

地域の皆様の健康とより良い病院をめざして

# 山陽市民病院 から こんにちは

特集

皮下連続式グルコースモニタリング

～血糖変動を可視化し、主体的な治療へ～

2026

3

vol.84



令和6年度 第77回山口県学校美術展覧会 優良作品

「ぼくとおじいちゃんは仲良し」

山陽小野田市立有帆小学校 5年（受賞時） 芦谷 龍之介さん

病院の理念 誠実 公正 連携

## 基本方針

- ・親しみやすく、思いやりのある医療を誠実にを行います。
- ・全人的かつ専門的で、良質な医療を行います。
- ・患者さんの気持ちと権利を尊重し、心温かい療養環境を提供します。
- ・市民病院としての使命を自覚し、患者さんのニーズに適切にお応えします。
- ・保健・医療・福祉・介護の連携を推進します。

山陽小野田市民病院

〒756-0094 山陽小野田市東高泊 1863-1

TEL(0836)83-2355 FAX(0836)83-0377

E-mail : [med-soumu@city.sanyo-onoda.lg.jp](mailto:med-soumu@city.sanyo-onoda.lg.jp)

ホームページ : <https://sanyo-onoda-city-hosp.jp/>



## 特集

# 皮下連続式グルコースモニタリング

～血糖変動を可視化し、主体的な治療へ～



内科（糖尿病・内分泌）

今井 智子

### はじめに

糖尿病は、血液中のグルコース（ブドウ糖）値が高くなりすぎる病気です。糖は体と脳のエネルギーとなる必要な栄養素ですが、過剰な糖は血管を傷つけ、神経や眼、腎臓、脳、心臓など、大切な臓器を傷めてしまいます。

しかし、糖尿病の方でも、糖尿病のことを知り、治療を正しく行なえば、怖い合併症を避け、糖尿病がない方と同じように健康的な生活を維持することができます。

治療の3本柱は食事、運動、薬であり、これらにより血糖コントロールをよくすることが最も重要です。血糖コントロールをモニターするツールとして、今注目されているのが、皮下連続式グルコースモニタリング（CGM）です。

