



# はるあけび

●医療法人創和会広報誌はあけび / 発行 医療法人創和会 理事長 重井文博  
令和3年3月1日発行

## 2020年度 事故想定訓練

～テーマは  
「通所・訪問リハビリテーション  
送迎中の交通事故対応」～

しげい病院 医療安全管理室 課長 佐伯 博子

1月28日（木）「通所・訪問リハビリテーション送迎中の交通事故対応」をテーマに、倉敷看護専門学校 山室美恵子副校長を講師にお招きし、事故想定訓練動画上映会を開催しました。

近年、全国的に通所サービス事業所の送迎中の交通事故が多発していることから、しげい病院での利用者送迎中の交通事故という場面において、気持ちが高ぶった中でも交通事故対応マニュアルを用い、どのように対応すればいいのかを検証すると同時に、病院車両を扱うすべての部署に交通事故対応マニュアルの周知を行い、車両事故を防止していきたいとの思いから、企画しました。

企画からシナリオ作成にとりかかり、今回は車両を用いるため、当初から動画を多く取り入れる予定でしたが、コロナ禍における開催を模索した結果、全編動画となりました。感染対策を考慮しながらの撮影・録音・編集という慣れない工程を行い、やっと上映することができたことは、関係部署の方々のご協力の賜物でした。

医療安全は、個人のインシデントや事故対応に終始せず、大きな視点で捉え、チームで一歩一歩前進することが重要です。そのチームの中心にい



▲密を避けての上映会の様子

るのは常に「患者さま」です。

平成24年から始まった事故想定訓練も9回目を迎えました。毎年シナリオは変わり、さらには発表形態まで変更を余儀なくされていますが、根底にある医療安全体制を確立し、適切かつ安全で質の高い医療サービスの提供を図るという目的は変わりません。

今後も、医療安全文化定着にご協力をよろしくお願ひします。



▲倉敷看護専門学校 山室副校長より講評

～撮影の Making photo～



地域医療研修 —終了のお知らせと御礼—

しげい病院 副院長 森本 徹

しげい病院の地域医療研修は2010年より始まり、今年度までの11年間で計64人の初期研修医（倉敷中央病院 52人、岡山大学病院 12人）を受け入れてきました。

しげい病院での研修は、重井院長（当時）の「医師だけでなく、コメディカルを含めた多職種の現場を見てもらうように」との方針に基づき、多職種カンファレンスへの参加や、様々な部署での研修を行ってきました。さらには、重井医学研究所や研究所附属病院、はあもにい倉敷にもお邪魔させていただきました。

しかし、来年度からは研修の受け入れが200床未満の病院に変更されるため、今年度をもってしげい病院の地域医療研修は終了となります。

これまで長年にわたり研修医を受け入れていただきましたこと、そして本来の業務がお忙しい中、丁寧にご指導くださった関係者の皆さま方本当にありがとうございました。この場を借りまして厚く御礼申し上げます。



▲ 12月に倉敷中央病院から研修に来られていた梅本大地先生と一緒に

# 東日本大震災から10年。創和会の復興支援を振り返る

創和会本部 経営管理部長 横山 誠二

## ■ 10年前に私たちは

私たちは今、新型コロナウイルスの脅威に向き合っていますが、10年前を振り返ると、日本は東日本大震災による未曾有の危機に立ち向かっていました。東北3県を中心に、死者・行方不明者2万2,000人、思い出の詰まった街並みが、そして多くの命が、地震と津波に飲み込まれてしまいました。

10年前のしげい病院の記録によると、2011年3月15日（火）には院内の医薬品や物資を、3月16日（水）には職員による義援金57万円を、また3月17日（木）には多くの職員が持ち寄ったタオルや毛布などの物資を、岡山県や医療団体を通じて現地に提供したとあります。また、4月18日～28日の期間には、職員や関係者が持ち寄った古本を、1冊100円均一で販売したことで得た収益を寄付するチャリティバザーを行い、私たちにできることを取り組みました。



