

東山だより

医療法人社団 東山会
Touzan-kai

2017.8.1

Vol.29

調布東山病院の **消化器チーム** / **消化器内科・外科**



ご自由にお持ちください♪



特集

内視鏡の手術

ESD

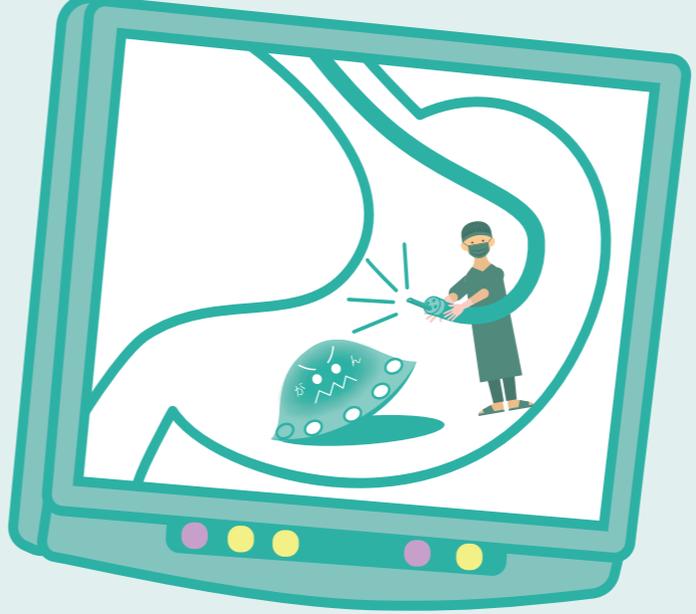
イー

エス

ディー

内視鏡の手術

E S D



おなかを切らずに がんと戦う

そもそも内視鏡って何ですか？

内視鏡とは、太さ1cmほどの細長い管の先端に、小型レンズを内蔵した医療機器です。

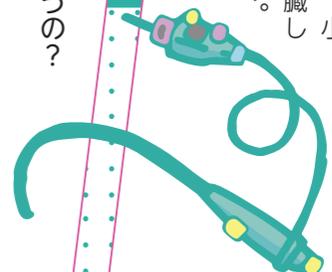
どのように使うの？

胃や腸など消化管の内部を観察したり、治療するために使います。観察・治療する場所によって口や鼻、肛門から内視鏡の管をからだの中に入れます。



胃カメラと同じなの？

上部（食道・胃・十二指腸）の内視鏡検査のことを、「胃カメラ」と言われることもあります。胃カメラは、からだの中で撮影した写真を後から現像してチェックします。そこから進化したのが内視鏡で、からだの中をテレビモニターに生中継で映し出します。そのため内視鏡はより精密な検査、またお腹の中を見ながら治療（手術）もできるのです。

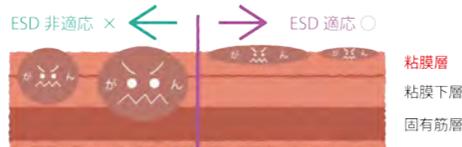


ESDって？

内視鏡の先端から細い電気メスを出して、胃や腸などにできた腫瘍を少しずつはぎ取る手術法です。ESDの正式名称は「Endoscopic submucosal dissection」。日本語では、「内視鏡的粘膜下層剥離術」といいます。

どんな人がESDを うけるの？

早期がんの方が対象です。早期がんとは、がんが胃や腸の**粘膜の表面**にとどまっている（リンパ節転移の可能性がほとんどない）ものです。当院では現在、**胃の早期がん**に対して、ESDを行うことができます。



外科手術ではなく、 ESDで手術するメリットは？

お腹を切らないため入院期間（1週間前後）が短く、からだへの負担が少ないことなど、多くのメリットがあります。また、従来の内視鏡手術EMRよりもサイズが大きな腫瘍もはぎ取ることができるのがESDのメリットです。ただしESDの結果、がんが進行していることがわかった場合は、さらに外科手術が必要となります。

