



兵庫中央病院

vol.40

地域医療連携室だより

<https://hyogochuo.hosp.go.jp/>



contents

ごあいさつ

糖尿病センターの取り組み
(1型糖尿病)

CGMで血糖変動を
把握してみませんか？

1型糖尿病患者の栄養指導

糖尿病療法指導士としての
取り組み

兵庫中央病院
令和7年度健康教室

外来診療担当表



当院の基本理念

私たちは患者さんに真心のこもった良質で効率的なサイエンス・アート(科学・技と心)の医療の提供を目指します。

1. 私たちは、患者さんの基本的人権を尊重します。
2. 私たちは、質の高い政策医療を推進するとともに、地域医療に貢献します。
3. 私たちは、健康増進や予防医学へ積極的に参画します。
4. 私たちは、多様なニーズに対応できるよう日々研鑽し、医療の安全に努め、患者さんから愛される病院を目指します。
5. 私たちは、経営基盤を強化し、健全な病院経営を行います。



ごあいさつ

院長 藤原 英利

2025年を迎えてもう4分の1が経過しています。昭和生まれの我々が「夢の21世紀」といわれて迎えた21世紀も4分の1が経過しています。確かに携帯電話がスマートフォンとなり多くの便利な機能がこれ1台でできる未来社会になっているのはまちがいありません。皆さまはこの未来社会をどのように迎えておられるでしょうか。



振り返れば、多くの被害があった能登半島地震から1年です。被災されました皆さまには1日も早い復興をお祈りいたします。また、我々が経験いたしました阪神淡路大震災より30年となり、当院でも震災を実体験として知らないスタッフのほうが多数となっています。「ひかりは西へ」のコマーシャルがあった新幹線博多開通から50年だそうです。今やひかり号からのぞみ号へと進化して北海道から鹿児島まで新幹線が走っています。

日本が壊滅的な状態となった第2次世界大戦の原爆投下に続く終戦から80年となりますが世界では戦争がなくなる気配はありません。平成から令和となっていますが、不適切にもほどがあると再注目された昭和も数えれば100年です。

このように時代はどんどん進んでいき、団塊の世代の方が後期高齢者となる2025年問題は現実の問題となりました。今後は2040年問題として人口の減少とともに高齢化の進む、医療体制への備えが必要となってくるといわれています。当院も病院への受診体制の強化だけでなく、訪問看護ステーション、訪問リハビリテーションなどこちらから患者さんの元へかかろう医療体制を強化してまいります。その窓口として皆さまが、兵庫中央病院地域医療連携室を少しでも利用しやすくしていきたいと考えております。

この4月からは大阪万博も始まります。皆さまも新しい未来の姿を楽しまれることでしょうか。未来にむけて今後とも兵庫中央病院の窓口地域医療連携室をよろしくお祈りいたします。

令和7年3月

糖尿病センターの取り組み（1型糖尿病）

糖尿病センター 副部長 福永 みちる

当院では、令和4年（2022年）1月に糖尿病センターを開設し、医師・看護師・管理栄養士・薬剤師・臨床検査技師・理学療法士などの多職種によるチーム医療を実践しています。糖尿病専門医および糖尿病療養指導士が中心となり、以下の診療・支援を行っております。

- 外来インスリン導入
- 持続血糖測定（CGM）と栄養指導
- 糖尿病教育入院
- インスリンポンプ療法（CSII）
- フットケア・透析予防指導
- 糖尿病患者会「つわぶき会」の活動・健康教室の開催

阪神北地域の糖尿病センターとして、地域のかかりつけ医療機関との円滑な医療連携を図りながら、専門的かつ適切な医療を提供しております。

1型糖尿病専門外来のご案内

糖尿病センターでは、毎週火曜日の午後に1型糖尿病専門外来を開設しております。医師・管理栄養士・糖尿病療養指導士が協力しながら診療を行い、1型糖尿病患者さんのサポートに力を入れており、患者さん一人ひとりに最適な治療を提供するため、チーム医療を推進しています。

- インスリンポンプ療法（CSII）やSAP（Sensor Augmented Pump）療法の導入支援
- 血糖変動の特徴やインスリンポンプの使用状況を分析
- 食習慣やカーボカウント指導を含めた生活指導を実施し、血糖コントロールの改善を目指す
- および外来リアルタイムCGM（持続グルコースモニタリング）の導入および活用支援



