

SHISEI

第81号 2026年1月

一般社団法人 至誠会第二病院 〒157-8550 東京都世田谷区上祖師谷5-19-1 TEL: 03-3300-0366(代表) FAX: 03-3307-6731(代表)
編集: 総合患者支援室(内線211/395) FAX: 03-3307-0013(直通) URL: <https://www.shiseikai-daini-hosp.jp/>



赤ちゃんを迎える瞬間を、もっと穏やかに ～和痛分娩、4Dエコーについて～

産婦人科医長 菊森 のぞみ

皆さん、こんにちは。至誠会第二病院、産婦人科です。

妊娠出産に際し不安をもたれる妊婦さん、家族の皆さんへ、痛みを少しでも軽く、また4Dエコーで赤ちゃんの成長を確認しながら安心してお産に向き合えるお話をしたいと思います。

当院は東京都無痛分娩助成(最大10万円)の対象機関です。



痛みを少しでも軽く、安心してお産に向き合えるように ～麻酔科医 × 産婦人科医によるダブル体制による和痛分娩～

★和痛分娩(硬膜外麻酔)の特徴★

① 麻酔科、産婦人科の2科の専門医が連携し、麻酔と分娩管理を協働でサポート!

硬膜外麻酔は適切な管理がとても重要です。

麻酔の専門知識を持つ麻酔科医師が麻酔の導入を行い、産婦人科医師が分娩全体の進行と安全の確認を行い、疼痛コントロールをすることにより、より安全性の高い和痛分娩を提供しています。

② 産婦人科医師が分娩の経過を丁寧にフォロー!

③ 痛みを最小限にしながらも自然な分娩の流れも大切に!

(痛み不安はあるけれど自然なお産を大切にしたい方)

④ 助産師が1人1人に寄り添い“リラックスしたお産に臨める環境づくり”立会い分娩も可能!



妊婦さんに安心してお産に臨んでいただけるよう、お産の進行に合わせ、決して無理なお産をすることなく、皆さんに携わるスタッフ全員が“赤ちゃん元気”を合言葉に安全第一な分娩を常に心がけております。麻酔薬の導入は、陣痛が開始された後に導入する為、初めから痛みを全てとるものではありません。安心して出産していただけるように分娩中は妊婦さん1人1人に助産師が寄り添い不安を軽減し、出産が素敵な門出となるようサポートします。

基本理念 「至誠と愛」の心を持って、医療を誠実に、地域、社会に貢献いたします

- 基本方針
1. 全職員のチームワークにより、患者さま中心の医療を提供いたします。
 2. 安全で質の高い医療を提供いたします。
 3. 地域医療への貢献と連携の推進を行います。
 4. 医療の進展に沿うべく絶えず努力をいたします。
 5. 情報を開示し、医療の透明性に努めます。
 6. 健全で安定した医療経営に努めます。



和痛分娩の方の感想:T. Sさん(11月和痛分娩)

赤ちゃんの足があるお腹の上の方の感覚はあったけど、それ以外の痛みは殆どなかったです。
1人目の時の痛さによる荒い呼吸で疲れることもなくお産後の疲労感が軽減されました。

人気の4Dエコー (追加費用負担なし)

妊婦健診では、毎回4Dエコー検査を行い、家族同伴も可能で大変好評を頂いております。

赤ちゃんの計測だけではなく可愛らしい仕草と一緒に観察しましょう。
妊婦さんにご家族が相談しやすい、次回の検診も楽しみにしていただける診察を行っています。

※初診の方は、平日14時～16時に産婦人科外来へお問い合わせください。



4Dエコー画像

お知らせ

産婦人科外来は休診日を除く毎日行っております。世田谷区がん検査、HPVワクチン接種、月経関連の相談、妊娠を希望している方の相談(保険診療)、低用量ピル処方、ブライダル検査などを行っています。今後、内服による「メフィーゴパック(人工妊娠中絶薬)」を導入予定です。導入開始時には、ホームページにて詳細を報告します。

プロフィール

さくもり
菊森 のぞみ

1993年 東京女子医科大学医学部卒業
同年、慶應義塾大学医学部産婦人科学教室
入局、医学博士(慶応)
以後大学関連病院で勤務(産婦人科全般)
日本専門医機構産婦人科専門医、日本医師会
認定産業医、ジャカルタマザーズクラブ所属

2023年 夫に帯同し家族(娘2人)でインド
ネシア共和国ジャカルタに在住
2025年2月より至誠会第二病院着任

趣味は亀の世話、インドネシア語学習、
ラジオ英会話を聞く

★ 講演会のご報告 ★

2025年11月26日(水)19時半より『早期アルツハイマー病について考える会』を開催致しました。
多数の先生方(会場21名、ZOOM 34名)に参加頂き、有意義な時間を過ごすことができました。
ご参加頂きました先生方、有難うございました。



