



コロナ禍でも 定期健診が重要

～慢性腎臓病の早期発見・早期治療を！～

p.2 いばらき腎臓財団の今後の活動について
—「ウイズコロナ下での更なる発展を」
健康診断、受けていますか？
かなり進行しないと気がつかない慢性腎臓病

p.3 早期発見には血液検査と尿検査
生活習慣病予防でCKDを予防
コラム「腎臓とコロナ」
HLA組織適合検査費用の助成

p.4 令和三年度 賛助会員一覧、寄付者一覧
新任役員紹介
いのちの学習会
～道徳授業やがん教育の一翼を担う～



本広報紙に関する「ご意見」「ご希望」「ご感想」をお待ちしております。

お便りを下さった方には、粗品を差し上げます。お便りをお待ちしております。
当財団の情報はHPをご覧ください。<http://www.iba-jinzou.com>
また、お問い合わせEメールは infoiba@iba-jinzou.com です。

いばらき腎臓財団

検索

生活習慣病予防でCKDを予防

CKDの発症は、糖尿病、高血圧、喫煙、高尿酸血症など生活習慣病と関連しています。糖尿病とは、血液中の糖の濃度が高い状態が続く病気です。この状態が続くと、全身の血管に障害が生じ臓器に様々な合併症が引き起こされるのです。糖尿病性腎症もその一つで透析治療が必要となる原因として最も多く挙げられます。また高血圧は血圧の高

い状態が続く病気で、全身の血管に動脈硬化が起こり血管に障害が生じます。腎臓病の一つ、腎硬化症は主に高血圧によって引き起こされます。CKDによつて、血圧を調節する機能が低下し、さらに高血圧が悪化するという悪循環が起きてしまうのです。肥満やメタボリックシンドローム、脂質異常症、加齢などもCKDの原因として考えられます。生活習慣病の予防はCKDの予防につながります。また、CKDにかかったとしても、毎日の生活習慣や食事、血圧の管理

などを適正に行うことにより、CKDの進行を抑制することが可能です。ご自分の体の状態、病気の有無を継続的に知ることが大切です。健康診断を受診することは、不要不急の外出ではありません。あなたの健康と命を守りましょう。



内科・腎臓内科(人工透析)・循環器内科・糖尿病内科
医療法人 青藍会 大場内科クリニック
 理事長 大場 正二 院長 小林 正貴
 水戸市酒門町275-3 ☎029(304)0111
<http://www.oobanaika.net> **大場内科クリニック** 検索
 通院送迎・長期入院(応相談)
各種リハビリテーション・長時間透析実施中
 大場内科小吹クリニック 水戸市小吹町2284-7 ☎029(243)8880
 大場内科玉造クリニック 水戸市若海793-6 ☎0299(57)3100

Cure Care Creation
 一人の人を大切にす慈愛の医療・福祉活動に徹する
 社会医療法人 若竹会
つくばセントラル病院
 地域医療支援 病院茨城県災害拠点病院 第二次救急指定病院
 牛久市柏田町 1589-3 TEL. 029-872-1771
 理事長 竹島 徹 病院長 金子 剛
法人透析ベッド数 176床
 本院腎センター 81床 029-872-1771
 セントラル 腎クリニック(11月開院) 65床 029-762-1212
 土浦リハビリテーション病院 介護医療院(11月開院) 30床 029-875-7888
 ▼いばらき腎臓財団 HP
<https://www.iba-jinzou.com/>

HLA組織適合検査費用の助成
 いばらき腎臓財団では、腎臓移植を希望する方に行われる「HLA組織適合検査」の助成をしています。茨城県内に在住している方を対象とし、助成金額は、1件¥15,000円です。基本は医療機関を通じて助成しており、検査費用から助成金額を差し引いた額を個人に請求する流れとなります。ただし、検査機関により、検査を受けた個人に助成することもあります。詳細は当財団 HPをご参照ください。
 ▼いばらき腎臓財団 HP
<https://www.iba-jinzou.com/>



