

腹膜透析の情報誌「びびっど」

100号記念

WVVD



No.100

PD患者さんのための
おいしい献立集

簡単下さしえアレンジ肉料理



日本漫遊
島根県出雲市
出雲大社



ホスピタルレポート

医療法人あかね会 土谷総合病院

～広島市民とともに～

スペシャルインタビュー!

PD患者さんを訪ねて



患者さんに
安心を届けたい

創刊100号特別企画

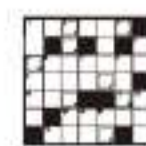
JMSの現場とその思い



4人のPD患者さんの
日常や体験談を
取材しました!

考えてチャレンジ!

びびっど
クロスワード



医療法人あかね会

土谷総合病院～広島市民とともに～

ホスピタルレポート

PD療法を導入した全国各地の病院を紹介します。



土谷治子先生の父、土谷太郎先生は、医師でありながら株式会社日本メディカルサプライ（現 株式会社ジェイ・エム・エス 以下、JMS）を創業し、医療機器の発展に貢献しました。100号を迎える本号では、JMSと深いつながりを持つ医療法人あかね会理事長・土谷総合病院院長の土谷治子先生に、先代のお話と、今後にかける思いを伺いました。

父・土谷太郎

土谷治子先生 学生時代からいつも父に言われていたことは「医師は科学者だから、エビデンスがあること以外はしてはいけない」という教えでした。私は医師となり、広島大学医局や東京女子医科大学病院を経て、平成2年に土谷総合病院に赴任しました。

その翌年、父は倒れたので、医師として肩を並べる機会は短かったです。ですが私は幼い頃から、父のモノづくりへの情熱と探求心を間近で見育ちました。その旺盛さは、戦後の発展期の波に乗ったものだと思います。

父は、モノづくりにおいて必ず自分の目で確認する人で、三次や出雲にJMSの工場を造った時も、小学生だった私を連れて工事現場に何度も足を運びました。外壁の色を何色にするか、父と



土谷 治子先生

医療法人あかね会 理事長
土谷総合病院 院長

一緒に色鉛筆で決めたのを覚えています。父は医療界で功績を残した人といわれていますが、私にとっては優しく寂しがり屋のお父さんでした。また、父の教えは私の医師としての行動の原点となっています。

あかね会について

昭和41年に医療法人あかね会を設立しました。翌年、日本で人工腎臓（血液透析）治療が始まり、当院も同年、いち早く人工腎臓治療室を設置しました。それらに循環器、心臓血管外科を加え、透析と併せた三本柱の病院に発展しました。これまでは病院内の治療で完結していた医療を、今後を見据えて、患者さんがスムーズに在宅医療を受けられるよう、在宅事業部を設立しました。現在はクリニックや訪問看護



病院8Fのレストランカフェから
見る平和記念公園

ステーションを展開し、地域における医療・介護連携の充実を進めながら、より多くの患者さんを診療できる体制づくりを進めています。

2025年からダヴィンチ（手術支援ロボット）を導入し、広島大学の医師と協力して、まず泌尿器科、次に心臓血管外科と適用手術の拡大を図っています。現時点では当院のみの試みですから、患者さんのためにもうまく進めていきたいですね。

地域に根ざす病院を

高齢化に伴う人口減少や、医療技術の高度化に伴う病院経営の課題もあり、当院は民間病院として、父の時代と同様に、その時々最先端医療を患者さんに提供し続けるべく、試行錯誤しながら進んでいるところです。



広島市の平和記念公園にある原爆ドーム、平和の灯、原爆死没者慰霊碑、平和記念資料館。これらは北から南に一直線に並び、その延長線上にある土谷総合病院の壁面には、1本の白い直線が、地面から最上階にかけて描かれています。（写真：右ページ上）終戦後、数十年にわたり白血病やがんなど原爆の後遺症で苦しむ人々を診療した故・土谷太郎先生。壁面に描かれた白い直線に、先生の祈りが窺われます。

医師としても、一人ひとりの患者それぞれの症例を大切に、自分が納得できる医療の提供をしていきたいです。これからも地域の患者さんのために、土谷総合病院は歩みを止めることなく、常に地域に根ざした存在であり続けたいと思っています。

JMSに望む

父が創業した企業ですから、父の想い「かけがえない生命のために」を受け継ぎ、人と医療のあいだをつなぐために良い製品を、これからも創造して頂きたいです。

40年以上にわたり人工臓器や腎代替療法の最前線で患者さんと向き合い、活躍されてきた川西先生。先生が実践されているPD（腹膜透析）治療について、その考えを詳しく伺いました。



川西 秀樹先生

医療法人あかね会
透析事業部 本部長

段階的に透析量を調整

川西先生 PDの一番良い点は、毎日透析が行え、それにより透析量と体液量をコントロールできることです。患者さんの残腎機能や活動量の低下に合わせて、段階的に透析量を増やす「インクリメンタリー透析」、逆に高齢化や負担軽減のために透析量を減らす「デクリメンタリー透析」という考え方があります。患者さんがPDによって毎日どの程度、尿毒素（老廃物）を除去すると体調が良いのかを数値化したのが、 Kt/V と呼ばれる指標です。主治医はこの値を

目標に透析量を決定し、維持できるように治療しています。標準的なPDでは、導入時には残腎機能が維持されているためPD液を「1.5L×3回」交換から始め、残腎機能の低下に合わせて、「2L×3回」、「2L×4回」へと増やし、 Kt/V を維持するよう段階的にPDを増やすインクリメンタリー透析で治療します。

PDからHDを柔軟につなぐ併用療法

尿が完全に無くなるとPDだけでは、透析量（ Kt/V ）や体液量を一定に維持することが難しくなり、身体に水や毒素が溜まり、血圧が上昇したり慢性的な体液過剰を引き起こすことがあります。一方、HD（血液透析）では透析を隔日で行うため、尿毒素や体液量を一定に維持できないという問題があります。そこで考えられたのが併用療法（ハイブリッド療法とも称します）です。PDだけで透析量を増やすことには限界があります。そこで、週に1回HDを併用して、PDだけでは不足する除水や透析量を補う。これがPD+HD併用

※ Kt/V = ケーティン・オーバー・バイ

療法です。当院では、患者さんの目標とする透析量や除水量が毎日のPDと週1回のHDでは足りなくなった場合、週2回のHDでPD+HD併用療法を行っている患者さんもいます。

「組み合わせて一番いいもの」

重要なのは、患者さんに「PDだけ」「HDだけ」で無理に維持しようとするのではなく、それぞれの長所と欠点を補い合うことです。PDはHDの欠点である「隔日透析による不連続性」を補い、HDはPDの「除水や透析不足」を補完します。

ハイブリッド車は適宜、電気を使ったり、ガソリンを使ったりするのと考えが一緒で、PD中心の時期があってもよいし、HD中心にする時期があってもよい。患者さんに合うように両方のいいところを使えばよいのです。ひとつのことに固執するのではなく、その時にあるもので、必要なものを組み合わせて、一番いいものになるよう考えるのが、私たち医療者の役目です。患者さんに無理をさせてはいけません。PDだけでは足りない、HDだけではない、組み合わせれば何かできるのです。つまり、患者さんに無理をさせない選択肢を探す、そういうことです。