▲チャリティバザーの様子。収益13万5千円をジャパンハートに寄付しました。

## ■ 被災地での復興支援

現地への医療支援は、研究所附属病院の吉岡医師が4月1日～5日まで、南三陸町・気仙沼市・石巻市の避難所に入ったのが最初でした。吉岡医師は、「医療の届かない所に医療を届ける」を理念に活動しているNPO法人ジャパンハートを拠点に活動。その後、小児科医師や看護師、言語聴覚士が現地入りをして、医療支援を行いました。

被災地で医療支援活動をする職員を出張扱いとすることを決めたのがこの時で、「災害時医療活動参加規程」として明文化されるきっかけとなりました。



▲診療所を陣中見舞いした重井理事長と吉岡医師。吉岡医師は現在、ジャパンハート理事長としてご活躍中。

## ■ ローコスト額の10%寄付を続けて

創和会は、震災直後から10年間に渡り職員の皆さんから寄せられたローコスト提案額の1割をジャパンハートなど被災者を支援する団体へ寄付をする活動を続けてきました。10年の節目を迎え、その金額は合計で1,400万円になりました。

NPO法人ジャパンハート	7,816,337
あしなが東日本大震災遺児支援募金	717,383
東日本大震災ふくしまこども寄付金	2,708,645
東日本大震災復興支援財団「まなべる基金」	2,985,304
合計	14,227,669

## ■ 復興の狼煙（のろし）プロジェクト

病院の1Fフロアに現在も掲示してある、被災地のポスター。これは、盛岡市などに住む広告制作者やカメラマンたちが、津波被害の大きかった岩手県沿岸部を応援しようと始めたポスタープロジェクトで、ポスターの販売収益が被災地自治体に寄付されるものです。

創和会の復興支援は10年の節目を迎えました。あの時のことを忘れずに、南海トラフへの備えを進めていきましょう。



# 重井医学研究所 活動報告

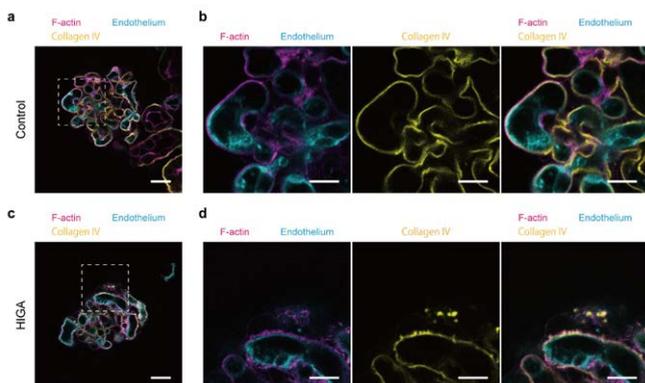
## 分子細胞生物部門

部長 友野 靖子、副主任研究助手 大西 香織

分子細胞生物部門は今年度も「糖尿病モデルマウスの下肢筋肉における筋線維組成について」、「岡山大学との共同研究」、「モノクローナル抗体作製」の研究を継続して進めました。

自分の研究テーマである「糖尿病モデルマウスの下肢筋肉における筋線維組成について」は、実験動物マウスの系統によって下肢筋肉の筋線維タイプ組成が異なり、特にヒラメ筋の遅筋、速筋の比率に相違があることを報告してきました。遅筋線維にはミトコンドリアが多く含まれており酸化的エネルギー代謝がおもに行われています。そのため基礎的なエネルギー代謝の相違が疾患と関連していないかを検討することは興味深いと考えられます。それぞれのマウスの遺伝情報を背景に持つ糖尿病モデルマウスでは糖尿病の進行に相違があると報告されており、エネルギー代謝との関連が分かれば面白いと考えて、研究を進めています。今年は新型コロナの流行拡大により、これまで参加発表してきた3つの学会がすべてオンライン開催となり、研究成果を発表する機会がありませんでした。しかしそれぞれの学会で得られた知識や情報も参考にして現在は論文での発表をめざして研究結果をまとめているところです。

一方、岡山大学病理学教室 大原助教と共同研究を行ってきた「除鉄による腫瘍抑制効果検討」については、2018年に「抗腫瘍活性、抗菌活性、および／または抗ウイルス活性を有し、副作用が



