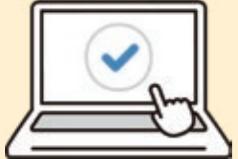


## \NEWS ひまわり掲示板/

### 予約変更・キャンセル専用 WEB窓口のご案内

予約の変更やキャンセル、予約の確認がホームページや下記QRコードより可能です。ぜひご利用ください。

※回答に日程をいただくことがありますので、お急ぎの場合は予約センターまでお電話ください。



## ACCESS



### |阪急電車

■京都線「桂駅」下車北へ徒歩15分、タクシーで約5分

### |お車の方

■京都方面からは西大橋から信号4つ目左折50m左折

■亀岡方面からは阪急のガードを越え、次の信号右折50m左折

### |京都市営バス

■23系統(京都駅～洛西バスターミナル)上桂前田町下車徒歩3分

■70系統(太秦天神川駅前～小畠川公園北口)上桂東ノロ下車徒歩5分

■69系統(みぶ～桂駅東口)上桂西居町下車徒歩10分

### |京阪京都交通バス

■27・21系統(桂坂中央～京都駅前)上桂前田町下車徒歩3分

■亀岡・園部方面から27・21系統への乗り継ぎは、1・2系統国道中山(下車)乗り換え

### |無料送迎バス

■阪急桂駅西口より約20分間隔で運行中

※開院日以外は運休しています。

### 【開院日】

時間	阪急桂駅西口発	三菱京都病院発
8時	00 20 40	13 33 53
9時	00 20 40	13 33 53
10時	00 20 40	13 33 53
11時	00 20 40	13 33
12時		43
13時	10 30 50	03 23 43
14時	10 30 50	03 23 43
15時	10 30 50	03 23 43
16時		03 23 43



※予告なく変更・中止する場合がございます。  
※道路事情・その他諸事情により乗車場所が移動する場合がございます。  
※定員オーバー、交通事情により遅れる場合があります。ご了承ください。  
※開院日以外は運休しています。

# himawari

## CONTENTS

CLOSE UP DOCTOR  
長濱 寛二先生

TOPICS  
歯科口腔外科の診療を再開いたしました

新任医師のご紹介  
TOPICS

2025年三菱京都病院  
地域連携の会を開催いたしました

診療技術部の裏話 第4回  
冬に古傷がうずく理由:冷えと気圧が引き起こすメカニズム

理学療法士が紹介! 健康ストレッチ 第27回  
今回は『骨盤底筋群のトレーニング』についてお話をします!



公開講座「いきいき健康教室」動画配信中

リンクまたは二次元コード読み取りで  
ご覧いただけます。

[https://www.youtube.com/playlist?list=PLPrr2\\_-Zvoj2ZZaPYK1RTEWfrhg-AD4Ya](https://www.youtube.com/playlist?list=PLPrr2_-Zvoj2ZZaPYK1RTEWfrhg-AD4Ya)



医療法人社団志高会

# 三菱京都病院

MITSUBISHI KYOTO HOSPITAL

京都府がん診療推進病院

救急告示病院 人間ドック・健診施設機能評価認定施設  
日本医療機能評価機構認定病院 厚生労働省指定臨床研修病院

〒615-8087 京都市西京区桂御所町1番地  
TEL 075-381-2111 FAX 075-392-7952

予約専用ダイヤル **075-381-7811**

セカンドオピニオンをご希望の方も予約専用ダイヤルにお電話ください。

がん相談窓口(患者支援センター)【(月～金)10:00～16:00】  
TEL:075-381-2111 FAX:075-392-7952

<https://mitsubishi-hp.jp>



# 2026年、三菱京都病院の展望



尾池Dr:恒例の新春対談です。今年は、三菱京都病院が法人化して一年が経ったというところで、三木理事長とお話しをしていきたいと思います。まず三木先生、志高会として法人化したわけですが、患者さんたちは気づいてらっしゃらないんじゃないですか？



三木Dr:その通りですね。実際、病院名も変わっていませんし、先生方もほとんど変わってませんから、患者さんたちはなにも気づかれていないでしょうね。

尾池Dr:ではこの一年間病院はなにも変わっていないのでしょうか？

三木Dr:またまた、院長も知っていることでしょう（笑）。まあ私からお話ししましょう。ひとつは、7月に、京都大学泌尿器科から長濱先生、福永先生が常勤医として赴任していただいたことが大きかったですね。泌尿器科はこれまで非常勤医の外来だけでしたので、手術が必要な患者さんがいらしても他院に行っていただく必要がありました。腹腔鏡手術や前立腺レーザー治療などさまざまな体にやさしい治療を非常に積極的におこなっていました。

