ほやほや

Japanese Red Cross Fukui Hospital

福井赤十字病院広報誌
vol.089
令和7年4月発行

日本赤十字社 Japanese Red Cross Society 福井赤十字病院

100周年 これからもずっと皆さんとともに

帯状疱疹について
教えてドクター【リウマチ・膠原病内科】
市民公開講座を開催
令和7年4月より新たな身だしなみルールへ
救急外来受診時の初診時の特別料金について
調理師おすすめレシピ
受付時間の変更のお知らせ

調理師おすすめ

新玉ねぎのツナチーズ焼き

春野菜が美味しい季節になりました。その中でも新玉ねぎは皮が薄くてみずみずしく、辛みが少ないのが特徴です。普段の玉ねぎとはまた違った味わいを楽しめます。「新玉ねぎは生で食べるのが一番！」という方も多いのではないでしょうか。

今回はあえて、加熱して手軽に作れるアレンジメニューを紹介します。電子レンジを使うので簡単に調理できるのも嬉しいポイント。「生で食べるのは少し飽きたかも？」という時に、ぜひ、お試しください！

担当：調理師 松川 友見

材料（2人分）

- 新玉ねぎ …… 1個（200g）
- ツナ缶（水煮） …… 1缶（70g）
- ピザ用チーズ …… 大さじ3
- 塩こしょう …… 少々
- きざみのり …… 少々
- ★ソース
  - ・マヨネーズ …… 大さじ1
  - ・ケチャップ …… 大さじ1

作り方

❶新玉ねぎは皮をむき、8等分のくし切りにする。

❷耐熱容器に新玉ねぎを入れて塩こしょうをし、ふんわりとラップをして、600wのレンジで1分半加熱する。

❸ボウルに★を入れて混ぜ合わせ、汁気を切ったツナと混ぜ、❷の上にのせる。

❹ピザ用チーズを上にちらし、トースターで焼き色がつくまで4分程度加熱する。

❺仕上げにきざみのりをちらして完成。

栄養量（1人分）

エネルギー……230kcal　脂質……16g
たんぱく質……11g　炭水化物……10g
塩分……1.1g

受付時間の変更のお知らせ

令和7年4月1日から、外来患者さんの各種受付開始時間が変更になりました。

変更項目	変更前（～3月31日まで）	変更後（4月1日以降）
自動再来受付機の稼働開始時間	午前7時45分	午前8時00分
採血受付開始時間	午前7時45分	午前8時00分
各科外来窓口の受付開始時間	午前7時45分	午前8時15分
中央受付の受付開始時間	午前8時00分	午前8時15分

外来診療開始時間は、午前8時30分のままで変更はありません。

採血がある場合は、自動再来受付機で受付後、各科外来窓口に寄らず、そのまま採血受付で受付票を提出ください（採血終了後は各科受付開始時間までお待ちください）。

今月の医療記事／皮膚科

アトピー性皮膚炎、尋常性乾癬に生物学的製剤が使えます

アトピー性皮膚炎や尋常性乾癬の治療の基本は外用療法となりますが、重症・難治の症例では全身療法が必要となってきます。全身療法の選択肢として生物学的製剤（抗体治療）があり、非常に高い効果が期待できます。

当院は生物学的製剤の承認施設であり、抗体治療が可能です。

お悩みの方はぜひご相談ください。

福井赤十字病院

理念
人道・博愛の精神のもと、県民が求める優れた医療を行います。

基本方針
- 患者さんの権利と意思を尊重し、協働して医療を行います。
- 安全と質を向上させ、優しい医療を行います。
- 人間性豊かで専門性を兼ね備えた医療人を育成します。
- 急性期医療・疾病予防・災害時医療に積極的に取り組みます。
- 保健・医療・福祉と連携し、地域社会に貢献します。

