

Vol.251



病院ホームページは

<https://www.mhi.com/jp/company/hospital/kobe/>

かけはし

理念

 すべては患者様と  
地域社会のために


発行責任者 病院長 田代 充生

## 放置しておくとも恐ろしい糖尿病について

内科

満田 佳名子

糖尿病は、初期段階では自覚症状がないことの方が多く、知らないまま病気が進んでしまうこともあります。病状が進行する前に、定期検査（健診や人間ドック）で採血結果をチェックすることが重要です。今回は糖尿病について知って貰うために、よく質問を受ける項目をご説明します。

### Q 糖尿病とはどのような病気ですか？

A 膵臓からは血糖を下げるインスリンというホルモンが出ており、インスリンの働きが足りないことで、血糖値が高くなる病気です。インスリンの働きが足りなくなる理由は、①体からインスリンが十分にでていない、②インスリンは出ているが効きが悪いの2つがあります。



### Q 自身が糖尿病かどうか気付く方法がありますか？

A 糖尿病の代表的な自覚症状として「喉が非常に渇く」「尿が多い」「だるい」「手足のしびれ」等が挙げられますが、かなり血糖値が上昇してしまった時の症状です。特にHbA1c（ヘモグロビン・エー・ワン・シー）という項目が、

採血時から過去1～2か月間の平均血糖値を反映し糖尿病の診断、治療に用いられますので、注意してチェックしましょう。



【出典：糖尿病ってどんな病気  
日本イーライリリー株式会社】

### Q 症状がないのになぜ治療しないといけないのですか？

A 高血糖が長く続くことで糖尿病特有の合併症が出現します。代表的な神経、目、腎臓への合併症だけでなく、心筋梗塞、脳卒中、下肢壊疽等と多岐にわたります。糖尿病を適切に治療することで合併症を予防し、糖尿病のない人と変わらない寿命と日常生活の質を維持することが治療の目標です。

### Q 糖尿病の治療にはどのようなものがありますか？

A 食事療法・運動療法・薬物療法の3つが重要です。糖尿病は、「治す」というよりも「日常生活の中で付き合う」病気です。がんばり過ぎず、諦めず、お付き合いしていくことが大切です。

【参考：糖尿病診療ガイドライン2024】

## ★今回のポイント★

- 健康診断や人間ドックは必ず受けましょう。
- HbA1cの項目をチェックしましょう。
- 肥満のある方や、血縁者に糖尿病の方が多数おられる方は注意しましょう。
- 症状がなくても健康診断等で糖尿病を指摘された場合は必ず受診しましょう。  
(当院でも受診可能)



当院の糖尿病外来では、糖尿病合併症についても循環器内科・眼科等の院内各科と連携を密にし、治療を行っています。また、日本糖尿病療養指導士が在籍する生活習慣病チームによるサポートも充実しており、お一人お一人に合った糖尿病治療をお手伝いいたします。

6/23 (月) 15時より「糖尿病ってどんな病気？」と題した、院内講演会を開催いたしますので、ご興味のある方は是非お気軽にご参加ください。

【お問い合わせ先】

内科受付

078-672-2619 (外線)

8-63-22619 (内線)

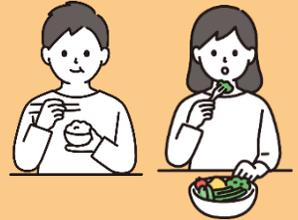
# 糖尿病の食事療法ってどんなことをするの？

管理栄養士  
小川 詞帆

前頁でご紹介した糖尿病の治療法の一つである食事療法についてご紹介します。  
糖尿病の食事療法と聞くと、食べたいものが食べられない、強い食事制限のイメージがあるかと思いますが、実際は身体に必要な量をバランスよく食べることが大切です。ちょっとしたことですが、食事療法を効果的にするコツと病院で提供している糖尿病食のメニューを一部ご紹介致します。

## 食事療法を効果的にするコツ！

- ・腹八分目とする
- ・食品の種類はできるだけ多くする
- ・動物性脂質は控えめに
- ・食物繊維を多く含む食品（野菜、海藻、きのこなど）を摂る
- ・朝食・昼食・夕食を規則正しく
- ・ゆっくりよくかんで食べる
- ・砂糖を多く含む食品の間食を避ける



