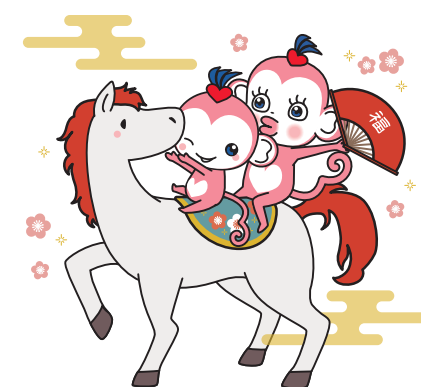


SAN-Ai

社会医療法人 三愛会 広報誌「さんあい」

Vol.38



2025年「病院ゆるキャラ総選挙」入賞
アイアイ&ラヴリィ三平

ひとに笑顔を ちいきに“愛”を
社会医療法人 三愛会

社会医療法人 三愛会 広報誌「SAN-Ai」 Vol.38 (2026年1月1日発行)

発行元/〒870-1151 大分市大字市1213番地 TEL.097-541-1311 社会医療法人 三愛会 大分三愛メディカルセンター
社会医療法人 三愛会/www.san-ai-group.org/ 三愛総合健診センター/www.kenkou-oita.com

表紙写真/社会医療法人三愛会は、2025年11月に発生した佐賀県大火災において、支援活動を行いました。



医師

[Doctor]

医療の中心にいるのは
医師ではなく患者さんだ。

生山 祥一郎 (写真右)

大分三愛メディカルセンター
臨床研究部長・糖尿病・内分泌内科部長・
リウマチ科部長
出身/九州大学 医学部
専門/糖尿病・内分泌疾患・
リウマチ性疾患・膠原病
認定/日本内科学会総合内科専門医
日本糖尿病学会専門医・指導医
日本内分泌学会専門医・指導医
日本甲状腺学会専門医
日本リウマチ学会専門医・指導医
九大別府病院臨床指導教授

帆秋 理笑子 (写真左)

大分三愛メディカルセンター
糖尿病内科医師
出身/久留米大学 医学部
専門/一般内科
認定/日本内科学会総合内科専門医
日本内科学会内科認定医
日本糖尿病協会糖尿病認定医
日本プライマリケア連合会
プライマリケア認定医
日本医師会認定産業医
認知症サポート医

意識づけは一つの治療。歩けば、血圧も血糖値も目に見えて下がる。「こんなふうに数字が変化し、体が良くなるんだ」と体感ができ、その「実体験」

ことができるわけだ。

が、治療への活力につながっている。たとえば食事でも「何を食べてもいい」と2人は言う。毎日毎日厳格な食事ができるわけではないため、これを食べるとこれぐらいのカロリーなのか」「今日は食べすぎたから、他の日で調整しよう」といったことを考えるのが重要だ。

大分三愛メディカルセンターには、大分LCOM(大分県糖尿病療養指導士)の資格を持つスタッフが多数在籍。生山と帆秋を筆頭に、糖尿病でも「チーム医療」を実現させている。専門医の指示だけではなく、彼ら2人を中心に、多数の職種スタッフが関わり「さっくばらん」なコンサルテーションを行う。「患者の回復」という同じ目標を持つチームとして、Dia-CATの活動は続いている。

災害救助の医療チームとしてDia-MATは、一般的にも名前が知られているが、大分三愛メディカルセンターにはDia-CAT(ピア・キャット)という組織が存在している。この名称は唯一無二であり、その実態はDiabetes Control Assistance Team、糖尿病をチーム医療で管理・サポートするという意味である。糖尿病内科医師・生山祥一郎が

かねてより温めていた構想で、2020年に始動したチームだ。医師をはじめとして、看護師や理学療法士、薬剤師、管理栄養士、臨床検査技師、近年では歯科衛生士も加わり、多職種で総合的に糖尿病患者の健康管理をサポートしている。月に2度のカンファレンスでは、患者一人ひとりの状態を確認したうえで、最適な医療方針を決定し

ている。

2023年9月22日、日本糖尿病学会と日本糖尿病病協会が、糖尿病の新しい呼称に「ダイアベティス」を提案すると発表。「糖尿病」という名称が、病態を正しく反映しておらず、また「尿」というワードがネガティブイメージになる、というのが呼称変更の理由だ。現状は

