

あなたの健康 みんなの幸せ

# 博愛すまいるんが

Enjoy Smile Up!

38

夏号 2025

Free  
Magazine

♥教えてDoctor

## 身近なアレルギー

アレルギー疾患内科部長 富田桂公医師

♥きらりWorks

病院で活躍する「介護のプロフェッショナル」介護福祉士

♥同愛会Link

始動! 保護者支援プロジェクト ~専門職が行う子育て支援~

博愛こども発達・在宅支援クリニック 院長 玉崎章子

♥博愛News

ドック健診センター 米子市乳がん・子宮がん検診予約受付中

ふくよね博愛クリニック 米子市健診受付中

おしかけ出前講座 予約受付中

5分間クリニックテレビ放送決定

♥外来診療担当医師一覧表 2025年7月~



社会医療法人同愛会  
Doaikai Social Healthcare Corporation

博愛病院

# 教えてDoctor

身近なアレルギー



アレルギー疾患  
内科部長

Tomita Katsuyuki  
富田 桂公



鳥取大学 昭和62年卒

【主な所属学会と資格】

- 日本内科学会（総合内科専門医）
- 日本呼吸器学会（呼吸器専門医・指導医）
- 日本アレルギー学会（アレルギー専門医・指導医）

## “アレルギー”って何？

体の外から入ってきた物質に対して、体の外に追い出そうと体が過剰に反応してしまう状態のことを言います。厚生労働省の調査によると、現在、国民の3人に1人が何らかのアレルギー疾患にかかっているとされています。アレルギーは、体に侵入してきた物質を「危険」と誤認識してしまうために起こります。私たちの体には、元来、細菌・ウィルス・寄生虫などの感染性微生物や異物などから、身を守るための「免疫」という仕組みがそなわっています。アレルギーの原因となる物質を「アレルゲン（抗原）」と言います。私たちの身のまわりには、食物、花粉、ダニ、PM2.5などの多くのアレルゲンが存在します。このアレルゲンが体の中に入ると異物とみなして排除しようとする免疫機能がはたります。この免疫の動きが、現代文明による環境やライフサイクルの変化によって機能異常を起こしてしまった状態が「アレルギー」です。こうしたアレルギーによる病気には、ぜんそく、アレルギー性鼻炎、アトピー性皮膚炎、食物アレルギー、アレルギー性結膜炎などがあります。

## “アナフィラキシー”って何？

アレルギー反応が体のあらゆる部位で生じ、アレルゲンに対して体が全体が反応する状態をいいます。生命に危険が及ぶ可能性がある状態です。人間の体に合わないものが体内に侵入した場合に、即座に排除するように体中に警戒網が張り巡らされています。特に、“肥満細胞”（太っているヒトが持っているという意味ではありません）と呼ばれる細胞は、全身に分布しており、肥満細胞を集めると肝臓の重さ（松葉ガニの重さ：およそ2kg）と同じ程度存在しています。この警戒網が異物に反応することで、すぐに体の外にだそうと作用します。アレルゲンが体に入ってくると、異物を排除するためにかゆくするヒスタミン、異物を全身に入れずに留まらせるために腫れ上がらせるロイコトリエン、ブラジキニンと呼ばれる生体内物質が肥満細胞より放出されます。全身の中でも、喉（のど）が腫（は）れたり、血圧が低下する反応がでると、命に関わります。呼吸が苦しくなる、血圧が下がる、意識がもうろうとするなどの症状が出た場合は、救急車を呼ぶ必要があります。アナフィラキシーを繰り返す方には、携帯用アドレナリン自己注射（エピペン）を常備し、反応時に自分で筋肉注射することもあります。

