

伊藤病院だより
SPRING

Voice

2026年3月1日発行 第93号 東京都渋谷区神宮前4-3-6 伊藤病院広報誌委員会



日本オリンピックミュージアム

院長 伊藤公一

「2026年のご挨拶」

令和時代を振り返りますと、コロナ禍を契機に、世界は大きな転換点を迎えました。パンデミック後の急速な金融緩和、分断したサプライチェーン、エネルギー危機、そして欧州・東欧を中心とした地政学的緊張が重なり、各国が抱えてきた「構造的な疲弊」が、いよいよ表面化してきたと言えます。

このような国際的秩序が再編に向かう流れは不可避であり、その渦中に我々、日本に住む人間も立っている事を、あらためて実感しなければなりません。

そして毎年、叫ばれている事ではありますが、我が国の医療を取り巻く環境は厳しくなるばかりです。

とはいえ、生業の決まった私共は、「日常の基盤」を着実に守り、甲状腺疾患専門診療を通して、静かに価値を積み重ねてまいります。

来年は、伊藤病院創業90年を迎えます。

その節目に向かって、これまでの歩みに誇りを持ちつつ、今年も挑戦の1年間を歩みます。そこで、この“Voice”を通して私共の意気込みを感じていただければと存じます。

本年は60年に一度の丙午年です。

火の力をエネルギーに変えて、3施設共に、ひたすらに自分たちの社会的役割を果たし続けてまいります。

どうぞ宜しくお願い申し上げます。

副院長
杉野公則院長
伊藤公一看護部部長
石澤緑

副院長 杉野公則

「ワーク・ライフ・バランス」

今年も「Voice」春号に寄稿の機会をいただき、心より御礼申し上げます。

昨年の朝の連続テレビ小説では、アンパンマンの作者であるやなせたかし氏と、そのご家族の生涯が描かれていました。アンパンマンは、お腹をすかした人を助けるために自分の顔を差し出す、自己犠牲を体現したキャラクターです。その姿に、医療の現場と重なるものを感じた方も多いのではないのでしょうか。医療もまた、これまで多くの献身によって支えられてきました。

私自身、若い頃には患者様の容態が思わしくないと病院に泊まり込むこともあり、家族や私生活を後回しにすることも少なくありませんでした。当時はそれが医師として当然だと考えており、振り返ってみても決して否定すべき経験ではないと思っています。

一方で近年、医療の世界にも「働き方改革」の考え方が広がり、過剰な労働を防ぐ仕組みづくりが進められています。医療はいつ何が起こるかかわからず、常に万全の体制が求められる仕事です。その中で、人手不足という厳しい現実と直面しているのも事実です。

幸い当院では、何とか日々の診療を維持できていますが、患者様の数を考えると、部署によっては決して十分とは言えません。当院として、「働いて、働いて、働いて」と職員を疲弊させるような運営は避けなければなりません。待ち時間が長いとのお叱りをいただくこともありますが、適正な人員を確保することこそが、結果として患者サービスの質の向上につながると考えています。

今後も、職員一人ひとりのワーク・ライフ・バランスを大切にしながら、持続可能な医療の提供に努めてまいります。

学会活動

ピックアップ

臨床内分泌代謝Updateに参加しました

伊藤病院 内科 鈴木菜美

「新しい環境とともに歩む春」

表参道のけやき並木に春の光が差し込み、街が明るさを取り戻す季節となりました。1997年に現在の病院建物が完成してから、今年で29年目となります。この間、表参道の街並みは大きく変化し、新しいビルや店舗が増え、景色も時代とともに移り変わってきました。その中で伊藤病院は変わらずこの地で患者様をお迎えしてまいりました。

今年1月には、病棟部門の改修工事に伴い、入院患者様の受け入れを一時的に停止いたしました。入院を止めての改修は2009年以来であり、患者様やご家族の皆様にはご不便をおかけしましたが、より良い療養環境を整えるための必要な期間として、看護部としても準備と調整を重ねながら進めた大切な取り組みでした。

今回の改修では、病棟内の設備更新を中心に、患者様が安心して過ごせる環境づくりを進めました。また、エレベーター工事も実施し、セキュリティ面の強化を図っています。安全性の向上は療養環境において欠かせない要素であり、今後の運用においても確実な体制づくりに努めてまいります。

さらに1月は電子カルテの入れ替えも重なり、外来では待ち時間の増加など、患者様にご不便をおかけする場面がございました。新しいシステムの安定運用に向けて、職員一同、日々改善を重ねております。温かいご理解とご協力をいただきましたことに、心より御礼申し上げます。

表参道の街並みが変わり続けるように、医療もまた進化を求められます。これからも患者様とご家族の皆さまが安心して治療に臨めるよう、看護部として確かな看護と整った環境の提供に努めてまいります。

11月7～8日に信州大学主幹のもと、長野県松本市で第35回臨床内分泌代謝Updateが開催されました。この臨床内分泌代謝Updateは、毎年春に開催される日本内分泌学会学術総会と比較し、主に研修医の学びまたは発表の場となる学会と位置付けられており、今回も1,000名を超える医師が現地参加したことが報告されました。甲状腺だけでなく、副腎、下垂体、性腺といった様々な領域の内分泌疾患や、糖尿病、脂質代謝異常といった代謝性疾患まで幅広い領域を網羅するプログラム構成となっております。

当院からは3名の医師が現地参加し、外科 正木千恵医師より『低リスク甲状腺微小乳頭癌の疾患管理Update』、内科 鈴木より『甲状腺学入門・腫瘍性疾患へのアプローチ』のタイトルで講演し、また吉原愛内科医長が座長を務めました。特に甲状腺がんに関してはこの10年で治療方針が飛躍的に進歩した領域ということもあり、当院からの報告が研修医のみならず、参加された多くの医師の診療に役立つものとなったのではと考えております。医療技術の進歩に伴い、甲状腺領域においても新たな治療薬開発が活発となってきており、これからもよりよい甲状腺診療を提供すべく、日々の診療および研究に当院全体で取り組んでまいります。



