域医療連携」といいます。当センターでは地域医療連携を推進するため、地域の医療機関と多く連携しており、連携医の先生方は患者さんの日常診療を担う大切なパートナーです。今回は、多くの連携機関のうち、富ヶ谷みらいクリニック、渋谷駅前耳鼻咽喉科をご紹介します。

富ヶ谷みらいクリニック

院長　井上 荘太郎 先生

住　所	〒151-0063　東京都渋谷区富ヶ谷1-49-3 1F
電話番号	03-3467-7171
診療科目	内科・循環器内科（ほか、予防接種・認知症相談・在宅医療・健康診断など）
休診日	第1・3木曜（午後）/ 第2・4土曜/ 第1・3土曜（午後）/ 日曜・祝日

日本赤十字社医療センターとの連携について

日本赤十字社医療センターは、地域の皆さんを温かく支えてくださる、とても心強い病院です。高度な医療だけでなく、一人ひとりに寄り添う思いやりを大切にした姿勢に、いつも助けられています。これからも一緒に安心できる医療を目指したいと考えています。

得意分野・クリニックの強みなど

病気や認知症などにより地域でお困りの方を支え、より安心して暮らせるように、医療のみならず生活面のサポートも行っています。他院との連携の強みを活かして、積極的にご紹介しております。

読者へのメッセージ

どんな小さなお悩みでも、まずは気軽に相談してほしいと思っています。地域の方が少しでも安心して一日を元気に過ごせるよう、寄り添いながら最善の道を一緒に探します。信頼できる先生に繋ぐことも含め、みなさんの力になれるよう、これからも丁寧にかかわってまいります。

渋谷駅前耳鼻咽喉科

院長　森 安仁 先生

住　所	〒150-0002　東京都渋谷区渋谷3-28-15 渋谷S. 野口 Bldg.（渋谷野口ビル）1F
電話番号	03-3774-0333 ※お電話での予約は受け付けておりません。
診療科目	耳鼻咽喉科
休診日	年末年始

日本赤十字社医療センターとの連携について

難聴の精査や扁桃周囲膿瘍など入院治療が必要な患者さんは、日本赤十字社医療センターへ速やかにご紹介しています。入院治療後、状態が落ち着いた方は当院で外来診療や経過観察を継続し、地域の中で安心して治療を続けていただける体制を整えています。

得意分野・クリニックの強みなど

中耳炎・難聴の専門診療とアレルギー性鼻炎・副鼻腔炎の総合的治療

読者へのメッセージ

渋谷駅から徒歩１分の通いやすい立地で、土日祝日も診療し、平日は19時まで対応しています。中耳炎・難聴などの耳の病気から、アレルギー性鼻炎のレーザー治療、系列施設での全身麻酔下副鼻腔手術まで一貫して診療しています。お困りの症状があればどうぞお気軽にご相談ください。

専門看護師 認定看護師
の
知恵袋 32

日本赤十字社医療センターには、日本看護協会が認定している専門看護師19人、認定看護師26人がおり(2025年4月時点)、それぞれの分野に特化した看護ケアを患者さんに提供しています。本連載は私たち「専門看護師」「認定看護師」を皆さんによりいっそう知っていただくため、耳よりな情報をリレー形式でお伝えします。

クリティカルケア認定看護師
小泉 花織 Kaori Koizumi
吉田 道子 Michiko Yoshida

ちょっとした不調を悪化させないための心得

どんな大病もちょっとした不調から

クリティカルケア認定看護師が勤務する集中治療室には、事故や病気の方だけでなく、ちょっとした不調から集中治療が必要な状況に陥る方もおられます。「風邪は万病の元」ということわざが示すように、どんな大病にもちょっとした不調があり、重篤な状態に陥ることがあります。

ちょっとした不調を調節する体内のバランス

私たちは、日常生活の中で、風邪、けが、睡眠不足など、さまざまな不調を経験します。私たちの身体には体内のバランスを正常に保つために、自律神経系・免疫系・ホルモンの分泌調整機能があります。これらがきちんとはたらいていれば、けがや風邪などの不調に打ち勝ち、回復に向かいます。しかし、睡眠不足やストレス状態の持続による自律神経系の乱れ、さまざまな不調によるストレスホルモンの影響などから体内のバランスが崩れると、免疫機能が低下します。そして、けがや風邪からの回復の遅れや、重症化、新たな病気の発症などを招く可能性があるのです。このような身体の反応は目に見えないので、ちょっとした不調は放置され、対処が遅れてしまいがちです。

ちょっとした不調とどう向き合う?