## アレルギー曝露 + どれかふたつ

アレルギーの原因物質との接触



## “食物アレルギー”って何?

アレルギーの原因となる物質「アレルゲン」を含む食べ物、鶏卵、牛乳、小麦、そば、ピーナッツなど、特定の食べ物を食べたときに、速やかに口周囲の発赤や口腔内の腫れ、違和感、喉(のど)の痛みや違和感、吐き気、下痢症状などが起きるアレルギーです。場合によっては、先ほどの全身アレルギー反応である「アナフィラキシー」にまで症状が及ぶこともあります。食物アレルギーの中には、「口腔アレルギー症候群」と呼ばれる疾患があります。これは、特定の果物や野菜を食べた後に、口や喉(のど)にアレルギー症状が出る病気です。唇や舌、口の中、喉(のど)に、かゆみ、腫れ、ヒリヒリ感などが出ます。まれに鼻や眼に花粉症様症状が出ることもあります。多くの症状は口腔内に限局し自然に消滅しますが、時に消化器症状が誘発されたり、大豆(特に豆乳)やセロリ、トマトではアナフィラキシーなど全身症状を呈することがあります。野菜や果物に含まれる蛋白質は多くの場合、加熱処理や酵素処理などにより分解・変性されるため、症状がでないことが多いです。野菜・果物に含まれるアレルゲンの元は、それらが持っているタンパク質に対する対抗物質で、これらの物質に対して、人間が過剰に反応を起こしていると考えられています。

## パンケーキ症候群(経口ダニアナフィラキシー)

小麦粉やお好み焼き粉などの粉にダニが繁殖し、死骸(しがい)に対するアレルギーを言います。ダニはタンパク質などの「うまみ成分」を好むため、小麦粉やお好み焼きの粉に繁殖しやすく、開封後数ヶ月間から数年にわたって室温保存していた粉やホットケーキミックスなどの粉製品を使って調理することで発症します。高温多湿となる梅雨～夏が要注意です。ダニアレルゲンは、ダニが持つ消化酵素がアレルゲンになっており、熱に強く、加熱調理してもアレルギー症状の発現を防ぐことはできません。使わなくなった粉製品は冷蔵庫に保存するようにこころがけてください。

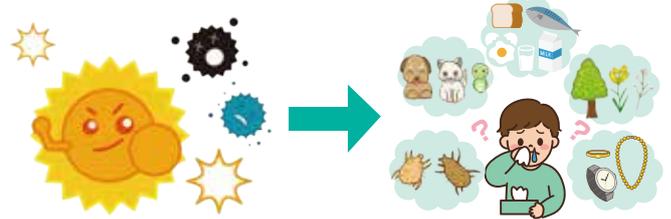


## “免疫寛容療法”って何?

「アレルギー」の治療は、これまで、症状を抑える対症療法と「君子危うきに近寄らず」のアレルゲンを避ける療法の二刀流でした。ひと昔までは、幼児・小児期の食物アレルギーでは、体に合わない食べ物は食べないのが一般的でした。しかし、最近、免疫システムが体内の異物に対して排除するのではなく、受け入れる状態(寛容)にする体質改善治療、すなわち「免疫寛容療法」が行われはじめています。免疫システムは大変よくできており、体に無害な物質が入ってきたら、制御性T細胞(Tレグ)と呼ばれるリンパ球が働き、アレルギーは起こりません。アレルギーがある人は、このシステムがうまくいっていないと考えられています。「経口免疫寛容療法」とは、アレルゲンを少量の摂取から始めて、アレルゲンを腸管が「味方だ!!」と思いこませることで、過剰なアレルギー反応を起こさない治療方法です。幼小児期にはじまった食物アレルギーの自然経過をみると、成人を過ぎるとアレルギー反応は弱くなり、少しずつ食べられるものが増えています。完全治癒とはいきませんが、そのようなアレルギーは成長とともに治まる可能性があります。残念ながら、成人から発症した場合、ピーナッツ、木の実、魚、または貝類などの抗原に対してはアレルギーが残ると考えられています。そうしたアレルギーが残っている方々には、「経口免疫寛容」を試してみられたらいかがでしょうか?この治療には専門的知識が必要ですので、ご相談して頂きましたら幸いです。

### 制御性T細胞の機能低下

### 免疫が暴れ出す



## 終わりに

令和7年4月より当院では、山陰で初めて、「アレルギー疾患内科」という科を立ち上げました。アレルギー疾患にかかってしまった患者さんに、アレルギーについての情報を提供し、内服薬・外用薬にて症状が少しでも軽減できるように治療を行っていきたく考えています。さらに、当院では、成人で食物アレルギーをもつ患者さんに「免疫寛容療法」を行っております。内科以外の専門科の治療が必要な場合には、紹介もさせていただきます。気軽にご相談ください。