学会活動

ピックアップ 第68回日本甲状腺学会学術集会在開催されました

伊藤病院 内科医長 福下美穂

2025年11月27日～29日に福島県郡山市にて、第68回日本甲状腺学会学術集会在開催されました。当院医師の発表・座長を表にお示します。

昨年「潜在性甲状腺機能異常症の診断と治療の手引き(妊娠編)」が作成され、今学会でも報告されました。潜在性甲状腺機能異常症とは、甲状腺ホルモン(FT3とFT4)の値は基準範囲内を示しますが、甲状腺刺激ホルモン(TSH)の値が基準範囲を外れている病態です。TSHが基準範囲より低い場合には潜在性甲状腺機能亢進症、TSHが基準範囲より高い場合には潜在性甲状腺機能低下症と診断しますが、TSHの低下の程度や原因、年齢、症状、心疾患や骨粗しょう症のリスクの有無により治療の推奨度が異なります。また、潜在性甲状腺機能低下症だけでなく、妊娠前・妊娠初期に基準範囲内でも高めのTSH値が、妊娠に及ぼす影響についても多くの検討が行われています。現時点では、甲状腺ホルモン薬の補充が妊娠転機に良い影響をおよぼしたという結果と、関連しないという結果と報告により異なっているため、さらなる検討が必要です。

なお、妊娠初期にTSHが基準値内であっても4μIU/mLを超える場合には、妊娠喪失や早産と関連し、自己抗体陽性ではリスクが高くなると報告されました。こちらも甲状腺ホルモン薬の補充に関する報告は一定していないため、潜在性甲状腺機能低下症や基準範囲内でもTSHが高めの場合の甲状腺ホルモン薬の補充については、さらなる質の良い研究の蓄積が期待されています。

甲状腺眼症についてもセミナー・シンポジウムがありました。甲状腺眼症は、目の奥の骨に囲われた眼窩の中にある筋肉(外眼筋)や脂肪組織が腫大することによって、眼球が突出したり、目の動きが悪くなり物が二重にみえたり、眼窩の中央に位置する視神経が障害されて視力が低下する症状(視神経症)が出現します。特に視神経症は視力が低下し重症な病態となります。外眼筋や脂肪組織にあるTSH受容体が刺激されて生じる自己免疫性炎症性疾患です。甲状腺

眼症の治療は、ステロイドの内服・局所注射・点滴投与や、放射線外照射療法、ボツリヌス毒素療法が行われています。2024年11月より新薬のテプロツムマブ(インスリン様成長因子-1受容体阻害薬)が日本でも使用できるようになり、治療効果や副作用について報告されました。甲状腺眼症の治療効果は高く有用な薬剤ですが、聴覚障害や高血糖を引き起こすため、定期的な聴力検査や血糖値の管理が必要です。また、TSH受容体を阻害する抗体による甲状腺眼症治療の治験も進んでいて、甲状腺眼症治療の進歩が期待されています。

発表

福下美穂	甲状腺機能亢進症に対するコレステミドの使用経験
友田智哲	遺伝子多型RET G691S変異を認めた甲状腺髄様癌に褐色細胞腫が合併した1症例
飯田達也	TSH受容体(TSHR)遺伝子機能亢進型バリエーション陽性症例の臨床像
川合未来	バセドウ病に伴う甲状腺眼症患者におけるGO-QOLの検討
北尾愛子	バセドウ病術後の難治性甲状腺機能低下症に対してレボチロキシン坐薬の併用が有効であった一例
小湊正和	甲状腺腫瘍として発見されたDouble Hit Lymphomaの1例
鈴木菜美	機械学習を用いた抗甲状腺薬休業時パラメータのバセドウ病再発予測精度検証
廣瀬 玲	バセドウ病に対する各種治療法における甲状腺眼症悪化リスクの検討
塩谷純子	エンコラフェニブ/ビニメチニブ併用療法による眼障害の経験

特別講演

吉原 愛	シンポジウム5 潜在性甲状腺機能異常症の診断と治療「潜在性甲状腺機能異常と妊娠」
川井田みほ	シンポジウム1 (共催 日本甲状腺病理学会) 第9版甲状腺癌取り扱い規約におけるトピックス「高異型度分化型甲状腺癌」

学会活動

ピックアップ 第68回日本甲状腺学会学術集会在開催されました

座長

渡邊奈津子	シンポジウム4「甲状腺眼症の管理戦略Up to Date」
北川 亘	一般演題①「腫瘍1」
友田智哲	高得点演題③「腫瘍」

セミナー等

渡邊奈津子	ランチョンセミナー 1 パセドウ病と眼症状～内科と眼科のチームアプローチ～「パセドウ病治療と眼症状の関わり～内科医の視点から～」
	ランチョンセミナー 4 「妊娠と甲状腺機能異常～診断と治療Update～」
鈴木草史	ランチョンセミナー 8 「パセドウ病診療におけるTSHレセプター抗体の有用性～予後予測を含めて～」
	座長 イブニングセミナー 2 「甲状腺眼症の理解と実践：発症メカニズムから治療マネジメントまで」
	イブニングセミナー 1 甲状腺がん治療の最前線-最新エビデンスと臨床経験から学ぶ-「経験を通じて考える、BRAF陽性甲状腺癌の治療設計」
	ランチョンセミナー 6 エビデンスとRWDから見るBRAF/MEK阻害薬の実際「進行甲状腺癌における遺伝子検査とビラフトビ・メクトビ使用の実際」



診察券が新しくなりました

昨年末に診察券をリニューアルしました。新しいデザインは、職員が考案したもので、当院ロゴのイメージカラーの緑色を基調に、蝶をつけています。新設したQRコードとバーコードにはID番号が入っており、今後のシステム改良でよりスムーズな本人確認などに活用していく予定です。