尾池Dr:長濱先生はロボット手術の指導もされてきた実績豊富な先生ですね。

三木Dr:そうです。ロボット手術は、近々当院でも導入の

予定となっていますので、腕を振るっていただけると思います。

ふたつ目は、口腔外科に大きな変化がありました。10月から新たに大阪大学歯学部口腔外科から森本先生が赴任されました。当院の口腔外科は50年の歴史があって、そもそも京都のこの地域は口腔外科が不足していますので、患者さんのためにたくさん手術をしていただけるとありがたいと思っています。



尾池Dr:あまり患者さんはご存知ないと思うのですが、いま歯科口腔外科というのは他の診療科の治療にも必要な診療科になっています。

三木Dr:その通りですね。院長の消化器外科も歯科口腔外科にはお世話になっているはずですね。

尾池Dr:はい、消化器外科ではこの10年で術前術後の口腔ケアが大変重要だと認識されるようになりました。癌の大手術を行うと術後に肺炎の合併症が起きることがあります。手術前から歯科口腔外科に専門的な口腔ケアをしてもらって口腔内をきれいにしておくと肺炎が起りにくくなることがわかっているんです。80代でも大きな手術を受けられるのは普通になっていますが、肺炎などの合併症予防はとても重要です。がん治療をおこなっている病院では口腔外科はなくてはならない診療科です。他にも、来年以降、大きな動きがありますね。



18年前、現建築計画時の模型

三木Dr:新病棟建築の件ですね。病院の現在の建物は18年前に建てられたものです。建て替え前の旧病院は築40年を超える改築を繰り返した使いにくい建物になっていました。当時の村田総院長・吉田院長の強力なリーダーシップの下で一挙に全面建て替えを断行した経緯があります。

尾池Dr:私がこの病院に赴任する数年前のことですが、免震構造ですし、ヘリポートも備えていて、その頃としては最先端だったでしょうね。いまでも古くはないようにも思いますが。

三木Dr:そうですね。建てた当時としてはかなり余裕をもった建て方をしているのですが、今となっては手狭になってきたのも事実です。例えば外来ブースや患者さん説明のためのスペースは不足しています。新しい病棟を建てて、今の建物も大規模な改修をおこない次の20年の診療を見据えた病院にしたいと思って計画を進めているところです。こういった大きな計画は法人化したからこそできていることです。

尾池Dr:大手術の代名詞のような心臓外科でも、からだにやさしい低侵襲手術の新しい技術が導入されています。産婦人科では無痛分娩や不妊治療、産後ケアなど新しいことが始まっていますし、建物も新しくしてどんどん前に進めていかないといけません。

三木Dr:法人化に際し強調しておきたいのは、当院の理念である「高度であたたかい医療を提供する病院」は変わらず守っていくことです。「高度な医療を提供」し続けていくためには、常に前向きに変わっていくことが必要です。今年も新しいことにチャレンジしていく精神で、明るい一年にしましょう。



## CLOSE UP DOCTOR

## ドクターにインタビュー !!

普段の診察室とは違う医師の一面をご紹介するコーナー。今回は、泌尿器科の長濱ドクターを紹介いたします。



長濱 寛二 (ながはま かんじ)先生

## PROFILE

平成7年 京都大学卒業  
令和7年 三菱京都病院 入職  
役職:泌尿器科部長  
資格:日本泌尿器科学会 専門医・指導医  
日本泌尿器内視鏡・ロボティックス学会  
泌尿器腹腔鏡技術認定医  
泌尿器ロボット支援手術プロクター  
日本腎臓学会 専門医・指導医  
日本透析医学会 専門医・指導医  
日本がん治療認定医機構 がん治療認定医  
日本臨床腎移植学会 腎移植認定医  
日本医師会 認定産業医  
厚生労働省 緩和ケア研修終了  
ライフ・プランニング・センター  
がんのリハビリテーション研修終了  
日本泌尿器内視鏡学会 代議員  
京都大学医学博士  
趣味:釣り、スポーツ

## どのような学生でしたか?

学生時代は一番楽しかったですね。大学に入ってから水泳を始めたのですが、水泳部で友達もたくさんできました。実は、大学院ではノーベル賞を受賞された坂口志文先生のもとで「制御性T細胞」の研究をしていました。その当時からいつかはノーベル賞をとられるだろうとは思ってました。すごい方でしたね。