▲写真①：二光子顕微鏡で観察したIgA腎症モデルマウス(HIGA)の腎糸球体。腎糸球体基底膜(4型コラーゲン抗体、黄色)、血管内皮細胞(水色)、腎上皮細胞(紫)を特異的に染め分けることができた。(文中のKonnoら論文より、引用)

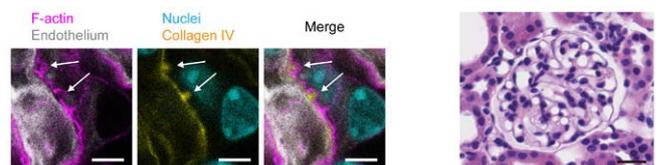


▲集合写真(2020年2月撮影)

低減された鉄キレート剤を含む医薬組成物」として岡山大学とともに共同特許出願を行いました。このたび審査請求の手続きが開始されました。また関連の共著論文も近々受理される予定です。さらに岡山大学薬理学教室 西堀教授との共同研究で作製している脳梗塞抑制剤他としてのHMGB1抗体についても2019年に新たな特許出願が行われ、今年度はさらに米国を含む4か国への特許出願を行いました。

また、「モノクローナル抗体作製」については共同研究している神戸大学および浜松医科大学・浜松ホトニクスから発表された論文が2報受理されました(Yamamura Tら、Nat Commun. 2020 Jun 2; 11(1): 2777. およびKonno Aら、Sci Rep. 2020 Jul 28; 10(1): 12613.)。それぞれ重井医学研究所で作製した4型コラーゲンに対するモノクローナル抗体をアルポート症候群およびIgA腎症という腎臓病の研究に使用した論文で、これらの抗体の有用性があらためて示されました。浜松グループの報告は、以前報告したスノクス抗体を蛍光標識し、それを二光子顕微鏡で腎糸球体を観察するのに使用した研究で、非常に美しい蛍光画像が得られています(写真①②参考)。今後も腎臓病研究あるいは他臓器疾患の基底膜研究において、重井医学研究所のモノクローナル抗体が世界中の研究者に使用され役立っていくと考えています。

また抗体に関してはリン酸化ヒストン抗体、アルポート症候群研究試薬として従来通り販売しており、海外を含め今年度約600万円の売り上げがありました。一方「マウスリンパ節法の特許」についてはライセンス使用料を約360万円得ることができたことをご報告いたします。



▲写真②：共焦点顕微鏡で観察したIgA腎症モデルマウスの基底膜に認められる結節。コラーゲン抗体で観察できた。

**分子遺伝部門** 部長 松山 誠、研究員 古家野 孝行、副主任研究助手 小林 朋絵、研究助手 難波 真澄、河野 真優美  
**動物担当** 研究助手 高橋 千恵子

分子遺伝部門は、腎臓疾患の病態解明を目指し日々研究を行っています。

具体的な研究内容は「新たなゲノム編集技術を用いた腎臓病モデルラットの開発」「アルポート症候群実験動物モデルラットの作製と腎臓病の病態の解明」「急性腎不全モデルマウスにおける腎線維化の分子メカニズムの解明」「糖尿病性腎症モデルマウスを用いた分子遺伝学的解析」「腎炎発症のメカニズムの解明とそれに関わる遺伝子の探索」などです。

2020年、ノーベル化学賞は「ゲノム編集」という技術が受賞しました。私たちは腎臓病などの病態の解明のために、ゲノム編集の手法を用いて分子遺伝学的な解析を行っています。岡山県内でも最先端の研究を行っているということで、ノーベル化学賞の発表の時に朝日新聞から取材を受けました（詳細は広報誌はあもにい 2020年12月号を参照）。

私たちは、2018年受精卵を体外に取り出さずに遺伝子改変ラットを作製できる手法、rGONAD (Rat Genome-editing via Oviductal Nucleic Acids Delivery) 法の開発に世界で初めて成功しました。論文発表後すぐに、多くの国内外の研究機関から、講演・デモンストレーション・共同研究の依頼があり、2019年度は、国内13か所・海外4か所で招待講演やデモンストレーションを行いました。2020年度もたくさんの講演依頼などがありましたが、コロナ禍により自由な研究活動が制限され、十分な活動を行うことができませんでした。この