〒918-8501
福井県福井市月見2丁目4番1号
TEL.0776-36-3630㈹
FAX.0776-36-4133

HP

広報に関するご意見、ご感想をお待ちしています。

読者アンケート

ほやほや

“ほやほや”と納得できる情報、できたて“ほやほや”の情報をみなさまに提供していく季刊発行の情報誌です。院内の広報委員で毎回その季節に合った特集を組み、お役に立てる情報を掲載すべく病院各部門のスタッフそれぞれから原稿を集め誌面を制作しています。

100周年
これからもずっと
皆さんとともに。

ごあいさつ

院長
小松 和人

福井赤十字病院は2025年（令和7年）4月、創立100周年を迎えることができました。皆さんとともにこの記念すべき年を迎えられたことを大変喜んでいます。

さて、当院は福井県の公的病院では最も長い歴史を誇る病院です。これまでの当院の歩みを年表にまとめましたのでご覧ください。また、100周年を迎えるにあたってさまざまな記念行事を催行予定としております。

当院は地域の基幹的な病院であり、これまでと変わらず救急を含む急性期の患者さんを中心に診療いたします。

さまざまな医療機器と高度な医療技術を駆使して困難な疾病に立ち向かいます。また、周囲の関連医療機関や施設と連携を密にし、切れ目のない医療を行なってまいります。疾病の予防や災害医療に積極的にも取り組みます。

当院は次の100年をも見据えた中・長期的な病院の行く末につき考えを巡らせ、福井市月見の地で地域の皆さんに信頼される病院であり続けるために、全職員が力を合わせて、さまざまな課題を乗り越えてまいります。

日本はこれまでに経験のない人口減少、少子高齢化の時代を迎えました。当院はこういった時代の激変に柔軟に対応してまいります。

今後とも皆さんの一層のご支援をお願いいたします。

記念行事

- 6月頃　診療科・治療法を紹介する書籍の出版
- 6月　100周年記念式典の開催
- 9月　100周年記念特別市民公開講座の開催
- 10月　100周年記念病院祭り

日本赤十字社 福井赤十字病院
Japanese Red Cross Society

100周年記念ロゴ
福井赤十字病院が100年間、ずっと「人」・「愛」を繋いできた歴史を表現しています。また、無限の記号「∞」のように、これからも将来にわたって永く「人」・「愛」を繋ぎ続けていく意味も込められています。

沿革

- 大正14年 4月　日本赤十字社福井支部病院として開院
- 昭和6年 4月　伝染病棟竣工
- 昭和9年 6月　北陸初の鉄筋コンクリート造りのサナトリウム棟竣工
- 昭和18年 6月　福井赤十字病院と改称
- 昭和20年 7月　福井空襲により病棟の一部炎上
- 昭和23年 6月　福井大震災により全建物崩壊
- 昭和24年 8月　福井大震災義援金により病棟3棟、本館等が完成
- 昭和25年 11月　漏電により出火
- 昭和28年 9月　結核病棟竣工
- 昭和33年 10月　5病棟竣工
- 昭和44年 6月　本館竣工
- 昭和47年 11月　北陸トンネル列車火災救護活動
- 昭和48年 6月　ラオス医療救済のため医師・看護婦を派遣
- 昭和55年 12月　診療棟竣工
- 昭和56年 12月　新5病棟竣工
- 昭和58年 7月　カンボジア難民救済のため医師・看護婦を派遣
- 昭和63年 3月　3病棟・放射線棟竣工
- 平成7年 1月　阪神・淡路大震災救護活動
- 9月　アフガニスタン難民救済のため医師を派遣
- 平成9年 3月　栄養管理棟竣工
- 平成10年 1月　災害拠点病院（地域災害医療センター）に指定
- 平成13年 4月　エネルギー棟竣工
- 平成15年 8月　地域がん診療拠点病院（現在は法改正に伴い「地域がん診療連携拠点病院」）に指定
- 平成16年 3月　現本館竣工
- 7月　福井豪雨災害救護活動
- 平成19年 3月　能登半島地震救護活動
- 6月　地域医療支援病院に認定
- 平成22年 6月　ハイチ大地震医療チームに看護師を派遣
- 平成23年 3月　東日本大震災救護活動
- 平成27年 3月　先進中央棟竣工
- 平成28年 4月　熊本地震災害救護活動
- 平成30年 2月　福井豪雪時に国道8号線に立ち往生した車両運転手の健康観察のため医師、看護師を派遣
- 西日本豪雨災害救護活動
- 7月
- 令和元年 10月　台風19号にともなう風水害における災害救護活動
- 令和2年 1月　新型コロナウイルス感染症の入院患者受け入れ、発熱外来の実施
- 令和4年 8月　福井県南越前町豪雨災害救護活動
- 令和6年 1月　能登半島地震災害救護活動
- 9月　能登半島豪雨災害救護活動