またデザインだけでなく磁気コードも強化され、より磁気が強く長持ちするタイプを採用しています。

これまでの診察券をお持ちの方につきましては、磁気の読み取り不良など診察券の交換時に、順次新しい診察券に変更させていただきます。

入院・文書受付窓口を新設しました

入院当日の受付場所を4階ナースステーションから、1階受付窓口横に設置した「入院・文書受付」に変更しました。

この窓口では、入院当日の受付や入院患者様の面会手続きのほか、各種診断書・証明書などのお申し込みも担当いたします。

スペースが限られているため、お待ちいただく場合がございますが、ご理解とご協力のほどお願いいたします。



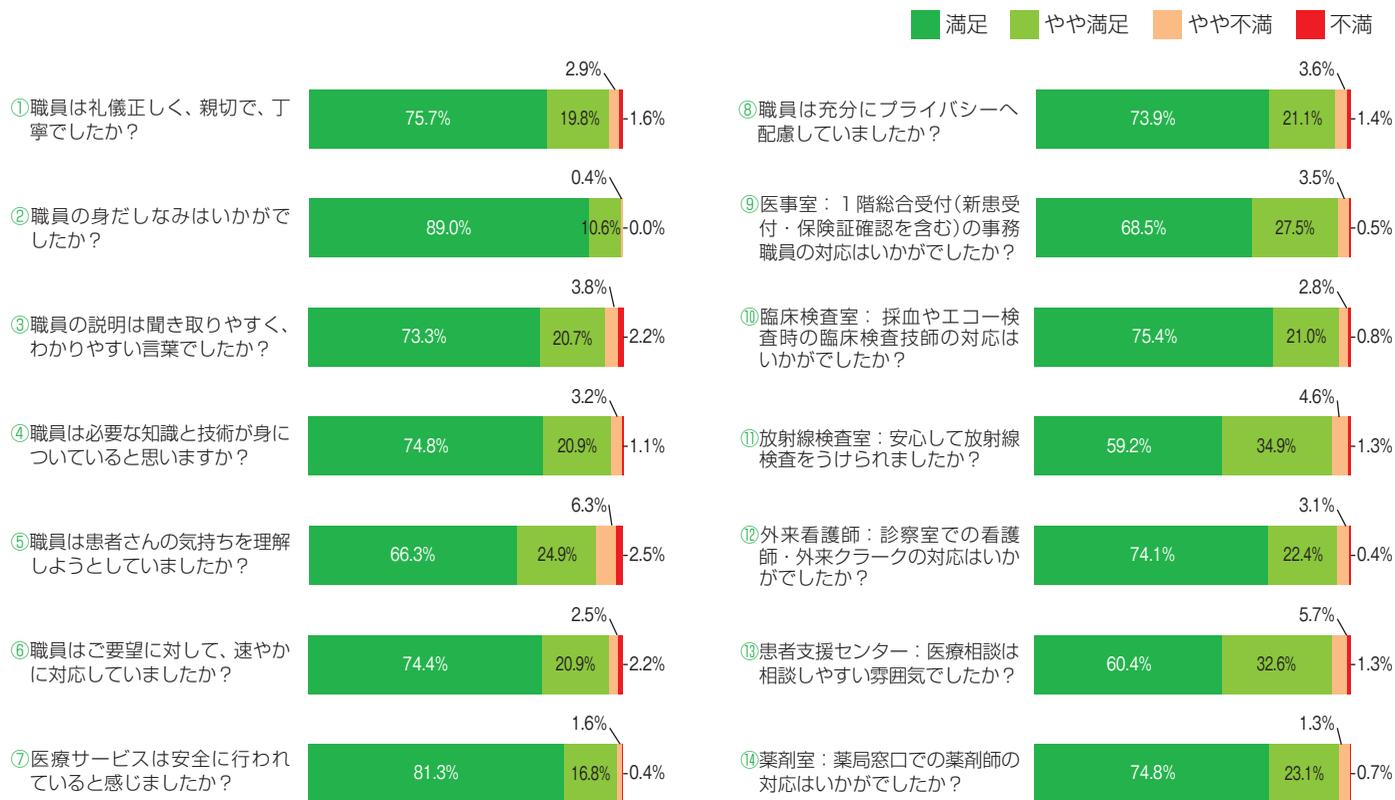
外来患者満足度調査の集計結果について

2025年9月に、外来患者満足度調査を行いました。昨年同様に「QRコードを用いたスマートフォンでの回答」のみとさせていただきますましたが、550名以上の患者様がご協力くださいました。たくさんのご意見をありがとうございました。

集計結果を見てみますと、接遇や医療サービス面では、8～9割の方に「満足」「やや満足」の評価をいただいた一方で、待ち時間に関してはその割合が低くなっており、特に超音波検査と診察の待ち時間については6割程度になっておりました。超音波検査は、待ち時間短縮に向けて増設した検査機器・ブースをよりスムーズに活用していくよう、引き続き取り組んでまいります。

また、自由記載欄では今回も院内Wi-Fi設置のご要望を多数いただきました。こちら導入に向けて、昨年から設置工事などの準備を進めておりますので、ご利用可能になりましたらご案内をいたします。

患者様からいただいた「生の声」は、院内各部署そして内容によっては部署の垣根を越えて横断的に情報・知識・技術を共有し、改善を目指すとともに、取り組みにつきましては、Voiceでも随時お知らせしてまいります。また、アンケート期間以外でも皆様からのご意見をお待ちしておりますので、1Fに設置の「ご意見箱」をぜひご利用ください。



当院公式Instagramについてもご意見をいただき、ありがとうございました。今後の参考にさせていただきます。

病棟リニューアルのお知らせ

入院中も気持ちよく、安心してお過ごしいただけるよう、昨年末から病棟のリニューアル工事を実施しました。病棟を完全に閉鎖し、壁・床・ベッド等を全面的に新しくする改修工事でしたが、無事1月22日に完了し、1月23日から入院も再開しています。

例えば個室は写真のように新しくなりました。いままで以上にプライバシーやセキュリティ、感染対策の面で安心して療養いただけます。テレビも全室YouTubeやNetflixなどの動画配信サービスが視聴可能なテレビに入れ替えました。(アカウントはご自身でご用意ください)

また、あわせて行っていたエレベーターの改修工事も完了し、見た目だけでなく耐震性・安全性が向上しております。

工事期間中はご不便をおかけしましたが、ご協力ありがとうございました。



A個室



B個室

老人との出会いと白いナガサキアゲハ

甲状腺は蝶が翅を広げたときの形をしているので、そのシンボルマークにはしばしば蝶が使われます。このコラムでは病理医(病理学者)の虫林花山先生が、国内外で出会った蝶達について紹介しています。今回は台湾の白いナガサキアゲハです。

ある年の初秋(11月)、虫林は所用で台湾の台北市にいた。打ち合わせがすんでホテルに急いで戻ると、ロビーの椅子に長身瘦躯の老人が座っていた。彼の名は、候〇〇という。次の日候さんは台北郊外の蝶が多い村まで案内してくれた。バスに乗り、電車に乗り、降りた先では、さらにヒッチハイクで山の中の部落までやってきた。そこにはランタナの花などが咲き乱れ、多くの蝶たちが乱舞していた。夢中で撮影していると、後翅表の白紋が驚くほど広いナガサキアゲハに出会った。ナガサキアゲハは日本でも見ることができるが、これほど白い個体には出会ったことがなかったので感激した。

台湾を離れる前夜、候さんが突然ホテルに現れ、1冊の本を僕に手渡してくれた。中華民国66年(当時約30年前)に台湾で出版された「台湾産の蝶の本」(日本語)だった。僕は言葉につまった-----。後にこの老人は政府の元高官であることを知った。

ナガサキアゲハをみると、このときの老人の優しさが今でも思い出されます。



「がん」が持つ性質から甲状腺がんを考える ～シリーズ1回目

「がん」とはどのようなもの?