ESDの手順

- ①内視鏡を胃の中に入れ、切り取る範囲の目印をつけます。
- ②粘膜下層に薬を注入して、がんを浮かせます。
- ③目印の周囲の粘膜を、電気メスで切ります。
- ④がんの部分を少しずつ慎重にはぎ取ります。
- ⑤はぎ取ったがんは病理検査（★）に出すため、口から回収します。
- ⑥はぎ取った後の胃の表面に、止血処置をします。

（★）病理検査……はぎ取ったがんの組織を顕微鏡で調べ、がんが完全に治ったか判断をします。

ESD治療の流れ

前日	入院
当日	朝から絶食
	点滴開始 治療 (ESD)
翌日	採血 レントゲン撮影
食事	翌日から出血がなければ流動食開始。1日毎に身のあるご飯へ戻していきます。
約一週間後	退院

ESDのご案内

がんの発見から治療まで。消化器内科医が患者さまに寄り添います。



平山 慈子・調布東山病院 消化器内科医師。武蔵野赤十字病院で初期研修・後期研修を行った後、都内の大学病院で内視鏡検査・手術の腕をみがく。専門は胃や腸の病気。

皆 さま、こんにちは。調布東山病院でESDを担当している消化器内科の平山慈子です。私の考えているESDの一番のメリットは、やはりお体への負担が少ない治療であることだと思います。全身麻酔も不要で、お腹を開ける必要もなく、平均1週間くらいの入院で早期がんの治療ができます。調布市は、健康意識の高い方が多く、70代、80代でも定期的に内視鏡検査を受けている方がたくさんいらっしゃいますが、それに伴い、ご高齢の方でがんが見つかることも増えてきています。

医 師としてのESDの醍醐味は、がんの発見から治療までを内科医でありながら自分でできる点にあります。昔はがんが見つかったら外科の先生にお願いして手術してもらったというのが一般的でしたが、今は内視鏡機器や技術の進歩により早期のうちにごんを発見できるようにになりました。早期がんの患者さまは、ほとんど何も症状がないことが多いので、元気に入院されてきます。私としては、できるだけ安全に治療を行い、来た時と同じように元気に退

院してもらうことを目指して、日々治療にのぞんでいます。

現 在、調布東山病院では早期胃がんに対してESDを行っています。近い将来、大腸がんに対してもESDを行えるよう、現在体制を整えているところです。近年は、大腸がんの罹患率・死亡率ともに増えてきており、治療を必要とされる皆さまのお役に立てるようにしていきたいと考えています。

こ こまで、ESDのメリットについて書いてきましたが、ESDでがんを治すためには早期がんの段階で見つける必要があります。そのためにはやはり内視鏡検査が必須になります。当院では、できるだけ辛いくない内視鏡をモットーに、声かけの工夫、丁寧な内視鏡操作、鎮静剤の使用など、皆さまが内視鏡検査を受けやすいよう心がけていますので、胃腸の不調を感じている方、定期的な内視鏡をすすめられている方、胃がん・大腸がんが心配な方などいらっしやいましたら、ぜひご相談ください。

内視鏡看護師からの

内視鏡看護師

ESDを支える

患者さまが安心・安全・安楽に内視鏡検査・治療を受けられるように。



内視鏡看護師のお仕事

ESDも含めた内視鏡の検査や治療中、医師とあつんの呼吸で処置を行うのが内視鏡の看護師です。すばやく的確に検査や治療が進むよう、常に先を読んだ準備や対応を行っています。

ESD時の看護内容は？

患者さまに安心してESDを受けていただくために次のような看護を提供しています。

ESDの前日
患者さまの病室へ訪問しお話をしっかりとかがいます。そして、不安や負担が軽減できるようにお一人おひとりに合った看護計画をたてて、提供します。

ESD時
患者さまが安全・安楽に手術を受けられるよう、全身管理を行います。全身状態の観察や薬剤投与、処置の介助、合併症の予防、患者さまへの声かけなど、担当の看護師3名で役割分担をして看護にあたります。

終わった後

内視鏡の看護師みんなで「カンファレンス」という話し合いの場を設け、看護を振り返っています。そして、よりよい看護の提供につなげています。

内視鏡技師免許を取得しました！

今年3月、2名の看護師が『内視鏡技師免許』を取得。当院の免許保有者は10名となりました！

この資格は、指導医のもとで内視鏡業務に2年間携わり、機器の講習や各種研究会・学会に参加、さらに医学講座を20時間受講して受験資格を得られます。こうして、広く深い知識を身につけることで、よりスムーズな内視鏡の看護、リスクの早期発見につとめています。

