

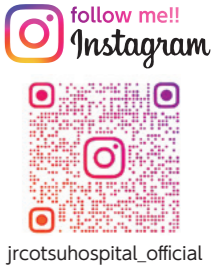
季節のレシピ  
旬の食材の料理のご紹介

Pork loin marinated in miso  
豚ロースの味噌漬け

大津赤十字病院の  
給食で実際に提供  
しているメニュー  
のご紹介

# NAGARA 通信

大津赤十字病院  
広報誌  
vol. 28  
2026.4



**奨励賞**  
第29回  
日本病態栄養学会  
年次学術集会  
レシピコンテスト  
テーマ  
おいしく満足！  
減塩レシピ自慢  
奨励賞を受賞！

2025年版「日本人の食事摂取基準」における1日あたりの塩分摂取の目標量は  
成人男性が7.5g未満、女性が6.5g未満で、これは高血圧や慢性腎臓病の予防を目的としています。

- 【材料】(2人前)**
- 豚ロース肉 …… 2枚
  - 淡色味噌 …… 小さじ1.5
  - 白味噌 …… 小さじ1.5
  - みりん …… 小さじ1
  - アスパラガス …… 2本
- 【栄養量】(1人前)**
- エネルギー… 167kcal
  - たんぱく質… 14.8g
  - 脂質… 8.0g
  - 炭水化物… 8.1g
  - 塩分… 0.9g

- 【作り方】**
- 1 豚ロース肉の筋を切る。
  - 2 淡色味噌、白味噌、みりんを合わせ、豚ロースの表裏に塗り1時間冷蔵庫で寝かす。
  - 3 180℃に予熱したオーブンで10分程度、表面に少し焦げ目が付くように焼く。
  - 4 食べやすい大きさに切り、ポイルしたアスパラガスを添える。



### 減塩のポイント

現在、日本人は塩分の過剰摂取が問題となっています。「減塩=美味しくない」と思ってしまうがちですが、工夫次第で美味しく減塩することが可能です。今回は白味噌を使用することで、塩分は控えめなのに、味噌のコクと豚肉の旨みで“しっかり味”を楽しめます。味噌に含まれる酵素の働きで豚肉が軟らかくなり、旨みも引き出され、浸透圧の作用で水分が保たれるので、加熱してもしっとりジューシーに仕上がります。また、少し焦げ目を付けたら香ばしさも加わり、減塩でも満足感のある一品になります。ぜひご家庭でもお試しください。



今回の  
特集医師  
腎臓内科部長  
**古宮 俊幸**



〒520-8511 滋賀県大津市長等1丁目1-35  
TEL.077-522-4131 FAX.077-525-8018  
<https://www.otsu.jrc.or.jp>



QRコードからホームページが  
ご覧いただけます



地域医療の「要」として診断から移植まで、  
一貫した「トータル・キドニー・ケア」の実践

～大津赤十字病院 腎臓内科が実践する、断らない医療と「その人らしい」人生の支援～

[協力医療機関のご紹介]

おうみ在宅クリニック・堅田いげざき整形外科・なぎさクリニック



腎臓内科部長  
**古宮 俊幸**  
 (平成10年卒)

- 【認定専門資格】
- ・日本腎臓学会認定指導医・専門医・評議員
  - ・日本透析医学会指導医・専門医・VA 血管内治療認定医
  - ・日本移植学会移植認定医
  - ・日本臨床腎移植学会腎移植専門医
  - ・日本アフェレシス学会認定血漿交換療法専門医

- ・日本内科学会認定内科医・総合内科専門医
  - ・日本リウマチ学会指導医・専門医
  - ・日本老年医学会指導医・専門医
  - ・日本腹膜透析医学会認定医
  - ・腎代替療専門指導士
  - ・京都大学臨床教授
- 【専門】
- ・腎臓内科、血液透析、腎移植