状況が落ち着き次第、2021年度もrGONAD法の講演会など積極的に行っていきたいと考えています。

2020年度は、古家野研究員が「モデル生物を利用した遺伝性腎疾患の分子制御基盤の解明」という研究題目で、公益財団法人山陽放送学術文化・スポーツ振興財団から研究助成を受賞しました。また松山部長が「rGONAD法を用いたアルポート症候群モデルラットの作製とその機能解析」という研究内容で、公益財団法人ウエスコ学術振興財団から表彰を受けました。

他の研究機関との共同研究も積極的です。2021年2月現在における共同研究は、東京大学・京都大学・名古屋大学・大阪大学・東北大学・岡山大学・香川大学・鳥取大学・群馬大学・基礎生物学研究所・順天堂大学など20以上の公的機関にのぼります。また岡山大学医学部にも引き続き分子生物学的な実験技術の指導を行っています。

地域貢献として、松山部長は、岡山実験動物研究会の理事運営、岡山大学医学部の非常勤講師などを務めました。また、2020年10月から鳥取大学医学部の客員教授に就任しました。さらにコロナ禍の中でも、小児療育部との夏休み・冬休みの科学教室を通してさまざまな地域の人達と触れ合うことができました。今年度はコロナの影響で地域貢献も難しいところがありましたが、来年度は研究所内外を問わず研究・地域貢献活動を行い、創和会全体の発展に貢献できればと考えています。



▲小児療育部との科学教室の様子

# 太陽光発電システム設置から 15 年

研究所附属病院 事務部 係長 目黒 将志

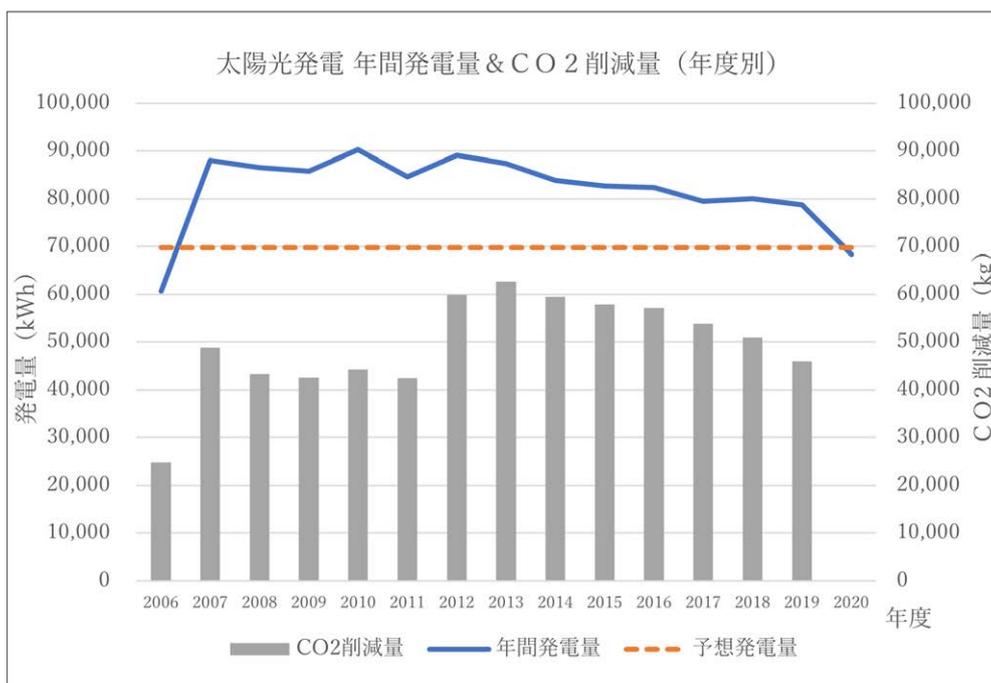
研究所附属病院の太陽光発電システムは、2005年8月から始まった「もったいないプロジェクト」の一環として計画され、2006年の1月に着工し7月から稼働を始めました。この太陽光発電設置プロジェクトは当時の独立行政法人新エネルギー・産業技術総合開発機構（NEDO）の太陽光発電新技術等フィールドテスト事業による共同研究として助成金を利用して計画され、外来棟の屋上3カ所、計70kW分のソーラーパネルを設置し、年間約70,000kWhの発電量と約25,000kgのCO2削減が想定されていました。