内視鏡を通して地域の皆さまの健康を守るお手伝いができるよう、勉強や研究をつつじてまいります。

内視鏡について不安や疑問はお気軽にお話しください。



撮影：返田常広（呼吸器内科）、宇佐見住代（秘書室）

大切なのは病気の予防と早期発見！

早めに受診 定期的な健診を

胃がもたれる、お腹が痛い、血便が出るなど**症状**がある方

早めに医療機関で**受診**しましょう。

調布東山病院 外来受診 予約電話番号
→ 042-481-5558 (月～土・9時～16時30分)

症状はないけれど、**検査**をご希望の方

人間ドック・健康診断を受けましょう。

調布東山病院 ドック・健診センターで、内視鏡検査を受けられます。

相談・お問い合わせ
→ 042-481-5515 (月～土・9時～16時30分)

東山 3スタイル

このコーナーでは、旬の食材を使った
様々なスタイルの
メニューを紹介します！

旬の食材 そうめん・ひやむぎ



めん類は麺のみで食事を済ませて

しまい、栄養のバランスが悪く
なりがちです。今回は、主食・
主菜・副菜=炭水化物・タンパ
ク質・野菜のそろった献立をご
提案します！



今回は「バランス麺3スタイル」です。

スタイル1 ~ 中華風 ~ **ピリ辛豆乳麺**



* 豚肉の代わりに茹でたササミ1本またはゴマ油で炒めた鶏ひき肉60gを入れてもOK!!

- ① しゃぶしゃぶ用豚肉 60g を茹で、冷水で冷やしザルに上げておく。
- ② 水菜 30g を 5 cm幅に切る。万能ねぎ 2 本を小口切りに。ミョウガ 1 個を千切りに。
- ③ そうめんまたはひやむぎ 100g を時間通り茹で、冷水で冷やし、水を切る。
- ④ 調整豆乳 100ml、麺つゆ(ストレート)100ml、すりごま大さじ 1/2 を混ぜて豆乳つゆを作る。
- ⑤ 器に麺を盛り付け、水菜、豚肉をのせたら、ミョウガ・万能ねぎをちらし、豆乳つゆをかけて、お好みでラー油をかけて完成。

スタイル2 ~ イタリアン ~ **カッペリーニ**



* 酸味が強めが好きの方はレモン汁を増やしてもOK。生ハムが苦手な方は、ハム2枚かつナ40gで代用してください。

- ① トマト大 1/2 個を 1 cm角に刻む。生ハム 2 ~ 3 枚を 1cm幅の短冊に切る。万能ねぎ 2 本を小口切りに。
- ② そうめんまたはひやむぎ 100g を時間通り茹で、冷水で冷やし、水を切る。
- ③ 麺つゆ(ストレート)100mlにオリーブオイル大さじ 1/2、レモン汁小さじ 2 を混ぜ、汁をつくっておく。
- ④ 器に麺を盛り付け、トマト、生ハム、万能ねぎの順に盛り付け、パルメザンチーズ大さじ 1 とお好みで黒胡椒をかけ、完成。

スタイル3 ~ 韓国風 ~ **冷麺**



- ① きゅうり 1/4 本は千切りにする。もやし 60g を茹でて冷水にさらし、水を切る。
- ② ゆで卵 1 個は 12 分茹で、水で冷やし、殻を剥き、半分にカットする。
- ③ そうめんまたはひやむぎ 100 g を時間通り茹で、冷水で冷やし、水を切る。
- ④ 水 150cc、鶏がらスープ大さじ 1、しょうゆ大さじ 1/4、レモン汁大さじ 1/2、酢大さじ 1 と 1/2、おろし生姜少々、みりん大さじ 1/2 を合わせスープを作る。
- ⑤ 器に麺を盛り付け、きゅうり・もやし・キムチ 50g・ゆで卵をのせ、お好みでいりごまをかけて完成。