提案段階であり、今後社会的に議論が展開されていく。ダイアベティスは英語「diabetes」をカタカナにしたもの。英語の前置詞「through」に近く、「くを通り過ぎる」という意味。つまり「水が」体を「通り過ぎてしまつ、という意味合いになる。「糖尿病」という言葉は知っていても、どんな病気かは知らない、そんな方も意外に多いかもしれない。簡単に説明すると、「インスリン」というホルモンの働きが不足することで、血液中の「ブドウ糖」の量(血糖値)が異常に高くなり、このような高血

糖状態が長期間続く病気。病名から「尿に糖が出る」ことが悪い」と思われがちだが、「血糖値が正常より高い状態が続いている」ということが最も重要なこと。もちろん、そのポイントを治すつ、というだけでは話は終わらない。さまざまな観点から、合併症の予防や生活習慣病からくる症状、そして病気との付き合い方など、実に多くの医療職種が関わりを持つ疾患である。

向き合い方を変える。

糖尿病への





薬剤師

【Pharmacist】

インスリンの働きを中心に
血糖コントロールを管理する。

Column

【糖尿病のおくすり】

飲み薬

血糖コントロールを良くする薬は数多くある。すい臓を刺激してインスリンを出させる薬、インスリンの効き目を良くする薬、腎臓から糖を排出させ、血糖値を下げ、同時に体重を落とす薬など。
※副作用の可能性についても十分説明を受けましょう。

注射薬

GLP-1製剤/血糖を下げるのと同時に食欲を抑え、体重を落とす効果。インスリンと違い、これだけでは低血糖が起こりにくいため安全。一週間に一度だけ打つ薬が主流になってきています。

インスリン製剤/すい臓からのインスリン分泌が、ある程度以上少なくなってきた場合に使います。体の代謝を良くして栄養をつけ、元気になるために一番有効な薬。自分で血糖値を測りながら、細かい調節が必要です。

よく効くインスリン。これはすい臓にある「ベータ細胞」という専門の細胞でつくられており、細胞がブドウ糖を取り込み、エネルギー源として利用するために必須のホルモンだ。インスリンが正常に働くことで、血糖値が正常に保たれるだけ

糖尿病に限らず、治療には薬がつかもの。糖尿病といえはインスリン注射が思い出されるように、薬剤師の働きも重要なポイントになる。そもそも薬とは、人は本来、自分で病気・ケガを治す力があるものの、自然に治すことが難しい、また時間がかかる…そんな時に薬の出番が来る。糖尿病治療は、「食事療法」と「運動療法」が基本。それでも血糖コントロールがうまくいかない場合、薬での治療をはじめることになる。

インスリンの分泌を促す、DPP-4阻害薬、インスリンの働きを改善するメトホルミンなどの薬、さらに糖の吸収・排泄を調整するSGLT阻害薬、インスリンとは異なる新しい注射の「GLP-1製剤」など、作用の異なる薬剤が患者の状態に応じて選択される。薬剤師は、患者一人ひとりに合わせた処方医師と検討することで、良質な糖尿病治療を支えている。

でなく、脂肪やたんぱく質の代謝も正常に維持される。前述の通り、インスリンの働きが不足することにより、血液中の「ブドウ糖」の量（血糖値）が異常に高くなり、高血糖状態が長期間続く。これが糖尿病。「血糖値が正常より高い状態が続いている」ということが最も大きな異常だ。



看護師

【Nurse】

心身の支援で、
疾患をコーディネートする。

式田 由美子

大分三愛メディカルセンター
糖尿病看護 認定看護師



大分三愛メディカルセンターでは、認定看護師たちが持ちまわりで「看護サロン」を開いている。これまで脳卒中講座やスキンケア講座、摂食嚥下（食べ方・飲み方）講座などを院内で開き、地域貢献事業としても好評を得ている。他にも糖尿病サロンや、医師をはじめとした多職種と共に実施する院内講座、依頼を受けて地域の公民館などで開く出前講座など、認定看護師による啓発活動は積極的に行っている。

糖尿病看護における看護師の役割は、「糖尿病の悪化を防ぎ、無理なく生活していくための支援」となる。さまざまな疾患の治療で入院してくる患者が、糖尿病を併せ持っている、というパターンは非常に多い。患者の思いや考えを理解し、信頼関係を築き、退院後の生活の改善を支援する。もちろんここにも、「患者自身で考え、決められるように」というキーワードが存在する。生活状況、食事、運動習慣、喫煙や飲酒の有無などから、入院にいたる経過、合併症の確認、そして心理的な不安などにも関わっていく。糖尿病には多くの職種スタッフが関わっているが、看護師は医師以上に、患者の総合コーディネーターの役割を担っているといえる。