伊藤病院 外科 正木千恵



「がん」と聞いてどのようなイメージを持ちますか?命に関わる深刻な病気を想像するでしょうか。がんに罹患した身近な方を思い浮かべられるでしょうか。今回は2回シリーズで「がん」が持つ性質から甲状腺がんを考えます。1回目は「がん」とは?です。

一生のうち、日本人の2人に1人が「がん」と診断され、4人に1人ががんで死亡すると言われています。1980年代以降、がん(悪性新生物)は死因の第1位です。高頻度にみられる疾患ではありますが、いざ自分自身ががんの告知を受けると、まずはそのがんが生命予後(いわゆる余命)に関わるのか気になるのではないのでしょうか。

がんは、正常な細胞の遺伝子に傷がつき(変異)、細胞が「無秩序に増殖し、周囲へ浸潤し(噛みこむように広がり)、遠隔へ転移する(肺などの離れた臓器にがん細胞が移動しそこで大きくなる)」性質をもった腫瘍です。この説明には時間軸の概念が含まれていません。速いスピードで増大しても、ゆっくりしか増大しないまたは長い期間がんの大きさが不変でも、浸潤や転移の性質があれば「がん」といいます。

図のAはゆっくり進行するがんを表しています。治療を速やかに受けなくても、場合によっては寿命が訪れるまで、がんは身体へ影響しません。この場合は検診を受けるとがんが発見されますが、慌てずに主治医とよく相談して治療のタイミン

グや方法を決めます。また、治療せず経過観察する(つまりがんと共存する)選択が可能です。

図のBはAより少し早く進行するがんを表しています。手術などの治療で体内のがん細胞を限りなくゼロに近づけられます。また、治療により体内のがん細胞がゼロにならなくても、そのがん細胞が生命予後に影響しないことを目的に治療をすることもあります。治療後は経過観察を続け、再発した場合は再発病巣に対する次の治療を行います。

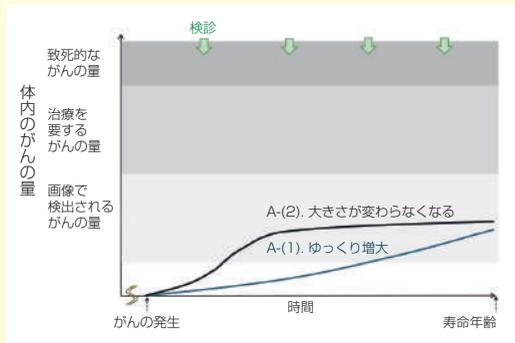
図のCは、きわめて速く進行するがんを表しています。定期的な検診を受けても発見は難しく、また、多くは診断後速やかに治療が開始されます。

甲状腺がんはAやBの経過が多いがん腫です。進行が比較的ゆっくりで、手術によりがんを切除することでがんの再発や進行を防ぎ、生命予後に影響しないようにします。がんと診断された方が10年後に生存している確率(10年生存率)はがん全体では53%であるのに対し、甲状腺がんでは90%前後と良好なデータが示されています。

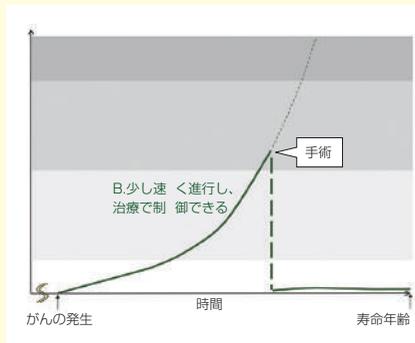
しかし、ご自身ががんと診断されれば確率論では考えられません。そのがんの進行はゆっくりか、がんを定期的に評価していく検査方法や治療方法はどのようなものか、そして治療をした場合としなかった場合それぞれの長所と短所を考慮して方針決定することが大切です。

シリーズ2回目は、がんの進行スピードを踏まえた甲状腺がんの治療選択肢を解説します。

図A: ゆっくり進行するがん



図B: 速く進行するがん



図C: きわめて速く進行するがん

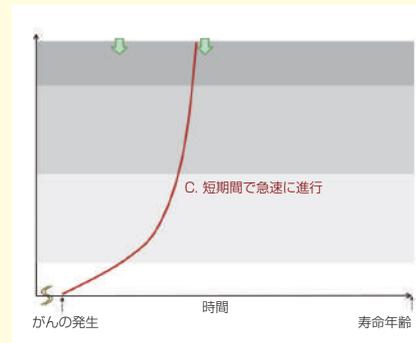


図: がんの増大を進行スピードごとに表した模式図 (注)あくまで模式 図として極端に示しています。

春の特集

おすすめの お土産が買えるお店

1 ナンバーシュガー NUMBER SUGAR Omotesando



表参道に本店を構えるキャラクター専門店。無添加にこだわり素材の風味を生かした上品な味わいが魅力で、味ごとに番号がつけられています。クラシカルで洗練されたパッケージは、贈り物にも自分へのご褒美にも最適です。

営業時間 11:00 ~ 19:00
定休日 なし
電話番号 03-6427-3334

8PCS.BOX 1,123円

2 ブボ・バルセロナ bubó BARCELONA 表参道



チョコフルーツ アソートボックス(2種・9個入) 2,990円



スペイン・バルセロナで誕生したチョコレートブランド。落ち着いた空間で洗練された奥深い味わいに出会えます。ブランドを代表する「チョコフルーツ」は、大粒のナッツをチョコでコーティングしたやみつきになる逸品。

営業時間 平日 プティック 12:00 ~ 20:00
カフェ 12:00 ~ 19:00 (L.O. 18:30)
土日祝 プティック 11:00 ~ 20:00
カフェ 11:00 ~ 19:00 (L.O. 18:30)

定休日 なし ※営業日は変更する可能性があります
電話番号 03-6427-3039



3 バケモンテ PAQUET MONTÉ omotesando



フラン・パリジャン ボックス
2,000円



表参道駅改札内「Echika表参道」に昨年オープンした、フランスの国民的おやつ「フラン」専門店。表参道店限定ボックスは、定番のバニラと季節のおすすめフレーバー2種を組み合わせた3個入り。サクリ食感のパイ生地と手軽なサイズ感が食べやすく、素材は全て無添加です。

営業時間 月~土 10:00 ~ 22:00
日・祝 10:00 ~ 21:00
定休日 なし

4 ヒガシヤマン HIGASHIYA man



ひと口菓子 真 2,592円



営業時間 11:00 ~ 18:00
定休日 火曜
電話番号 03-5414-3881

「日々の菓子」を提案する和菓子店「HIGASHIYA」のおすすめは、「菓バター」はじめ定番のひと口菓子6種類の詰め合わせ。栗や胡桃、バターなどをそれぞれ異なる館で包み込むことで、種類ごとに違った食感と味を愉しめます。