* 上に乗せる野菜はトマトや水菜をのせても美味しいです。

教えて医療ソーシャルワーカー 医療のこと、介護のこと

その5

『在宅医療』

皆さんは「2025年問題」という言葉をご存知ですか？

あとわずか8年で団塊の世代が75歳以上となり、日本国民の5人に1人が75歳以上、3人に1人が65歳以上と、かつて人類が経験したこともない超高齢社会を迎えます。これが「2025年問題」です。

そこで最も対応に迫られるのが医療と介護です。国は8年後を見据えた基盤作りをはじめていますが、その一つが今回取り上げる「在宅医療」です。

高齢化に伴い、慢性的な病気や複数の病気を抱えながら療養される方が増えます。そのため、病気を「治す」治療だけでなく、「生活を支える医療」がとても重要になってきます。その生活を支える医療が「在宅医療」であり、病気を抱えながらも住み慣れたご自宅で安心して療養生活が送れるよう、その充実化が求められています。

では、「在宅医療」とはどのようなものでしょうか。ざっくりお伝えすると、体の機能が低下し、通院が困難となった患者さ

まのご自宅へ医師や看護師が訪問し、ご自宅で医療を提供することです。先日旅立たれた小林麻央さんも最期をご自宅と、在宅医療を選択されたお一人でした。

皆さんがお住まいの地域でも、医師や看護師などが自宅へ訪問し医療を提供する体制があります。通院が大変になってきた方や、できるだけご自宅で療養生活を送りたいとお考えの方は主治医や看護師、ソーシャルワーカーまでご相談ください。

今回は…… 今回のテーマ「在宅医療」の続きで「訪問診療」についてももう少し詳しくご案内させていただきます。

2025年問題

キーポイントは「在宅医療」



医療ソーシャルワーカーに相談されたい方は……
調布東山病院の受付へお声がけください。

- 相談料は無料です。
- 秘密は守りますので、安心してご相談ください。

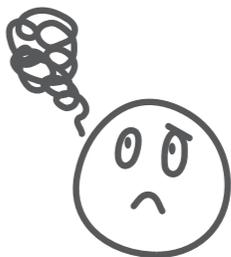
地域連携室ソーシャルワーカー 芦田・鈴木

リハビリ科から こんにちは

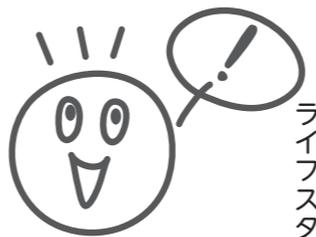


リハビリテーションって 何をやるの？

「入院して病気が治ったけど、ずっと寝ていたら足腰が弱って歩けなくなっちゃった。歩けないので自宅に帰るのが不安……」。



こんな入院中の**身体機能の低下**（廃用症候群）を予防・改善するのが、当院のリハビリ科の役割のひとつです。リハビリ医の指示のもと、ご病気の状態に配慮しながら**入院治療中**も積極的にからだを動かしていただいています。



その他にも、普段の生活状況やこれまでのライフスタイルをふまえ、生活面での工夫や環境の改善（家に手すりなどの福祉用具を設置するアドバイス）など、あらゆる手段を用いて「**その人らしい生活**」への復帰を目指すのがリハビリテーションです。