大分三愛メディカルセンターの看護部には、糖尿病看護領域の認定看護師が1名在籍。より高度な看護を実現している。また同様に、歯科衛生士も4名在籍している。歯周病と糖尿病には密接した相互関係があり、歯科衛生士は、糖尿病患者の口腔ケア指導（ブラッシング指導、食生活改善のサポート）から、定期的な歯科検診を推進するなど、口腔の健康管理を行っている。





臨床検査技師

[Medical Technologist]

「気づかない、わからない」ものを
化学的な根拠で「見つけていく」。

Column

[CDEJ(糖尿病療養指導士)]

糖尿病患者の自己管理(療養)支援と療養指導を行うための専門資格を有する医療スタッフ。地域(各都道府県)が認定するCDELと日本糖尿病療養指導士機構が認定するCDEJの2種類がある。
大分三愛メディカルセンターの検査部には、大分県の臨床検査技師で4名しかいない(2025.12現在)CDEJのうちの1名が在籍し、関連学会への参加や学術的研究報告も行っている。



糖 尿病は自覚症状が少ない。健康診断の機会に、血糖値が高い、尿検査での尿糖陽性などと指摘された場合、その可能性が浮上してくる。そのためには精密な検査が肝要となってくる。臨床検査技師は、糖尿病の「発見」を行う。糖尿病で重要になってくる検査数値は、「血糖値」「HbA1c」「尿糖」「グリコアルブミン」などが挙げられる。どれも血糖レベルの値で、これらを医師たちが参考に治療方針を決めていくことになる。重要なのは合併症があるか否かの検査で、糖尿病性腎病、虚血性心疾患、閉塞性動脈硬化症、糖尿病性網膜症など、さまざまな分野での疾患が隠れていないかを調べる。

糖 尿病では、自分自身でもできる検査があり、「自己血糖測定(SMBG)」「持続血糖測定(CGMS)」がある。SMBGは、針で指先を少しだけ刺し、血液を機器に付着させると数秒で血糖値の測定が可能である。CGMSでは、センサーを上腕などに装着させることにより、日中の血糖変動をデータ化することができる。検査部では、これらの機器のメンテナンスも実施している。SMBGのやつから得た情報は、医師の治療方針の決定に有用となる。



管理栄養士

[Registered dietitian]

「食べる」という楽しみの中で
「食べ方」から治療していく。

Column

[エネルギー量と三大栄養素のバランス]

年齢や体重など、それぞれの状況に合ったエネルギー量と三大栄養素のバランスをとり、ビタミンやミネラルを豊富に摂りましょう。血糖値を上げないよう、ゆっくり食べ、野菜・おかず・ごはんといった食事の順番も重要。高齢の方はフレイル(虚弱)を予防するために、三食ともたんぱく質を十分摂ることが必要です。高血圧や脂質に注意し、塩分や脂質も過剰に摂らないように気をつけましょう。



糖尿病の患者が
食べてはいけないものは、
基本的にありません。

前 述の通り、糖尿病の治療は「食事療法」が基本。糖尿病の食事といっても特別な食事はなく、「糖尿病食」とはつまり、「バランスのよい健康食」のこと。摂取エネルギーの量に加え、細かい食べ方についてもポイントになる。それを管理しているのが管理栄養士だ。なんでも食べてよいが、食べてよい量が決まっている。食事療法の原則は「腹八分目」。「種類は多く」、「動物性脂肪は控えめに」、「食物繊維は多めに」、「朝・昼・夕規則正しく」、「ゆっくりよく噛んで」、「間食に注意」など、一般的に難しい内容ではない。とはいえ、それが難しい、となるのも毎日の食事である。管理栄養

士は食のプロとして、栄養指導などを通して、患者一人ひとりに合った食生活を支援している。「食べる」ことによって間違いなく上がる「血糖値」は、糖尿病治療にとっては一番のキーとなる数値。毎日必ず関わってくる食事という行為は、糖尿病に限らず、療養・治療の大前提となる。「楽しみ」であることを奪うことなく、無理のない食生活をともに考えていく大切な職種だ。



【学会発表】

医師のみならず、各職種のスタッフが、県内外で糖尿病に関する研究・事例発表を積極的に行っている。「日本糖尿病学会年次学術集会」「大分県臨床検査学会」など、実績多数。



【糖尿病サロン】

毎月4回程度実施している大分三愛メディカルセンターの院内講座。医師・看護師・歯科衛生士・臨床検査技師・薬剤師・理学療法士・管理栄養士など、各職種ごとに糖尿病の予防・治療ポイントを解説する。