JMSへの期待

PDとHDの透析治療に関わる製品のリーディングカンパニーとして、これから患者さんのためになる製品を多く提供し続けて、我々医療者と共に透析治療をより良い治療に発展させていきたいと考えます。



森石 みさき先生

中島土谷クリニック院長
腎臓内科

PDファーストの時代を経て、たどり着いた「柔軟な透析のかたち」。

森石先生にお話を伺いました。

「併用療法で治療を楽に

森石先生 2000年初めに、PDファースト(PD導入を第一選択とし、残腎機能の温存やQOL維持、食事・水分制限の緩和などを目的とした考え方が注目され始めた頃、当院では230人前後のPD患者さんを診ていました。当時は

PD+HD併用療法がなく、除水不足の患者さんには水分・塩分制限を願ひして、医療現場では、その負担軽減のための説明や指導に追われることもありました。今はPD+HD併用療法が選択肢となり、「しんどい時はHDを併用して余分な水分をリセットしよう」という柔軟な提案ができるようになったこと、患者さんはとても楽になつていると思います。

肩の力を抜いて、生活に寄り添う透析

患者さんに療法選択の説明をする際には、治療の話から入るのではなく、「これからどんな生活を送りたいか」、「自分の人生をどう過ごしたいか」。透析は生活の一部となるので、そういった話から始めるようにしています。PDだけでなく、HDや腎移植、社会保障制度などの活用方法についてもお伝えし、「肩の力を抜いて、病気と向き合って、付き合って、治療しましょうよ」と声をかけます。

PD患者さんにとって、定期的なHDは身体的な負担を軽くするだけでなく、安心感にもつながっていると感じます。1週間に1〜2回、溜まった水分をしっかり除いて、また新しい状態で家に帰り

PDを続けてもらう。「ふうつ」と息づける感覚があるのではないのでしょうか。水分制限や決められた回数バッグ交換が難しいといった場合でも、「今週はもう1回HDに来てくださいね」と、患者さんの生活に合わせて調整できます。

「人を前向きにする治療

高齢のPD患者さんにできることとして、週1回のHDと在宅PDに訪問看護やデイサービスを組み合わせた「介護型(アシスト)併用療法」。PDを休める日を作ることで、家族の休息の確保と、看護・介護者による体調や生活環境の確認を両立し、負担の少ない透析を実現できないか模索しています。

そのためには、地域のクリニックや医療従事者を対象に、CKDの啓発やPD機器の操作実習を含む勉強会や資料の配布などを通じて、「PDを診られる・支えられる」地域ネットワークを育てることが大切だと感じています。

PDをしている患者さんには、自分で自分を治療するという感覚が、前向きにしているのかもしれない。患者さんは透析をしているというだけで、すでに十分頑張っています。だからこそ、無理をさせない治療を、これからも届けていきたいと思っています。

JMSへのお願い

患者さんに優しいPD製品の提供と、患者さんとそのご家族がハッピーになれるよう、医療者と患者さんの架け橋として協力してください。



医療法人あかね会 土谷総合病院

住所：〒730-8655
広島市中区中島町3番30号
TEL：082-243-9191（代表）

Hospital Topic

看護師が多職種チームの中心となり、「患者さんの生活に合わせたPD治療」を一緒に考える。現場で活躍する岩矢さんと松本さんに、お話を伺いました。



岩矢 和子さん
看護部 看護師長

チームに伝える代弁者となる必要があります。

松本さん PDは生活の中に治療を持ち込み、続けていく必要があります。とても大変なことだと感じます。

だからこそ、「自分で納得して選んだ」という事実が、患者さんの治療を続ける力になります。病院主導で決めた治療では、絶対に長続きしません。患者さんが前に進むためにも、ご家庭ごとの事情を丁寧に汲み取ること

で、「在宅治療」が現実的な選択肢になると思います。療法選択や治療を継続するための面談が、つらい時間にならないよう配慮することも大切にしています。



松本 進子さん
看護部 副主任

岩矢さん 「腎臓の代わりになるもの」として透析療法を考えたときに、PDとHDのどちらにも優劣なく、うまく使い分けることは、医療者側の考え方や姿勢が問われる大事なことだと思います。

PDは治療技術の進歩により、30年前の「職人技」から、今では門戸が広がった治療法になりました。様々なメンバーが参加し、チーム医療を提供することが大切と考えています。

松本さん 患者さんは十人十色です。医師や他職種とも情報を共有しながら、医学的に譲れるところと、そうでないところを話し合い、患者さんが無理なく治療に向き合えるようにサポートを続けていきたいですね。不安や困ったことがあれば、ひとりで抱え込まず、気軽にいつでも相談してください。お電話いただけたらと思います。

岩矢さん 療法選択において、あかね会ではPDとHDのどちらも最初から並んで提示できることが特徴です。腹膜は限りある生体膜です。無理をして最後まで使い切るよりも、早めにHDを組み合わせることで長く安定して過ごしてもらう方が良く考えています。PD患者さんは治療を家に持ち帰り、ご自身で管理していただいています。だからこそ、月に1回の受診で治療を保つことができています。

在宅で患者さんにできないことがあれば、周囲がどうサポートできるかを、在宅事業部も一緒になって調整しています。そのためにも私たち看護師は、患者さんに寄り添い、思いを



01

家族三人で手をつないで歩きたい



Have a Nice Time!

渡部 結晴ちゃん PD歴 2年3カ月

家族でお泊り旅行に行きたい!

お父さんとお母さんが大好きな2歳の女の子

野村 直樹さん PD歴 3年半

着物一筋50年、

コレクションを発表し続け、

世界に顧客を持つ

京都の着物屋さん



元気でいられるのは仕事ができるから

VIVID100号記念!

PD患者さんを訪ねて

02

なぜPDを選んだの?大切にしていること、不安なことは?

PDとともに生活する4人のみなさんに

ご自身の体験や考えをありのままにお話してもらいました

さあ、4人を訪ねてみましょう



ワスワスしているかもしれない、楽しんでやおうよ

明るく、普通に、生きていこう

03



寺上 せい子さん PD歴 2年半

旅行業を退職後、ふるさと宇久島へUターン

美しい自然の中で、悠々自適の暮らしを満喫



森本 佳伸さん PD歴 11年

新薬の開発に情熱を注ぎ、

退職後は旅行やヨット、書道など

興味のあることすべてに挑戦

04



満面の笑みで迎えてくれた結晴ちゃんは、2歳の女の子。

ジュースを飲むときは「乾杯!」のポーズ。

大きな声で「ぱぱ!」。知らない人の前

でも物怖じしない度胸もあります。

そんな結晴ちゃん、これまで幾度となく

危機を乗り越えてきました。



母まなかさん「妊娠約6カ月の頃、結晴の両方の腎臓に嚢胞のうほうが見つかりました。」

赤ちゃんは母親のお腹の中の羊水を飲み、尿として出すことを繰り返します。結晴ちゃんは嚢胞腎のため尿を作ることができず、羊水が極端に減った状態。その影響で、肺が十分に発達しない「肺低形成」も認められました。「まず生まれたときに、ちゃんと呼吸ができるか。その次に腎臓の治療。病院では生存率の低さや看取りの話ばかりで。…それでも諦めることはできませんでした。待望の妊娠で