今号から、リハビリ科の取り組みを少しずつご紹介します。ちょっとした空き時間でできるリハビリ「**ちょこリハ**」と併せてご覧ください！

どんな人がリハビリを受けられるの？

調布東山病院に入院中で、身体機能の低下の予防・改善が必要な方にリハビリを提供しています。

退院してからも、ご自宅への訪問リハビリ・外来通院でのリハビリをご希望の方は……



介護度や病気・怪我の発症からの期間によって受けられるリハビリが異なります。まずは主治医かケアマネジャーにご相談ください。

ちょっとした空き時間に、
自分で簡単にできるリハビリをご紹介



足首上下運動

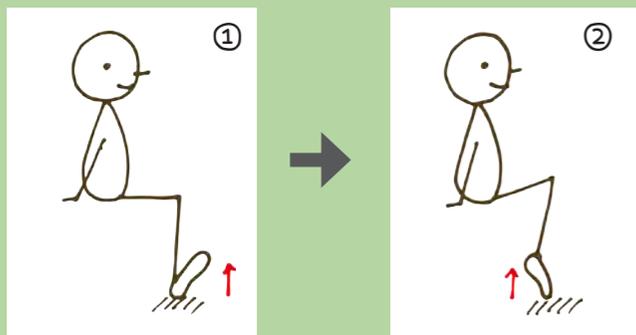
あしくびじょうげうんどう

その場でできる
自分でできる♪



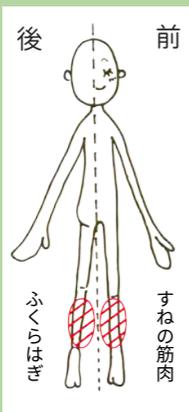
紹介するのは …… 訪問リハビリ*柴田安紀子（絵・文）

やり方 つま先、かかとを交互に挙げます。



なににどう効くの？

足首の上下運動をすることで足の循環を改善できます。循環を改善することでむくみ予防のほか、歩く前にふくらはぎ・すねの筋肉に適度な刺激を与えることができます。



リハビリいろは 作業療法

作業療法では、基本的な動作能力の向上を図りながら、日常生活につながる実用的な動作（食事・着替え・トイレ・入浴などの動作）や、家事などの応用的な動作の練習を行います。

また、様々な疾患で手や腕の機能が低下した場合は、手工芸や軽作業を行いながら機能の改善を図ります。

身体機能面にアプローチするだけでなく、精神面への働きかけも行い、生活の質の向上を図ります。

当院のひと工夫

作業療法 + 菜園

— 植物の成長を愛でながらリハビリを

より日常生活に近い環境で基本的な動作の練習ができるように、リハビリ室横のウッドデッキで野菜を栽培しています。ハサミを使って野菜を収穫したり、包丁で実を切り料理の練習をしたりと、身体機能の改善を目

▶ 実ったきゅうりを収穫



指す作業療法に菜園は大活躍。また、野菜の成長や色や匂いを五感で楽しむことで、精神の向上にも役立っています。

正解は、ゴーヤ（にが瓜）でした！



▶ ゴーヤの葉と花を使って紙皿の作品をつくりました

▶ 4年前から菜園を始めた竹内裕美リハビリ科長。今年もゴーヤ、ナス、モロヘイヤ、朝顔を栽培。ゴーヤや朝顔をツルは窓に這わせグリーンカーテンに。患者さまやスタッフに涼を感じさせてくれます！



▶ 収穫したきゅうりで包丁の練習



問題です！
この植物は
何でしょうか？

かわいらしい
蕾から……

元気な黄色い
お花が咲きました！

調布消防署

救急活動

訓練

行って参りました！

はじめに

年々増えつつける地域からの救急要請に 대응するため、調布東山病院は昨年8月から「救急病院」となりました。この1年で、救急車受け入れ件数は1.6倍の998件に増加しています（2016年度）。当院では、持てる力でたくさんの方々の皆さまに対応できるよう、多方面での取り組みを行っています。

そのなかでも、**地域を支えるさまざまな機関**といかに顔の見える**連携**ができるかは、救急診療の（医療全体にとってもですが）大切なポイントです。そこで、東山会の理事長と地域連携室スタッフが、**救急現場の生の姿**を知るため、救急車の要請があった時いち早く現場に駆けつけてくれる消防署の皆さんの訓練を見学してきました！

見学した人
小川聡子理事長
地域連携室
岡本真知



行って参りました！

見学したのは
6月16日開催
調布消防署
救急活動訓練



訓練スタート！



ピシッと整列する姿がかっこいいです！

「自宅で男性が食事中に苦しみだし、倒れるのを妻が目撃、呼びかけに反応しないため救急要請」という想定で訓練がスタート。消防署には救急隊と消防隊がいて、救急要請には通常、救急隊が出動します。しかしすぐ要請に対応できる救急隊がない時などは、消防隊にも同時に出動指令を出し、消防隊が現場に先に向かいます。これを「PA連携（※）」といいます。