この発電システムは今年で設置より15年が経過しましたが、発電量は以下のグラフの通り当初の予想発電量を大幅に上回る年間78,000～90,000kWhで推移しており、その発電量は病院全体使用量の約3～4%を賅っています。CO2の削減は2019年度までで約700t削減されており、杉の木で言うところの約50,000本分吸収しています。若干グラフの発電量が右肩下がりなのは、経年劣化によりパワーコンディショナー（発電した電気を使用できるように変換する機械）の排熱ファンの故障が年1カ所程度発生し、発電量が

低下したためですが、それ以外は定期的なフィルタ清掃等のメンテナンスのみで、あまり手がかからずにここまでとても順調に稼働してくれています。

イナバウアーやハンカチ王子が話題になりKAT-TUNが6人でデビューしてから早15年。太陽光発電システムは今でこそ当たり前のように見かけますが、当時はまだ設置している事例は少なく、このような大規模なものはとても画期的な取り組みでした。当時の私は直接の担当ではなかったため、特に何かをしたわけではありませんが、この発電システムが設置されただけでなにかとても地球にやさしい良いことをしているような気持ちになったことを覚えています。

今後も、リスクを厭わず設置を決断された理事長はじめ当時の研究所附属病院の先輩方の思いを引き継ぎ、「もったいない」の精神を忘れず、ローコストオペレーションや省エネルギー対策に取り組み、もっと地球にやさしい病院であるよう努力していきたいと思えます。皆さまもどうぞご協力のほどをよろしくお願いいたします。



※2006年度は7月からの9か月、2020年度は1月まで10か月間の計測。  
2013年3月～2014年6月および2018年4月～5月は管理用PCが故障しデータが抽出不能のため、月平均を算出し入力。

ベネッセの英語教室 BE studio 春の無料体験レッスン会のご案内

はあもにい倉敷 英語講師 赤澤 明音

ベネッセの英語教室 BE studio はあもにい倉敷校です！

今年4月から、中学校の学習指導要領が大幅に変更されます。高校で学習する内容の繰り下げや、学習する英単語は現行 1,200 語から小中学校合わせて倍の 2,400 語になります。そして授業は基本英語で行い、会話や発表など「話す」時間が増加します。小学校で学習した内容が中学校では復習として出てくるため、早期英語学習が重要となります。

ベネッセの英語教室のレッスンは、“オールイングリッシュ”です！

少人数クラスで、一人ひとりに寄り添いながら英語学習をサポートします。そして、お子さまの発達段階に合わせた教材を使用し英語を英語で理解していくことで、楽しくバランス良く4技能「聞く・読む・話す・書く」を身につけます。

本校では、3月に「春の無料体験レッスン」を実施します。無料体験レッスンでは、保護者の方も一緒に入ってレッスン風景をご覧ください。ぜひこの機会にご参加ください♪

ベネッセの英語教室 **BE studio**

# 春の無料体験レッスン



対象: 年少～小6 定員数 各クラス4名程度  
※保護者の付添はお子さま1名につき1名  
※2021年度4月時点の新学期までの受講です

**はあもにい倉敷の感染症対策**

- ・空や顔を閉じて授業
- ・手指消毒・検温・検疫用のアルコール設置、備前
- ・受講前の検温・検定中のマスク着用のお誘い など感染対策を実施しております

★新型コロナウイルス接触確認アプリ(COCOA)を推奨しています  
★当該校がもしがが岡山に登録しております

英語は **Fun** だけじゃない!  
**Interesting** だ!