【参考：糖尿病治療ガイド】

## 糖尿病食のご紹介

◆主食・主菜・副菜をそろえて  
バランスの良い食事を心がけてみましょう



- ・魚の野菜あんかけ
- ・小松菜の和え物
- ・里芋の煮物
- ・白米



- ・豚の生姜焼き
- ・ジャガイモのきんぴら風
- ・ツナサラダ
- ・白米

## <メニューのポイント>

- ・少ない油分で脂質を抑える
- ・野菜を多く取り入れた食物繊維・ビタミン・ミネラルを多く含む料理



当院では、前頁でご紹介した生活習慣病チーム（看護師・管理栄養士・薬剤師）が医師と連携し、それぞれの専門分野での経験や知識、技術を集約して、患者さんに最も適した治療を行っています。

また、糖尿病の治療をされている方、血糖値が高くて食事の事でお悩みの方に対して、管理栄養士が栄養相談を行っております。

ご希望の際は、主治医へご相談下さい。  
サポートさせていただきます。

### 【お問い合わせ先】

内科受付

078-672-2619（外線）

8-63-22619（内線）



### 新任医師 紹介

循環器内科

あべ  
阿部

まさみ  
昌巳

循環器内科の阿部昌巳と申します。  
神戸大学を卒業し、千葉、沖縄での勤務を経て約20年ぶりに神戸に帰ってきました。  
なんでも気軽に相談してもらえると嬉しいです。  
どうぞよろしくお願いいたします。



# 三菱神戸病院 診療予定表 (2025年6月)

＜診察時間＞ 午前診 9:00～11:30 午後診 13:00～15:00 ◆は、女性医師 ※ [ ] …変更部分  
 医師都合等により休診や変更になる場合がありますのでご了承願います。原則初診時の予約は行っておりませんが、診療科により異なりますので、各診療科欄をご覧ください。

〒652-0863 神戸市兵庫区和田宮通6丁目1番34号 (代表) TEL: 078-671-7705 FAX: 078-672-2352 (地域医療連携室) TEL: 078-652-8271 FAX: 078-652-8275

診療科	曜日	診察室	月	火	水	木	金	土曜 (午前診療)
内科	午前	1診	吉野 【循環器・一般】	大野◆ 【消化器・一般】	大学医 【呼吸器】(予約)	阿部 【循環器・一般】	三浦◆ 【一般】	【14日】吉野 初診担当医 交代医
		2診	佐々木(順)◆ 【一般】	上田 【一般】	佐々木(順)◆ 【循環器・一般】	佐々木(優)◆ 【一般】	吉野 【循環器・一般】	
		3診	鈴鹿◆ 【呼吸器・一般】	大学医 【不整脈・循環器】	井上 【循環器】	上田 【循環器・一般】	足立 【消化器】	
		4診	満田◆ 【糖尿病】	松本(健) 【循環器・糖尿病・一般】	佐々木(優)◆ 【一般】	松本(健) 【循環器・糖尿病・一般】	大学医 【免疫内科】(予約)	
		6診	田代 【消化器】	田代 【消化器】	満田◆ 【糖尿病】	大野◆ 【消化器・一般】	高原 【循環器・一般】	
		7診	松本(健) 【禁煙外来】(予約) 10:00～	---	---	---	---	
		1診	柿田 【腎臓内科】	佐々木(順)◆ 【心療内科】(予約)	---	山本/平野 第1・3・5/第2・4 【呼吸器】	三浦◆ 【一般】	
	午後	3診	高原 【循環器・一般】	足立 【消化器・一般】	吉野 【循環器・一般】	前川◆ 【消化器・一般】	---	備考 ＜心療内科＞ 初診時の予約可能 (電話予約可) ＜禁煙外来＞ 貼付剤の使用のみ可能
		4診	松本(健) 【循環器・糖尿病・一般】	---	前川◆ 【消化器・一般】	---	---	
		6診	北澤 【心療内科】(予約)	諫山◆ 【心療内科】(予約)	北澤 【心療内科】(予約)	諫山◆ 【心療内科】(予約)	満田◆ 【糖尿病】	
外科	午前	1診	交代医	船本◆	交代医	土田 【肝胆脾・一般】	土田 【肝胆脾・一般】	【14日】船本◆
		2診	---	---	---	---	吉田◆	
	午後	1診	---	吉田◆/船本◆ 【大腸・肛門・一般】	---	---	---	備考 ＜火曜・午後診療＞ 医師2名が交代で行います。 ＜そけいヘルニア＞ 常時診察可 ＜くすり外来＞ 月曜・水曜は、10:00迄
		2診	---	---	靱山	吉田◆	---	
皮膚科	午後	-	大学医 (診察時間) 14:00～	---	---	---	大学医 (診察時間) 13:00～	備考 ＜月曜・金曜診療＞ (受付時間) ～15:00
泌尿器科	午前	-	奥田	大学医	奥田	奥田	奥田	【14日】休診
整形外科	午前	1診	真鍋	和田	真鍋	篠原	横田	【14日】真鍋
		2診	大澤	---	澤入	---	---	
	午後	1診	真鍋 (予約)	---	---	---	---	備考 ＜月曜・金曜・午後診療＞ 13:30～15:00 ＜月曜・午後診療(田中医師)＞ 手外科・一般
		2診	田中	---	---	---	坂井 (予約)	
形成外科	午前	1診	西尾◆	大学医 【一般】第1・3・5のみ 【レーザー・ポトックス外来】 第2・4のみ(予約)	西尾◆ 11:00迄	---	西尾◆	【14日】休診
		3診	---	---	---	大学医 【足外来】(予約) 第1・3のみ	---	
	午後	1診	---	---	---	西尾◆ 【レーザー・ポトックス 外来】(予約) 第1・3のみ	---	備考 ＜木曜・午後診療＞ 13:30～16:30
耳鼻咽喉科	午前	1診	石黒◆	石黒◆	石黒◆	石黒◆	石黒◆	【14日】石黒◆
	午後	1診	石黒◆ 14:00迄	石黒◆ 【イビキ・睡眠時無呼吸外来】 (予約) 13:30～15:00	石黒◆ 14:00迄	石黒◆ 【のみこみ外来】(予約) 13:30～15:00	石黒◆ 14:00迄	備考 ・初診時の予約可能 (当日予約は不可)
		小児外来 (専門外来)	石黒◆ 16:00～17:00	石黒◆ 【補聴器外来】(予約) 14:00～17:00	石黒◆ 15:30～16:30	---	石黒◆ 15:30～16:30	