（※）PA連携……「Pumper = 消防車」と「Ambulance = 救急車」の略です。

救急車との連携で、
傷病者の命をつなぎます。

まずは救急隊が出先から家族に電話し、状況確認や心臓マッサージなどを指導します。

消防隊が先に現場に到着し、救命活動開始。その約2分後、救急隊が到着し、消防隊と協力しながら救命活動を行い、同時に搬送先を決めます。実は救急救命士には種類があります。特定の**薬剤**が使える救命士、特定の**器材**が使える救命士などです。どんな救命士かにより、搬送までに行なう処置も変わるといふことですね。

訓練を見学してみても

小川理事長：救急車が病院に到着するまでに、救急・消防の方々がどれだけ傷病者の命を救うために真剣勝負をされているかがわかりました。調布東山病院一同も地域の救急チームの一員として、より多くの救急要請に応えられるよう努力していきます。

岡本：訓練といえど現場さながらの緊張感があり、救急は1分1秒を争う現場であると感じました。だからこそ、傷病者と救急隊の貴重な時間のために、救急車は本当に必要とする方に利用されなくてはなりません。救急とは何か、救急隊の皆さんが現場でどのように頑張っているのかなど、地域にもっと伝えていきたいと思いました。

搬送の際も、
消防車の力を発揮！



傷病者を救急車に乗せ、搬送先の病院へ出発。この際、現場が階段や狭い通路などでストレッチャー（※）での移動が難しいときには、消防車のはしこを使用することもありますが、消防隊と救急隊が協力すると、こんなメリットもあるのです。

ここまでの一連の流れを20分という短時間でを行い、アツという間に訓練は終了しました。



実際は救急車で救急病院へ搬送。ここから当院の出番です。



（※）ストレッチャー……車輪のきの担架のこと

救急車を呼んでいいものか迷ったら！ まずは「# 7119」に電話をしましょう！

東山会 活動日記

6月4日

桜ヶ丘東山クリニック 調理実習

調布たづくりにて、透析患者さま向け料理教室を開催しました。

メニューは『アジの南蛮漬け・インゲンの香味炒め・すいか』。管理栄養士が透析治療を考慮してつくったレシピをもとに、普段は目分量の調味料や食材もきちんと計量して調理しました。

「こんな量で味がつくかな？」「いつも食べている量と違うー」など声が飛び交い、45分ほどで完成。栄養士による果物に含まれるカリウムのミニ講義を受けながらおいしく会食しました。



6月24日 地域連携室主催 運動療法教室 ヒーリングヨガ

運動のキッカケづくりのため、地域連携室では月に1回患者さま向けの運動療法教室を開催しています。6月は、ヨガインストラクター2級の資



格を持つ当院医事課職員が講師をとめ、イスをつかったヨガで心もからだもほぐしました。なかなか運動をする機会のない方は、ぜひ一度当院の運動療法教室にご参加ください。

7月11日
第12回

調布医療連携カンファレンス

地域の医療機関の先生方をお招きして年に2回開催する調布医療連携カンファレンス。今回は、当院リハビリテーション科大熊るり医師が『摂食嚥下障害のリハビリテーション』



「最後の地域医療機関が丸となり患者さまの健康を支えていけるよう、地域の先生方をお招きした講演会を開催してまいります。」

この他にもたくさんの方の活動に取り組んでいます。東山会のブログで紹介していますので、ぜひ遊びにきてください！

山田隆 Dr. の 季節の植物図鑑 Vol. 6



ホタルブクロ

キキョウ科の多年草。日本各地の山野で見られる。茎は直立し、高さは30cm～80cm、種子のほか、地下のつる枝でも繁殖する。花期は6月～7月、花冠は長さ4～5cm、釣鐘型で先端は5裂し下向きに開く。色は淡紅紫色か白色。



文・撮影/山田隆(リウマチ科)

東山会
これからの



8月26日
土曜日

14時～15時 運動療法教室 ヒーリングヨガ

穏やかな音楽とアロマの香りで癒されながら、からだをしつかりとほぐします。毎回大人気の、当院医事課職員が講師をつとめるヨガ教室です。

会場／調布東山病院7階会議室
参加費／無料
申し込み／地域連携室
(042-481-5044)