## 医師になろうと思ったきっかけは?

私の家は江戸時代から代々医者家系で医師以外の職業は考えられなかったですね。親戚も含めてまわりは医者が多かったので…。

## 医師になっていなかつたら何をしていましたか?

光の当たっている人ではない方で、必死に生きている方たちを、支えるような仕事をしたかったな…と思います。世の中にもてはやされている人ではなく、陰で一生懸命頑張っている方たちのサポートが出来ればよかったです。

## 貴重なお休みには何をされていますか?

今は、勉強会の資料や色々な文章を作成したりで、なかなか時間がないですね…。最近は長男と一緒によくスターバックスやミスター・ドーナツに行って一緒に勉強をしています。二人で一日中いますね。長男との大切な時間ではありますね。一日中ボーッと出来る日があればいいな…と思っています。

## 動物に例えると…

おならが臭いので…スカンクかな?

## 最後にひと言

三菱京都病院 泌尿器科ゼロからの出発ですが、頑張ってまいります。

## 歯科口腔外科の診療を再開いたしました

2025年4月より当院歯科口腔外科外来初診受け入れを中止していましたが、この度2025年10月より口腔外科診療を再開いたしました。現在は歯科医師3名（常勤医師1名、非常勤医師2名）と歯科衛生士3名で活動しています。そのためまだ従前の体制に比肩する診療体制ではありませんが、正確性、安全性を重視して診療をおこなっています。診療内容につきましては、これまでと同様に二次医療機関として地域の医療機関の先生方との連携を推進し、地域医療に貢献する所存です。原則として紹介患者さんを対象とした診療体制で口腔外科診療に特化し、一般歯科治療はおこなっていません。これまで通り西京区・乙訓地区における唯一の日本口腔外科学会認定準研修施設として、口腔外科疾患を中心に診断・治療をおこなっています。また抜歯などの小外科手術に不安のある患者さんには、短期入院での静脈内鎮静下手術も実施しています。また全身麻酔症例についても体制を整えて、患者さんに安心して治療を受けられるよう邁進してまいります。



## 取り扱い疾患

- 親知らずの抜歯
- 炎症:智歯周囲炎、顎骨骨膜炎、顎骨骨髓炎、歯性上顎洞炎(蓄膿症)などの治療
- 外傷:顎骨の骨折、歯牙の破折、口の中やその周囲の裂傷の治療
- 囊胞:顎骨内や口腔軟組織内の液体の入った袋の治療
- 腫瘍:顎骨や口腔軟組織の良性腫瘍および悪性腫瘍(舌がん、歯肉がん、頬粘膜がんなど)の治療
- 顎の変形:下顎前突症(うけ口)などの顎骨の過成長、劣成長の外科的矯正治療
- 顎関節症:口の開閉時のカクカク音、関節の痛み、口が開かないなどの治療
- 先天性疾患:唇裂(兎唇)、口蓋裂、小帯異常の治療
- 唾液腺疾患:唾石(つばを作る器官や排泄管にできる石)、唾液腺腫瘍の治療
- 口腔粘膜疾患:口内炎、白板症、扁平苔癬などの治療
- 神経疾患:三叉神経痛、顔面神経麻痺、知覚麻痺、舌痛症(舌のピリピリ感)などの治療

## 10月より常勤医師が着任いたしました



歯科口腔外科 部長  
森本 泰成 (もりもと やすなり)

専門・得意分野 口腔外科診療全般・歯性感染症・薬剤関連顎骨壊死・口腔腫瘍

資格 日本口腔外科学会認定 口腔外科専門医・指導医  
日本口腔科学会認定 認定医・指導医  
国際口腔顔面外科専門医 (FIBCSOMS)  
日本がん治療認定医機構 がん治療認定医 (歯科口腔外科)  
ICD制度協議会 インフェクションコントロールドクター  
日本化学療法学会認定 抗菌化学療法認定歯科医師

歯科医師免許取得後、大阪大学第一口腔外科(現顎顔面口腔外科学講座)に入局し、これまで口腔外科診療に従事してまいりました。これまで長く大阪を中心とした大学関連病院施設で勤務していましたが、この度所縁の地である三菱京都病院に着任することになり、京都で再び帰参して医療に携わるとは想像もしてませんでしたが、これも天の采配と考え職務に邁進する所存です。患者さんの立場に寄り添いつつ、根拠に基づいた標準治療を提供することを基本とし、地域医療に貢献できるよう真摯に診療にあたりたいと考えています。

# 新任医師のご紹介

10月より3名の医師が新しく着任いたしました。どうぞ宜しくお願ひいたします。



小児科 副部長

長田 加寿子 (あさだ かずこ)