しかし、生まれてみないとどうなるかわからないじゃないですか。絶対に大丈夫や!と思ったんです。」

夫婦で話し合い、妊娠継続を決断。育児用品の準備は最小限にとどめ、不安と希望を抱え出産の日を迎えます。

「出産後、一瞬だけ顔を見てすぐ、結晴は新生児集中治療室に入りました。2時間経ったところ、先生から「この子に会わせたい人は、皆さん呼んでください」と言われて。状態が良くなかったんです。覚悟はしていたけれど、小さい体

人工呼吸器やたくさんさんの管が入っているのを見て、本当にこれで良かったのかと思ってしまうほどでした。」

PDが始まったのは生後3日目から。乳幼児の透析は、体の負担が少ないPDが選ばれます。PD導入から9カ月後の退院まで、まなかさんたちは毎日病院に通いました。結晴ちゃんは、状態が安定しきらないものの、ミルクを飲むまでに回復しました。

「結晴は無尿なので、体重管理がとてもシビアです。適正体重を少し超えるだけで血圧が上がるので、先生たちも、透析のメニューや水分調整には頭を悩ませています。退院して1歳になった12月、クリスマスを過ぎた後に脳梗塞がわかり、翌年3月末まで入院しました。」

2歳になった結晴ちゃんは、一進一退を繰り返しながらがんばります。訪問看護、理学・作業療法士、言語聴覚士が自宅を訪問し、週3回のリハビリもこなせるように。

「脳梗塞で左手がうまく使えなかったのに、リハビリのおかげで今は上手に使えます。でも結晴はリハビリだとわかると、バイバイするんですよ。知らん

ぷりしたり(笑)。あと私は、PD操作中にいつもと少しでも何かが違うと不安になります。そんなとき、JMSの九鬼さんはいつも応援してくださって。感謝しかありません。」

APD(就寝中に透析液の交換を自動的に行うPD)は、17時から準備をして、19時からスタートし、13時間半かけて行います。

「自宅でのPDは、私たちの清潔操作のミスが結晴の腹膜炎を起こす原因になる可能性があります。毎回息を止めて操作しています。小児

でPDをしているケースは、SNSで探してもほとんど見つかりません。情報がほとんどないので、いつも不安です。でも結晴も頑張っています。ゆっくりですが、ちよつとした成長が何より嬉しい。今は長時間の夜間APDなので外泊や夜のお出掛けが難しいですが、将来、腎移植をしたらお泊まりに行きたいですね。ドイツ・ニールンドに行つて、家族三人で手をつないで歩きたいです。」

「晴」れた空に「結」びつき、未来に希望を持ち続け、病気が晴れ晴れしますように。人と人とのつながりを大切にしていけますように、という想いを込めました。



兵庫県

わたべ ゆはる
渡部 結晴ちゃん

PD歴 2年3カ月

京都府
のむら なおき
野村 直樹さん
PD歴 3年半



綾小路の伝統的な街並みの一角にある、
京都・双樹庵。「50年着物をやってるやろ。
ほかのこと何もでけへんの。」と笑うのは、
京友禅作家の野村さん。
日本画を学びながら、10代から着物の
世界に入りました。



外回ポリタン美術館に
収蔵された着物

野村さん「白生地を選び、柄は僕が考案して、染屋に託します。ニューヨークでは11年間、毎年テーマを決めて作品展を開き、「奥の細道」や『源氏物語』などを題材にした着物を制作していました。お客さんに提案するときは、この人だったら、なにが似合うか：と想像して、五反ほどに絞ります。肩にかけて、生地顔映りを見ます。海外には長く通い続けているので、1000人を超えるお客さんがいらっしやいます。」

10年前、野村さんは腎臓の数値が下がっていると指摘され、通院が始まりました。塩分や糖分を控えて、できることはしましたが、3年前に透析を始める決断をしました。

「やっぱり僕は、まだ仕事がしたいんです。HDだと海外に出られなくなる。すごく悩みました。でも、仕事を続けられるなら、PDにしようと思えました。」

以前は夕方になると体が重くなり、店を早く閉めて帰る日もありました。今は「透析を始める前より元気」だといいます。21時から朝4時頃までAPDを行います。その後、朝7時までに手動で1回交換します。2時間ほど仮眠を取ってから店に向かいます。

「野村さんはPD導入のとき、手技を覚えるのがとても早くて、今まで腹膜炎もなく、順



台湾で開催した着物ショー

調ですよね。」とJMSの水越さん。

「治療でいちばん気を付けていることは、透析の時間をきっちり守ること。店から徒歩3分の場所に部屋を借りてPDをしています。」

野村さんは、透析をしていることをお客さんにも伝えていきます。お付き合いは昼が中心、夜は9時までと決め、お酒も控えています。

「海外に行く回数は減りましたが、その分、今度は向こうから京都に足を運んでくれるようになりました。僕が英語しゃべれるか？ううん、誰にでも京都弁。」

海外出張の際は、透析液をスツケー

ス2台分、約50キロ。現地に透析液を送れないため、すべて自分で運びます。出張中は、APD装置を使わず、手動で1日3回の交換を行います。

「20年、30年来とお付き合いのあるお客さんたちが待ってますからね。手動のときは、隙間時間があれば、もう一回PDやとくかかって。コーヒー一杯飲むか、みたいなもんです。荷物は多いけど、そんな大ごとやないですよ。」

2006年、野村さんは縁あってニューヨークのメトロポリタン美術館に明治時代に誂あつちえられた、十三参り用の二重の夏着物を寄贈しました。染織作家だった高祖母のものです。世界中の人たちの目に、野村さんが大切にしている日本の美しい着物と、その手仕事が見り続けるでしょう。

「この年だと、健康な人と変わらないぐらいの仕事はしてるかな？仕事があるから元気でいられていると思っています。好きやからね、人と会ったり喋ったり。着物の仕事は、僕はもう死ぬまでやりたいんや。ほんまにこれしかでけへんねん。僕、小さい頃から絵が好きで、絵描きになりたかった。その気持ち、この仕事につながっているんやね。」

長崎県 佐世保市 宇久島

てらうえ
寺上 せい子さん

PD歴 2年半

Special Interview

高速船がゆっくりと岸壁に近づき、佐世保港に到着します。

タラップを降りる寺上さんは、月に一度、

PDの定期受診のために、故郷・宇久島から

この港を訪れています。Uターン後に

始まった離島でのPD生活は、豊かな

暮らしへとつながっています。



手作りの野菜と庭の花

寺上さん「高校生の頃に島を離れて、約40年間、東京の旅行会社に勤めました。業界の黄金期も経験でき、海外旅行にもよく行きましたが、定年後に会社の監査員を頼まれたのですが、「余生を謳歌したい」と断って、ひと月後には宇久島に帰ってきました。グズグズしていてもしょうがない、楽しんじゃおうと。故郷にUターンしました。」

島の家を住みやすく自分好みにリフォームし、新しい生活を始めた寺上さん。悠々自適な島での暮らしの一方で、体調への不安は以前から抱えていました。宇久島に戻って数年後には透析が必要な状態でしたが、導入はしばらく決断できずにいました。転機となったのは、夏の暑さが続いたある年のこと。