表参道寄り道スポット

& Yogurt(アンドヨーグルト)

青 山通りから1本入った落ち着いたエリアに佇む「& Yogurt」は、ギリシャ発祥の水切り製法で水分をカットした「ギリックヨーグルト」専門店。ギリックヨーグルトはとて濃厚なのになめらかでクリーミー、高たんぱくなのが特徴です。



定番メニューは、ストロベリーやバナナなど厳選されたフルーツの自然な甘さとヨーグルトのコクを存分に味わえる「濃蜜フルーツ」。じっくりと丁寧に焙煎した無添加アーモンドや食物繊維豊富なグラノーラを使い、キレの良い後味、さっぱり系のハンガリー産アカシアハニーをかけています。

さらに、焼肉店出身の店主によるおすすめメニュー「炭火ローストビーフ&ケールサラダ」は、国産牛ミスジを使用した自家製ローストビーフを贅沢にトッピング。炭火で香ばしく焼き上げたローストビーフは数量限定で、肉の旨味と炭火の香りを楽しむことができ、ケールの爽やかな苦味とヨーグルトの酸味、さらに焼肉屋のタレを使ったオリジナルソースが合わさって、男性でも満足感が得られる一品です。

ヨーグルトを水切りした際にできるホエーを使った高たんぱく質の炭酸ドリンク「Whey Drink」は、美容のスーパーフードとして人気のザクロをはじめ10種類のフレーバーがあり、身体に優しいことに加えてカラフルで写真映えもする人気ドリンクです。

美容や健康を意識しながら、デザートとしてだけでなくお食事系にも力を入れている進化型ヨーグルトのお店。ぜひ診察の待ち時間や診察の後に立ち寄ってみてはいかがでしょうか。



濃蜜フルーツ
ブレンド 1,680円
オーガニック 1,880円



炭火ローストビーフ&ケールサラダ
ブレンド 1,780円
オーガニック 1,980円



Whey Drink
各880円

※価格はすべて税込表示



お店の方から一言

お店独自の「ブレンドヨーグルト」と、添加物や成分調整などを加えていないA2ミルクを使用した「オーガニックギリックヨーグルト」の2種類を用意しています。オーガニックはビタミンやミネラルが豊富なうえに、通常のヨーグルトに比べてお腹を壊しにくく、体質的に牛乳が苦手な方も飲みやすいヨーグルトです。ぜひお気軽にお立ち寄りください！

店名 & Yogurt(アンドヨーグルト)
住所 港区北青山3-10-14 2F
電話番号 03-6427-4117
営業時間 平日 11:00 ~ 19:30 (L.O.19:00)
土日祝 10:00 ~ 19:30 (L.O.19:00)
定休日 不定休
アクセス 東京メトロ「表参道」駅B2出口より徒歩1分
当院より徒歩6分
Wi-Fi なし
携帯充電 可
Instagram @and_yogurt
喫煙 全席禁煙
席数 22席

基本
DATA



表参道ランチ&グルメ情報

希須林 青山(きすりん あおやま)

 表参道交差点近くの「希須林 青山」は、本格的な中国料理を洗練された空間で楽しめる大人のための中華レストランです。都心の喧騒から一步離れたビルの2階にあり、隠れ家のような落ち着いた雰囲気が広がります。



料理は伝統的な中華料理をベースにしなが
ら、日本人の味覚に寄り添う繊細なアレンジ
が施されているのが特徴です。中でも名物の
「希須林 担々麺」は、店の名を冠した看板メ
ニュー。口に含んだ瞬間にごまのコクと香ば
しさが広がりますが重たさはなく、最後まで
飲み干したくなるバランスに仕上げられて
います。辛味は自家製で調整されており、た
だ刺激的なだけでなく、旨みと香りを重視
した奥行きのある味わい。麺もスープとの相性を考えて作られた自家
製で、ほどよいコシと滑らかな喉ごしがやみつきになります。

「黒酢の酢豚ランチ」も定番メニューのひとつ。創業当時から変わらない製法で作られる黒酢は、まるやかな酸味と深いコクが特徴で、素材の旨みを引き立てながらも後味は驚くほど軽やかです。豚肉は、宮崎県産の「南の島豚」を使用。きめ細かな肉質と自然な甘み、しっかりとした歯ごたえを兼ね備えており、黒酢のソースと絡むことで、より一層豊かな味わいを生み出します。

素材選びから調理まで丁寧に仕上げられた料理は、見た目にも美しく、最後まで飽きさせません。表参道・青山エリアで、上質な中華を気負わず楽しみたいときに、「希須林 青山」はぜひ訪れたい一軒です。



※価格はすべて税込表示です



希須林 担々麺
1,480円



黒酢の酢豚ランチ
1,900円
(彩り野菜のサラダ・
ご飯やお粥・
お味噌汁つき)

お店の方から一言

「日常に根づいたおいしさ」をコンセプトに1998年にオープンし、今年で30周年を迎えます。こだわりは化学調味料を使用せず毎日安心して食べられる中華料理をご提供すること。ランチタイムのカジュアルな利用はもちろん、ディナーもゆったりお楽しみいただけます。ご来店お待ちしております。

基本DATA

店名 希須林 青山(きすりん あおやま)
住所 港区南青山5-1-25 メゾンドラマア2F
電話番号 03-3499-4120
営業時間 ランチ 11:00 ~ 14:30
(L.O.13:45)
ディナー 17:30 ~ 22:00
(L.O.21:00)
定休日 月曜日
アクセス 東京メトロ「表参道」駅B3出口・A4出口より徒歩1分
当院より徒歩5分
Wi-Fi なし
携帯充電 なし
Instagram @kisurin_aoyama
平均予算 1,380 ~ 1,980円
喫煙 全席禁煙
席数 36席





桜もち風 ババロア

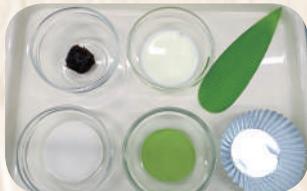


伊藤病院 臨床栄養室室長 高橋優香

当院のひな祭り御膳でお出しした「桜もち風ババロア」のレシピをご紹介します。おもちだと飲み込みが不安な方やお子様でも、ババロアなので安心してお召し上がりいただけるデザートです。

材料(1人分)