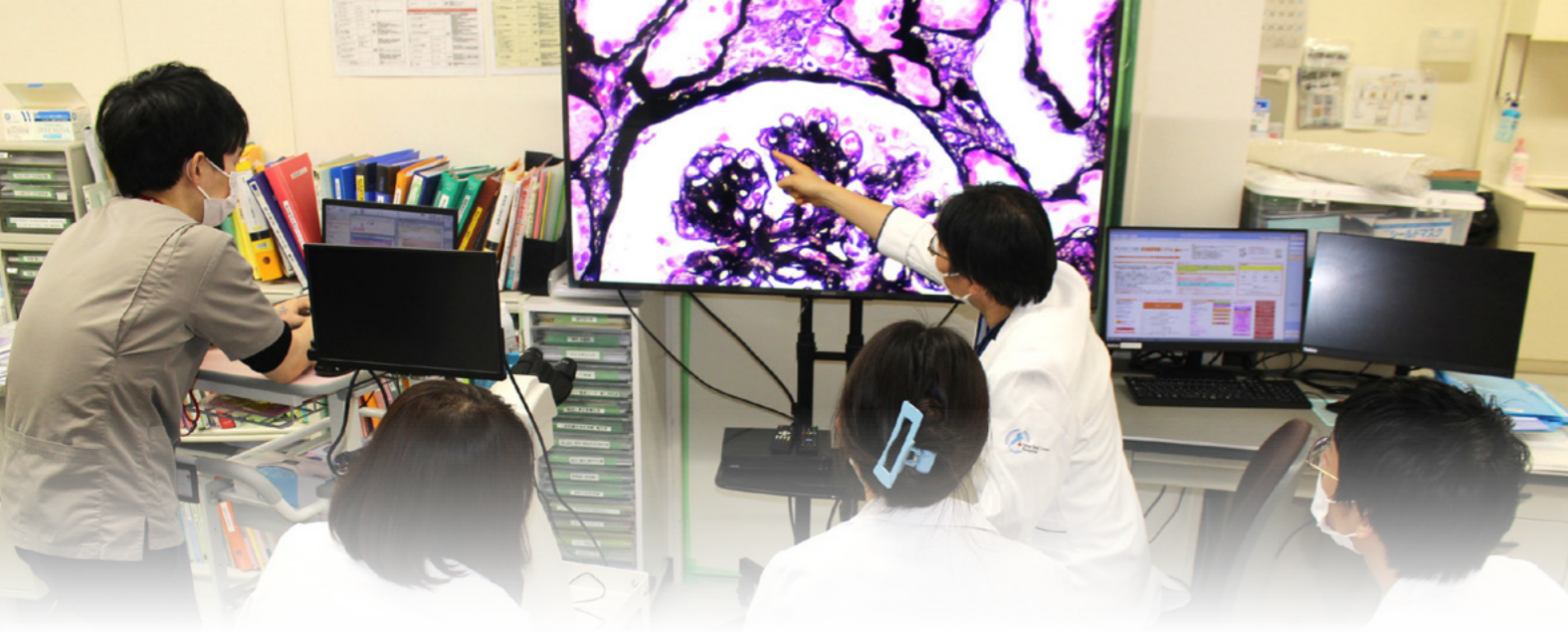
Kom iya  
 Toshiy uki

## 特集

# 腎臓内科

滋賀県南西部の地域医療を支える大津赤十字病院。私たち腎臓内科は、高度救命救急センターを有する急性期病院としての「機動力」と、赤十字の理念である人道に基づいた「全人的医療」を兼ね備え、「検尿異常の精密検査」から「末期腎不全の透析・移植」、さらには「急性期救急医療」に至るまで、腎臓に関わるあらゆるステージの疾患に対し、高度かつ包括的な医療を提供しています。





当院の腎臓内科

## 1. 治療の核心に迫る「腎生検」

～年間約 100 例の実績。顕微鏡レベルで突き止める「病気の正体」～

「健診で尿の異常を指摘されたが、様子を見ていいの不安だ」。そのような患者さんの不安や、かかりつけ医の先生方の診断の悩みに、私たちは確かな「答え」を出します。腎臓病治療のスタートラインは、正確な診断にあります。当科では2025年実績で年間99例という豊富な件数の腎生検を実施しました（IgA腎症27例、糖尿病性腎症12例など）。特筆すべきは、その診断プロセスへのこだわりです。毎週行われるカンファレンスでは、大画面モニターを用い、組織レベルでの詳細なディスカッションを行います。これらの客観的証拠に基づいて「今、治療すべきか」を的確に判断し、ステロイド療法や免疫抑制療法など、根拠に基づいた最適な治療を提供します。また、医師自らが尿沈渣を検鏡するシステムを構築しており、尿中の微細な変化を見逃しません。



