

ほっとすまいる ニュー〜ス Hot Smile News

2026
春
vol.152



鹿教湯文殊堂春祭り 知恵の団子撒き

人間ドックのご案内

■ 受付時間 / 月～金曜日 9:00～17:00

予約申込はこちら

TEL.0268-44-2155 (直通)

詳細はホームページで

鹿教湯ドック
かけゆドック

検索



入院のご相談・ご希望など

■ 受付時間 / 月～金曜日 8:30～17:00

お問い合わせは
【地域医療連携課】

TEL.0268-44-2111 (代表)

FAX.0268-41-7080 (直通)

2026年4月～

外来担当医表

※担当医は都合により
変更になる場合があります。

		鹿教湯病院		TEL.0268-44-2111 (代)				
診療科目	受付時間	月	火	水	木	金		
内科	内科	午前 8:30～11:00	田中	伊沢・黒岩 (要予約)	信大 (第2・4のみ)			伊澤 (第2のみ)
	脳神経内科	午前 8:30～11:00	吉田・鈴木	宮坂 (第2・4のみ)	片井	片井・臼田・信大		木下 (朋)
	呼吸器内科	午前 8:30～11:00	小林 (俊)	小林 (俊) (要予約)	信大	平井		小林 (俊)
循環器内科	午前 8:30～11:00	戸島 (5月～)		若海				信大
脳神経外科	午前 8:30～11:00			かわらぶき 瓦葺	佐藤			
整形外科	午前 8:30～11:00	土屋	木下 (久)	信大	堀内・木下 (久) (5月まで 第2・4のみ)			木下 (久)
リハビリテーション科	午前 8:30～11:00	西村	森泉		信大 (PM)			
歯科	午前 8:30～11:00	小林 (健)	小林 (健)	小林 (健)	小林 (健)	小林 (健)		小林 (健)
	午後 1:00～ 4:30	川本・二木	川本・二木	川本・二木	川本・二木	川本・二木		川本・二木
リウマチ・膠原病内科	午前 8:30～11:00							信大
外科 (消化器)	午前 8:30～11:00			細谷				
皮膚科	午前 8:30～11:00			信大				
泌尿器科	午後 1:00～ 3:00					信大		
眼科	午後 1:30～ 3:30							信大
耳鼻咽喉科	午後 1:00～ 3:00			信大				
小児科	午前 8:30～11:00						柴 (要予約)	
乳腺外科	午後 2:00～ 4:00					石毛 (第1) (要予約)		
専門外来	午前 8:30～11:00			口口モ・骨粗鬆症 義肢装具 (いずれも午前予約制)				
	午前 8:30～11:00			もの忘れ外来 (午前予約制)			もの忘れ外来 (午前予約制)	

		豊殿診療所		TEL.0268-29-1220 (代)				
診療科目	受付時間	月	火	水	木	金		
内科・消化器内科	午前 8:30～11:00	戸兵	戸兵	渡邊 鳥飼 (第3のみ)	戸兵	戸兵	戸兵	
循環器内科・脳神経内科	午後 1:00～ 4:30						大久保	

休診日	2026年	4月	5月	6月
	鹿教湯病院	土曜・日曜・29日 (水)	土曜・日曜・4日 (月)・5日 (火)・6日 (水)	土曜・日曜
	豊殿診療所	土曜・日曜・20日 (月)・29日 (水)	土曜・日曜・4日 (月)・5日 (火)・6日 (水)・25日 (月)	土曜・日曜