- ・こしあん 10g
- ・ババロリア いちご 15g、抹茶 9g
- ・牛乳 大さじ1と2/3 (いちご用 大さじ1と小さじ1、抹茶用 小さじ1)
- ・水 大さじ1 (いちご用 小さじ2、抹茶用 小さじ1)
- ・9号の銀カップ
- ・20cm以上のバラン



作り方



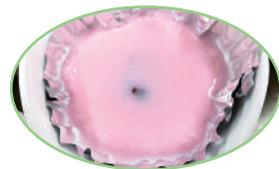
- ① 牛乳と水を温め、それぞれの味のババロリアを溶く。銀カップを手で緩めに広げ、深さのある小鉢に敷く。



- ② いちご味のババロリア液を銀カップに注ぎ、冷蔵庫で表面が薄く固まるまで冷やす。(写真は5人分)



- ③ 表面が固まったら、丸めたこしあんを中央に置く。(自然に沈まない場合はスプーンで優しく押し入れる)冷蔵庫で規定時間冷やし固める。



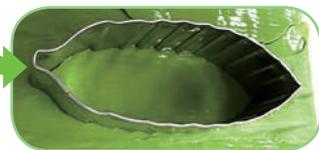
- ④ 平らなバットにクッキングシート、バランを敷く。
☆ バランを置く際、クッキングシート側に水を1滴垂らすとバランが移動しにくくなります。



- ⑤ 抹茶味のババロリアをバランが動かないようゆっくり流しいれ、冷蔵庫で冷やし固める。



- ⑥ 抹茶ババロアをひっくり返し、バランをはがして型を抜く。
③のいちご味ババロリアを優しく銀カップから外し、型抜きした抹茶ババロアで巻く。完成!



今回使用した「ババロリア」シリーズ(かんてんばば®)にはほかにも味のバリエーションがあるので、5月にはバニラ味を使って柏もち風にするのもおすすめです。

※寒天はヨウ素を含んでおりますので、ヨウ素制限中の方はご注意ください。



今回は春号ですので花粉症についてお話しします。

花粉症のメカニズム

花粉症は体内に入った花粉に対して人間の身体が起こす免疫反応です。つまり、体内に侵入した花粉を異物と認識し、この異物(抗原)に対する抗体を作り、再度侵入した花粉を排除しようとする反応です。一般的には免疫反応は身体にとって良い反応ですが、時には免疫反応が過剰になり、生活に支障が出てしまいます。このように身体にとってマイナスに働いてしまう場合がアレルギーになります。

身体の中に花粉が入ると、アレルギー素因を持っている人はその花粉(抗原)に対応するための抗体を作ります。この抗体はIgE抗体と呼ばれるもので、花粉によって異なった抗体が作られます。この状態を感作が成立したと言います。感作が成立してもすぐに全ての人が発症するわけではなく、人によって期間が違いますが数年から数十年花粉を浴びるとやがて抗体が十分な量になり、花粉が身体の中に入ってくると何かのきっかけで、くしゃみや鼻水、目のかゆみや涙目などの花粉症の症状が出現するようになります。これが花粉症の発症です。

花粉症の症状

水のような「鼻水」と、繰り返す「くしゃみ」、「鼻づまり」が3大主徴です。目にもかゆみや異物感が生じ、花粉飛散量に比例して症状が悪化する傾向があります。鼻症状は呼吸がしづらくなるため、集中力の低下やよく眠れないなど、勉強や仕事、家事に大きな影響を及ぼします。また、花粉症の人の中には、果物や生野菜を食べた後、数分以内に唇、舌、口の中や喉にかゆみやしびれ、むくみなどがあらわれることがあります。これは、花粉-食物アレルギー症候群と呼ばれており、花粉にあるアレルギーの原因となる物質(アレルゲン)と、果物や野菜に含まれるアレルゲンが似ているために起こります。

花粉症の治療

アレルギー性鼻炎に対する治療と同じであり、治療には「薬物療法」、「アレルゲン免疫療法」、「手術療法」の3つがあります。また、症状の原因となる花粉のアレルゲンを回避する環境

花粉・食物アレルギー症候群に関する花粉と植物性食品

花粉(種)	交差反応が報告されている主な食物
ハンノキ オオバヤ シャブシ	バラ科(リンゴ、モモ、サクランボ、ナシ、アンズ、アーモンド) マメ科(大豆、ピーナッツ、緑豆もやし)
シラカンバ	マタタビ科(キウイフルーツ) カバノキ科(ヘーゼルナッツ)など
スギ	ナス科(トマト)
オオアワガエリ カモガヤ	ウリ科(メロン、スイカ)、ナス科(トマト)、マタタビ科(キウイフルーツ) ミカン科(オレンジ)、マメ科(ピーナッツ)など
ブタクサ	ウリ科(メロン、スイカ、ズッキーニ、キュウリ) バショウ科(バナナ)など
ヨモギ	セリ科(セロリ、ニンジン)、スパイス類：クミン、コリアンダー、フェネルなど)、 ウルシ科(マンゴー)など

食物アレルギー診療ガイドライン2021より改変

整備も重要です。

花粉症は、一般に症状が悪化すると薬の効果が得られにくくなりますので、症状が軽いうちに症状を抑える薬を使い始める「初期療法」が勧められています。初期療法では、本格的に花粉の飛散が始まると予測されている日(本格飛散開始予測日)または花粉症の症状が少しでも現れた時点で薬を使い始めるのが一般的で、一部の薬や重症例では本格飛散開始予測日の1週間ほど前から始めることもあります。早めに薬を使用することで、花粉の飛散量が多くなった時期でも症状をコントロールしやすくなり、症状を抑えた状態でシーズンを送ることができます。

花粉症のセルフケア

花粉を避けることが予防の基本になります。花粉の飛散予測情報を有効に使いましょう。花粉は昼前後と夕方、空気が乾燥して、風が強い日、雨上がりの翌日や気温の高い日が2~3日続いたあとに多く飛散します。外出時の服装は花粉が付着しにくいものを選び、マスク、メガネなどで花粉を防ぎ、帰宅時には花粉を払うなどして家の中に花粉を持ちこまないようにしましょう。