「初めて、自分が何を食べていいのかわからなくなりました。大汗をかき塩分を取らないわけにはいかないし、夏野菜はカリウムたっぷり。これで熱中症になったら、私はどうなってしまうんだろうと不安で…。それで、透析導入のための検査入院を決めました。入院中、先生からPDという治療の説明を受けたとき、「これだ!」と思いました。PDなら通院は月に一度で済みます。このまま島で暮らし続けるために、必要な条件でした。」

PDを導入してから、寺上さんの中に常に

あった不安は、少しずつ和らいでいきました。

「出口部はまだ時々かゆいですし、APDなので、アラームで熟睡できない日もあります。でもね、いろいろあるけど、今までに比べたら天国です。食事のこともあまり神経質になる必要がなくなり、安心しました。友達にも「透析をするようになってから顔色が違う」と言われました。三軒隣りにPDをしている親戚がいるのも心強いです。」

現在の寺上さんは、PDを続けながら、島での暮らしを存分に楽しんでいます。車で畑に通い野菜を育て、庭には季節の花やハーブなど、さまざまな植物が植えられています。海には自分たちの地区の漁場もあります。出口部に入浴パックをつけて固定し、貝を潜って獲ります。

「90歳の叔母が畑の先生です。お百姓さんは夏から、もう冬の畑の準備をするんです。常に先のことを考えるから、年をとっても元気。だから私が畑仕事をしているのは…ボケ防止です! 島で唯一のボランティアグループ「みじよかクラブ」に参加して、(みじよか:かわいという意味の方言)特別養護老人ホームを訪ねて歌を歌ったり、お話し

たり。おくんち(神島神社の秋祭り)では、皆で法被を着て盛り上げに行きました。APD装置はJMSの原さんがはるばる島まで届けにいらして。今度パッションフルーツの苗をお分けするので、ぜひ育ててくださいね。」

島に帰り、自分の時間を楽しむ。その思いは、PDの選択にもつながっていました。「自分のことは、自分でやらなくてはという気持ちがあります」と寺上さん。PDを選び、在宅治療をしながらも暮らしは続きます。

「いろんな場所を旅しましたが、海がきれいで気候も良いこの宇久島が、日本で一番住みやすいところだと思えます。自分の好きなように、思うがままに生きられるところです。」

どこまでも青く透明な大浜海水浴場。岩場には寺上さんの漁場もあります。



「自分が企画した商品を世に出して、爆発的に売れるところまで見届けるのが好きなんです。」
 製薬会社で臨床試験を専門とし、新薬の開発から上市(発売)までを手がけてきた森本さん。
 仕事に全力を注いだ円熟期に、
 異変が起きます。



新薬の開発で全国を飛びまわった森本さん



東京都

もりもと よしのぶ
森本 佳伸さん

PD歴 11年

森本 薫さん

04

森本さん「ランニングが趣味でしたが、思うように走れない。おかしいなと感じて。その後、旅行中に倒れて緊急入院しました。透析が必要だと言われて、仕事を続けられるのか?と、本当にショックでしたね。治療法の提案の中で初めて、PDを知りました。夜間に在宅で透析をするAPD治療があり、仕事も続けられると聞いて、それしかないと思いPDを選びました。」

その1年後、森本さんは脳梗塞を起こします。「口が回りづらくて、プレゼンができない。指もうまく使えない。…本当にきつかったですね。入院先にもAPD装置を持ち込みました。ベッド上で治療を続けている姿が珍しかったようで、「どうやって透析しているのか」と先生方が大勢見に来ていました。退院後はリハビリを相当頑張りました。口の動きにはカラオケが良かったです。」

そこから退職までの10年間、仕事とPDを両立し続けた森本さん。驚くことに、腹膜炎は一度も起こしていません。

「PDは接続時が感染のリスクが高いので、慎重に短時間で済ませます。空気中の菌が落ちてきますから、接続部分は必ず下向きに持ちます。出口部ケアもいろいろ試しましたが、最初はガーゼを貼ってテープで止めてましたが、途中からは何も貼らずに

開放しています。お風呂でも石けんでゴシゴシ洗って、きめ細かい泡が出るシャワーヘッドで流す。これが一番自分に合っています。PDを始めて4年後からは、週に二度HDを併用しています。お腹をまる1日空けられることが、腹膜にも良いと聞いています。」

森本さんは、20時過ぎに手動で注射液を行い、22時からAPDを開始します。「勤めていた頃は、20時には家に帰る必要がありました。付き合い悪くなつたな、とずいぶん言われました(笑)。出張が多かったので、泊りがけの時は透析液とAPD装置をJMSからホテルに手配してもらい、PDと仕事を両立していました。」

薫さん「PDのおかげで月に二回は夫婦で旅行に行けています。PDを始めた頃は、彼だけ薄味にしておりましたが、それだと全然食欲が出なくて。今は家族と同じ食事です。お醤油の代わりにポン酢を使うなど工夫しています。愛犬ミカエルも、彼の部屋だけは立ち入り禁止。毛が抜けにくいブードルなので一緒に暮らせています。ロボット掃除機も頑張ってくれています(笑)。」

「もう少しPDを続けたい。」という

森本さん。HDの頻度を段階的に増やすことや、薫さんからの腎移植の可能性など、これから考えていくことも多くあります。

薫さん「楽しく生きるのが一番です。お互いに病気があるから分かり合えるところもある。学生の頃から一緒ですが、彼が決めることには間違いはないと思っています。信頼しています。」

森本さん「彼女は性格が明るいですよ。それにすぐ助けられています。この病気になるまで、2人で病院に行き、初めて透析の様子を見たときは不安でしたが、でも、不安なことはばかり考えないで、明るく、普通に生きていこうって話しました。」

『とにかく考えずにやれ』という岡本太郎の言葉を知り、いいと思ったことはやってみようと思えるようになった森本さん。退職して二年、書道や陶芸、アルバイトなど新しいことにも挑戦しています。

「瀬戸内海でヨットに乗るのが夢なんです。鳥々が浮かぶ海を、夕暮れ時に巡りたいだろうな。」



ヨットを操縦する森本さん。30年来の趣味で、家族や友人と葉山や東京湾を巡ります。

島根県出雲市

出雲大社

神話の国・出雲を象徴する出雲大社。
四つの鳥居をくぐることに空気は澄みわたり、静寂はいつそう深まります。
縁結びの神・大國主大神を祀る日本屈指の聖地です。



izumoooyashiro.or.jp



出雲大社 拝殿。参拝者の祈禱や、お祭りなど様々な奉納行事が執り行われます。



Youtube
大しめ縄づくりの様子



神楽殿に掛かる大しめ縄。
長さ約13メートル、重さ約5.2トン。
島根県飯南町で1年以上の歳月をかけ、延べ1000人の町民の手によって作られます。



旧暦10月10日、稲佐の浜にかがり火が焚かれ、全国から集う神々を迎える「神迎神事」が執り行われます。



平成12年、この地から巨大な柱が出土しました。古代本殿が高さ48メートルに及んだという伝承を裏付ける発見です。赤い円が、その柱の出土跡地を示しています。かつてこの高さからは、どのような景色が広がっていたのでしょうか。