【糖尿病サマーセミナー】

2025年に初めて実施された三愛会職員向けの糖尿病基礎知識セミナー。あまり糖尿病治療に関わらないスタッフも含めて、知識のアップデートを行っている。

患者の回復を目標にチームとして、
院内外での活動は続いていく。

One Team



【Dia-CATカンファレンス】

毎月2回水曜日に、病院内で生山、帆秋を中心に各職種が集合し、糖尿病患者一人ひとりの治療方針を検討している。他、下記にあるような各種イベントなども企画している。



【運動しち、食べち、かたらん会】

2016年より続く、年に1回実施している大分三愛メディカルセンターの糖尿病啓発イベント。タイトルの通り、ウォーキングなどで運動を行い、その後のお茶会などで楽しく語り合う。事前に血糖値などを測ることも。



【看護サロン】

糖尿病の他にも、病院内の認定看護師が中心となり、感染対策、脱水対策、脳卒中の知識、皮膚ケアなどの講義を行う。



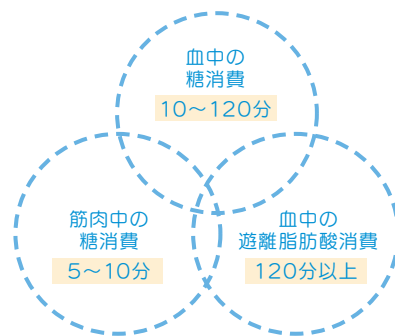
理学療法士

【Physical therapist】

「運動」の専門家として、
「健康」をつくっていく。

Column

【運動の時間と頻度】



低血糖防止/空腹・食直後を避ける（食後1～2時間に運動）。

1回の運動時間/10分以上として糖消費を促す。

運動頻度/は週3回以上（なか3日以上あけない）。

基本は食事、と前述したが、それと双壁をなす「基本」はやはり「運動」だ。理学療法士は、血糖値の管理に大きく関わるエネルギー消費について、有酸素運動を中心とした運動の「やりかた」のプロともいえる。体を動かすと、血糖値は下がる。運動にはエネルギーが必要で、血液中の糖が運動で消費され、結果的に血糖値が下がる。そしてインスリンの働きが改善し、毎日の血糖値も下がるようになる。これは高血圧や脂質異常症などの改善にも効果があるものだ。運動を続けられれば、心肺機能が改善するので体力も向上する。ストレス解消になる規則正しい日常生活に近づいていく。運動習慣をつくることは、健康的な体をつくることには欠かせない。とはいえ無理な運動

は逆効果だ。「おなかが減っている」「胸痛がある」「体が痛い」といったときには注意が必要で、さらに「合併症・持病がある」「薬を飲んでいる」「血糖値が高い」といった場合は、「運動すること」に関して医師の許可が必要なこともある。おすすめとされる運動は、有酸素運動。ウォーキングやジョギング、自転車や水泳などである。歩く場合は、姿勢を正しく「1日8000歩」を目標として、できる範囲から行っていきたい。ほかにレジスタンス運動、いわゆる筋トレも効果的であり、簡単なストレッチのような運動から、少しずつ小まめに行うのが望ましい。

〔 社会医療法人 三愛会 〕

大分三愛メディカルセンター・三愛総合健診センター

所在地	〒870-1151 大分県大分市大字市1213番地
TEL	097-541-1311
FAX	097-541-5218
病床数	190床
診療科	脳卒中センター、消化器病・内視鏡センター、 運動器センター、救急外傷センター（ER）、人工透析センター、 画像診断センター、リハビリテーションセンター、 救急科・外科・消化器外科・心臓血管外科・呼吸器外科・ 大腸肛門外科・脳神経外科・整形外科・泌尿器科（人工透析）・ 形成外科・内科・総合診療科・消化器内科・呼吸器内科・ 循環器内科・糖尿病内分泌内科・リウマチ科・神経内科・ 放射線科・リハビリテーション科・病理診断科・麻酔科
専門外来受付	8:15～11:00/13:30～16:00 ※土曜日は、新患の方のみ 8:15～10:00となります。 ※診療開始時間は診療科によって異なります。
休診日	日曜日・祝日・土曜日午後 ※但し、救急・時間外診療は24時間体制です。
認定施設	二次救急指定病院、 大分DMAT指定病院、DPC対象病院、 日本医療機能評価機構認定病院
HPアドレス	san-ai-group.org