マイナンバーカード受付体制を強化しました

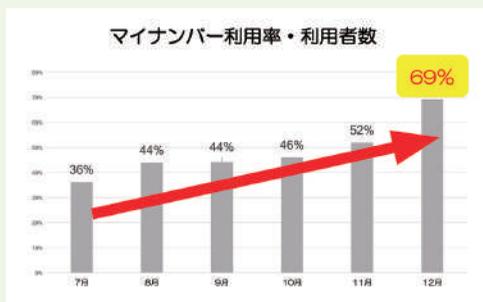
名古屋甲状腺診療所 事務

当院では、よりスムーズで安心できる受付環境を整えるため、マイナンバーカードによるオンライン資格確認体制を強化しました。これまで1台だったカードリーダーを、昨年11月に3台体制へと増設し、複数の患者様が同時にマイナンバーカードを利用できるようになりました。スマートフォンの「マイナ保険証」利用にも対応し、マイナポータルアプリを使用しているカードリーダーにスマートフォンをかざすことで「マイナ保険証」をご利用いただけます。カードを持ち歩く必要がなく、より手軽に受付ができるようになりました。

これらの受付業務の効率化により、ご来院時の待ち時間短縮と受付の混雑緩和に役立っています。当院でのマイナンバーカード利用率も12月時点で69%となり、多くの患者様にご活用いただいています。

また、マイナンバーカードを利用した受付は、患者様の利便性向上にもつながっています。保険資格情報の自動取得により、転居や転職による保険資格変更時の手続き漏れを防ぎ、より正確な情報に基づいた診療が可能になります。

今後も、患者様が安心して受診できる環境づくりを進めるとともに、デジタル化による業務改善を継続してまいります。マイナンバーカードをお持ちの方は、ぜひ受付時にご利用ください。

**名古屋甲状腺診療所**

住所：愛知県名古屋市中区大須4-14-59
 電話：052-252-7305 FAX：052-252-7308
 H P：https://www.kojin-kai.jp/nagoya/

**講演会の座長をさせていただきました**

さっぽろ甲状腺診療所 院長 岩久建志

2025年12月にAMGEN社協賛のもと、札幌で行われた2つの講演会で座長を務めてまいりました。

12月11日開催の「Web Symposium Thyroid Eye Disease Seminar」では、常日頃から甲状腺眼症の診療で連携を行っている手稲深仁会病院神経眼科 鈴木康夫先生が「甲状腺眼症は、北海道でもミステリー～謎を解くカギを携えて、新たな治療へ」をテーマに講演されました。12月12日開催の「甲状腺眼症エキスパートセミナー in Sapporo」では、北海道大学病院眼科の新海晃弘先生が「病態から考える、甲状腺眼症治療を急ぐ理由」を、昭和医科大学横浜市北部病院眼科の遠藤貴美先生が「甲状腺眼症治療の今までとこれから～大きく変わる甲状腺眼症治療～」をテーマに講演をされ、両日とも座長をさせていただきました。

いずれのご講演でも、甲状腺眼症は視機能・整容面の両面から生活の質を低下させ、さらに病状が安定した後でも後遺障害が残るため、早期からの治療開始の必要性が強調されておりました。また、質疑では甲状腺眼症の進行を抑制する新しい薬剤、テプロツムマブの可能性が論じられました。

これからも「甲状腺を病む方々のために」の理念のもと、甲状腺疾患に苦しむ患者様の一助となりますよう活動を続けてまいります。



鈴木康夫先生と



遠藤貴美先生、新海晃弘先生と

さっぽろ甲状腺診療所

住所：北海道札幌市中央区大通西15丁目1-10
 ITOメディカルビル札幌5F
 電話：011-688-6440 FAX：011-688-6439
 H P：https://www.kojin-kai.jp/sapporo/



このコーナーでは、当院の診療連携施設であるやました甲状腺病院の情報をご紹介してまいります。

医療法人福甲会 やました甲状腺病院 院長 佐藤伸也

イクラ、数の子、ウニ、昆布

やました甲状腺病院の佐藤伸也です。

2025年末から2026年初にかけては地元の北海道に帰省しておりました。地元にはよく海釣りなどに行っていたこともあり、海鮮料理が大好きなので、帰省すると実家近くの魚介専門のスーパーで魚介類を物色するのが常です。今回もいつものように訪れたのですが、イクラが高騰していることに驚愕しました。以前は秋になると実家の母が鮭の生筋子をスーパーで買って、イクラの醤油漬けにして福岡に送って来ていました。近年は鮭が不漁ということで、生筋子も高価となり、それも途絶えていました。改めて自分の目で確認して鮭の不漁を実感した次第です。福岡だと食卓に上がる魚の種類もかなり違うので、ニュースなどでしか聞いておりませんでした。サンマや本シシャモなどの漁獲高も激減しているとのこと。一方で、以前激減していたニシンの漁獲量は近年ある程度回復しているようで、同系統のマイワシも豊漁とのこと。魚種交替と呼ばれる現象で、地球温暖化の影響も懸念されていますが、庶民としてはとりあえず豊漁の魚をおいしくいただくしかありませんね。

一方で、甲状腺屋として見過ごせないのは昆布の不漁です。日本の昆布生産量の約9割を占める北海道において、近年の漁獲量は過去最低水準を更新し続けています。かつて北海道では年間3万トン以上の漁獲高がありましたが、近年減少の一途をたどり、2024年度は初めて1万トンを割り約8862トンまで落ち込みました。昆布には①羅臼昆布②利尻昆布③真昆布④日高昆布がありますが、緯度の違いで差はあるもののいずれの地域も海水温上昇が影響して不漁とのこと。また、その影響が、昆布をエサとするウニも不漁とのこと。正確にいうと、取れるけど可食部が少ない

ウニがほとんどとのこと。去年は観光地でのウニ丼は高すぎて(一杯1~2万円)庶民にはとても食べられないものになったとのこと。

以前の甲状腺学の教科書には昆布を過剰に摂取しすぎで甲状腺機能低下症になり、非常に甲状腺が腫れた患者の写真が掲載されていました。また、日本は昆布だしの利用や海藻類を好んで摂取することから、ヨウ素の過剰摂取の国として知られ、その影響で欧米諸国などと比較して甲状腺疾患の種類や頻度が異なることが知られています。今後、昆布の不漁が深刻化すると日本の甲状腺疾患の状況が変わっていくこともあるのだろうか？いや蟹などのようにロシアや中国などの海外産の昆布が大量に輸入されてくるから大丈夫か？などと考えながら過ごした年末年始の帰省でした。ちなみに、スーパーに寄った日はスケソウダラの白子(400g入り300円)を購入し、素焼きと天ぷらにいただきました。フグ、鯛、アンコウなど白子はどれも酒飲みにとっては美味ですが、スケソウダラの白子はコスパ最高です。以前は鮭の白子も安く売っていたのですが……。10年20年先はどうなっているのでしょうか？ちょっと心配です。



医療法人福甲会
やました甲状腺病院
〒812-0034
福岡県福岡市博多区下呉服町1-8
<https://www.kojosen.com/>
TEL: 092-281-1300 FAX: 092-281-1301