〈豊殿診療所〉 4月19日 (日)、5月24日 (日) は休日当番医となります

本誌をご愛読いただきありがとうございます。本誌に対するご意見・ご感想などございましたら、お気軽に下記までご連絡をお願いします。

■ 鹿教湯病院 〒386-0396長野県上田市鹿教湯温泉1308 TEL.0268-44-2111 FAX.0268-44-2117

■ 豊殿診療所 〒386-0004長野県上田市殿城250-4 TEL.0268-29-1220 FAX.0268-29-1229

■ 老健いすみの 〒386-8688長野県上田市小泉72-1 TEL.0268-26-6600 FAX.0268-26-6615

発行責任者 ■ 統括院長 大澤 道彦

<https://km-rehacenter.jp/>



Contents

新連載 第一回 _____ 2 おすすめレシピ _____ 6

ニューロリハビリテーションのご紹介 _____ 「キウイフルーツがもたらす健康効果」 _____ 6

シリーズ連載 _____ 4 トピックス・レポート _____ 7

神経難病のリハビリテーション

防災訓練を実施しました



鹿教湯病院理念

私たちは、地域の皆さんが自分らしく生き生きと輝いて暮らせるように、リハビリテーションを通じて納得できる保健・医療・福祉活動を実践します。

連載
第一回

ニューロリハビリテーションのご紹介

リハビリテーション部長・脳神経内科 片井 聡

1 ニューロリハビリテーションとは

ニューロリハビリテーション（以下、ニューロリハ）とは、「神経科学に基づく新しいリハビリ治療」です。当院では、リハビリ専門病院として、2012年からニューロリハに積極的に取り組んでいます。そこで、今回当院で行っている代表的なニューロリハについて説明したいと思います。

1 TMS治療

TMS（経頭蓋磁気刺激）治療とは、頭皮上から8の字コイルを当てて磁場を発生させることにより脳を活性化させ、脳卒中で麻痺した上肢（手）の回復を促す治療法です。

当院では2012年より開始し500名以上の治療を行ってきました。多くの患者さんで上肢の動きの改善が認められています。治療は2週間の入院でリハビリと合わせて行います。



2 ボツリヌス療法

ボツリヌス療法（ボトックス治療）は、筋肉に注射をすることにより、脳卒中後遺症の痙縮（筋のこわばり）を改善させ、手足を動かしやすくする治療です。

当院では2012年より開始し、1000名以上の治療を行ってきました。多くの患者さんで手足の関節可動域の改善が認められています。治療は2週間の入院でリハビリと合わせて行います。



3 TES治療

TES（電気刺激治療）は、皮膚表面からの電気刺激により、脳卒中で麻痺した筋肉を動かす、麻痺の改善を促す治療法です。



2 ニューロリハの「組み合わせ治療」と「今後の発展」

以上のニューロリハを当院で実践してくる中で、これらの治療は組み合わせることができ、それにより相乗効果が現れるということがわかりました。

また、今後さらにどのようなニューロリハを取り入れるべきかという事も見えてきました。具体的には①BMI（ブレイン・マシン・インターフェイス）と②ESWT（拡散型体外衝撃波治療）です。

ESWT



4 パスリーダー治療

パスリーダー（末梢神経磁気刺激）治療は体の表面に置いたコイルから磁場を発生させ、末梢神経を刺激して麻痺した筋肉を動かす、麻痺の改善を促す治療法です。

この治療法は従来の電気刺激治療に比較して「痛みがほとんどない」「服の上からも刺激できる」という利点があります。



5 Reo Go-J

Reo Go-J（上肢用ロボットリハビリ）は上肢の運動障害をロボットを使って改善させる装置です。

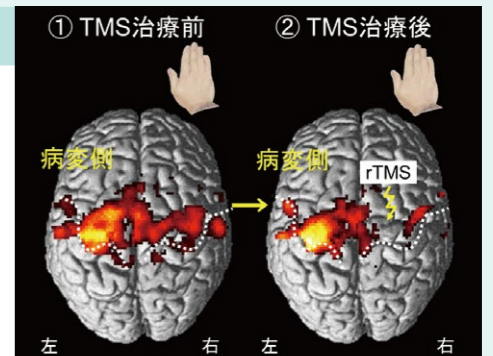
具体的には上肢のさまざまな方向への3次元リーチング動作の訓練ができます。これにより、物体まで手を伸ばす訓練を行うことができます。



6 fMRI検査

fMRI（機能的MRI）検査は、脳の動きをみることができ、画期的な検査法です（例えば右手を動かす時に脳のどの部分が活動しているのかがわかる）。

当院では現在fMRI検査により「リハビリの前後で脳の活動性がどのように変化するか」という研究を行っています。



治療希望の患者さんは、当院の地域医療連携課にご相談ください。

鹿教湯病院 地域医療連携課 TEL. 0268-44-2111 (代表)



BMIは脳の活動を測定・分析し、それを基に機器を制御して重度の上肢麻痺患者さんの改善を促す治療です。

ESWTは脳卒中後の痙縮治療に有効でボツリヌス療法のオプションとして期待できます。

今後これらの技術も取り入れて当院のニューロリハをさらに発展させていきたいと考えています。

BMI



©LIFESCAPES 社

シリーズ連載 神経難病のリハビリテーション

第1回 LSVT® LOUD と LSVT® BIG

当院では神経難病に対するリハビリテーションに積極的に取り組んでおり、その内容を4回にわたり紹介してまいります。第1回はパーキンソン病に対するリハビリテーションプログラムであるLSVT® LOUDとLSVT® BIGについてです。