いばらき腎臓財団の今後の活動について

山縣邦弘

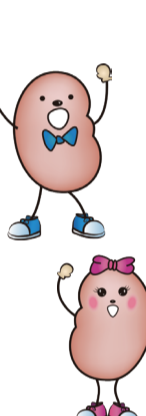
公益財団法人いばらき腎臓財団 理事長
 筑波大学医学医療系腎臓内科 教授

2020年1月に日本国内で初めての新型コロナウイルス感染症(COVID-19)患者が報告され、それ以降、緊急事態宣言、新しい生活様式など大きな影響を受けながらも、私たちは皆、この2年半の間、工夫をしながら過ごしてきました。一方、ワクチン接種が進んだこともあり、第6波が終息に向か



CKD対策については、これまでなるべく皆様の身近な場で、多くの方に集まって講演会、講習会等により啓発活動を行ってきました。このしばらくはこのような活動が自粛せざるを得ませんでした。最大限の配慮をしながら、啓発活動を再開すべく準備を開始しております。CKDの原因としても最も重要とされる糖尿病や高血圧管理には適度な運動が効果的であるとされています。腎臓病患者についても、以前は安静にすることが勧め

められていたことが、現在は運動へのシフトがより明確となってきました。COVID-19対策としてのCOVID-19対策としての三密(密集、密接、密閉)や、熱中症対策等に注意しながら、運動習慣を保持し、生活習慣の改善を心がけましょう。また新型コロナウイルス感染症蔓延下で、一時的に臓器移植手術そのものを制約する動きがありました。しかし、こちらもういづコロナにあわせ回復基調にあります。そのような中で、多くの皆様のご協力、ご支援のもと茨城県では臓器提供がより早く回復基調となり、昨年は都道府県単位では東日本で最も多くの提供実績を残すことができました。腎臓移植については同一県内に優先して提供される制度があり、本県で登録されていた待機患者が提供を受けることができました。提供者ご本人ならびにご遺族の温かい心持ち、さらに医療現場の皆様への献身的なご協力の賜と存じております。



慢性腎臓病の早期発見・早期治療を！ 定期健診が重要

コロナ禍でも

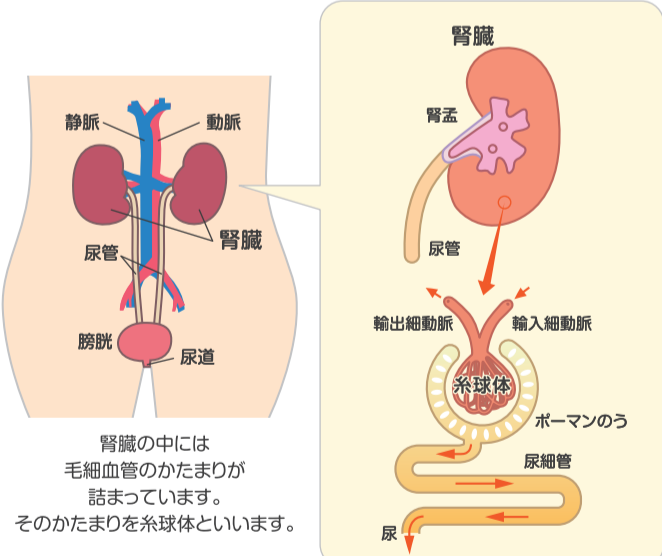
健康診断、受けていますか？



「新型コロナウイルスの感染リスクを考慮してよいか迷っている」「健診は何年か前に受けたから、コロナの流行が収まってから行けば大丈夫じゃないかな」と、つい、こんな風に思ってしまうですね。しかし、コロナ禍であっても、自分の健康状態を知ることがとても大切なことです。健康維持の第一歩です。自覚症状が現れにくい病気は少なくありませんから、年に一度は定期健診を受診しましょう。