ご紹介いただきたい患者さん

以下のような患者さんがいらっしゃいましたら、当院へのご紹介をご検討ください。

- 👤 1型糖尿病を発症して間もない方（同じ病気を持つ患者さんが集まる外来を希望される方）
- 👤 インスリンポンプ療法・SAP療法・リアルタイムCGMの導入を希望される方
- 👤 インスリンポンプやSAP療法に興味があるが、導入に不安があり相談を希望される方

患者さんの状態やご希望に合わせた診療・治療をご提供いたしますので、お気軽にご相談ください。



Free Atyle リブレ

DEXCOM D7

Medtronic 780G

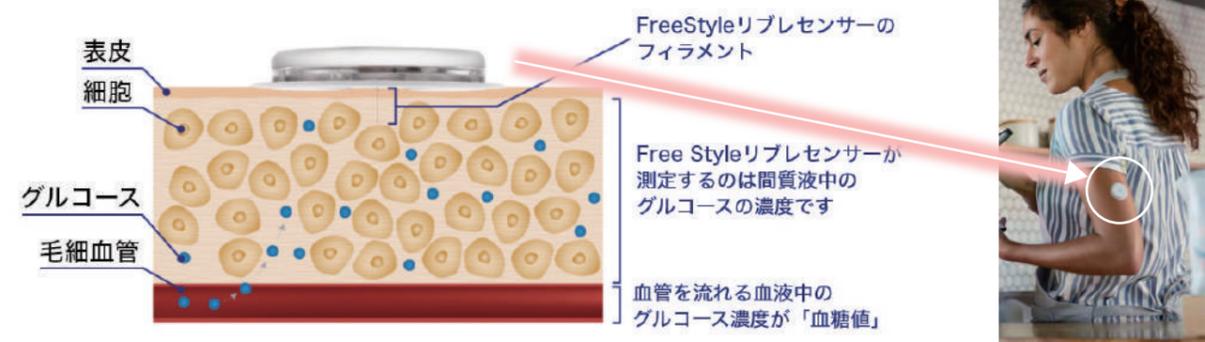
CGMで血糖変動を把握してみませんか？

兵庫中央病院 研究検査科

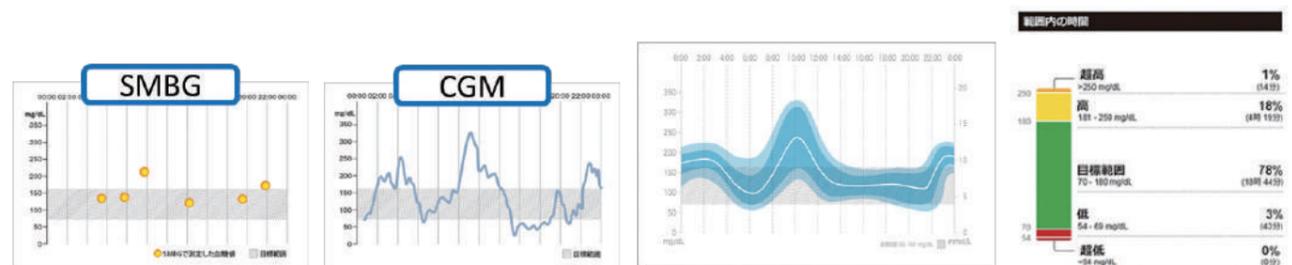
兵庫中央病院検査科では外来患者さまを中心に**持続グルコースモニタリング (CGM: Continuous Glucose Monitoring)** の説明と装着を担当しています。今回はCGMについて簡単な解説を記載します。

CGMとは？

持続グルコースモニタリングの略で腕やお腹に、細いセンサーを刺し皮下間質液中のグルコース値を持続的かつ自動的に測定・記録します。間質液とは細胞と細胞の間に存在する液体です。間質液中のグルコース濃度は血液中のグルコース濃度（血糖）とは異なりますが、10分程度遅れて血液中のグルコース濃度と良く似た変動を示す事が知られています。