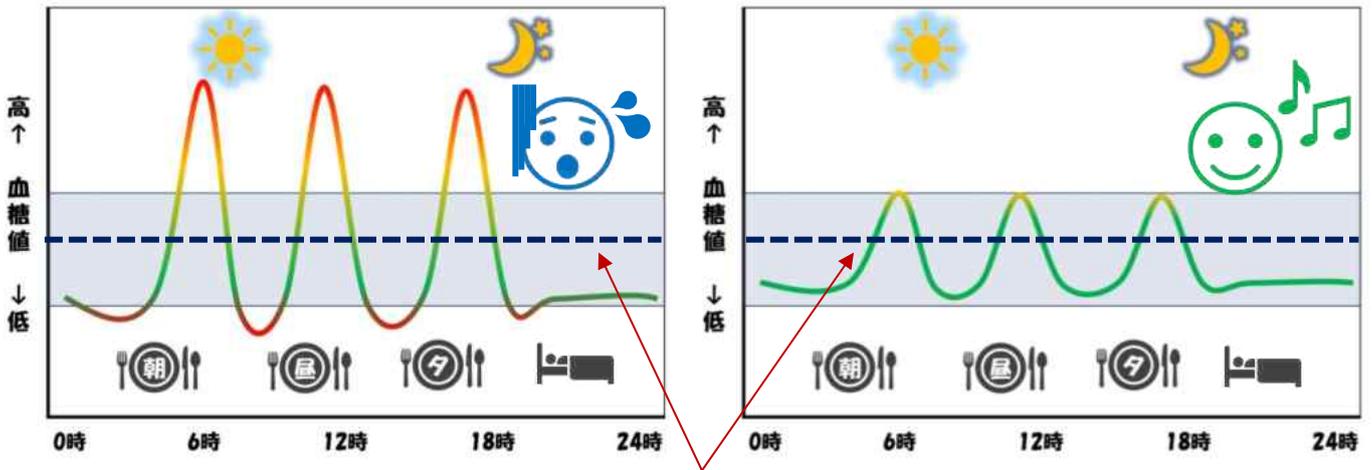
### 血糖はなぜ変動するのか

血糖は、多くのことが複雑に関係しながら決定されます。中でも、食事や飲料、飲酒、運動、睡眠、体重、薬の作用などは自己管理が活かせる要素ですが、このほか、インスリン分泌の程度、季節、1日のうちの時間帯、心身のストレス、女性の月経周期、体内のホルモン、感染や炎症などが関係しています。

### 血糖コントロールの指標

糖尿病治療の指標となる数値としては、HbA1cがあります。HbA1cは過去1～2か月間の血糖の平均を反映します。当日の食事や運動など短期間の血糖値の影響をほぼ受けず、糖尿病治療において最も基本的で重要な指標ではありますが、日々の細かな変動を見るには不向きです。（図1）のようにHbA1cが同じでも、1日の中の血糖値の変動は異なります。変動が小さければ小さいほど、血管障害のリスクは低くなるとされています。1日の中の血糖値の変動を観察する方法として、従来か

(図1)



同じHbA1c値でも  
血糖値の変動の幅 (= 血糖コントロールの質) が異なる

(図2)

上腕 無線

現在のグルコース値  
 ■ 緑 範囲内    ■ 黄 高血糖  
                   ■ 赤 低血糖

変化の傾向を5種類の→で表示

1日の推移のグラフ

500円硬貨とほぼ同じ大きさ

皮下連続式グルコース  
モニタリングのメリット

ら使われているのは自己血糖測定 (SMBG) です。病院で採血して測定する血糖値ほど正確ではありませんが、自宅での血糖値を頻回に測りたいときに用いられています。

一方、新しい血糖測定として広まりつつあるCGM (図2) は、血糖ではなく、血管から皮下に漏出したブドウ糖を測定しています。厳密な意味で血糖とは異なりますが、血糖に近い値が得られます。1分毎に測定するため、血糖値の推移を点ではなく、ひと続きの線として見ることができ、血糖が、いつ・どのくらい上下しているかが詳しくわかるようになります。生活の中で糖の変動を知ることで、血糖値を乱高下させる要因は何か、安定させる行動は何かを自身で振り返り、今後に生かすことができます。

1つのセンサーで2週間観察でき、指先を穿刺せずに済むため、痛みが少なく、頻回の測定も億劫になりにくいといわれます。

## 緊急の低血糖の危険にも対応

血糖値の変動の中で、最も緊急性の高いものは低血糖です。低血糖に伴う症状は一人ひとり異なり、一般的には脱力、冷や汗、手の震え、動悸がよく知られています。重度の低血糖では、意識もうろう、けいれんや昏睡など、いのちの危険にさらされることがあります。また、中には無自覚性低血糖といい、初期の軽い症状なく、極端な血糖低下により突然の意識消失をきたすこともあり危険です。

このように血糖値が下がるとき、CGMでは低血糖を知らせる機能があります。自覚症状がないときでも、設定した血糖レベルまで血糖が低下すると、音や振動で通知してくれます。素早く対処することができ、重症低血糖を回避できるようになります。また、低血糖が起こる前の食事や行動を分析することで、次の低血糖を起こさないための対策を考えることもできます。



## 家族との情報共有や見守り

もう一つのメリットとしてオプションで必要なアプリをスマートフォンにダウンロードすると、オンライン上でデータ共有し、患者さんの血糖値をご家族が遠隔で見守ることが可能です。ご家族の見守りは患者さんご自身にとっても心強いサポートとなり、またご家族にとっても、食事運動、生活習慣の改善などの工夫の効果が見えることで、治療に協力しやすくなるメリットがあります。



## ご興味を持たれた方は

CGM測定をご希望の方は内科外来を受診、または担当医にご相談ください。これまでインスリン治療中の方のみ、健康保険の適用でしたが、経口血糖降下薬による治療中の方でも保険適用となる場合があります。その方も自費で使用できます。