専門・得意分野 小児科一般、小児心身症

資格 日本小児科学会 小児科専門医、指導医

日本小児科心身医学会 認定医

日本小児科医会 子どもの心相談医

子どものこころ専門医機構 子どものこころ専門医、指導医

素直で繊細で力強い子どもたちのパワーに日々感動しています。

小さな患者さんの意思を尊重し、ご家族に寄り添った診療を心がけたいと思います。



消化器外科 医師

出羽 彩 (いづわ あや)

専門・得意分野 消化器外科 外科一般

資格 日本外科学会 外科専門医

福岡県の九州医療センターおよび、聖マリア病院で研鑽を積んだのち、移植免疫の研究に従事してまいりました。

手術の技術はもちろん、患者さんご本人とご家族が安心して治療を受けられるよう、丁寧で温かい医療を心がけてまいります。皆さんの健康を支える一助となれるよう努めてまいります。



麻酔科 医師

松岡 賢太郎 (まつおか けんたろう)

専門・得意分野 麻酔科

精一杯頑張ります。何卒よろしくお願ひいたします。

## TOPICS

## 2025年三菱京都病院 地域連携の会を開催いたしました

9月20日(土)ホテルオークラ京都にて2025年三菱京都病院 地域連携の会を開催いたしました。日ごろ連携している病院や診療所の医療関係者の方、当院職員あわせて約203名という多数ご参加いただきました。当院の医師による診療科紹介や特別講演として、京都大学大学院医学研究科 腎臓内科学 教授 柳田 素子先生にもご講演いただきました。情報交換も活発におこなうことができ、今後のさらなる連携につなげる機会となりました。



# 診療技術部の 裏話

第4回

## 冬に古傷がうずく理由:冷えと気圧が引き起こすメカニズム

冬の寒い時期や天候が崩れる前後に、過去に負ったケガや手術の傷が「うずく」「痛む」と感じるのは、生体の複雑な恒常性維持機構と環境要因が関わっているためです。この痛みには主に二つの専門的なメカニズムが関係しています。

### 1. 血管収縮による血行不良と発痛物質の蓄積

寒さに晒されると、体は体温を維持するために、皮膚表面や末梢の血管を収縮させます。これにより、古傷や関節周辺の血流(血液循環)が悪化します。

過去に損傷した組織(筋肉、靭帯、関節包など)は、完全に元の状態に戻らず、血流が低下しやすい瘢痕組織(線維化した傷跡)になっていることが多いです。血流が悪くなると、老廃物や疲労物質、そして痛みを引き起こす発痛物質(例: プラジキニン、プロスタグランジン)が組織内に停滞・蓄積しやすくなります。これらの化学物質が知覚神経の終末を刺激し、痛みを再発させます。



日頃から、患部を冷やさないように適切な保温を心がけ、温熱療法や軽いストレッチで血流を保ち、組織の柔軟性を維持することが、冬の痛みを和らげるための重要なセルフケアとなります。

具体的なストレッチの方法は『健康ストレッチ』をご参照ください!

(リハビリテーション技術科)



第27回

## 理学療法士が紹介!

## 健康ストレッチ



自宅で簡単にできるストレッチ・筋トレを理学療法士がご紹介するコーナーです。

理学療法士 山本 真輝 (やまもと まさき)

### 今回は『骨盤底筋群のトレーニング』についてお話しします!

骨盤底筋とは、膀胱・直腸・子宮といった臓器を下から支えている筋肉のことです。尿道、肛門の周囲にあり排泄をコントロールする筋肉であります。骨盤底筋の機能が低下してしまうと排泄のコントロールができず尿漏れにもつながります。また、腹筋群と一緒に体感を安定させる機能も担っているため機能低下により腰痛につながる可能性もあります。今回は、そんな骨盤底筋群のトレーニング法をご紹介します。

丸めたタオルを置くことで股間を締める感覚がわかりやすくなります。

肛門付近を触って収縮を確認してみましょう!

- ①最初は3秒かけて締める、緩めるを繰り返す。
- ②慣れてきたら締める、緩めるの間隔を狭めていく。
- ③連続で締め続ける運動もやってみましょう

椅子に浅く腰掛け、骨盤を立てて足を肩幅に広げる  
息を吸いながら股間をキュッと締める

### ポイントアドバイス

骨盤底にある3つの穴を意識する!  
尿道・肛門・膣



- おしっこを途中で止めるようなイメージ
- 自然に呼吸しながらお尻や太もも、腹筋に力が入りすぎないように