大正

◀▼大正14年頃の病院

▲大正14年 開院式

昭和

◀昭和59年タイでのカンボジア難民救済のための医療活動

▼昭和23年福井大震災により建物が倒壊

▼昭和31年キャンドルサービス開始

▲昭和63年3病棟・放射線棟竣工時 病院全景

▲昭和初期の手術室

▲昭和27年漏電出火後から復旧した病院正面

平成16年8階建ての新本館建設
▼災害拠点病院にふさわしくヘリポート完備

平成

▲平成27年先進中央棟グランドオープン

▼平成23年東日本大震災の救護活動

▼令和2年新型コロナウイルス感染症の患者受け入れ

令和

◀令和6年能登半島地震災害の救護活動

帯状疱疹について（たいじょうほうしん）

帯状疱疹の原因

帯状疱疹は、過去に水痘に罹った人にヘルペスウイルス科に属する水痘・帯状疱疹ウイルス（varicella-zoster virus，VZV）が再活性することで起こる疾患です。一般的に免疫力が低下した高齢の方に多く発症します。

症状

体の片側に痛みを伴う小さな水ぶくれ（小水疱）が帯状に現れるのが特徴です。頭や顔に発症すると角膜損傷やハント症候群（顔面神経麻痺や難聴といった神経障害の合併）の恐れがあります。まれに脳炎や髄膜炎を起こし、激しい頭痛や嘔気が出現することもあります。腕に発疹が出ると腕や肩が上がらなくなったり、陰部に発疹が出ると排尿排便ができなくなったりすることもあります。皮疹が治まった後、長期間痛みが続く帯状疱疹後神経痛は、患者さんのQOL（日常生活の質）を大きく低下させます。

治療法

帯状疱疹に対する抗ウイルス薬は、内服薬が4つ、静注薬が2つあります。基本的には1週間の投与で、皮疹が乾燥してかさぶたになったら治療は終了です。ただ、帯状疱疹後神経痛が問題になることが多く、数年単位で鎮痛薬が必要になることもあります。

ワクチン

帯状疱疹に対する予防として、2016年に50歳以上の方については弱毒化生ワクチンの接種が可能になりました。2020年には不活化ワクチンが接種可能になり、近年では接種される方も増えてきています。弱毒化生ワクチンは発症予防効果が6～7年と短く、免疫抑制状態では接種できません。一方、不活化ワクチンは免疫抑制状態でも接種可能で、発症予防効果は90％以上と高く、10年の長期試験でも70％程度の発症予防効果を維持していることがわかっています。自己負担が4万4000円程度と高いことがネックでしたが、2025年4月からは定期接種が始まり、65歳から補助が受けられますので、早期接種をおすすめします。

皮膚科
長谷川 巧

教えてドクター Q&A 《リウマチ・膠原病内科》

リウマチ・膠原病内科診療の立ち上げから4年目を迎える当科外来で、最も多く診ている疾患がシェーグレン症候群です。国際共同研究(シェーグレンビッグデータプロジェクト)にも当院は関わっており(日本からは3施設)、診療・研究両面の専門家として紹介します。