① パーキンソン病とは

脳の中のドーパミンという神経伝達物質を作る細胞が減少し、手足が震える、動きが遅くなる、体がこわばる、バランスが悪くなる、声が小さくなるといった症状が特徴です。これらは徐々に進行していきます。

日本におけるパーキンソン病患者さんは15~30万人と推定されています。高齢になるほど増加し、65歳以上の高齢者においては約100人に1人が罹患するといわれています。

② LSVT®とは

LSVT®とは、Lee Silverman Voice Treatmentの略称で、米国のRamig博士らが考案しました。元々は発声の障害に対するプログラムでしたが、身体の動きの悪さに対する運動のプログラムにも応用されています。前者をLSVT® LOUD、後者をLSVT® BIGといいます。

③ LSVT® LOUDとは

パーキンソン病による声の小ささを改善するための専門的な発声療法です。プログラムは「声の大きさ」に焦点を置き、大きな声、話し方を習得することで周囲の方とのコミュニケーションを容易にすることを目指します。

④ LSVT® BIGとは

パーキンソン病による基本動作・日常生活動作の改善をするための運動療法です。「体を大きく使うこと」に焦点を置き、運動を反復し、在宅生活での機能維持や運動習慣の定着を目標とします。



⑤ 当院の取り組み

パーキンソン病の方には医師の指示のもと個別のリハビリをおこないます。また必要に応じてLSVT® LOUD、LSVT® BIGというプログラムを実施しています。

⑥ LSVT® プログラムについて

どちらもLSVT®認定セラピストが定められたプログラムを実施します。当院には認定セラピストがLSVT® LOUD 3名、LSVT® BIG 9名の計12名が在籍しています。LSVT® LOUDは言語聴覚士が、LSVT® BIGは理学療法士が担当し、1回1時間を連続4日以上、4週間のプログラムを実施します。

患者さんの日常生活に合わせた自主トレーニングも提案いたします。自主トレーニングもLSVT®の大切な柱の一つであり入院中はもちろん、退院後も続けて頂く事を目標にしています。

⑦ LSVT®の対象となる方

当院に6週間以上入院できる方、日常生活動作が自立している方、薬剤コントロールが出来ている方（入院時に服薬調整を目的とされない）、意欲的に取り組める方、一人で自主練習が実施できる方が対象となります。医師の判断によってはLSVT®の対象とならず通常のリハビリとなる場合もあります。またLSVT®の実施期間中でもご本人の意思によりプログラムを中断し、通常のリハビリを受けることも可能です。

⑧ さいごに

当院にはLSVT®認定セラピストだけでなく、パーキンソン病療養指導士が24名在籍しています。専門知識を生かしながらパーキンソン病の患者さんに対して多職種で連携やサポートができるのも特徴です。入院中、退院後もその方らしく生活できるよう支援いたします。

お問い合わせ

治療希望の患者さんは、当院の地域医療連携課にご相談ください。
鹿教湯病院 地域医療連携課 TEL. 0268-44-2111 (代表)



老健いずみの

■ 入所者さんの避難・誘導訓練

■ 訓練用消火器で初期消火の訓練

豊殿診療所

■ 消火器の正しい使い方を学ぶ

■ 避難経路や危険箇所の点検

鹿教湯病院

■ 入院患者さんの避難・誘導訓練

■ 通報手順や伝達内容の確認

防災訓練を実施しました

センター内における3か所にて、防災（避難）訓練を計画し、実施いたしました。防災訓練は、消防法で実施することが義務付けられており、毎年開催しております。

また、火災等が発生した場合、職員が初動対応を行うこととなり、特に夜間等の限られた人員や時間の中で対応しなければならぬ事もあります。そのために、色んな場面を想定し日頃からスタッフ各々が通報・避難・消火方法を体験し、学ぶことが大切です。今回もそれぞれ想定し訓練いたしました。

患者さん・利用所さんまたスタッフの命を守るために引き続き、防災訓練を実施していきます。

TOPICS REPORT

竣工祝賀会を開催しました

2月2日、上田東急REIホテルにて、再編成事業における建設工事の完全竣工を祝して、竣工祝賀会を開催いたしました。

大勢のご来賓ならびに関係者各位のご臨席を賜り、盛大に執り行うことができました。



大澤統括院長によるスピーチ



来賓ご挨拶



結びの万歳三唱

一新された環境のもと、職員一同気持ちを新たに、今後もこれまで以上に良い医療の提供に努めてまいります。引き続き、どうぞよろしく願いいたします。

海外から研修にこられました

12月12日、シンガポール工科大学生が研修に来られました。

この研修は、信州大学から国際貢献の一環として、海外大学の学生に医療現場などを体験する場を設け、日本の医療教育や医療制度への理解を深めたり、グローバルな視点を持った医療人の育成を目的として受け入れております。