## 2. 「透析」を回避し、先送りする

～LTEPとチーム医療による腎機能悪化予防～

透析導入を回避、あるいは先送りすることは、患者さんの人生の質（QOL）に直結する最大の目標です。当科では、医療技術と生活支援の両面から進行抑制に取り組みます。血液検査の結果から腎機能（eGFR）の長期的な推移を可視化する解析ツール「LTEP（Long Term eGFR Plot）」を導入しました。短期的な変動だけでは気づきにくい「緩やかな悪化」もいち早く察知し、手遅れになる前に治療介入を行います。2024年6月より、看護師と管理栄養士による「透析予防外来」を新たに開設しました。医師の診察だけではカバーしきれない日々の食事や生活習慣の工夫を、専門スタッフが具体的にアドバイスします。

また、1週間のCKD検査教育入院プログラムも充実しております。医師、看護師、薬剤師、管理栄養士、理学療法士による多職種カンファレンスも毎週開催しており、患者さんがご自身の力で腎臓を守るよう、チーム一丸となって伴走します。



## 3. 腎代替療法

～移植・血液透析・腹膜透析。三つの選択肢をワンストップで～

もし腎機能が低下し、腎代替療法が必要になったとしても、治療法は一つではありません。当科は、すべての選択肢（ベストオプション）を提示できる数少ない施設です。患者さんのライフスタイルを尊重し、ご家族も含めた十分な話し合い（SDM：共同意思決定）を経て、最適な道を決めます。

腎移植は、当科における最大のトピックスです。2024年6月には院内第一例目となる生体腎移植を行いました。移植手術自体は泌尿器科が行いますが、術前の適合性評価から、周術期の免疫抑制管理、そして退院後の長期フォローアップや移植腎生検に至るまで、腎臓内科が中心となってマネジメントを行います。「透析をしない」という選択肢を、より身近な希望として提案いたします。

「仕事や家事を続けたい」「通院回数を減らしたい」。そんな患者さんの声に応えるのが腹膜透析（PD）です。お腹の膜を利用して自宅で透析を行うこの治療法に当科は力を入れており、現在10名以上の患者さんを管理しています。PDカテーテル挿入術などの手術も腎臓内科医が行うため、スムーズな導入が可能です。血液透析との併用療法（ハイブリッド療法）など、ライフスタイルに合わせた柔軟な提案を行っています。

当院の血液浄化センターは半世紀以上の歴史を持ち、年間30～50名の新規透析導入を行うとともに、多くの通院維持透析患者さんの管理も行っています。最大の強みは「総合病院ならではの安心感」です。合併症発生時には即座に専門科と連携し対応できるため、安心して透析していただける体制を整えています。また、14名の臨床工学技士（CE）や透析技術認定士を持った看護師などの専門スタッフが在籍し、高度な機器管理と、患者さんの心に寄り添うケアの両立を実践しています。

当科では、透析に必要な手術の多くを腎臓内科医が執刀しています（Interventional Nephrology）。内シャント設置などのブラッドアクセス手術、経皮的血管形成術（VAIVT）、腹膜透析カテーテル挿入術などに対応。外科への依頼待ち時間をなくし、シャントトラブルや緊急導入が必要な際にも、腎臓内科が即座に対応できる「機動力」は、地域の透析医療を支える大きな強みです。



## 4. 救急医療

～ICUの重症患者を救う「陰の力」。断らない地域医療の誓～

私たちは「ICUの重症患者の生死は、腎臓内科の陰の力にかかっている」という強い自負を持って診療にあたっています。事故や大手術、敗血症などに伴う急性腎障害（AKI）は、全身状態を左右する極めて危険な状態です。当科では24時間365日のオンコール体制を敷き、持続的血液濾過透析（CHDF）を含む緊急血液浄化に対応しています。



### おわりに

大津赤十字病院 腎臓内科は、「正確な診断」、「進行抑制」、「選べる腎代替療法」、そして「救命救急」という4つの柱を軸に、滋賀県の腎臓医療をリードしていきます。検尿異常の精査から、保存期腎不全の管理、そして透析・移植医療まで。腎臓に関することなら、どのようなことでも当科にご相談ください。私たちは、地域の先生方と固く手を携え、患者さんの「その人らしい明日」を守り抜くために、今日も全力を尽くします。