ちょっとした不調に向き合うコツを二つ、お伝えします。

一つは、日常生活の中で、ぎりぎりまで仕事、学業、家事、育児などをがんばらず、意識的に休息をとることです。また、強いストレスや負担があるときは、できるだけストレス要因から離れ、安心できる場所や人と過ごす時間を確保すると良いでしょう。

もう一つは、不調となっている症状があるときは、自己判断で放置せず、適切な対処をとることです。痛みや発熱に対して鎮痛剤や解熱剤を使用するときは、注意点を理解して使用することが大切です。鎮痛剤は使い過ぎると、副作用を生じる危険性があることに加え、痛みが軽減することで受診行動や病気の発見の遅れにつながる可能性があります。鎮痛剤を使い続けないと症状が治まらないときには、速やかに医療機関を受診してください。そして、解熱剤は発熱による不快感が強いときに使用することは有効です。しかし、安易に発熱を抑制することは、身体がウイルスや細菌と戦う防御反応を低下させ、感染を長引かせる危険性もあります。このように薬を使って症状をコントロールするときには、注意点を理解して、効果的に使用しましょう。

ちょっとした不調は、ご自身の身体からのメッセージです。メッセージを受け止めて、自己管理につなげてくださいね。

左:吉田道子、右:小泉花織

クリティカルケア認定看護師
急性期医療が必要な患者さんの重篤化回避や早期回復へのケア、ご家族へのケアを行います。また、医療スタッフの看護相談や教育に携わり、より良い看護の実践に向け活動しています。

●専門看護師(CNS:Certified Nursing Specialist)
患者・家族に起きている問題を相対的に捉えて判断する力と広い視野を持ち、分野ごとの専門性を発揮しながら、施設全体や地域の看護の質の向上に努める。
●認定看護師(CN:Certified Nurse)
患者・家族により良い看護を提供できるよう、分野ごとの専門性を発揮しながら看護の質の向上に努める。

世界でも活躍する日赤医療センター職員

薬剤師が守る“見えない品質” 国際人道支援の医療を支える専門性

薬剤部・国際医療救援部
小林 映子
Eiko Kobayashi

品質管理業務について情報共有

国際赤十字・赤新月社連盟　ジュネーブ本部

これまで災害救援や難民支援の医療現場で培ってきた経験を生かし、国際赤十字・赤新月社連盟（IFRC）ジュネーブ本部にて、世界各地で使われる医療物資の調達を支える業務に携わりました。医薬品や医療資機材の品質評価、国際基準に基づく手順整備などを担当し、緊急時には十分な情報がそろわない中でも、リスクベースの考え方に基づき患者安全を最優先に判断することが求められました。

国や地域によって医療環境や制度は大きく異なる中で、医薬品や医療資機材の「質」をどのように担保するかは、患者安全と支援への信頼を左右する重要な課題です。特に印象に残っているのは、WHO（世界保健機関）の医療物資に関する国際基準づくりに関わった経験です。世界中の専門家と議論を重ねながら、現場で本当に役立つ基準を考える時間は、薬剤師の専門性が世界の医療を支えていることを実感する機会でした。

今回の派遣を通じて、国際人道支援の現場では、医療の「質」を基盤から支える品質保証と調達体制が不可欠であり、薬剤師の専門性が組織としての判断力と信頼性を支えていることを改めて認識しました。日常業務で培われた判断力や調整力は国際の場でも生かされ、薬剤師が関わることで支えられる「安全で適切な医療」が、世界のどこかで誰かの命を守っていることを実感しています。そうした思いを胸に、今後もこの経験を組織や後進に還元し、質の高い医療を支える力としてつなげていきたいと考えています。

ケニアナイロビICRC医療物資倉庫にて

「レンジ DE たたきごぼう」

当センターの栄養課の職員がおすすめする体にも心にも優しい、
食べたら思わず笑顔になってしまうようなレシピを紹介するスマイルレシピ！
今回は宮司智子管理栄養士が紹介する「レンジ DE たたきごぼう」です。

材料（2人分）

- ごぼう …… 100g
- A
  - すりごま …… 小さじ2
  - 味噌 …… 小さじ1
  - 酢 …… 小さじ1
  - しょうゆ …… 小さじ1
  - はちみつ …… 大さじ1

栄養成分（1人あたり）

エネルギー	90kcal
たんぱく質	2.1g
脂質	1.9g
炭水化物	17.5g
食塩相当量	0.8g
食物繊維	3.4g

作り方

① ごぼうはよく洗い、長さ5cmに切る。
② 水でぬらしたキッチンペーパーで包み、さらにふんわりラップで包む。
③ 電子レンジ（600W）で約3分加熱する。（柔らかめが好みの場合は追加加熱する）
④ Aの調味料を混ぜ合わせておく。
⑤ 加熱したごぼうを熱いうちにめん棒などで軽くたたき、手で割く。④と合わせたら完成。