左から 香川先生、大賀先生



久保先生



会場風景

早期アルツハイマー病について考える会

*本講演会は、「ハイブリッド」にて開催いたします

日時 2025年11月26日(水) 19:30～20:15

場所 至誠会第二病院 管理棟2階多目的室
(住所:東京都世田谷区上祖師谷5丁目19-1)

Web講演会 (Zoomミーティング利用)
二次元コードまたは以下のURL、ミーティングIDが視聴登録をお願いします
URL: https://zoom.us/join/zoom/register/WN_4tSM5C1C5G2bpwVtU9H46Q
ID: 970 3494 1617
パスコード: Biogen1126

Opening Remarks 19:30～19:35
香川敦富 先生 香川内科クリニック 院長

基調講演 19:35～19:55
大賀栄次郎 先生 大賀内科クリニック 院長
これからの認知症診療の取り組み
～早期アルツハイマー病における地域連携の重要性～

講演者 久保昌史 先生 一般社団法人 至誠会第二病院
神経内科診療部長

Discussion 19:55～20:15
健診や外来で出会う 気になる患者 認知症の兆候
～初期診断と地域連携のありかた～
パネリスト (五十音順)
大賀内科クリニック 院長 大賀栄次郎 先生
香川内科クリニック 院長 香川敦富 先生
至誠会第二病院 神経内科診療部長 久保昌史 先生

*会場にて懇話される場合は軽食をご用意しております。(なお、国公立等の施設にご所属の先生方におかれましては、事前にご所属施設の規則等をご確認ください。ご対応いただきますようお願い申し上げます。)

【主催: エーザイ株式会社/バイオエン・ジャパン株式会社】 Biogen 248111



インドネシアより新たな仲間を迎えました

看護部主任
榎本 春菜

2025年11月から、当院にインドネシア出身の看護補助者3名が仲間入りしました。インドネシアで看護師の資格を持つ彼女達は、少しずつ日本の生活や病院の仕事に慣れながら、毎日笑顔でがんばっています。看護補助者は、患者さんの身の回りのお世話や、病院の環境を整えるお仕事を担当します。そんな大切な役割を担う仲間が加わったことで、より安心して過ごしていただけるケアが出来たらと思います。言葉や文化の違いもありますが、心をこめて接する気持ちは世界共通です。患者さんとのふれあいや、地域の皆さんとの交流を通じて、少しずつ絆が深まっていくことを願っています。新しい仲間が当院でのびのびと力を発揮できるよう、職員一同で温かく見守り、チームの一員として支えていきたいと思えます。これからも、誰もが安心して過ごせる病院づくりを目指しますので、インドネシアから来てくれた3名の看護補助者をどうぞよろしくお願ひいたします。



Selamat siang ～異文化に触れてみませんか ①～

「ラマダン」について

産婦人科 菊森 のぞみ

11月4日インドネシアからの看護補助者3名が当院へ赴任したのを機に、皆さんへも異文化を知るきっかけとなってもらえればと思っています。

「ラマダン」はイスラム教の五行の一つ「断食」で30日間にわたります。

イスラム教徒はラマダン中、日昇から日没までの間、食事、水も禁止されています。ドライバーさんに聞くと怒ること、喧嘩、タバコも禁止です。空腹や喉の渴きを経験することでこれらを十分に得られない人々の気持ちを分かち合うことも目的の1つだそうです。18時すぎに日が沈むと食事をとります。私はこの時間帯に子供のサッカーが終わる時間と重なりタクシーを頼んで待っていましたが、なかなか（食事が終わるまで？）迎えに来てもらえないことが何度かありました。断食明けの食事の初めは胃腸に優しい栄養のある“デザート”をいただきその後食事を摂ります。

1か月の断食月を終えらるとお祭り（レバラン）休暇です。

レバラン当日は、1年間の過ちを謝罪し心身を清める意味「Mohon maaf lahir dan batin（モホーンマアアフラヒルダンバティン）全ての罪をお許しください」と家族や職場の同僚と挨拶し、お互いに許しを請います。家庭で日本のお節料理のような特別なご馳走を準備し Kue（クエ）という特別なお菓子で家族、親族、友達とお祝いします。この時期、政府により有給休暇取得が奨励され大型連休となり、多くのインドネシア人が休みを取り故郷に帰ります。

2026年のラマダンは、2月17日頃からと見込まれています。母国とは異なる気候・環境の中で彼女たちは、断食を迎えることとなります。一緒に働く周りの方々の理解、体調管理が大切になると思われます。当院のインドネシアからのエネルギーな職員さんを宜しくお願ひします。

みんなの栄養学

～『どどメシ』を知っていますか？～



栄養管理室 飯塚 祐子

『どどメシ』は、「DOHaD 飯」を語源としています。

“DOHaD” (Developmental Origin of Health and Disease) とは、“将来の健康や特定の病気へのかかりやすさは、胎児期や生後早期の環境の影響を受けて決定される” という概念です。