学会活動

The 14th Asia Pacific International Academy of Pathology Congress (AP-IAP 2025)(タイ・11/5～7)

加藤良平 「Reclassification of thyroid cancer based on genetic alterations from current therapeutic considerations for pathologists」

第20回 医療の質・安全学会学術集会(京都・11/8～9)

北川 亘 「甲状腺専門病院での診療部におけるインシデントの解析」

二階堂名奈 「『患者・家族からの指摘』で発見されたインシデント報告の現状と課題」

植木 輝 「多職種で構成する医療安全管理部門のメリット～そこに臨床検査技師は必要か～」

栗林かほり 「医療安全管理者が中心となった分析チームの取り組み」

第87回 日本臨床外科学会学術集会(東京・11/20～22)

正木千恵 ビデオワークショップ10 合併症ゼロを目指した甲状腺手術への取り組み「甲状腺手術の後出血～病棟開創を要した緊急性のある出血の原因血管と手術手技のpit fall」

第35回 外科漢方フォーラム学術集会(東京・11/21)

鈴木章史 ワークショップ1 「レンバチニブ治療を受ける進行甲状腺癌患者に対する漢方薬併用支持療法の臨床的意義」

第64回 日本臨床細胞学会 秋期大会(広島・11/29～30)

川井田みほ シンポジウム13 甲状腺細胞診カテゴリー別ROMと臨床的対応「ベセスダシステム3版とNIFTPの概説」

天野高志 シンポジウム16 甲状腺希少病変を一気見しよう！「症例1」

第108回 日本病理学会関東支部学術集会(東京・12/20)

川井田みほ 「神経内分泌分化を伴う濾胞細胞由来癌の一例」

講演活動

Lilly Thyroid Cancer Web Seminar(WEB・11/17)

正木千恵 「進行する甲状腺がん～遺伝子検査成功のコツから個別化医療を中心に」

Web Symposium テプロツムマブによる甲状腺眼症治療の最前線-効果と安全性の両立を目指して-(WEB・11/19)

渡邊奈津子 座長「甲状腺眼症に対するテプロツムマブ治療の実際：治療効果と副作用の管理」

第65回 国際治療談話会 総会(東京・11/20)

伊藤公一 挨拶「創立100周年記念総会 日本医学の源流～日独医学交流の歴史から未来へ」

全国病院経営管理学会 第60回大会(東京・11/21)

伊藤公一 座長 シンポジウム1 「看護、メディカルスタッフ部門における業務効率化とキャリア開発」

Bayer Thyroid Cancer Web seminar～甲状腺がんのゲノム医療を語ろう～(東京・12/19)

戸田宗治 「甲状腺がん専門病院におけるゲノム医療の悩み～mTKIとTKIはどよう使い分ける?～」

意見交換会 K1-70™の使用経験：Experience with K1-70™(東京・1/16)

渡邊奈津子 「甲状腺機能におけるK1-70™の影響」

吉村 弘 「甲状腺体積におけるK1-70™影響」

渡邊奈津子 座長「座長からのご挨拶」

神奈川県病理医会 第122回例会(神奈川・1/17)

川井田みほ 「甲状腺の病理」

2026年 学会による臨時休診等のご案内

6月の臨時休診等

6月2日(火)	多くの医師の外来が変更
3日(水)	
4日(木)	外来休診
5日(金)	
6日(土)	多くの医師の外来が変更

※日本内分泌学会および日本内分泌外科学会のため

10月の臨時休診等

10月22日(木)	外来休診
23日(金)	
24日(土)	多くの医師の外来が変更

※日本甲状腺学会のため

2026年6月・10月の学会会期中は、多数の医師が学会に参加するため、上記のように臨時休診や多くの医師の外来が変更となります。

また、会期の前後の週は混雑が予想されます。特に臨時休診後は混雑することが多いため、早めのご来院をご検討くださいますよう、お願いいたします。

患者様にはご不便をおかけいたしますが、なにとぞご容赦いただきますようお願い申し上げます。

表紙no写真

日本オリンピックミュージアム

ミラノ・コルティナ冬季五輪が閉幕したばかりですが、まだまだオリンピックの余韻を味わいたい！という方におすすめなのが国立競技場横にある「日本オリンピックミュージアム」。オリンピックにまつわる映像や体験型展示などのほか、ミュージアムショップとカフェも併設されていて、さまざまな角度から日本のオリンピック・ムーブメントを感じることができます。周辺はお散歩やピクニックもしやすいので、暖かい日には足を伸ばしてみたいはいかがでしょうか。（西澤）



Instagramはじめました！

伊藤病院公式Instagramを開設しました。病院の活動や患者様へのお知らせなどを発信してまいります！



編集後記

Voice春号をご覧いただきありがとうございます。寒さの中にも、やわらかな日差しが差し込む季節となりました。今号では、表参道で買えるお土産のお店を特集しました。診察や通院の帰り道に少し寄り道をして、自分へのご褒美や大切な方への贈り物を探してみたいはいかがでしょうか。

新しい年度の始まりを前に、心も軽やかに過ごせる春となりますように。皆さまの健やかな毎日を願い、これからも温かい情報をお届けしてまいります。（片山）

甲状腺疾患書籍のご案内

当院近くの「山陽堂書店」でも販売しております。ぜひご利用ください。



「患者のための最新医学シリーズ
パセドウ病・橋本病 其他
の甲状腺の病気 改訂版」

監修：伊藤公一
定価：1,430円(税込)
発行：高橋書店



新版「甲状腺の
病気の治し方」

監修：伊藤公一
定価：1,430円(税込)
発行：講談社



新刊

「やさしいカラー図解
甲状腺の病気」

監修：伊藤公一
定価：1,870円(税込)
発行：法研



「図解 甲状腺の病気が
よくわかる
最新治療と正しい知識」

監修：伊藤公一・高見博
定価：1,540円(税込)
発行：日東書院



安全！便利！おいしい！
甲状腺専門・伊藤病院がおくる
ヨウ素制限食レシピ

監修：伊藤公一
編集：北川巨
定価：1,760円(税込)
発行：全日本病院出版会



「よくわかる最新医学
甲状腺の病気」

監修：伊藤公一
定価：1,540円(税込)
発行：主婦の友社

発行 2026年3月1日発行 第93号 伊藤病院広報誌委員会

ITO
HOSPITAL
伊藤病院

〒150-8308 東京都渋谷区神宮前4-3-6
TEL : 03-3402-7411
FAX : 03-3402-7415
URL : <https://www.ito-hospital.jp>