2/21日

- ①KB(年少・新年中) 9:00～10:00
- ②KR(新年中) 10:30～11:30
- ③EB(年少1-新小2) 13:00～14:00

3/7日

- ①EB(年少1-新小2) 9:00～10:00
- ②IB(新小3-新小4) 10:30～11:30
- ③KB(新年少・新年中) 13:00～14:00
- ④KR(新年中) 14:30～15:30

3/21日

- ①KB(新年少・新年中) 9:00～10:00
- ②KR(新年中) 10:30～11:30
- ③EB(年少1-新小2) 12:30～13:30
- ④AB(新小5-新小6) 14:30～15:30

**BE studioのレッスン & クラス**

1年クラスグループレッスン

※全額がすべて税込です。

**Kids キッズ**

Basic (年少・年中) 90分 月謝 6,600円(税込)  
授業料230円(税込)

Star/Rainbow (年少) 90分 月謝 6,600円(税込)  
授業料230円(税込)

思いが音書に乗って、驚いたこと・聞きたいことが書えるようになります!!

**Elementary エレメンタリー**

Basic (小1-小2) 90分 月謝 6,600円(税込)  
授業料230円(税込)

「目に見える英語の力」を積み上げ、自分の考えを発表したり、英語を通じて世界のことを知る!!

**Intermediate インターメディアイト**

Basic (小3-小4) 90分 月謝 6,600円(税込)  
授業料230円(税込)

「目に見える英語の力」を積み上げ、自分の考えを発表したり、英語を通じて世界のことを知る!!

**Advanced アドヴァンスト**

Basic (小5-小6) 90分 月謝 6,600円(税込)  
授業料230円(税込)

よりリアルなコミュニケーションに挑戦!!Challenging!と書ける!! 自立したEnglish learnerへの第一歩。

**プレゼント!**

体験レッスンに参加された方にプレゼント!! まずはお気軽にお問い合わせください。

体験レッスンにお申し込みの方に、楽しい「体験レッスンDVD」&「ブックレット」プレゼント!!

さらにその後、ご入金の方には **BE studioオリジナルグッズ**プレゼント!!  
※プレゼントの内容は各コースによって異なります

体験レッスン後3日以内にご入金の方には、**BE studio オリジナルレッスンバッグ**プレゼント!!  
※4月受講開始生限定です

参加お申し込み受付中!! お問い合わせは「はあもにい倉敷」まで!! (受付 10:00～18:00)

☎0120-941-821

使える英語力を楽しく試せる4技能検定!!

小・中学生向けのスコア型検定

**「GTEC Junior」で英語力を定期診断!!**

ベネッセの英語教室BE studioではGTEC Juniorという年1回のテストを用いて、グローバル社会で活躍するために必要な「実際に使える英語コミュニケーション力」を発達段階にあった状況設定の中で体系的に測定・学習の成果を高めていきます。※Elementary Progressiveコースからの受検となります。  
※GTEC Juniorは株式会社ベネッセコーポレーションの登録商標です。

はあもにい倉敷は医療法人創和会グループの健康増進施設です。

7

「仕事の効率アップにストレッチの活用を」

ジャパン EAP システムズ EAP 相談室

業務が多忙な時期はどなたにもあると思います。集中し続けているうちに、肩や首など身体の痛みが気になり始め、仕事がかたどらなくなってしまう経験をされた方も多いのではないのでしょうか。そこで、今回は仕事の効率アップにつながるストレッチの効用を取り上げます。

1. なぜ身体は痛くなる？

同じ姿勢を続けると、筋肉が緊張状態となり硬くなります。ストレスにさらされている時も、筋肉が無意識に緊張し同様の状態となります。筋肉の硬い状態が続くと、筋肉の周りにある毛細血管が圧迫され、血行が悪くなります。それが原因で「発痛物質」が産出され、神経を介して脳へ痛みの刺激が伝わって痛みを感じるのです。

2. 効果的な「ストレッチ休憩」とは

ストレッチの効果は20分ほどしか持続しません。よって1日に1回まとまった時間をストレッチに当てるよりも、短時間のストレッチを何度も繰り返す方が効果的です。仕事中にも1～2時間ごとに20秒から1分間の「ストレッチ休憩」を取るとよいでしょう。同じストレッチを繰り返してもよいですし、違ったストレッチを行っても構いません。わずかな時間のストレッチ休憩を挟むことで、仕事の効率アップが期待できます。

3. 深呼吸と組み合わせるとさらに効果的

心身がリラックスしている状態でストレッチを行うと筋肉を無理なく伸ばせるため、効果が高まります。リラックスするためには、ストレッチの前に深呼吸をすることが有効です。