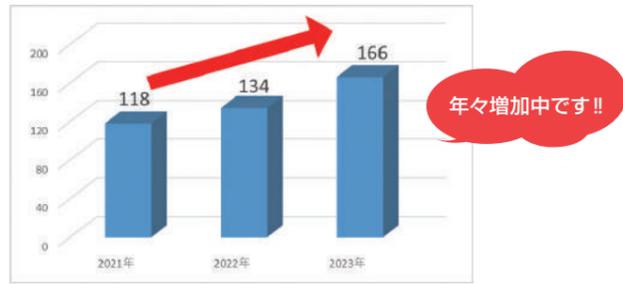


連続的な測定により夜間や早朝など従来の自己血糖測定器(SMBG)では測定が難しい時間帯の血糖変動や自覚のない低血糖状態を知ることができます。また患者さまご自身が自らの血糖変動を視覚的に把握することができ、血糖のコントロールに対する意識の向上も期待されます。



SMBGは点ですが CGMは線で追えます 日々の傾向（ばらつきや）良いコントロールの時間を把握する事もできます

インスリンをご使用の方の血糖コントロール用途だけではなく検査用のCGMもあります。CGMと行動記録や食事の記録を行い日々の生活習慣の見直しをしてみませんか？



図はアボット社HPより引用 <https://www.myfreestyle.jp/patient/freestyle-libre/>

1型糖尿病患者の栄養指導

栄養管理室 國安 里衣

当院では糖尿病患者さんへの栄養指導を積極的に実施しています。1型糖尿病患者さんに特徴的な指導といえば「**カーボカウント**」です。2型糖尿病患者さんにも活用することはありますが、強化インスリン療法を行っている1型糖尿病患者さんが主となります。

当院では外来・入院患者さんともにカーボカウント導入を行っています。主治医より依頼があればカーボカウント導入を進めていきます。

外来患者さんには、診察日に合わせて毎回栄養指導を受けていただきます。当院資料をもとにカーボカウントについて説明し、主治医と相談したうえでグラムインスリン比(CIR)やインスリン効果値(ISF)を決定、自身でカーボカウントが行えるように指導しています。CGMやシンクヘルスアプリ(PHR:Personal Health Record)を活用しながら自宅での食事内容を確認し、それぞれの患者さんに応じた食事指導をするよう心掛けています。

入院患者さんには個人栄養指導にてカーボカウントを習得していただきます。最終的には、患者さん自身に病院食の糖質量を計算し、実際に施注するインスリン単位まで算出してもらいます。退院後も食事記録をつけてもらい、外来栄養指導にて計算方法が間違っていないか、毎回確認しています。

当院のカーボカウント資料

★カーボカウント法とは
食餌の栄養素の内、炭水化物が炭水化糖に分解され、血糖値を上げる作用を持つ。食事の炭水化物量を把握・調整することで、血糖変動をコントロールしていく方法です。

(1) 食べ物と栄養素
食べ物はたくさんありますが、それらは体の中の働き別にグループに分けられます。栄養素は5つのグループに分かれ、それぞれ体の中の働きは異なっています。

炭水化物 (糖質)	体を動かすこととなるもの
脂質	脳のエネルギー源
たんぱく質	筋肉や骨の元となるもの
ビタミン	
ミネラル	体の働きを整えるもの

バランスの崩れた食生活は、生活習慣病の引き金となる。適切な制限は行わず、バランスのとれた食生活を営むことが重要となります。

(2) 栄養素の血糖値への影響
体にとってエネルギーとなるものは、エネルギー源である炭水化物(糖質)・たんぱく質・脂質です。三大栄養素それぞれが血糖値への影響は異なります。

糖質は「速効性」して単位を決定します。ポンプの方は0.1単位ごとに注入できるので、小数点第一位まで四捨五入します。

> インスリン量を決定しよう
グラム/インスリン比を用いて「食事に対するインスリン量」を計算し、インスリン効果値を用いて「修正インスリン量」を計算します。この2つを合わせたインスリン単位を食前に打ちます。

来年度には「**カーボカウント食**」という食種の導入を検討しています。従来の糖尿病食とは違い、丼ものや麺類など、普段食べるものと同じような食事を提供し、患者さんご自身でカーボカウントを行う食種となっています。今後も糖尿病患者さんの食事治療をサポートできるよう努力していきます。



糖尿病療法指導士としての取り組み

外来看護師 後藤 かおり

当院の糖尿病外来では1型糖尿病、2型糖尿病など、様々な患者さんにチーム医療でサポートしています。1型糖尿病外来では、10代～80代の患者さんが通院されており、インスリン療法やインスリンポンプ療法などが行われています。それらの治療を、医師、看護師、栄養士、検査技師などの**多職種チームで連携して共にサポート**しています。