## 健やかな未来のために

糖尿病の治療には、定期的な通院に加え、患者さんご自身の主体的な取り組みが必要不可欠です。治療の基本となる食事運動をはじめとする生活習慣を改善していくことで、薬剤も本来の効果を発揮できるように、好循環が生まれます。

より良い血糖管理のために、そして、10年後、20年後の健やかな未来のために、今から行動しませんか。

CGMは、「わかると楽しい、楽しいと続く、続けると良くなる。血糖値は面白い。」とご実感いただけるツールです。

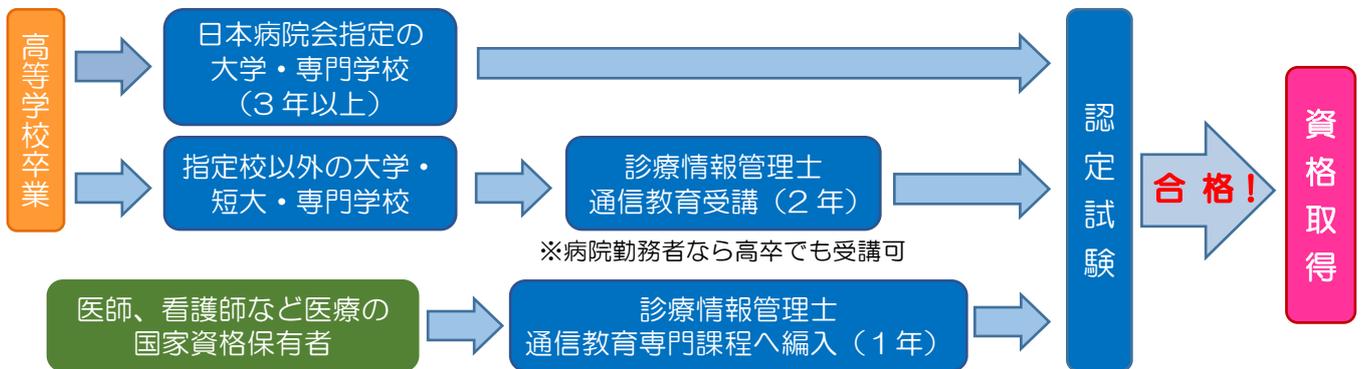
～ 診療情報管理士 ～

診療情報管理士とは・・・

診療情報管理士は、患者さんの診療情報を正確に管理し、医療の質や病院経営に生かす専門職です。医療現場を「情報」の面から支える、なくてはならない存在です。診療情報管理士は、直接患者さんを診る仕事ではありませんが、正確な情報があるからこそ、安全で適切な医療が提供されるという重要な役割を担っています。医療の質を高め、病院を円滑に運営するためには欠かせない「情報のスペシャリスト」として医療現場を支える縁の下の力持ちです。

診療情報管理士になるには・・・

認定試験に合格して登録を行う必要があります。受験資格を得るための主なルートは以下の通りです。



直撃インタビュー（診療情報管理士 岸田さんに聞いてみよう）



Q：診療情報管理士を目指したきっかけは？

A：医療事務として働く中で、正確な診療情報の管理が医療の質の維持や患者さんの安心につながっていると実感しました。また、診療情報が医師や看護師だけでなく、病院全体の運営や医療の質向上にも大きく関わっていることを知り、より専門的に医療を支える立場として診療情報管理士を目指しました。



Q：市民病院ではどんな仕事をしていますか？

A：診療内容を分析し適切に医療費が請求されているか、診療記録が法律や定められた基準に沿って適切に記載されているかなどを点検・管理したり、病院経営データの作成を行ったりしています。また、がんと診断された患者さんについて、診断方法・がんの部位や進行度・治療内容・予後などの情報を収集・整理し、国の制度として義務付けられている「全国がん登録」にデータの届け出を行っています。このデータは、がん医療の質の評価や治療成績の向上、国や地域のがん対策に活用されています。