リウマチ・膠原病内科科長
鈴木 康倫

シェーグレン症候群について

Q. どのような病気ですか？

A. 膠原病と呼ばれるグループに含まれる病気の一つです。乾く病気と全身の病気という2つの側面があります（図1）。目や口などが乾く症状のほか、一部の方では関節や皮膚、腎臓、神経などに病変を生じることがあります。

長く付き合う病気ですが、多くの場合は入院や強い治療を要しません。ただし、経過を診ていく途中に”後出し”で新たな症状が加わる場合もあることから、専門医が継続的に外来で診ていく必要があります。

（図1）

シェーグレン症候群

- **乾く病気：目、口、鼻、膣、皮膚、気管など**
- **全身の病気：関節、皮膚、腎臓、神経などに症状がみられる**

Q. 目や口に乾きがあればシェーグレン症候群の可能性がありますか？

A. それだけではシェーグレン症候群ではない可能性の方が高いです。

全国で乾く症状を感じている人の数は、ドライアイ研究会によれば2200万人、ドライマウス研究会によれば3000万人もいると推計されています。

これに対して、日本人のシェーグレン症候群患者数は7万人弱と報告されています(2010年度 厚労省特定疾患自己免疫疾患調査研究班 疫学調査による)。

ドライマウス外来を開設している歯科からの報告によれば、専門外来を受診した方の中でみても最終的にシェーグレン症候群の診断に至った方は1割に満たない結果でした（図2）。

Q. どのように診断されますか？

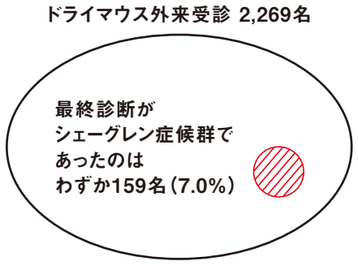
A. 乾きはシェーグレン症候群の代表的な症状ですが、目や口だけではなく全身を診て、様々な臓器の症状や採血の異常(自己抗体という病気の反応など)から総合的に診断します。

これまでにかかりつけ医の先生方が様々な理由から「リウマチ・膠原病内科へ紹介しよう」と判断されて当科を受診した患者さんの中で、最も多い病気がシェーグレン症候群です。地域として非常に良い連携が取れていると考えています。まずは身近な先生へ御相談下さい。

Q. 治療法はありますか？

A. 現状では保険適用のある薬は限られていますが、世界では多くの研究が行われており、今後は良い薬が出てくる見込みです。

（図2）



Nakagawa Y, et al. In: Fox RI, et al. Editors. Sjögren's Syndrome. New York: Springer; 2011. p. 405-14.

【リウマチ・膠原病内科 外来のご案内】

月	火	水	木	金
	再診	再診	初診	

《受付時間》11:00 まで
※初診外来は原則木曜日に紹介予約となります。

福井赤十字病院　市民公開講座
「変形性関節症 ～そのまえにできること、なったあとに選べること～」

福井赤十字病院の市民公開講座を3月9日、福井市の繊協ビルで開催し、約220名に参加いただきました。

講演1

あなたにぴったりの治療は？
～人工関節手術とそのほかの方法～

整形外科部長　石川 正洋

変形性関節症は高齢者に多く見られる疾患で、関節軟骨や半月板がすり減り、骨が露出して痛みを引き起こします。治療法には痛み止めや湿布、ヒアルロン酸注射、再生医療のPRP療法などがあります。日常生活では、膝に軽い負荷をかけたウォーキングが効果的で、65歳以上の女性は6000歩、男性は7000歩を目安に歩くと良いでしょう。変形性関節症は老化の一つであり、上手に付き合っていくことが大切です。

進行すると、手術が必要となることがあります。人工関節は耐久性が向上し、膝・股関節ともに術後20年以上問題なく生活できるようになりました。股関節の痛みには人工股関節手術が最良で、臼蓋や大腿骨の一部を削って人工関節に置き換えることで痛みを減らします。膝関節の痛みには、骨切り術、人工関節部分置換術、人工関節全置換術の3つの選択肢があります。関節の損傷の程度やリハビリの特徴、手術後の生活などが異なるため、担当医と相談して、納得のいく方法を選ぶことが大切です。