国宝・出雲大社御本殿

出雲大社

- 〒699-0701
島根県出雲市大社町杵築東195
TEL 0853-53-3100
- お問い合わせ:
午前8時30分～午後4時30分
- 参拝時間:
午前6時～午後7時
※上記時間外は銅鳥居前での参拝となります。

出雲大社へとまっすぐに延びる神門通り。緩やかな坂道を歩いていくと、土産物や名物の出雲そばの店が立ち並び、にぎやかな雰囲気が続きます。「勢溜の大鳥居」を過ぎると、見事な松並木が迎えてくれ、ふっと神話の世界へ入り込んだかのような感覚に包まれます。参道の中央は神様の通り道。その脇を奥へ進むと、拝殿に到着します。お参りの作法は一般的な神社と異なり「二礼四拍手一礼」。四度の拍手は、神々への最大限の敬意が込められています。

その奥にあるのが、御本殿です。御本殿は「大社造」と呼ばれる日本最古の神社建築様式で、二七四四年に造営され、国宝に指定されています。ここから素鷲川を挟んだ西側に、あの大しめ縄が掛かる神楽殿があります。旧暦十月は「神無月」と呼ばれますが、出雲では八百万の神々が集うことから「神在月」といいます。神迎神事や神在祭などが執り行われ、神々は七日間この地に滞在し、「神議り」と呼ばれる会議で、人の縁や稲作の豊凶などを話し合

うと伝えられています。

今回は出雲大社のほんの一部をご紹介しますが、出雲には他にも神話に由来する古社が数多くあり、何度訪れても新しい発見があります。また、出雲平野に沈む夕日は二見の価値があります。日本屈指の聖地へ、足を運んでみてはいかがでしょうか。

出雲余話

出雲大社の正式名称は「いずもおおやしろ」と読みます。古来の呼び名が、今も大切に受け継がれています。



24時間フル稼働し続けるJMS出雲工場。
約800名の従業員を統括するのが工場長の岩崎さんです。

島根県出雲市にある
JMSの工場を訪ねました!



患者さんに安心を届けたい

PD患者さんが使う腹膜透析液やAPD装置。
その安全と品質を支える現場の声をお届けします。



工場長
岩崎浩幸さん

Q 工場の稼働で大切なことは？

岩崎さん 患者さんが使われている製品は、主に国内3工場で製造されています。広島県の三次工場、千代田工場、島根県の出雲工場の3拠点です。出雲工場は、生産金額・従業員数ともにJMS最大の拠点で、PD関連製品をはじめ、輸液・輸血セットなどの医療機器(ディスプレイザブル製品)の開発・製造を担っています。

私の役割は工場全体の運営・管理ですが、何よりも大切にしているのは「社員が働きやすい環境をつくること」です。まずは安全第一。そして安定した稼働と品質向上を積み重ねる。その先に、良い成果が生まれてくると考えています。この優先順位を守ることが、患者さんに

製品を安定して送り届けることにつながります。また、大勢の社員が働く現場だからこそ、日々の挨拶や声かけを大切にしています。

「患者さんへのメッセージ」

工場一同、日々の治療や生活を支える製品として、誠実にものづくりに取り組んでおります。安心して使い続けていただければと思います。ご要望があれば真摯に対応していきたく思っております。



『患者さんにとって使いやすく、製造にとって作りやすい』
開発者は、常にふたつの立場の間に立つてものづくりをしています。



技術部 開発二課
前田孝志さん

Q 開発っていったいどんなことをしているの？

前田さん 私はPD関連の医薬品と医療機器の設計開発を担当しています。設計ソフトで形を考え、試作を重ねながら機能を確認します。患者さんや医療従事者の声を品質改善にもつなげています。

見た目は変わらなくても、品質を保つための開発もあります。PD関連製品だと、腹膜透析液の「容器の開発」がそのひとつです。容器にはポリプロピレンを使用していますが、材料のグレードが変わると、いちから作り直す必要があります。薬液への安全性や強度を、『これまでと同等』に保つためです。

特に苦労したのが、イージーピールシール(下写真)の強度の調整でした。2つの

液を混合する際、患者さんが開けやすいといけません。でも、輸送・保管中に勝手に開いてしまったりはいけない。この相反する条件のバランスをとることが、非常に難しい点でした。材料が変わると性質も変わるため、その度に製造条件を調整します。もともと過酷となる輸送経路を選択し、複数回往復して輸送試験を行い、移動中の耐久性を確かめます。本当は一定条件で安定的に製造できることが理想ですが、それが容易ではないのが苦しいところです。



腹膜透析液:
上の袋を押すとイージーピールシールが開通し2つの液が混ざりあう。

材料のグレードは数年ごとに変更がありますが、患者さんに安定して同じ品質の腹膜透析液をお届け続けることが責任

だと思っています。『当たり前品質』と言われるですが、品質に影響させず、変更気づかれぬことが一番大切なことです。

今後挑戦したいことは、新しいデバイス(機器)の設計です。学会で、「PD操作に疲れて離脱してしまう患者さんもいる。今のデバイスにあらうをかかないで」という発表を聞きました。JMS出雲工場には良いものを生み出す創造力と、それを形にする設計・開発力があります。それを活かし、患者さんが使いやすいデバイスを設計したいです。

「PD患者さんへのメッセージ」
腎不全という負担をお持ちの中でも、安心して健やかな生活を送っていただきたい。ご自分の生活を楽しんでいただきたいと思います。



患者さんにお届けしている腹膜透析液などの医薬品。それらはすべて、品質管理部・岩永さんたちの厳しい検査を通過したものです。



品質管理部
岩永晟子さん

Q 医薬品の検査ってどんなことをしているの？

岩永さん 私は患者さんに安全で有効な医薬品をお届けするため、品質の管理をしています。腹膜透析液は、患者さんのお腹に直接注入されますので、品質は患者さんの命に直結します。日々安心してご使用いただけるよう、規格に適合しているか、安全性に問題がないかを検査して、品質の均質性を保っています。

製品の検査は3段階あります。まず医薬品材料の受け入れ時に原料から検査しています。次に、

医薬品ができるまでの途中の工程。最後は完成したときです。これらの検査の信頼性を維持するために、検査手順の充実や新人の教育、機器の点検などを細やかにしています。

腹膜透析液は薬液のpHや浸透圧などの規格適合性だけでなく、容器の強度や、不純物などの混入がないかなども確認します。製品のロット(同じ条件で生産された製品のまとまり)から試験に必要な数を抜き取って、代表試験をします。

患者さんにお届け後も、同じ医薬品ロットのサンプルを保管し、長期的に品質を維持できているか、定期的に確認しています。国内外の厳しい基準に基づいた品質管理が求められており、新しい検査装置の導入にも取り組んでいます。

工場のメンバーには、本当に教えてもらうことばかりです。わからないことや気になることはすぐに聞くことができ、目の前で確認できる、相談しやすい環境が自慢です。そして一日の終わりに、工場2階の玄関から見える夕日がとて

もきれいで、私のお気に入りの風景になっています。

「PD患者さんへのメッセージ」
腹膜透析液は毎日ご自宅や勤務先で使われて、日常のひとつになっただけで、日常のひとつにその日常が日常であり続けるために、安全で有効な腹膜透析液をお届けする責任を感じます。一つひとつの検査と判断が、治療を続ける患者さんにつながっている、その想いで品質管理を続けてまいります。