## 病院で活躍する 「介護のプロフェッショナル」 介護福祉士

博愛病院には、治療やリハビリ、長期療養など、さまざまな目的に応じた病棟があります。そこで介護福祉士は、患者さんやご家族に寄り添い、専門的な介護ケアで毎日の暮らしを支えています。

### 介護福祉士とは？

介護を必要とする人の日常生活をサポートする、介護分野における唯一の国家資格です。

専門的な知識や技術を活かし、身体介護や生活援助、相談・助言、チームマネジメントなど、幅広い業務を担っています。患者さん・ご家族の思いや背景に寄り添い、「その人らしい暮らし」を支える専門職です。



### 病院での介護福祉士の役割

病院における介護福祉士は、医療と介護の架け橋として、患者さん一人ひとりにあった安心して療養できる環境づくりに日々取り組んでいます。

#### 身体介助

入院中の患者さんが安心して日常生活を送れるよう、食事・排泄・入浴・移動などの介助を行い、患者さんをサポートします。

#### 看護師の補助業務

配膳、医療機器の準備・洗浄・消毒、患者さんの診察・検査・リハビリ等の付き添い、物品の発注・補充など、看護助手としての役割も担っています。

#### 多職種との連携・チーム医療の一員

医師・看護師やリハビリスタッフなどと連携しながら、患者さんにとって最適なケアを提供しています。チームの中で介護の専門性を活かし、質の高い医療を支えています。

#### 退院後を見据えた支援

患者さんが退院後も安心して暮らせるよう、生活動作のサポートやリハビリ介助などの自立支援にも取り組んでいます。介護福祉士の目線から退院後の生活への提案などを行い、看護師、リハビリスタッフと共に退院支援に取り組んでいます。

また、患者さんご家族への介護指導なども行っています。

## 専門性を活かした業務

### 身体介助

介護福祉士は、「安全な移動・移乗の方法」「着替え・排せつ・入浴の介助技術」「体位変換」「褥瘡予防」「尊厳を守るケア」など、患者さんや介護する側の負担を減らすための専門的な知識と技術を身につけ、患者さんが安心して過ごせるよう支援します。



療養病棟では、患者さんお一人に対して介護福祉士2名で入浴介助を行っています。入浴は身体を清潔に保つだけでなく、患者さんにとって大きな楽しみのひとつでもあります。そのひとときを心地よく過ごしていただけるよう、私たちは常に寄り添ったケアを心がけています。

また、入浴時には皮膚の状態を丁寧に観察し、ただれや発赤といったスキントラブルを早期に発見・対処できるよう努めています。療養病棟では、人工呼吸器を使用されている患者さんも多くおられます。その場合の入浴は、主治医や臨床工学技士(ME)が見守りながら、安全面に万全を期して実施しています。お話ができない中でも「湯船が気持ちよかった」と感じ取れる患者さんの表情やご家族から「こんなに清潔にしてくれてありがとう」「お風呂の後は、表情がやわらいでいるよ」といったお言葉をいただいた時にこの仕事に就いて良かったと感じています。

## 退院後を見据えた支援

退院後も安心して日常生活を送れるように、入院中から生活動作の支援やリハビリ介助を行い、ご本人とご家族の不安に寄り添います。

「家に帰ったあと、どう暮らすか」を一緒に考えることで、安心して退院の日を迎えられるようサポートします。



リハビリ病棟では、入院期間が長くなる患者さんも多く、毎日の変化が感じにくく、心が疲れてしまう状況に陥りやすくなります。入院生活でもモチベーションを維持してリハビリに励んでいただくためには、季節を感じたり、感情を出したりすることが大切です。そのために楽しんだりチャレンジしたりする企画を考えるのも介護福祉士の役割です。普段は静かな患者さんが笑顔で歌声を響かせたり、身体の不自由な状況でも参加される姿を目の当たりにすると、心打たれ、「もっと寄り添いたい」「力になりたい」という思いが湧いてきます。

また、自宅への退院を目指す方には、ご家族への介護指導も行いますが、何度も練習を重ね、「これで自宅でも安心して生活できそう」とお聞きすると、患者さん・ご家族の一助になった喜びを感じます。

介護福祉士としての知識と経験を活かし、入院生活のなかで患者さんが少しでも笑顔になり、心あたたまる時間を過ごし、希望をもって次のステップを見つけていただけることが私の役目だと考えます。これからも、心を込めて支援してまいります。