介護保険相談センター さんあい

(大分三愛メディカルセンター内)	
TEL	097-542-7409
サービス	居宅介護支援、介護予防居宅介護支援

三愛訪問看護ステーション

(大分三愛メディカルセンター内)	
TEL	097-541-7007
サービス	訪問看護、介護予防訪問看護

のつはる診療所

所在地	〒870-1203 大分市大字野津原906番地の1
TEL	097-588-1311
診療科目	外科・内科・整形外科・循環器内科・リハビリテーション科
病床数	19床
サービス	通所リハビリテーション（デイケア）、 介護保険相談センター
HPアドレス	notsuharu-san-ai.com/



三愛呼吸器クリニック

所在地	〒870-1143 大分市田尻419-1
TEL	097-541-2588
診療科目	呼吸器内科・内科
サービス	呼吸リハビリテーション
HPアドレス	kokyu-oita.com



たばるクリニック

所在地	〒870-1154 大分市大字田原936番地1の1
TEL	097-541-2345
病床数	19床
診療科目	外科・内科・消化器外科・リハビリテーション科 整形外科
サービス	訪問看護ステーション
HPアドレス	tabaru-san-ai.com



介護老人保健施設 たばる (たばるクリニック併設)

TEL	097-542-4139
サービス	入所サービス、 短期入所療養介護（ショートステイ）、 通所リハビリテーション（デイケア）
HPアドレス	tabaru-san-ai.com/rouken



グループホームたばる (たばるクリニック併設)

TEL	097-541-5298
サービス	入所サービス
HPアドレス	tabaru-san-ai.com/grouphome



介護老人保健施設 わさだケアセンター

所在地	〒870-1151 大分市大字市宇大坪11番地の2
TEL	097-541-6655
サービス	入所サービス、短期入所療養介護（ショートステイ）、 通所リハビリテーション（デイケア）、 訪問リハビリテーション
HPアドレス	wasada-care-center.com



有料老人ホーム さんさん

所在地	〒870-1151 大分市大字市566番地の3
TEL	097-529-5580
サービス	住宅型有料老人ホーム (三愛学童「アイ・ステップ」併設)

さんあいヘルパーステーション

(有料老人ホームさんさん内)	
TEL	097-529-5582
サービス	訪問介護、介護予防訪問介護

〔 社会福祉法人 三愛会 〕

特別養護老人ホーム そうだ藤の森

所在地	〒870-1123 大分市大字寒田202番地
TEL	097-567-8822

リニューアル



天領ガーデン・ふれあい館

所在地	〒870-1143 大分市大字田尻高尾783-1
TEL	097-578-7122

特別養護老人ホーム 天領ガーデン

(天領ガーデン・ふれあい館内)	
TEL	097-574-7500

Look Back on 2025



法人内学童施設は2年目に



6年ぶり、春の健康祭り開催



介護系施設では久しぶりに夏祭り開催



「病院ゆるキャラ総選挙」全国8強入賞



七夕・クリスマスに院内コンサート開催



佐賀県火災の支援へ（出動前の打合せ）

ゆたかな未来を
ともにつくる年に。

新年あけましておめでとう
ございます。昨年は法人設立55周年という節目の年にあたり、6年ぶりの「春の健康祭り」開催など、地域の皆さまと心を寄せ合う機会に恵まれました。また、11月に発生した佐賀関の大火災に際しても、わずかながら支援を届けることができました。病院の新体制も一年を迎え、職員同士の連携が深まり、法人内の一体感が大きく育った1年でもありました。学童施設も2年目を迎え、多くのご家庭から温かい信頼を寄せていただき、医療・介護にとどまらず、地域のくらしを支える

存在としての役割の広がりを
実感しています。さらに、法人内の連携の深化に加え、地域の医療機関や関係機関とのつながりも一層強まり、地域全体で支え合う力が確かな形となってきた手応えもございます。医療・介護を取り巻く環境は、物価上昇や人材確保の難しさなど、依然として厳しい状況が続いています。しかし、こうした中においても、昨年の歩みを通じて、当法人が描く将来ビジョンが確かな方向性を持つものであることを改めて実感しています。

令和8年は「丙午」。力強く大地を駆ける馬のように、勢いと軽やかさをあわせ持つ年で、す。しなやかさ、力強さ、情熱、そして着実に歩みを進める行動力を、日々の取り組みに丁寧に重ねてまいります。当法人の理念である「生命と健康を支える」「地域社会と連携する」「三、人を大切に育てる」をより豊かに体現し、地域の皆さまに寄り添い、安心と温かさをお届けしながら、ゆたかな未来をともにつくる年を目指します。本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

社会医療法人 三愛会 理事長
三島 康典