レンジで簡単調理！
食物繊維も
いっぱいです

使用する材料の効果

ごぼうは食物繊維が豊富で腸内環境を整えるはたらきがあります。皮の近くに香りやポリフェノールが多いため、泥をこすり落とす程度がおすすめです。冬が旬ですが、春には新ごぼうが出回り、やわらかくアクが少ないので、サラダや和え物に向いています。
また、ごまには良質な脂質（不飽和脂肪酸）やミネラルが含まれます。コクのあるゴマダレは、里芋など他の野菜とも相性がよく、満足感のある味付けに仕上がります。ぜひアレンジを楽しんでください。

栄養課
宮司智子
Tomoko Miyaji

たくさんのご寄付や応援をいただきありがとうございます。

日本赤十字社医療センターへご寄付いただき、誠にありがとうございました。
皆さまからの貴重なご寄付は、医療機器・材料の購入費などを含めた「病院事業運営資金」として大切に使わせていただきます。
ご芳志への感謝の気持ちを込め、ご芳名を紹介させていただきます。なお、許可をいただいた個人、法人および団体名のみを掲載しています

吉田 浩之さま　塩野 正幸さま　東和株式会社さま　亀島 理広さま
石垣 てるさま　村尾 久代さま　浅野 万里子さま　柴田 さち子さま
東京女学館中高父母の会さま

※順不同（2025年11月から2026年1月まで）

TeaTime vol.96 2026 Spring

いつも貴重なご意見をありがとうございます

皆さまこんにちは、ご意見箱です。

毎年実施している「患者満足度調査」ですが、今年度から **WEBでの回答** ができるようになりました！これまで「手書きは少し面倒…」「書くスペースが足りない」といったお声もいただいておりました。

そこで、アンケート内容を大幅に見直し、よりシンプルに、より答えやすくリニューアルしました。

お手持ちのスマートフォンやタブレットでQRコードを読み取り、チェックを入れるだけ！ 隙間時間に「サクサク」回答いただけます。皆さまの貴重なご意見が、より良い病院づくりの力になります。WEBアンケートへのご協力、よろしくお願いいたします。

※院内で回答される場合は院内Wi-Fi「nisseki-amenity」の接続をお切りいただき QRコードの読み込みを行ってください。

外来診療

入院診療

>>> 診察のご案内

月	火	水	木	金	土	日
○	○	○	○	○	休診	休診

●外来休診日…
土曜日、日曜日、祝日、年末年始（12月29日～1月3日）、日本赤十字社創立記念日（5月1日）

●受付時間…

予約のない方 ▶ 初診・再診 8：30～11：00

予約のある方 ▶ 初診 8：30（初診受付開始）～予約時間の30分前

予約のある方 ▶ 再診 7：50（再来機開始）～予約時間の20分前

※受付時間は診療科によって異なりますので、事前に診療科受付へお問い合わせください。また、初診の方は「かかりつけ医からの紹介状」をお持ちください。

●急病の場合…
曜日、時間に関係なく、救急外来で診察します。ご来院の前にお問い合せください。
※診療状況によっては、診察をお断りする場合もありますので、当センターホームページをご確認ください。

●診察カード…
全科共通でご使用できます。ご来院のときは必ずお持ちください。紛失・破損した場合は、初診受付にて再発行できます。
※再発行料：1枚220円（税込）

●資格確認…
ご来院の際は、マイナ保険証をお持ちください。
※2025年12月2日以降、健康保険証として利用登録したマイナンバーカードの利用が基本となります。
マイナ保険証をお持ちでない方は、資格確認書が必要となります。

●お薬手帳…
安全な医療を提供するために、「お薬手帳」などをお持ちください。必要に応じて確認させていただきます。

TEL（代表） 03-3400-1311

日赤医療センターの情報

※外来担当医のスケジュールは、ホームページでご確認ください
※本誌のバックナンバーは、ホームページ上で PDF 版をご覧いただけます

赤十字全般に関すること
https://www.jrc.or.jp

日赤医療センターに関すること
https://www.med.jrc.or.jp

日赤医療センター ホームページ

日赤医療センター YouTube

日赤医療センター Instagram

編集・発行：日本赤十字社医療センター広報委員会
〒150-8935 東京都渋谷区広尾4-1-22
編集協力：株式会社 広真
表紙イラスト：オオイシチエ
©Japanese Red Cross Medical Center 2026