## 試してみよう!

### 簡単にできる脱水状態かの確認方法



手の甲を軽くつまんでみて下さい。皮膚がよれたまま戻らなければ、脱水状態かもしれません。水分は摂っているつもりでも不足していることがあります。特に高齢になると外気温や喉の渇きがわかり難くなります。こまめな水分補給で血管の病気予防をしてくださいね。

### 立ち上がり時や座る時のあの掛け声



#### 「どっこいしょ!」の効果

掛け声を出すことで脳にも刺激が伝わり、声を出さない時に比べて力が発揮でき、更にタイミングも上手くなりやすくなります。恥ずかしがらず声を出しましょう。

## 始動!保護者支援プロジェクト ~専門職が行う子育て支援~

日々の子育ての中で、イライラしたり、不安になったり、後悔したりすることは、誰でもありますよね。育てにくさを感じている中で「子どものせいだけなのか?」「自分の関わり方が悪いのか?」と悩むこともあります。一方、病気や障がいのある子どもを育てていくことへの不安や孤立感を感じておられる保護者さんもおられます。

博愛こども発達・在宅支援クリニックでは、保護者の思いに寄り添いながら子育てをサポートすることを目的に「保護者支援プロジェクト」を開始します。「保護者支援プロジェクト」は以下の通りです。

### 1.ペアレント・トレーニング



ペアレント・トレーニングは1970年代に米国で開発されて以来、英国、カナダ、日本等多くの国で用いられている保護者支援の方法です。応用行動分析をもとに、子どもの行動を理解し、適切な対応方法を保護者が身に付けていくことのできるプログラムで、保護者が日常生活の中に取り入れていくことができます。子どもの不適応行動を減らし、適応的な行動を増やしていくという点について、一定の効果が報告されています。

6人程度の小さなグループで安心して学ぶことができます。9月から開始して、全7回のシリーズを予定しています。(※自己負担いただく金額があります。お子様の診察券が必要です。)

#### ペアレント・トレーニングプログラム(予定)

第1回	ペアレント・トレーニングとは	第5回	子どもが達成しやすい指示を出そう
第2回	子どもの行動観察と3つのタイプ分け	第6回	待つから褒めよう~上手な注目の外し方~
第3回	行動のしくみを理解しよう	フォローアップ	学んだことの振り返り
第4回	楽しくほめよう~環境調整とスペシャルタイム~		

### 2.保護者への心理カウンセリング



ペアレント・トレーニングが少人数のグループであるのに対し、心理カウンセリングは公認心理師と一対一で行います。子育てに関する悩みや不安を抱えている保護者を対象とした心理的な支援を行います。「子どもへの向き合い方を変えたいけど、どうしたらいいかわからない」「怒ってはだめだということは分かっているけど、どうしても怒ってしまう。自分の感情がコントロールできない。」「子育ての悩みを聞いてほしい」などの気持ちに寄り添い、一緒に解決方法を考えていきます。

(※自己負担いただく金額があります。お子様の診察券が必要です。)

### 3.配慮が必要な子どもが安心して病児保育を利用できる体制整備



「初めての場所が苦手なので、病児保育に預けるのが心配」「言葉が遅くてコミュニケーションがとれないけど、普段関わりのないところに預けてもいいだろうか」「落ち着きがなくて動き回るので、他の子やスタッフの迷惑になるのではないかと心配」など、病児保育利用を考えている保護者さんからの心配の声があります。その心配は当然のことです。子どもも体調が悪い中、普段と違うところで過ごすのはストレスを感じるかもしれません。そんな子どもと保護者の不安を軽くするために、病児保育施設を子どもと一緒に見学してもらったり、子どもの様子やどんな配慮があればよいかを事前に看護師が聞き取ったりします。病児保育利用を希望する当日ではなく、普段体調の良いときに保護者と子どもの様子や関わり方を共有することで、みなさんが安心してご利用いただけると考えています。事前の見学や情報共有についてご希望がある場合は、下記へお電話ください。