外来では、毎日糖尿病療養指導士が指導を行っており、インスリンポンプの状況や持続血糖測定器から送信されるデータを参考に、患者さんや家族と一緒に「**日々の生活で困ったことはないか**」「**どうすれば、快適に過ごすことができるのか**」「**合併症を起こすことなく糖尿病と共に生きていく方法**」についてなど考えています。

1型糖尿病は、血糖コントロールが難しく悩むことも多くありますが、患者さんのライフスタイルに合わせて試行錯誤し、その人に合った自己管理方法を患者さんと共に見つけていけるように心がけています。

また、機器トラブルの時はメーカー担当者に来院してもらい個別に教えていただくこともあります。高齢の患者さんでインスリンポンプ装着が不安な方は、訪問看護師と連携しフォローすることもあります。

近年、糖尿病治療が発展し、様々な機器が導入されています。それらを有効的に患者さんに利用していただくため、私たち看護師も日々勉強していきたいと思えます。



兵庫中央病院 令和7年度健康教室

当院では、生活習慣病を始めとした健康教室を開催しております。日頃、疑問にお思いの病気や身内の方の病気など、どなたでも**無料**で参加可能ですので、是非お越し下さい。

糖尿病教室



場所:兵庫中央病院 3階 第1会議室

お問い合わせ先: TEL 079-563-2121 (代表)

地域医療連携室

4月18日 (金)	13:30～14:10	隙間時間にちょこっと運動～看護師が提案する運動療法～	看護師
	14:10～14:50	糖尿病の食事療法～基礎編～	管理栄養士
5月16日 (金)	13:30～14:10	のみ薬のおはなし～最近の話題～	薬剤師
	14:10～14:50	食事療法を続けるコツ～実践編～	管理栄養士
6月20日 (金)	13:30～14:10	糖尿病と運動療法 ～身体活動とおうちトレーニング～	理学療法士
	14:10～14:50	糖尿病学会報告	糖尿内科医師
7月18日 (金)	13:30～14:10	災害時の備え ～日頃から準備しよう!～	看護師
	14:10～14:50	外食や総菜の選び方・注意点	管理栄養士
8月22日 (金)	13:30～14:10	暑さに負けず食事療法!	管理栄養士
	14:10～14:50	さかえを読もう!	糖尿内科医師
9月19日 (金)	13:30～14:10	秋の味覚を楽しむ際の注意点	管理栄養士
	14:10～14:50	糖尿病と認知機能のあれこれ	作業療法士
10月17日 (金)	13:30～14:10	糖尿病腎症の食事療法	管理栄養士
	14:10～14:50	糖尿病腎症について (透析予防)	糖尿内科医師
11月21日 (金)	13:30～14:10	糖尿病と血糖測定	臨床検査技師
	14:10～14:50	糖尿病について学ぼう!	糖尿内科医師
12月19日 (金)	13:30～14:10	注射薬のおはなし～最近の話題～	薬剤師
	14:10～14:50	年末年始を上手く乗り切る食事療法	管理栄養士
2026年 1月16日 (金)	13:30～14:10	糖質の多い食材を学ぼう!	管理栄養士
	14:10～14:50	最新の糖尿病についての知見	糖尿内科医師
2月20日 (金)	13:30～14:10	糖尿病と生理機能検査	臨床検査技師
	14:10～14:50	食後高血糖を予防するための食事療法	管理栄養士
3月13日 (金)	14:00～15:00	特別講演	



外来診療担当表 (配布用)