Q：診療情報管理士をしていて良いところ、大変なところは？

A：総合病院で診療情報管理士として働く良いところは、医療の質向上に幅広く関わられる点です。多くの診療科があり、さまざまな疾患や治療に触れることで診療情報管理士として専門性を高めることができます。また医師や看護師、コメディカルなど他職種と連携する機会が多く、チーム医療の一員として医療現場を支えているという実感を持てます。

Q：今後の目標や夢はありますか？

A：診療情報管理士として、診療情報を単に「管理する」のではなく、データ分析や制度理解を深め、医療の質改善や業務の効率化につながる提案ができる存在を目指しています。

# かかりつけ医紹介

さの脳神経内科クリニック

院長 佐野 泰照 先生



宇部市妻崎開作の厚南セントヒル病院の北側の敷地に令和3年10月に開院いたしました。

当院は脳神経内科の専門クリニックになります。わたくしは山口大学医学部附属病院を退職するまで山陽小野田市民病院にて週1回診察をさせていただいておりました。開業してから山陽小野田市から多くの患者様にご来院いただいております。

当院は認知症、パーキンソン病、片頭痛などの患者様が多く来院されます。今回は認知症とパーキンソン病のお話をさせていただきます。

認知症診療は「物忘れ」→「簡易知能検査」→「認知症治療薬の内服開始」といったシンプルで流れで構成されるものではありません。まずは詳細な問診と神経学的検査、CTやMRIなどの画像検査、血液検査等を組み合わせ、認知機能低下をきたす様々な疾患の中から鑑別診断を行っていきます。当院に来院される患者様の中には慢性硬膜血腫や正常圧水頭症など、手術にて認知機能が改善される疾患の患者様が一定数おられます。診断が確定したのちにその患者様に最も適切と思



## さの脳神経内科クリニック

所在地 山口県宇部市妻崎開作 107

電話番号 0836-43-6937

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:30	●	●	●	●	●	●
14:30~18:00	●	●	●		●	

〔休診〕 木曜日午後・土曜日午後・日曜日・祝日  
※午前受付 12:00 まで 午後受付 17:30 まで

われる治療方法をご提案いたします。近年、認知症の発症や進展には高血圧や糖尿病など生活習慣病が大きく関わっていることが明らかにされ、当院では生活習慣病の管理や治療にも力をいれております。

パーキンソン病は、「動作がゆっくりになった」、「何もなくても手がふるえる」、「歩行が小刻みになった」などの症状で発症する病気です。診断には脳神経内科専門医による問診と神経学的診察が最も重要になります。パーキンソン病は早期に診断し、早めに治療を開始することで病気の進行を遅らせることができます。早期に脳神経内科専門医の診察をうけることが大切です。

物忘れや手のふるえなどお困りのことや気になることがございましたら是非当院にご相談頂きますと幸いです。



E係長

## これを知りたい！係ちょ～さん

医療事務の専門家が教えます

### 出産される妊婦さんへのお知らせ

出産前に「産科医療補償制度」に加入していただいておりますが、令和8年3月から手続き方法が変わります。

3月以降は、病院が発行する「登録用チラシ」にあるQRコードを読み取り、ご自身で産科ネットにて登録していただくようになります。

#### 産科医療補償制度とは？

制度に加入している分娩機関で生まれた赤ちゃんが、分娩に関連して重度脳性麻痺となり、所定の要件を満たした場合に、赤ちゃんのご家族の経済的負担を補償するとともに、脳性麻痺発症の原因分析を行い、同じような事例の再発防止に役立つ情報を提供する制度です。



ご自身のスマートフォンにて、二次元コードを読み取り登録が必要

## 「病院に彩りを」 ガラスアート作品の展示が始まりました



「STAND BY SOMEONE」  
鈴木マサル × 〈CLASS GLASS〉 コラボレーション作品

当院の受付待合スペースにて、新しくガラスアート作品の展示を開始いたしました。

山陽小野田市は「きららガラス未来館」を拠点に、県外からも多くのアーティストが集まる「ガラスのまち」です。この素晴らしい地元の文化を市民病院として応援し、広く発信していきたいという思いから、市内に眠るアート作品をお披露目する企画を立ち上げました。