お問い合わせ先



博愛こども発達・在宅支援クリニック  
0859-29-8010



病児保育かるがも  
0859-29-1115

病気や障がいがあってもなくても、子育ては大変なものです。保護者さんたちが苦しさや悲しみ、孤独を感じながらも、頑張って子育てに向き合っておられるのを日々の診療の中で感じています。保護者の体と心が元気でないと、子どもたちも元気に過ごすことができません。悩みがゼロになることはありませんが、どんな気持ちで向き合っていけばよいか、子どもたちのために皆様と一緒に考えていきたいと思ひます。



# 博愛 News

## 米子市乳がん・子宮がん検診 予約受付中

令和7年度の米子市がん検診(乳がん・子宮がん検診)の予約受付を開始しました。どちらも完全予約制です。お電話またはドック健診センター窓口、WEB申込等でご予約のうえお出かけください。

WEB申し込みは  
▼こちらから▼



### 予約方法

- ・ドック健診センター直通TEL 0859-48-0880  
(予約受付時間 平日10時~15時)
- ・WEB申込(24時間対応)

### 乳がん・子宮がん検診 混雑予想

7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月
					混雑	混雑

受診期限間近(12月、1月)は大変混み合います。お早目にご予約ください。

ドック健診センターでは人間ドックをはじめ、各種健診の予約を受付中です。お気軽にお問い合わせください。

### 人間ドック・各種健診

WEB予約 24H受付中

WEB予約で  
V-POINTが貯まる!

## おしかけ出前講座 予約受付中

地域みなさんに病気の予防や早期発見・早期治療の大切さを再認識していただくために、おしかけ出前講座を行っています。団体・企業・グループ等で参加者が10名以上あれば、会場までおしかけて、講座を開催します! 講座はすべて無料です。お気軽にご注文ください。

## おしかけ出前講座

注文受付中 あなたの健康を守りたいから大切なこと 伝えさせてください

講座メニュー  
リニューアル  
しました!

充実したメニュー **41項目68講座**

講座はすべて **無料!**

【お問い合わせ先】  
TEL:0859-29-1100(広報担当まで)

おしかけ出前講座お申込み



## ふくよね博愛クリニック 米子市健診受付中

令和7年度の米子市健康診査において、以下検診の受付をしています。お気軽にお問い合わせください。

特定健診 大腸がん検診 肺がん検診 肝炎ウイルス検査

TEL (0859) 21-0171

がんや生活習慣病などの早期発見と、健康づくりに役立てていただくために、年1回の定期健診を受けましょう。

### 健康増進にお役立てください

### 健康教室のご案内

- テーマ 伸ばそう健康寿命
- 日時 令和7年7月31日(木)  
14時00分~(1時間程度)
- 講師 介護老人保健施設やわらぎ  
看護師長(転倒予防指導士)  
土井 恵子
- 場所 ふくよね博愛クリニック  
(米子市東福原7丁目10-3)
- 持ち物 飲み物とタオルをご持参ください



参加費無料・申込み不要 どなたでもお気軽にご参加ください。

## 5分間クリニックテレビ放送決定

中海テレビ放送さんと共同で予防医療についての番組を制作中です。月1回のシリーズで、視聴者のみなさんが日常生活で取り入れやすい健康情報をお伝えします。中海テレビ放送 コムコムスタジオニュース内で放送予定です。



放送日程  
毎月第1木曜日  
18時00分~

番組名  
5分間クリニック  
~予防医療で  
毎日えがお~



### 放送予定

- 令和7年 8月7日(木) 健康寿命とは?
- 9月4日(木) フレイル予防(体操ストレッチ)
- 10月2日(木) オーラルフレイル予防(体操・ストレッチ)