シンガポールは医師や看護師の国家資格はなく、学校を卒業したらすぐ医療現場に入り、患者さんと直接向き合うそうです。そのため、病院の設備や医療におけるスキル等が統一化されていないという現状があり、そういった課題が今回の研修に来られた目的の一つでもあります。

研修に来られた方々は、理学療法専攻16名、理学療法士・作業療法士の有資格者各1名の計18名でした。

今回の研修を通して、“日本のリハビリテーションに触れられた大変貴重な機会でした” “座学だけではなく、鹿教湯散策や足湯体験など5感でリハビリテーションを感じることができました” との感想が聞かれました。

当院では、今後もエジプトやブラジル、シンガポールからの実習や研修を受け入れ予定としております。



黒岩名誉院長、緑色功労賞顕彰

長野県農業協同組合において、当センターの黒岩 靖 名誉院長が、緑色功労賞として顕彰され、顕彰状が贈られました。

これを受けて、当センター内でもお披露目いたしました。

緑色功労賞とは

長野県内の系統農業協同組合の役職員並びにその他の関係者に対して本県の協同組合運動に顕著な功績をあげ、JA関係者の範である者を顕彰することを目的としています。



キウイフルーツがもたらす健康効果

キウイフルーツは年間を通して手に入りませんが、国産と輸入品では旬の時期が異なります。国産キウイは主に11月〜3月頃にかけて出荷回り、5月〜12月頃にかけては主にニュージーランド産が多く店頭に並びます。

キウイフルーツは主にゴールドとグリーンがあります。特にゴールドキウイのビタミンCは1個(約100g)あたり140mgを含んでいます。これは成人1日の推奨摂取量(100mg)を上回る量で、美肌効果や免疫力アップに効果的です。ビタミンEは1個あたり1.3〜2.5mg含まれており、抗酸化作用や血行促進作用があり、動脈硬化や心疾患等の生活習慣病を予防する効果が期待されます。また、食物繊維では水溶性と不溶性がバランスよく含まれており便秘の予防や改善につながります。特にグリーンキウイの食物繊維量は1個あたり2.6gでゴールドキウイの倍近く含まれています。キウイは果物の中でもカリウムを多く含んでいます。カリウムにはナトリウムを体外へ排出させる効果が期待できるため、高血圧やむくみが気になる方は積極的に摂取すると良いでしょう。

毎日の食生活にキウイを手軽に取り入れることで美肌効果、腸内環境の改善等様々なメリットが期待できます。是非、日々の健康習慣としてキウイを取り入れてみて下さい。

栄養科おすすめ

季節のレシピ

鹿教湯病院 栄養科
草深 孔明

キウイジェラード

▼材料 (2人分)

- ・キウイフルーツ……………1個
- ・プレーンヨーグルト…200g(水切り後100g)
- ・ハチミツ……………30g(大さじ1と1/2)

▼作り方

- ① ヨーグルトは事前に水をきっておく。(半日ほど)
- ② キウイの皮をむき、一口大にカットする。
- ③ ①、②の準備ができたならブレンダーに材料をすべて入れて攪拌する。
- ④ 容器に移して冷凍庫で冷やし、20分ごとに全体をよく混ぜ合わせる。
- ⑤ ④を数回繰り返す、なめらかに固まったら完成。

※ ステンレス容器を使用すると熱伝導率が良いので固まりやすくなります。また、ハチミツを入れることで冷やした時に固くなり過ぎることがありません。

豆知識

・キウイの原産地は中国ですが、ニュージーランドで改良が進み、世界中に広がりました。また、キウイの旧称はチャイニーズ・グーズベリーと呼ばれていましたが、その後メロネットとなり、1959年にニュージーランドの国鳥であるキウイ(Kiwi)に因んでキウイフルーツと言う名前になりました。

▼栄養成分 (この分量で作った場合)

- ・エネルギー……………136kcal
- ・たんぱく質……………4.2g
- ・脂質……………3.1g
- ・炭水化物……………24.4g
- ・食塩相当量……………0g



※画像はイメージです