■ : 内科初診

診療科	診察室	月	火	水	木	金
内科・消化器内科	2F ⑰	里中 和廣	里中 和廣	—	光永 眞貴	石橋 莉永
内科・消化器内科	2F ⑱	三田 敬二	島津 浩史	三田 敬二	三田 敬二	三田 敬二
内科・消化器内科	2F ⑮	光永 眞貴	石橋 莉永	安藤 稔	—	安藤 稔
内科・糖尿病内科	2F ⑲	福永 みちる	鴻山 訓一	鴻山 訓一	福永 みちる	鴻山 訓一
内科・糖尿病内科	2F ⑳	担当医(非常勤) (加藤 美有紀) (4月:1・2・4週、5月以降:2・4週)	福永 みちる	島津 浩史	鴻山 訓一	—
結核内科 内科・骨粗鬆症	1F ⑩	藤川 健弥	高木 康行	—	高木 康行	藤川 健弥
内科・脳神経内科	1F ⑧	足立 洋	山形 大志	北 峻志	北 峻志	佐々木 絢子
内科・脳神経内科	1F ⑨	佐々木 絢子	西田 勝也	坂下 建人	足立 洋	金星 匡人 (第2・4週)
脳神経内科	1F ④	河本 邦彦	二村 直伸	三谷 真紀	河本 邦彦	山崎 浩
	1F ⑤	西本 啓介	三谷 真紀	二村 直伸	西本 啓介	安藤 竜起
	1F ⑦	坂下 建人	山崎 浩	安藤 竜起	山形 大志	西田 勝也
脳神経内科・消化器外科	2F ⑫	陣内 研二	—	中村 吉貴	陣内 研二	舟川 格 (第1・3・5週)
内科・糖尿病内科	2F ㉑	蓑原 達郎	宮部 祥花	蓑原 達郎	島津 浩史 (糖内)	宮部 祥花
消化器外科	2F ⑬	藤原 英利	—	藤原 英利	—	中村 吉貴
呼吸器外科・内科 循環器内科	2F ⑭	担当医(非常勤) (循内)	片上 信之 (予約のみ)	担当医(非常勤) (循内)	—	宮本 良文 (第2週)(予約のみ)
整形外科	1F ②	富田 佳孝	富田 佳孝	(手術日)	井上 諒真	井上 諒真
	1F 診察室	—	—	—	—	—
予約制	ものわすれ外来 (13:00～15:00)	1F ⑤		(第1・3・5週)山崎 (第2・4週)西田	(第1・2・4・5週)安藤竜 (第3週)坂下	
	頭痛外来 (14:00～16:00)	1F ⑤			二村 直伸 (第2・4週)	
	筋ジス外来 (14:00～15:30)	1F ⑤			三谷 真紀 (第1・3・5週)	
	胆石・ヘルニア・静脈瘤外来 (13:30～15:00)	2F ⑬	藤原 英利 (毎週)			
	肛門外来 (13:30～15:00)	2F ⑬			中村 吉貴 (毎週)	中村 吉貴 (毎週)
	1型糖尿病・ 糖尿病肥満外来 (13:30～15:00)	2F ㉑		(第1・3週)福永 (第2・4週)担当医 (第5週)鴻山		
特定健康診査						毎週 14:00～
予約検査処置	午前		胃内視鏡 心・腹部エコー アンギオ(神大)	胃内視鏡 心・腹部エコー	胃内視鏡 心・腹部エコー	胃内視鏡 心・腹部エコー
	午後		大腸内視鏡 ERCP	大腸内視鏡	大腸内視鏡	大腸内視鏡

受付時間 8:30～11:00 (ご予約の場合 ～17:00)

初診の患者様へ 初めて受診される場合は、玄関を入られて左側の受付カウンターにお越し下さい。

電話での予約受付について

電話での予約受付時間は、平日12:00～16:00になります。予約のキャンセルまたは変更がありましたら、前日の上記時間帯までにご連絡をお願いいたします(午前中は診察中につき、避けていただきますようご協力ください)。

担当医師の変更について

諸事情により、上記の担当医師が変更となる場合があります。変更予定は、掲示板にお知らせしておりますので、ご確認ください。

再診の患者様へ

- ご予約の場合
正面玄関受付カウンター前の再診受付機にて、診察券を投入の上、ご予約の診療科の受付をしてください。
診察は概ねご予約時間の30分以内を予定しておりますが、当日の診察のすすみ具合により遅れる場合もございますので、予めご了承ください。
- ご予約されていない場合
正面玄関受付カウンター前の再診受付機にて、診察券を投入の上、ご希望の診療科を選択してください(受診中の診療科のみ選択可能)。
診察券がない場合は、その旨お申し出ください。なお、前回の診察から3ヶ月以上経過している場合は初診となります(ご予約の場合を除く)。

お知らせ 地域医療連携室の外来予約受付時間は下記の通りです。今後ともますますのご利用をお願いいたします。

- 受付時間: 平日 8:30～19:00 (木曜は17:15まで)
- 内 容: 診察予約・画像等検査予約
- 連絡先: TEL 079-563-2121 (代表) 0120-62-2125 (専用電話)
FAX 079-563-4646