※番組は事情により、予告なく変更・休止となることがあります。

# 博愛病院 外来診療担当医師 一覧表

令和7年7月1日現在

診療科目		月	火	水	木	金	
内科	午前	1 診 (循環器内科)	ペースメーカー外来 田中 保則	田中 保則	井川 剛	田中 保則	井川 剛
		2 診 (消化器内科)	藤井 雄基	浜本 哲郎	花田 匠	藤井 雄基	浜本 哲郎
		3 診 (脳神経内科)	足立 晶子	●鳥取大学医師 (診療:9時~)	足立 晶子	安井 建一	安井 建一
		4 診 (肝臓内科)		松本 栄二	堀 立明	松本 栄二	堀 立明
		5 診 (糖尿系内科・内分泌内科)	藤岡 洋平	竹内 龍男	藤岡 洋平	竹内 龍男	藤岡 洋平
		6 診 (呼吸器内科)	山本 司生	●鳥取大学医師 (診療:9時~)	西井 静香	山本 司生	西井 静香
		7 診 (アレルギー・疾患内科)	富田 桂公		重白 啓司 (総合診療内科)	富田 桂公 (アレルギー・疾患内科)	重白 啓司 (総合診療内科)
		8 診 (消化器内科)	岸本 幸廣			●鳥取大学医師 (総合診療内科・血液内科) (第1・第3・第5) (診療:9時~)	岸本 幸廣 (消化器内科)
	禁 煙	重白/山本/西井 交代 (診療:14時~)					
	午後	予約再来					
外科	午前	1 診	竹本 大樹	安宅 正幸	近藤/竹本/安宅 交代	竹本 大樹	安宅 正幸
		3 診	近藤 亮	角 賢一	[アミノインテックス外来] 木村 修	近藤 亮	角 賢一
		午後	予約再来				
	乳 腺 ※午後(予約制) (14時~15時30分)	午前 午後		角 賢一	角 賢一 (新患のみ)		角 賢一
		廣岡 保明	角 賢一	廣岡 保明/ 角 賢一 (新患のみ)		角 賢一 (新患のみ)	
腎臓外科	午前/午後	杉谷 篤	杉谷 篤	杉谷 篤	杉谷 篤	杉谷 篤	
整形外科	午前	1 診	根津 明菜	岸 隆広	根津 明菜	中村 達彦	岸 隆広
		2 診		中村 達彦	●鳥取大学医師 (診療:9時~)		●奥野 誠 (第1・第3・第5)
		3 診	●岸本 英彰 (診療:9時~)			三木 純	
		人工関節	●岸本 英彰 (診療:9時~)				
	骨粗鬆症	●岸本 英彰 (診療:9時~)	中村 達彦		中村 達彦		
	午後	三木 純 (診療:14時~)	三木 純 (診療:13時~)		三木 純 (診療:14時~)	三木 純 (診療:14時~)	
リハビリテーション科	午後		岸 隆広			岸 隆広	
産婦人科	午前	片桐 千恵子	下雅意 るり	下雅意 るり	片桐 千恵子	石原 幸一	
	午後	片桐 千恵子(第1・第3・第5) 石原 幸一(第2・第4)	片桐 千恵子	石原 幸一	下雅意 るり		
	女性内分泌・思春期 (14時~16時)					片桐 千恵子 (予約制)	
泌尿器科	午前 (受付:11時まで)	●鳥取大学医師 (診療:9時~)			●鳥取大学医師 (診療:9時30分~)	●宮川 征男	
眼科	午前	小松 恵子 (予約外:~11時まで)	山崎 厚志 (予約外:~10時まで)	小松 恵子 (予約外:~11時まで)	山崎 厚志 (予約外:~10時まで)	小松 恵子 (予約外:~11時まで)	
	午後	山崎 厚志 (予約外:~15時30分まで)		山崎 厚志 (予約外:~15時30分まで)			
放射線科	午前・午後	中村 希代志	中村 希代志/ ●鳥取大学医師	中村 希代志	中村 希代志	中村 希代志	
皮膚科	午後 (受付:13時30分~16時まで)				●鳥取大学医師 (診療:14時~)		
ドック健診センター	1 診	鶴原 一郎		鶴原 一郎		鶴原 一郎	
	2 診		工藤 浩史	工藤 浩史	工藤 浩史		
	3 診	木村 修	木村 修		木村 修	木村 修	

※内科、外科、整形外科の午後は原則、予約再来ですが、救急、紹介患者さんにつきましては従来通り対応しています。  
 ※●は非常勤医師です。  
 ※各診療科とも緊急手術等のため休診となる場合もあります。



100年後の未来のために  
私達が出来ること  
医療の現場からSDGs



受付・診療時間	午前	午後
受付時間	8時00分~12時00分まで	14時30分~16時00分まで*
診療時間	8時30分より	15時00分より

お問い合わせ

〒683-0853 鳥取県米子市両三柳1880番地  
**TEL(0859)29-1100(代)**

※予約はこの限りではありません