当院では、関節外科センターを立ち上げ、多職種連携によるチーム医療を提供し、早期回復を目指しています。また、筋肉と関節靭帯を温存し、必要に応じて両側同日の手術や、個人の膝の形に合わせたカスタマイズ手術にも取り組んでいます。長寿の時代だからこそ、関節の痛みを取り除いて元気に過ごしていただきたい。その思いを胸に、日本で一番良い人工関節手術を目指し、邁進していきます。

講演2

人工関節手術とリハビリ
～はやく治すリハビリの新常識～

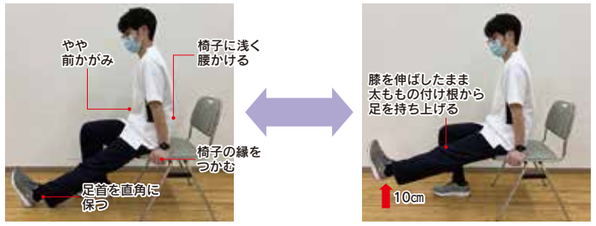
リハビリテーション科部
理学療法士　井元 信彦

関節の痛みで活動意欲が低下すると筋力や体力も低下し、体重増加で関節への負担が増え、痛みが悪化する悪循環に陥ります。適度な運動で筋力がつき体重が減少すれば、関節の負担や痛みも軽減します。左写真を参考に、痛みや疲労に合わせて行い、座ってできる運動からでも始めていきましょう。

また近年の人工関節手術後のリハビリでは、硬膜外麻酔や痛み止めを使用しながら積極的に動くことで、合併症を予防し、早期回復につなげます。手術翌日から足の運動や歩行練習を開始し、早期回復・早期退院を目指します。前向きな気持ちでリハビリに取り組みましょう。

適度な運動を取り入れよう

＜足あげ体操＞　1日2～3セット　1セット:左右10回ずつ



椅子に浅く腰かけ、やや前かがみになり片足を前に出します。膝を伸ばし、足を床から約10cm上げて5秒間静止します。ゆっくり下ろし、1～2秒休みます。大腿四頭筋（太ももの前面にある筋肉）を鍛えることで、膝の痛みを改善する効果があります。

＜お皿ゆらし＞　1日2～3セット　1セット:上下・左右10回ずつ

椅子に浅く腰かけ、膝を伸ばします。太ももの力を抜いて、膝のお皿を両手の親指と人さし指でつまみ、上下に10回、左右に10回スライドさせます。膝のお皿の動きを良くし、膝の痛みを和らげる効果もあります。

令和7年4月より新たな身だしなみルールへ

当院では、職員一人ひとりの個性を尊重し、自分らしく意欲的に働きやすい職場環境づくりを目指して、職員の身だしなみルールを、多様性を大切にする方向に一新することといたしました。

なお、医療サービスの提供のための安全性や感染対策、ならびに来院される皆さまに不快感を与えないことなど、一定のルールは引き続き設けております。

職員個々の自分らしさを大切にし、自律的・意欲的に職場で活躍することを通じて、来院される皆さまの信頼に応えられる組織づくりを行ってまいりますので、ご理解をよろしくお願いいたします。

救急外来受診時に診療費とは別に初診時の特別料金がかかります

当院では令和7年3月より、診療時間外に救急外来を受診した場合、初診時の特別料金7700円を診療費とは別にご負担頂いております。

ただし、左記に該当する場合は「初診時の特別料金」のご負担はありません。

①～④に該当する場合は初診時の特別料金をいただきません

①**救急搬送**された患者さん

②当院の【**小児救急夜間当番時**】に受診した場合
（小児は中学3年生まで、15歳の高校1年生は該当しません）
（19時～23時は、福井県こども急患センターを受診ください）

③**受診後に入院**となるような患者さん

④**他の医療機関から紹介**された患者さん

当院は地域医療支援病院であるため、救命や入院を必要とする患者さんを受け入れることを優先しておりますので、初診時の特別料金のご負担について、ご理解とご協力を、よろしくお願いいたします。