10月21日
土曜日

14時～15時 第93回とうごん 生活習慣病教室

今回は『高脂血症(脂質異常症)の最新治療』がテーマです。加藤泰一医師(糖尿病内分沁内科・当院非常勤)が皆さまに分かりやすく、最新の治療についてお話をします。ご参加をお待ちしています。

会場／調布東山病院7階会議室
参加費／無料(予約は不要です)
問合せ／総務課
(042-481-5513)

10月29日
日曜日

8時30分～12時 第4回東山会 災害訓練

市役所、医師会、歯科医師会、薬剤師会、東京都柔道接骨師会と合同の災害訓練を開催いたします。今年度は慈恵第三病院と青木病院と同日開催です。災害時の地域の連携をより具体的に想定した訓練となります。

傷病者役ボランティアを募集しています！

災害訓練の際、傷病者役をお願いできる方を募集しています。もし自分や家族が地震によってけがをした時、病院ではどのような災害時の体制で対応をするのか体験していただけます。興味のある方は、お問い合わせください。



▲昨年の災害訓練でのボランティアの方向けオリエンテーション

11月14日～19日
土曜日

日没～21時まで 世界糖尿病デー ブルーライトアップ

11月14日は「世界糖尿病デー」です。糖尿病の予防や継続治療の重要性を伝えるこの日のモチーフカラーであるブルーの光で、調布東山病院をライトアップします。また、19日(日)には当院でイベントを予定。詳細は決まり次第、お知らせします。

7月2日
きたみんがモチーフのTシャツが完成しました！

7月2日に開催された昭和記念公園のトライアスロン大会に、当院の透析センター看護部3名からなるトライアスロンチーム「ArdenMade」が出場しました。応援に駆けつけた仲間がおそいで着用したのがきたみんをモチーフとしたTシャツです！ かわいいデザインに大喜びのきたみんでした。



▲背中にはきたみんの足跡があらわれています

今後の予定！
8月27日(日)
第26回調布観光フェスティバル
きたみんが参加します！

8月26・27日(土・日)に調布市役所前庭広場で催される「調布観光フェスティバル」。きたみんは27日(日)13時半頃からステージで開催のキャラクターグリーティングに参加します！地域の皆さまとの交流を楽しみにしています。



▶昨年の様子。子どもたちと旗揚げゲームをしました！

Twitterでもっと詳しいきたみんの活動を紹介します！
@kitamin1031

6月29日
ひだまりサロン「自主トレたんぽぽ」さんでの講演

ひだまりサロン「自主トレたんぽぽ」さんは、地域の方々が自由に参加し椅子に座ってできる体操を行っているサロンです。毎週木曜日の10時～11時30分に、富士見地域福祉センターで開催されています。運動の他にも様々な講演が開催されており、6月29日には、当院の訪問看護師が「暑くなる前の熱中症対策」をテーマにお話をしました。講演後には、血圧測定と健康相談を行い、参加者の皆さまと楽しい時間を過ごすことができました。



参加者は39名。質問タイムには、熱中症の実体験談をお話くださった方も。



当院のケアマネジャーも血圧測定と健康相談を担当しました。

7月20日
調布市主催
ヘルスアップ教室

昨年につづき、熊谷真義医師（糖尿病内分泌内科）が調布市内の小学校4・5・6年生とその保護者を対象に「生活習慣病」教室の先生をつとめました。「Dr.くまがいにつづけ！生活習慣病を学ん

で子どもドクターになろう」と銘打ち、クイズを盛り込んだ講義やカードを使ったゲームで生活習慣病について学びました。最後は児童たちに「子ども医師免許証」を授与。子どもドクターとなった児童たちに、家族の健康を守ってもらう約束をしました。開催日は一学期の終了日。これから夏休みを迎える児童に、自由研究にぴったりの学びをプレゼントして、会は終了しました。



病名を一人一文字ずつ答えるクイズでは、みんなが力をあわせて全問正解しました。すごい！



オリジナルゲームでからだをめいっぱい動かししました。

10月21日(土)
「ちょうふ地域見守り訓練」
参加者を募集しています！

昨年10月、多摩川地区で行われた「地域見守り訓練」が今年も開催されます。この訓練は、「認知症の方が行方不明になった」という想定で、認知症の高齢者に扮した方を探すというものです。まちの中で、「自宅に帰れない」「どこに行くつもりだった