記念すべき第1回は、世界的に活躍するテキスタイルデザイナーの鈴木マサル氏と、きららガラス未来館がコラボレーションした作品です。鈴木氏はフィンランドの有名ブランド「マリメッコ」のデザインを手がけるほか、「ユニクロ」のTシャツブランド「UT」など数多くのプロジェクトで活躍されており、その鮮やかな色彩と大胆な構図は世界中で愛されています。

今回展示しているのは、透明なガラスにオレンジや黄色、紫など明るい色彩が差し込む「お皿」と「犬」の作品です。あえて表情を持たない造形は、光の入り方や見る角度によって様々な印象を与え、診察をお待ちになる皆さまの心境にそっと寄り添ってくれるはず。鈴木氏が大切にされている「人の気持ちを前向きにする色のパワー」が、作品を通じて伝わってきます。

設置作業は、私たち職員が一つひとつ想いを込めて丁寧に行いました。世界を舞台に活躍するアーティストの作品に触れ、ひとときの癒やしを感じていただければ幸いです。



## 糖尿病教室 4月予定表



1月に刷新した糖尿病教室には、月30名以上の方が参加中です！

予約は不要、どなたでも参加可能です。**4月30日は休講、5月は7日(木)から再開します。**ご希望の日時に2階「健診センター」へ直接お越し下さい。

会場：当院2階 健診センター

日時(4月)		内容
7日、21日(火)	16:00~16:30	食事療法
	16:30~17:00	運動療法
2日、16日(木)	16:00~17:00	糖尿病について
14日、28日(火)	16:00~16:30	薬物療法
	16:30~17:00	日常生活について
9日、23日(木)	16:00~16:30	口腔ケア
	16:30~17:00	検査について