## おうみ在宅クリニック

〔院長〕 鎌田 泰之

### 【アピールポイント】

2024年11月、守山市で開業した在宅医療クリニックです。病状急変時のご相談や往診対応を通じ、患者さんとご家族に安心を提供します。診療チームで連携し、さまざまな診療に対応できるよう体制を整えています。守山市に加え、大津市・草津市などにも訪問診療を展開し、地域の在宅医療基盤の充実に努めています。

### 【大津日赤との医療連携について】

がんや神経難病など重症度の高い患者さんの在宅診療を行う中で、専門的治療が可能な大津赤十字病院様との連携は大きな支えです。入院・検査・高度医療へのスムーズなアクセスにより、患者さんの安心と医療の質向上につながっています。今後も連携を深め、在宅医療インフラ強化と地域医療への貢献を目指します。



住 所 守山市二町町195-4  
T E L 077-536-5171  
診療科目 内科・外科・在宅診療

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	●	●	●	●	●	
13:00~17:00	●	●	●	●	●	

● 休診日…土曜日、日曜日、祝日



## 堅田いけざき整形外科

〔院長〕 池崎 龍仁

### 【アピールポイント】

2025年5月に堅田で開院しました。地域に根ざした整形外科として、運動器リハビリテーションに力を入れ、スポーツ障害から関節疾患、リウマチ、骨粗しょう症まで幅広く対応しています。痛みや日常のトラブルを軽減し、地域の皆さまが安心して日常生活に戻っていただけるよう、丁寧で分かりやすい診療を心がけています。

### 【大津日赤との医療連携について】

手術加療や高度な精査が必要な症例につきましては、日頃より大津赤十字病院へご紹介しております。また、術後のリハビリテーション、手術を要しない患者様につきましては、逆紹介を受け当院で対応しております。今後も大津赤十字病院との密な医療連携を通じ、患者様にとって最適な医療の提供に努めてまいります。



住 所 大津市本堅田6丁目3-47  
T E L 077-526-6705  
診療科目 整形外科・スポーツ整形・リウマチ・骨粗鬆症・リハビリ

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~13:00	●	●	●	●	●	●
16:00~19:00	●	●	●		●	

● 休診日…木曜午後、土曜午後、日曜日、祝日



## 医療法人社団日翔会 なぎさクリニック

〔院長〕 内橋 基樹

### 【アピールポイント】

当クリニックは在宅療養支援診療所として、2023年10月に滋賀県守山市で開設したクリニックです。滋賀県湖南エリアを中心とした患者さま、ご家族さま、施設さまへの訪問診療をご提供しております。夜間に急な病状の変化などがあった時にも、24時間連絡がとれる体制を整えておりますので、安心して療養していただけます。

### 【大津日赤との医療連携について】

当院は、通院が難しい方々のお住まいにうかがい、医療を届ける在宅療養支援診療所です。大津赤十字病院とは検査や専門診療の紹介、緊急時の患者搬送の受け入れなどで連携をとらせて頂き、安心して在宅療養を続けていただける体制づくりに努めています。



住 所 守山市今宿2丁目13-24  
T E L 077-598-1648  
診療科目 内科・循環器内科／訪問診療

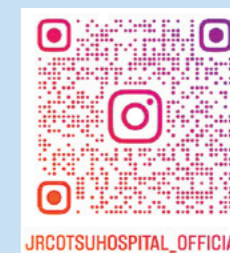
- 当クリニックは完全予約制です。ご来院前に必ず電話連絡をお願いします。
- 休診日：土日祝

## 大津赤十字病院

### 公式Instagramのお知らせ

病院のPRや各部署での取り組みをSNSを通じ、一般向けに発信しています。

フォロー&いいね  
お願いします



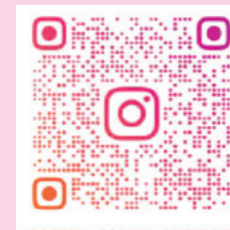
JRCOTSUHOSPITAL\_OFFICIAL

## 大津赤十字病院

### 産婦人科公式Instagramのお知らせ

院内の様子やニューボーンフォトなどお産に関する情報を掲載しています。

フォロー&いいね  
お願いします



JRCOTSUHOSPITAL\_MATERNITY