近年では、研究が進むにつれて妊娠する前のお母さん、お父さんの生活習慣や環境も胎児発育とその後の病気のなりやすさに関係することがわかってきています。そのため、妊娠前から女性だけでなくパートナーである男性にもその考えを知ってもらい、予防的な生活習慣の改善について情報提供を行うことが大切です。

『どどメシ』では、適切な栄養摂取が重要と考えられていますが、「何を」「どのくらい」「どのように」食べるか…なかなか想像がつかないことも多いと考えます。興味がある方は、主治医の先生や管理栄養士にご相談ください！



私の母校でも「どどメシプロジェクト」が発足され、研究が進んでいます。産婦人科を受診される皆さまに、食生活を通じた健康維持と次世代の健康を守るお手伝いができればと考えています！



◆ 診療科

- 内科
- 呼吸器内科
- 消化器内科
- 循環器内科
- 神経内科
- 糖尿病内科
- 外科
- 整形外科
- 人工関節センター（整形外科）
- 足の外科センター（整形外科）
- 脳神経外科
- 産婦人科
- 泌尿器科
- 小児科
- 眼 科
- 麻酔科（ペインクリニック）
- 放射線科

月初めご来院時に被保険者資格（マイナ保険証、資格確認書等）の確認をさせて頂いております。

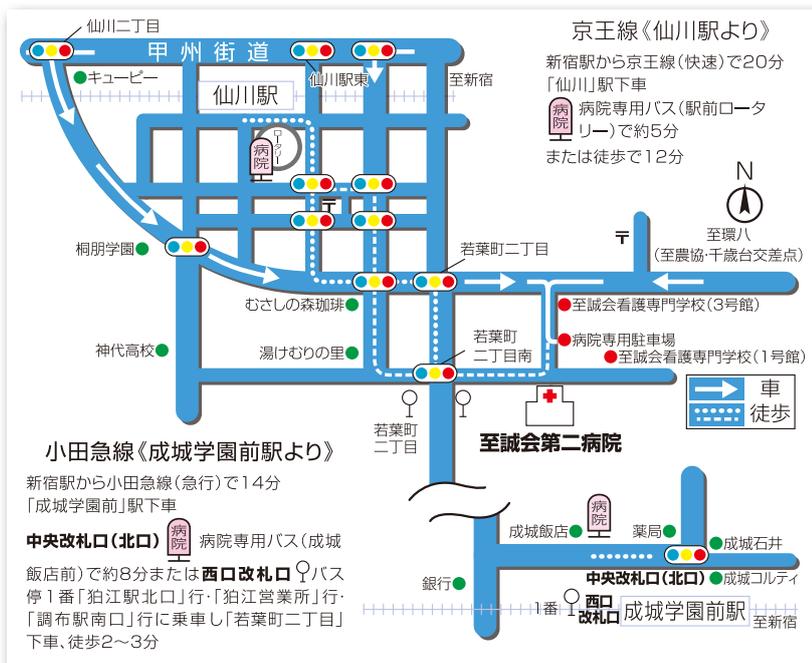
病院専用バス時刻表

- 土曜日は午前中のみ運行します。
- 日曜祭日は休診につき運休です。
- ○印は土曜日の最終便です。

H30.4.1付

| 時間 | 京王線 仙川駅 | |
|-----|-----------|------------|
| | 病院 発 | 仙川駅 発 |
| 8時 | 20 40 | 3 30 45 |
| 9時 | 5 25 45 | 15 35 55 |
| 10時 | 5 25 45 | 15 35 55 |
| 11時 | 5 25 45 | 15 35 55 |
| 12時 | 5 25 45 | 15 35 55 |
| 13時 | 5 (25) 45 | (15) 35 55 |
| 14時 | 5 25 45 | 15 35 55 |
| 15時 | 5 25 45 | 15 35 55 |
| 16時 | 5 25 45 | 15 35 |

| 時間 | 小田急線 成城学園前駅 | |
|-----|-------------|----------|
| | 病院 発 | 成城学園前駅 発 |
| 8時 | 20 | 0 35 |
| 9時 | 10 40 | 20 50 |
| 10時 | 10 40 | 20 50 |
| 11時 | 10 40 | 20 50 |
| 12時 | 10 40 | 20 50 |
| 13時 | 10 (40) | (20) 50 |
| 14時 | 10 40 | 20 50 |
| 15時 | 10 40 | 20 50 |
| 16時 | 10 40 | 20 |



一般社団法人 至誠会第二病院

受付時間—平日8:15~11:30 / 13:00~16:00、土曜日8:15~11:30
休 診 日—第3土曜日、日曜日、祝祭日、年末年始（12/30~1/3）