気になる！
調布東山病院のお隣について

9月29日(金)、工事が続いていた調布駅周辺に「トリエ京王調布」がついにオープン！「調布らしい、ちよっとステキな生活」をコンセプトに、全3館が開店します。当院のお隣の館には、シネマコンプレックス「イオンシネマシアタス調布」が入店。病院周辺が華やかに生まれ変わりそうです。

「映画のまち調布」を体現するランドマークがお隣にオープンするなんて嬉しいワウ！きたみんなもさっそく映画を観に行きたいワウ～♪



▼ムギイカ焼き。
▲オコゼ、イサキ、ウニ、ボタンエビなど刺身の盛り合わせ(3人前)



▲アナゴと茶そばの海苔巻き寿司はゆず胡椒をつけて



その時々には食べたい料理を味わえます。魚料理が中心とはいえ、若いお客さんも多いことから鴨などの肉、またリクエストがあればピザも焼くというご主人。自家製の梅酒やポン酢もぜひ味わいたい逸品です。近所の方はもちろん、狛江、下北沢、代々木上原時代のお客さんも通うのは、ご主人の温かい笑顔と美味しい料理に会えるから。カウンターに並んだお客さん同士のおしゃべりも楽しく、食と酒がまた進みます。

旬の魚 調布野菜処 もりとく

- 調布市国領町 5-72-1 (京王線布田駅徒歩1分)
- 営業時間 / 17時～23時
- 定休日 / 月曜日
- 電話 / 042 - 444 - 1388

あっ！調布にこんなところが

調布の野菜と新鮮魚介を楽しめる隠れ家

もりとく

一人でふらりと、はたまた気心が知れた仲間と美味しい肴と酒を求めて訪れたいのが京王線布田駅から徒歩1分の「もりとく」です。店内はカウンター8席のみ。壁にかけられた黒板には、ボタンエビ刺身、新子酢メ、水茄子サラダ……と、その日オススメの新鮮な魚介や野菜を使った料理がずらりと並びます。

ご主人の高橋さんは、39年前に狛江市で店を開いてから下北沢、代々木上原とまちを移り、2014年に布田駅前にもりとくを開店。以前から調布には野菜を仕入れに訪れており、調布産の美味しい野菜に惹かれたのがこの地を選んだ理由のひとつのことです。魚の仕入れはバイクで築地へ。暑い夏にはオコゼなど夏魚の刺身、火照ったカラダを落ち着かせてくれる冷たい茶碗蒸しと、いつ来ても四季折々、



まちの中の東山会

きたみんカーが
調布・喜多見のまちを
今日も元気に走っています！



喜多見東山クリニック
(人工透析) 送迎車



調布東山病院 社用車

医療法人社団 東山会

調布東山病院
Chofu Touzan Hospital

診療予約
042-481-5558

ドック・健康診断
042-481-5515

喜多見東山クリニック
KITAMI TOUZAN CLINIC

03-5761-2311

桜ヶ丘東山クリニック
SAKURAGAOKA TOUZAN CLINIC

042-338-3855

～皆さまの投稿をお待ちしています～

本誌をご覧になったご意見・ご感想をお寄せください。

●募集内容／

①本誌の感想 ②日々の楽しみや最近嬉しかったこと

●投稿方法／①・②を記載した紙（書式は問いません）に、年齢・性別をご記入いただき、調布東山病院に設置している“ご意見箱”にご投函ください。

※ご投稿いただいた内容は、広報誌に掲載させていただくことがあります。

編集後記 いよいよ本格的な夏を迎えましたが、気象庁の長期予報では今年は例年より暑い夏になるそうです。クールビズの定着で昔に比べればずいぶん過ごしやすくなりましたが、それでも厳しい……。こまめな給水、扇風機も使いながら、無事にこの夏を乗り切りたいものです。

編集 / 発行

医療法人社団東山会 経営企画部広報課

TEL: 042-481-5583 FAX: 042-481-5535