## 今月の生花

毎週病院玄関ロビーにて生け込みをしていただいています。

池坊 薫枝の会



花材名 百ぐみ、レリア、オーガスタ  
撮影日 2月9日

# 山陽小野田市民病院診療日程表

(令和8年3月1日現在) の医師は要予約

※外来受付時間(初診 11:00 まで/再診 11:30 まで) 外に受診を希望される際は、必ず来院前にお問い合わせください。

山陽小野田市民病院からこんにちは Vol.84

山陽小野田市民病院 広報委員会

令和8年3月1日発行

診療科名		月	火	水	木	金
内科	一 診	小林正和 (循環器)	矢賀 健 (糖尿病・内分泌)	小林正和 (循環器)	小林正和 (循環器)	矢賀 健 (糖尿病・内分泌)
	二 診	山口大学医師 (膠原病)	山口裕樹 (消化器)	時山 裕 (消化器)	今井智子 (糖尿病・内分泌) ☆山崎隆弘 (午後・肝臓外来)	山口大学医師 (膠原病)
	三 診	☆平野綱彦 (午後1時30分~呼吸器)	☆河村 篤 (循環器)	☆伊藤千与 (午前・呼吸器)	山口大学医師 (午前・循環器) ☆平野綱彦 (午後・呼吸器)	山口裕樹 (消化器)
	四 診	時山 裕 (消化器)	山本普隆 (循環器)	山本普隆 (循環器)	時山 裕 (消化器)	山口大学医師 (循環器)
	五 診	酒井康平 (糖尿病・内分泌・血液)	☆豊重充広 (糖尿病・内分泌・血液)	☆豊重充広 (糖尿病・内分泌・血液) ☆湯尻俊昭 (第2・4水曜日午後・血液)	酒井康平 (糖尿病・内分泌・血液)	山本普隆 (循環器)
外科	一 診	大樂耕司	末廣祐樹	大樂耕司	工藤淳一 (第1・3・5木曜日 末廣祐樹 (第2・4木曜日))	工藤淳一
	二 診 8:30 - 9:00 11:00 - 11:30	末廣祐樹	工藤淳一	末廣祐樹		大樂耕司
	午後 13:00 - 17:00	☆田中俊樹 (呼吸器外科外来)				
整形外科	一 診	脇阪敦彦	前田 崇 (新患)	☆西田周泰 (14:00~15:30・新患)	脇阪敦彦 (新患)	前田 崇 (新患)
	二 診	叶原亜紅 (新患)	叶原亜紅 (新患)	☆柿並康太郎 (AM・新患)	前田 崇	叶原亜紅
泌尿器科	一 診	山本義明 (新患)	山本義明 (第2・4新患)	田原正則	田原正則 (新患)	山本義明 (新患)
	二 診	田中 萌 (13時~尿路結石外来)	田原正則 (第1・3・5新患)	☆山口大学医師 (新患)	山口大学医師	田原正則
麻酔科 (帯状疱疹予防接種) 予約受付 月・火・木・金 10:00-11:00	疼痛外来	内田雅人	内田雅人		内田雅人	太田こなつ
	術前診察	太田こなつ	太田こなつ		太田こなつ	内田雅人
	緩和ケア 10:00 - 12:00		内田雅人			
産婦人科 (午後受付) 新患・予約外受付 13:00-15:30	婦人科 更年期女性の健康ケア外来	村上明弘	田中結美子	☆藤田麻美	川崎ひとみ	中野仁美
	産科	田中結美子	川崎ひとみ	村上明弘	中野仁美	田中結美子
		中野仁美	住浪義則	住浪義則	村上明弘	住浪義則
午後	川崎ひとみ		中野仁美	田中結美子		
小児科 ※以下は予約制 ・乳児検診 ・予防接種	午前 (受付時間) 9:00-11:00	☆村重皓斉	☆星出まどか	☆坂田恭史	☆橋高節明 (第1・3・5木曜日) ☆岡田裕介 (第2・4木曜日)	☆元永貴大
	午後 (受付時間) 13:30-15:30	☆長谷川俊史 (第1月曜日) ☆山口大学医師 (第2・3・4・5月曜日)		☆兼安秀信	☆濱野弘樹	☆木村 献
眼科	午前	☆吉本拓矢	☆徳久佳代子	☆山田貴紀	☆徳久佳代子	☆徳久佳代子
	午後 (受付時間) 13:00-15:00	☆三國雅倫				
耳鼻咽喉科	午後 (受付時間) 14:00-15:30	☆橋本 誠	☆菅原一真	☆橋本智子	☆田原哲也 (第1・3木曜日)	
皮膚科	一 診	☆杉本紘子		☆浅野伸幸		
脳神経外科 (紹介・再診のみ)	一 診 (診療時間) 10:00-11:30		☆河野亜希子			☆岡 史朗
脳神経内科 (再診のみ)	午後				☆西原秀昭	
精神科 完全紹介予約制	午前					☆土生建介
歯科口腔外科 (初診・紹介のみ) 必ず歯科口腔外科で 予約をお取り下さい	(新患受付時間) 8:30 - 11:00	福田てる代 栴田晃成	栴田晃成	栴田晃成	福田てる代 栴田晃成	栴田晃成
	14:00 - 15:00	福田てる代 栴田晃成	☆梅田浩嗣 (手術患者のみ)	栴田晃成	福田てる代 栴田晃成	栴田晃成
禁煙外来 完全予約制	午後 13:30 - 14:30	篠崎文彦				
健診センター 完全予約制	一 診	☆植田浩平	☆田中義人	今井智子	☆田中義人	☆植田浩平
	二 診	篠崎文彦	藤井康彦	篠崎文彦	藤井康彦	篠崎文彦

お問い合わせ：山陽小野田市民病院 総務課 Tel 0836-83-2355 Fax 0836-83-0377 E-mail : [med-soumu@city.sanyo-onoda.lg.jp](mailto:med-soumu@city.sanyo-onoda.lg.jp) ☆非常勤医師