岩永さん撮影の夕日



製造の皆さんがいてこそ

前田さん 大切にしているのが、製造現場とのコミュニケーションです。何かあればすぐ連絡を取ります。作りやすさを考えた設計も、現場との対話から生まれます。作る側の負担を減らすことも、結果的に品質や安全につながります。日々、製造現場と一緒に考えながら作っています。

岩永さん 製造の皆さんが毎日製品を作っているからこそ、患者さんのもとに安定して届けることができます。また、製品を誰よりも日常的に見ているからこそ、私たちの検査で規格上は問題がなくても、「いつもと何か違う気がする」と連絡が入ることがあります。わずかな変化をできるだけ早く検出し、製造部と協力して対応することで、問題の発生を未然に防止することができます。



JMS出雲工場



JMSが提供している医療機器の安心と安全を守るために、保守点検や修理を一手に担っているのがJMSサービス株式会社(以下、JMSサービス)です。

JMSサービス株式会社
東日本事業所 所長
橋田英昭さん



Q 医療機器の修理は難しい？

橋田さん 私は子どものころから機械に触れることが大好きで、壊れて使われなくなった家電を分解しては直していました。今の保守点検や修理の仕事も、私にとっては子どもの頃から続く「機械好き」の延長線上にあります。

高校時代に先生の勧めで、JMSの製造補助員のアルバイトを始めました。その後、製造部門や開発部門を経て、現在は保守点検及び修理を担当しています。APD装置は初代から最新機種まで、各部門で携わってきました。医療機器は不具合や故障が患者さんの生命に関わるため、その責任を常に意識しながら

日々仕事に向き合っています。

JMSサービスでは、広島と東京の2拠点で年間約11,000件の保守点検及び修理対応を行っています。医療機器の修理は、「承認または認証を取得した本来の状態・機能に復帰させること」が原則です。これは、製造元が安全性

を確認した設計に基づき、すべての患者さんに同じ品質と安全を届けるための重要なルールです。そのため、「ここを変えると、改善されるのでは？」と感じても、修理の現場で仕様を変更することはできません。そこが、医療機器修理の難しいところです。

新しいAPD装置には、先代の機能や構造に加え、新たな技術が搭載されています。新製品は修理や点検の実績が少ないため、マニュアルに沿って作業を行っても、その動作が正常かどうかを慎重に見極める必要があります。疑わしい動きがあれば装置を繰り返し作動させ、

ログ(使用履歴)や患者さんの声を手がかりに原因を探ります。しかし、その現象がなかなか再現できない場合が最も難しく、まるで推理探偵のような作業になります。

それでも私たちは、再現と検証を重ね、安全性を確認したうえで患者さんにお届けしています。これからも、そこで得た知見を全社で共有し、より良い製品づくりにつなげていきたいと考えています。

「PD患者さんへのメッセージ」
JMSの製品を治療のサポートとして安心してご使用いただけるよう、これからも全力で保守・整備に取り組んでいきます。

全国から様々な医療機器がメンテナンスのために集まっています。





患者さんをサポートできる仕事 ～PDを支える2人の想い～

在宅で治療をされている患者さんに安全に安心できる治療を行っていただくために、夜間の電話や急な呼び出し、通院日の病院でも患者さんの治療状況を確認しています。今回は、PD営業として日々患者さんに寄り添う水越さんと國原さんに、仕事のやりがいや葛藤、そして患者さんへの想いを聞きました。



水越 結希さん

JMS帝人ホームメディカルケア株式会社
中日本エリアセールスグループ

患者さんとの距離の近さが、
原動力になる

「嬉しいのは、患者さんに直接言われたときだけじゃないんです」

水越さんが印象に残っているのは、退院後に病院で患者さんと再会し、声をかけた時のことで、後に看護師さんから「今日、患者さん、水越さんに会ったからか、元気そうだったよ」と聞いたことです。その一言で「ああ、関わられてよかったな」って思いました。

PDの営業は、患者さんの生活の場に関わる仕事でもあります。機械のトラブルがあれば自宅へ行き、一緒に確認し、操作が不安な方には、何度でも説明する。

その時に、「ちょっとコーヒー飲んでいて」とか、「昔はこんな仕事してたんでー!」って話してくださることもあって、「PDならではの距離感だな」と思います。國原さんは患者さんがPDをやむなく離脱するような難しい局面でこそ、自分

にできることを考え、患者さんの思いに寄り添ってきたといいます。

島に住む患者さんを担当した際には、通院の負担や不安に何度も電話で応えてきました。

感謝の言葉をもらったとき、「ちゃんと向き合ってきたよ良かったな」、「腹膜透析を選んでよかった」って、ほろっと言われたときは、本当にこの仕事をしていて良かったと感じました。

正解がないからこそ、
寄り添い続ける

夜中や休日に電話がかかってくることや、PDを続けたい患者さんの気持ちと、PD治療上の限界との間で悩む場面もあり、この仕事は楽なことばかりではありません。

「正解がないからこそ、話を聞くことを大事にしています」

國原さんは、患者さんの気持ちを受け止めながら、医療者の方々と情報を共有し、一緒に考えることを心がけています。水越さんも、「完璧な答えは出なくても、話を聞いてくれる人がいると思ってもらえたら」と話します。

「『助かりました』『ありがとう』と言われると、また頑張ろうと思えるんです」その言葉が、次の一歩につながっています。

PD営業という仕事、
そして患者さんへ

PD営業は、治療をするわけではありませんが、患者さんの声に耳を傾け、その想いを医療従事者へとつなぎます。医療者の方々と連携しながら、患者さんが安心して治療を続けられるよう、傍でつなぎ・支える！それが、二人が考えるPD営業の在り方です。

最後に、患者さんへの
メッセージを伺いました。

水越さん 「困ったことがあれば、どんなことでも相談してください。皆さんが元気に、自分らしくPDを続けられることが一番です。そのために、これからも寄り添っていきます」

國原さん 「先生や看護師さんなど、言いにくいことや言いそびれたことも私に話してもらって大丈夫です。患者さんと病院をつなぐ存在として、納得できる選択を支えていきたいと思っています」



國原 宏起さん

JMS帝人ホームメディカルケア株式会社
西日本エリアセールスグループ

簡単下ごしらえ!

アレンジ肉料理

お肉があれば、下ごしらえはあっという間。
冷凍庫で保存しておけば、いつでもおかずにアレンジできます。

PD患者さんのための

おいしい
献立集

71



*写真は1人分

栄養成分表(1人分)

エネルギー	たんぱく質	脂質	カリウム	リン	食塩相当量
167kcal	8.9g	10.5g	368mg	117mg	0.4g

[材料/2人分]

豚肉の味噌漬けの作り置き ……100g
※冷凍の場合、冷蔵庫で解凍しておく
キャベツ ……150g 人参 ……30g
もやし ……50g ごま油 ……小さじ1

[作り方]

フライパンにごま油をひき、キャベツ・人参・もやしを置いたうえで豚肉の味噌漬けの作り置きをのせ、ふたをして蒸し焼きにする。

アレンジ①

野菜炒め
肉に味がついているので追加の味付けなしでおいしい



*写真は1人分

栄養成分表(1人分)

エネルギー	たんぱく質	脂質	カリウム	リン	食塩相当量
435kcal	11.9g	8.4g	272mg	164mg	0.4g

[材料/2人分]

豚肉の味噌漬けの作り置き ……100g
※冷凍の場合、冷蔵庫で解凍しておく
舞茸 ……50g ご飯 ……400g

[作り方]

豚肉の味噌漬けの作り置きと舞茸を耐熱容器に入れラップをして、電子レンジ600wで約2分間加熱したものを、あつあつご飯に混ぜる。ご飯にのせるだけでも美味しい。

アレンジ②

混ぜご飯
あつあつご飯に混ぜれば主役の一品に



基本レシピ 作り置きできる!