# 三菱神戸病院 診療予定表 (2025年6月)

診療科	曜日	診察室	月	火	水	木	金	土曜(午前診療)
眼科	午前	1診	木村	上西	木村	上西	上西	【14日】交代医  備考 ＜火、木、金曜・午前診＞ 【上西副院長 外来】 ・初めて眼科を受診する方 ・予約の方 ＜土曜日・午前診＞ 初診・再診者(受付 11:00迄) ※診察医の指定は出来ません
		2診	佐々木(信)	高松◆	佐々木(信)	高松◆	木村/佐々木(信) 第1・3・5/第2・4	
		6診	根木 10:00~	---	根木 10:00~	根木 10:00~	---	
	午後	1診	---	---	---	---	交代医 【コンタクト外来】(予約) 第1・3のみ 13:00~15:00	
		6診	根木	---	根木	根木	---	
		6診	根木	---	根木	根木	---	
婦人科	午前	-	大学医 (予約)	---	大学医 (予約)	---	大学医 (予約)	
歯科 口腔 外科	午前	-	榊原◆・山下 ・荻田◆	榊原◆・山下 ・荻田◆	榊原◆・山下 ・荻田◆	交代医	榊原◆・山下 ・荻田◆	【14日】榊原◆
	午後	-	榊原◆・山下 ・荻田◆	榊原◆・山下 ・荻田◆ 交代医 【インプラント外来】	榊原◆・山下 ・荻田◆ ※第1・3・5水曜日 手術日のため交代医	交代医	榊原◆・山下 ・荻田◆ 古森	備考 ・完全予約制 ・予約の空き状況によっては、 当日予約も可能です。 電話にてご確認ください
放射 線科	午後	-	藤田 (予約)	---	---	---	---	

＜診察時間＞ 午前診 9:00~11:30 午後診 13:00~15:00 ◆は、女性医師  
医師都合等により休診や変更になる場合がありますのでご了承ください。原則初診時の予約は行っておりませんが、診療科により異なりますので、各診療科欄をご覧ください。

〒652-0863 神戸市兵庫区和田宮通6丁目1番34号 ホームページURL <https://www.mhi.com/jp/company/hospital/kobe/>  
(代表) TEL: 078-671-7705 FAX: 078-672-2352 (地域医療連携室) TEL: 078-652-8271 FAX: 078-652-8275

## 三菱神戸病院 からの お知らせ

### 3か月 病院カレンダー

6 June

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

7 July

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

8 August

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24/31	25	26	27	28	29	30

### 院内講演会 (参加無料) のご案内

🟡 : 半日開院日    🟠 : 休院日

6/23 月

テーマ 糖尿病ってどんな病気？

演者 満田 佳名子 医師

時間 15:00~15:30

※途中参加・退出可能です。演者が皆様のご質問にお答えします。  
お気軽にご参加ください。

場所 当院 本館1階 外科・整形外科外待合



三菱神戸病院  
イメージキャラクター  
カモメさん