【深呼吸のやり方】

- ①鼻から空気を吸い込む
- ②いっぱい吸い込んだら3秒ほど息を止める
- ③口からできるだけゆっくりと息を吐き出す
- ④①～③を5回繰り返す

なお、吐く息は副交感神経の働きを活発にし、リラックスにつながるため、息を吐く時間をできるだけ長くすることがポイントです。

4. 安全で効果的に行うために留意する点

- ①反動や勢いをつけずに、ゆっくりとじわじわ筋肉を伸ばす
- ②痛みを感じるようなら伸ばしすぎ。痛みを感じない範囲で最大限伸ばす
- ③十分に伸びたところで20秒間保持する

5. 実際にやってみましょう

厚生労働省が公開しているサイトで各種ストレッチの動画を見ることができます。この動画や書籍などを参考にし、ご自分に適したストレッチを見つけていただければと思います。

[https://kokoro.mhlw.go.jp/ps/tokyo\\_stretch.html](https://kokoro.mhlw.go.jp/ps/tokyo_stretch.html)  
 (厚生労働省「こころの耳」内「東京ストレッチ物語」)

参考文献：湯浅景元（2015）「痛みやゆがみが解消する20秒ストレッチ」永岡書店

※医療法人創和会は職員の心の相談窓口として、ジャパンEAPシステムズと契約しています。相談はお気軽に、電話やメールで。

催し物案内

重井薬用植物園

植物園を楽しむ会

「夢見草 開く春を楽しむ」

日時：3月27日（土）  
 10：00～12：00  
 会場：重井薬用植物園



編集後記

●ついにシン・エヴァンゲリオン劇場版：Ⅱが完成したようです。緊急事態宣言で公開延期となったものの、当初の2008年完結予定を考えると誤差です。最初にTV放送されたときはシンジ君と同じ中学生でしたが、今ではミサトさんより年上です。金曜ロードショー3週連続放送で序・破・Qと見ましたが、誰もスマホを持っていない！舞台設定は2015年ですがシンジ君は公衆電話だし、破で式波が辛うじてガラケーという辺りに時代を感じます。テープ式ウォークマンなんてもう探しても売っていません。Qからどうやって物語を完結させるのかとても想像できませんが破のような熱い展開を期待します。ところでこのタイトルはなんて読むのでしょうか。(MK)

●先日、バドミントンを基礎から教えていただいた恩師に会うために、中学校へ訪れました。恩師に憧れて「体育教師になる」という夢を抱き、教師にはなりませんでした。が、「運動の楽しさを伝える」という意味では同じ指導をするという仕事についていることを嬉しく思います。あの時から13年経て、恩師の先生は校長先生へと昇進しており「僕は校長なんかの器ではない」とおっしゃっていましたが、常に謙虚な気持ちを忘れない先生だからこそ校長という役がピッタリで、部下からも子供からも慕われているのだらうなと感じました。現役時代、毎日厳しく、時に優しく指導されていたことが、懐かしく思い出されます。あの時先生と共に歩んだ時間は、私にとって一生の財産です。(YA)



生きることの尊さと健康であることの幸せを、すべての人と共に



しげい病院

〒710-0051 倉敷市幸町2-30  
 TEL086(422)3655 FAX086(421)1991

岡山しげい訪問看護ステーション

岡山しげい居宅介護支援事業所  
 〒710-0202 岡山市南区山田2117  
 TEL086(282)4300 FAX086(282)4301

重井医学研究所附属病院

〒710-0202 岡山市南区山田2117  
 TEL086(282)5311 FAX086(282)5345

倉敷しげい訪問看護ステーション

倉敷しげい居宅介護支援事業所  
 〒710-0051 倉敷市幸町2-30  
 TEL086(422)8111 FAX086(421)1991

重井薬用植物園

〒710-0007 倉敷市浅原20  
 TEL086(423)2396

重井医学研究所

〒710-0202 岡山市南区山田2117  
 TEL086(282)3113 FAX086(282)3115

倉敷昆虫館

〒710-0051 倉敷市幸町2-30  
 TEL086(422)8207