保存しておけば、メインおかずがいつでもできる!

豚肉の味噌漬けの作り置き

栄養成分表(材料全体)

エネルギー	たんぱく質	脂質
1388kcal	89.9g	94.5g
カリウム	リン	食塩相当量
1684mg	961mg	4.8g

[材料]

豚肉薄切り ……500g (切り落としでも可)
みりん ……大さじ2
みそ ……大さじ2

[作り方]

すべての材料をポリ袋に入れてもみこむだけ!
小分けにして冷凍で3週間保存できます。



ポリ袋は未使用で清潔なものを使用する



[お肉をプラスしたいときに、サッと使えるいろいろアレンジ]

- ・お好きな麺と炒めて、焼きそば焼うどんに。豆腐と一緒に煮て肉豆腐に
- ・炊き込みご飯の具に。豚肉を鶏モモ肉に替えてもおいしい

[冷凍のポイント]

1人分を小分けにしてラップで包み、なるべく平らにして保存すると、冷凍・解凍が早くなります。



ハンバーグ

小判型にして焼けば
もちもちハンバーグ

アレンジ①

栄養成分表(1人分)

エネルギー	たんぱく質	脂質	カリウム	リン	食塩相当量
244kcal	14.8g	16.3g	229mg	144mg	0.8g

[材料/1個分]

万能鶏ひき肉のタネの作り置き…115g
※冷凍の場合、冷蔵庫で解凍しておく
油……………小さじ1

[作り方]

万能鶏ひき肉のタネの作り置きの形を整え、フライパンに油(小さじ1)をひき両面を焼く。
※手に油(分量外)をつけると丸めやすい。



基本レシピ 作り置きできる!

厚揚げで食感がもちもちに。
油で焼いてカロリーアップ!

万能鶏ひき肉のタネの作り置き

栄養成分表(材料全体)

エネルギー	たんぱく質	脂質
1222kcal	89.0g	71.2g
カリウム	リン	食塩相当量
1373mg	863mg	5.0g

[材料/ハンバーグ6個分、
もしくはナゲット24個分]
鶏ひき肉……………400g
厚揚げ豆腐……………200g
卵……………1個
小麦粉……………大さじ6
塩……………小さじ1

[作り方]

すべての材料をポリ袋に入れてもみこむだけ!
小分けにして冷凍で3週間保存できます。



ポリ袋は未使用で清潔なものを使用する



ナゲット

丸めてカリッと
揚げ焼きに

アレンジ②

栄養成分表(1人分)

エネルギー	たんぱく質	脂質	カリウム	リン	食塩相当量
325kcal	14.8g	25.2g	229mg	144mg	0.8g

[材料/4個分]

万能鶏ひき肉のタネの作り置き…115g
※冷凍の場合、冷蔵庫で解凍しておく
油……………大さじ2

[作り方]

万能鶏ひき肉のタネの作り置きの形を整え、小さめの鍋やフライパンに油(大さじ2)を入れ、両面を揚げ焼きにする。
※手に油(分量外)をつけると丸めやすい。

[調理前にサツとアレンジ、いろいろな味や食感を楽しんで]

- ・味を変える……お好みでカレー粉、唐辛子、チーズなどを入れる
- ・具材をプラス…人参千切り、豆の水煮、ひじき、枝豆などを混ぜる
- ・肉団子にする…野菜炒め、スープやシチュー、カレーの具に

[冷凍のポイント]

ペースト状のものは保存袋に入れて平らにし、箸などで筋をつけておくと簡単に割ることができます。

今回の料理も我が家の超・定番!



沼津 りえさん

管理栄養士、調理師、料理家、COOK会(料理教室)主宰。料理本の著書多数。料理が楽しい!と思えるレシピ提供がモットー。夫のそうるさんとのお料理YouTube「阿佐ヶ谷夫婦」はアイデアたくさん、必見です。

▼公式HPはこちら
<http://riecookcookcook.jp>

「マンガでわかった! ラクしておいしい作り置き」主婦の友社



皆様の様々な疑問にドクターがお答えします!



監修：井上 朋子 先生
社会医療法人川島会
川島病院 腎臓内科

「腹膜透析」



Q 今PDをやって11年目ですがいずれHDになると言われています。HDに移行したあと高齢者になってまたPDに戻すことはできますか。



A 11年という長い期間、PDを続けてこられたこと、本当に大きな積み重ねだと思います。将来のことを考えると、不安なお気持ちになるのはとても自然なことです。

ご質問の答えですが、HDに移行した後でも、条件が合えば再びPDに戻ることは可能です。ただし、誰でも必ず戻れるというわけではなく、いくつかのポイントがあります。

まず、腹膜の状態や全身の健康状態を総合的に判断する必要があります。特に大切なのが、お腹の中の腹膜の状態です。

血液透析へ移行した時の腹膜の状態が、その後再び腹膜透析に戻れるかどうかを判断する一つの目安になります。また、患者さんの年齢や体格、食事の量などによって状況は異なりますが、腎臓に残っている働き（尿が出る力）がほとんどない場合には、PDだけの治療が難しくなり、PDとHDを組み合わせた治療（併用療法）が必要になることがあります。

ご自身の体調や生活スタイルの変化に合わせて、その時々で最適な治療法を選択していくことが大切です。主治医の先生や医療チームスタッフに「将来的にまたPDに戻る可能性について知りたい」とご相談されてみるのもいいかもしれません。患者さんの腹膜の状態や全身状態を把握されていますので、具体的なアドバイスをいただけるかと思えます。

Q 先日病院で軽い運動を勧められましたが、腹膜透析をしている人におすすめの運動はありますか？



A 「運動を勧められたけれど、何をしたらいいかわからない」「お腹にカテーテルがあるから不安」

そんなお気持ちを持たれる方は、とても多いです。PDをしている方の運動は、頑張りすぎない「続けられる運動」がいちばん効果的です。

おすすめの運動

- ①ウォーキング(散歩)**
初めは10分程度の短い時間から開始してみましょう。家の中だけでは2,000〜3,000歩程度しか動かないため、外を歩くのがおすすめです。万歩計をつけて、日々の歩数を確認すると励みになります(目標:1日8,000歩など)。
- ②ラジオ体操・テレビ体操**
毎日続けやすく、体全体をバランス良く動かせる優れた体操です。立って行うのが難しい場合は、椅子に座って行うこともできます。
- ③軽い筋力トレーニング**
息を止めない程度の軽い運動(ゴムバンドなどを使って)。同じ動作を10〜15回繰り返せる程度の負荷で行いましょう。

注意点 透析液が入った状態でも、基本的には運動は可能です。ただし、急にお腹に力がかかる運動(腹筋運動、重い物を持ち上げる、息を止めて踏ん張る動作など)は避けましょう。うつ伏せになる運動もおすすめできません。また、カテーテルが引っ張られないように注意し、汗をかいた後は、運動後に出口部を清潔に保つことが大切です。必要に応じて、清拭(拭いてきれいにする)や洗浄を行ってください。「よく食べて、よく動いて、よく透析をする」ことは、健康でいきいきとした生活につながります。無理のない範囲で、少しずつ体を動かす習慣をつけていけると良いと思います。

VIVID 99号 のクロスワードの答え

キ	ン	モ	ク	セ	イ	
イ	ス	タ	ン	ブ	ー	ル
ワ	カ	タ		ケ		イ
ク	シ	カ	ツ		ア	セ
ラ		イ	チ	ダ	イ	キ
ト	キ		ノ	イ	ズ	
モ	ト	モ	コ	モ		セ
ミ	ウ	チ		ク	ミ	ン

下のはがきに、必要事項およびクロスワードの答えをご記入の上、ご投函ください。正解者の中から抽選で、記念品を贈呈いたします。尚、発表は商品の発送をもって代えさせていただきます。

おかげさまで創刊100号！お便りを募集します

PDのこと、日々のこと、どんなことでもお寄せください
今回のVIVIDのご感想もお待ちしております。

VIVIDへのお便り

ペンネーム（ご記入がない場合はお名前のイニシャルとさせていただきます）

VIVID への掲載（いずれかを○で囲んでください） 可 ・ 不可

ご記入ありがとうございました。
VIVID に採用させていただいた方には、記念品をお送りします。
※医学的な質問に対してはお答えできませんのでご了承ください。

VIVID(びびっど)の今後の配送は不要です。

1	2	3	4	5		
	E					
6					A	
7			8	9		10
						C
	11	12			13	
14		15			16	
B						
17	18					
19				D		

問題 たてのカギとよこのカギの答えを、カタカナでマスを埋めます。
最後にA~Eをつなぐと答えが分かります。

解答欄	A	B	C	D	E
-----	---	---	---	---	---

ヒント 今号のVIVID は、記念すべき創刊第〇〇〇〇〇!

- よこのカギ**
- 2025年10月、日本初の女性〇〇〇〇〇〇〇が誕生しました!
 - 公園などにある、水がふきでるように作った装置。
 - 「海馬」と書く動物は? ヒントはアシカ科の哺乳類で、黒褐色の体をしています。
 - 親しい人同士の間で話しかけ方を「〇〇グチ」といいます。
 - 米国マイクロソフト社が開発したオペレーションシステムのシリーズ名。
 - エジプト・キザの大ピラミッドを建造せたとされる王の名は?
 - 燃料にするため、適当な大きさに切って乾燥させた木を何という?
 - 目標や役割の達成のために、心がけ、行動すること。「人材の育成に〇〇〇〇います」「サービスの向上に〇〇〇〇います」。
 - 「♯」これは何という? 音楽で、高音部であることを示し、Gの文字を図案化したといわれる記号です。
- たてのカギ**
- 柔らかい、優しいなどの意味を持つ言葉。
⇨反対後は「ハード」。
 - ある目的のために働きかけること。「選挙〇〇〇〇」「反対〇〇〇〇」など。
 - 樹上にすみ、木の実を好む小動物。動作はすばしく、尾は体長と同じくらい長くてふさふさしています。
 - 度胸があつて恐れを知らないことを、こう表現します!
 - 自分で支払う費用のこと。
 - 物事の見通しのこと。「月末を〇〇に〜」。
 - 葛粉を水で溶き加熱して固めたものを、うどんのように細長く切った食べ物。
 - 子育てを積極的に行う男性のこと。「イケメン(イケてるメンズ)」をもじった表現といわれています。
 - 今年(2026年)の干支は?
 - ようやく、ついにという意味。「相手の名前を〇〇〇思い出した!」。
 - 数の名で、十(じゅう)の別の読み方は?



～読者からの お便りコーナー～ **びびっと倶楽部**

PDを始めて2年目となり、
毎日の生活の中に溶け込んできました。
腹膜透析にしてから、旅行も楽しめて満足しています。
この前は、2泊3日で京都と大阪万博を満喫しました。
今後もPDライフをできるだけ長く続けられるよう、食事
にも配慮して頑張っていきたいです。(HARU様)

編集部より HARU様、お便りをどうもありがとうございます。
PDを続けながら旅行も楽しまれている様子、とても素敵
です。旅行先でのPDはどのようにされているのか、ぜひお聞
かせください。今回の患者さんへの取材でも、工夫しながら
さまざまな活動をされている皆さんに出会いました。ぜひ
誌面もご覧ください。

「VIVID創刊100号 編集後記」

VIVIDは、おかげさまで今回100号・30周年を迎えることができました。
長きにわたりご愛読いただいている読者の皆さまに、心より御礼申し上げます。これを記念して、
ホスピタルレポートでは、JMSのルーツである土谷総合病院を訪ねました。さらに特別企画として、4名の
PD患者さんを訪ね、病気と向き合いながらも自分らしい人生を歩む姿や過酷な体験など、貴重なお話をお伺いしました。
また、PD治療を担う企業であるJMSの工場・営業・メンテナンスの現場取材し、医薬品や医療機器を通して患者さんを
支える取り組みに触れる機会となりました。ご協力いただいた皆さまに、誌面をお借りして心より御礼申し上げます。
VIVIDはこれからも、PD患者さんに寄り添い続けるJMSの想いを大切にしながら、
皆さまのお役に立てる情報をお届けしてまいります。

VIVID編集部

腹膜透析情報サイト
いっしょに歩こう
-Walk Together-

腎臓や腹膜透析についての情報、災害時の
マニュアルの他、PD患者さんのための献立集や
バッグ交換の場所があるお出かけスポット
などをご紹介します！
患者さんやご家族が腹膜透析をもっと知って、
楽しく過ごすためのサイトです。

「VIVID」の最新号や
バックナンバーも見られます。



<https://capd.jms.cc/>



記

本誌は、医療機関の処方指示により“ペリセート®”を配送
しております皆様に、皆様のQOL (Quality of Life) の向上の
一助となる情報の提供を目的としてお届けしております。

キリトリ線

郵便はがき

105-6790



料金受取人払郵便

銀座局承認
8724

差出有効期間
2026年10月31日
まで (切手不要)

(受取人)
東京都港区芝浦1-2-1
シーバンスN館 11階
株式会社ジェイ・エム・エス
「VIVID」
読者プレゼントハガキ係 行

お名前 (ふりがな)

ご住所 〒

びびっとクロスワードの答え ※解答なしでもかまいません。



株式会社 ジェイ・エム・エス
〒105-0023
東京都港区芝浦 1-2-1
TEL 03-6372-9120



回答していただいた内容は VIVID への記載および記念品の送付を目的としており、それ以外には使用しません。お名前・ご住所がない場合、記念品はお送りできませんのでご了承ください。