かなり進行しないと気がつかない慢性腎臓病

自覚症状が現れにくい病気の一つが、慢性腎臓病(略してCKD)です。腎臓には糸球体という器官がたくさんあり、血液中の老廃物を取り除いています。老廃物は尿となって体外に排出されます。糸球体でろ過され、きれいな血液は腎臓から全身に戻ります。糸球体は細かい血管が毛糸



慢性腎臓病(CKD)が進行するとあらわれる症状
 ※初期段階は自覚症状がほとんどない

- 夜間の尿が増える
- 貧血
- だるさ
- むくみ
- 息切れ

玉のように丸まってきています。慢性腎臓病になると、糸球体の細かい血管が障害されて壊れていき、体内の老廃物を十分に取り除けなくなります。慢性腎臓病とは、腎臓の働きが低下したり、腎臓に障害が起こったりしている状態のことです。進行すると、塩分や水分の調節がうまくいかず体にたまって、むくみ、心不全の症状である動悸・息切れなどが起こってきます。また老廃物が体内にたまり、だるさ、食欲不振、吐き気、手脚のしびれなどの症状も現れます。一度失われた機能は、多くの場合は回復することがなく、慢性の腎不全となります。たまった老廃物、毒素や水分を体外から除くためには、腹膜透析や血液透析といった透析治療。あるいは腎臓移植が必要になり、患者さんにもご家族にも、時間と費用の大きな負担がかかります。日本の成人の8人に1人にあたる、およそ1330万人の方が慢性腎臓病の患者さんと推定されていて、残念ながらとても身近な病気です。腎臓の働きは糖尿病や高血圧などの生活習慣病の他、加齢でも低下するので、多くの方が慢性腎臓病になるリスクを持っています。

コラム 腎臓とコロナ
 新型コロナウイルス(COVID-19)は重症急性呼吸器症候群コロナウイルス2(SARSCoV-2)による感染症で、これにより全世界的に生活様式は激変しており、また、変異型が繰り返し出現し、それに伴い、COVID-19の蔓延は波のように繰り返されています。この感染症は主に呼吸器系の障害が起きますが、腎臓も標的臓器の一つである可能性が示されています。COVID-19感染症による最も高頻度である腎合併症は、急性尿細管壊死による急性腎障害(略してAKIとよみます)です。これは基礎疾患の有無とは関係なく生じ、死亡率と罹患率の増加に関連しています。COVID-19感染症に引き続いて起るAKIのメカニズムは明らかとなっていないものの、複数の要因によるものが推定されています。また、AKI以外にも糸球体腎炎(特に巣状糸球体硬化症とCOVID-19感染症との関連なども報告されています)。

慢性腎臓病(CKD)の患者さんは、軽度の腎機能障害であれば、COVID-19感染症にかかる頻度入院および死亡の危険度が高いことが明らかであり、特に、透析患者さんはCOVID-19感染症にかかる頻度および死亡の危険度が高いことが示されています。

慢性腎臓病(CKD)の患者さん、またCOVID-19の種類(変異型)によって異なることも明らかです。また、透析患者さんは、不整脈、ショック、急性呼吸窮迫症候群、急性心不全など、他の合併症の危険度が高くなることや、胃腸障害や精神状態の悪化などがあります。知られていないCOVID-19感染症による症状を示すことがあります。

腎臓移植を受けた患者さんも、免疫抑制療法により、COVID-19感染症に対して非常に脆弱である可能性が指摘されています。また、透析患者さん、不整脈、ショック、急性呼吸窮迫症候群、急性心不全など、他の合併症の危険度が高くなることや、胃腸障害や精神状態の悪化などがあります。知られていないCOVID-19感染症による症状を示すことがあります。

腎臓移植を受けた患者さん、免疫抑制療法により、COVID-19感染症に対して非常に脆弱である可能性が指摘されています。また、透析患者さん、不整脈、ショック、急性呼吸窮迫症候群、急性心不全など、他の合併症の危険度が高くなることや、胃腸障害や精神状態の悪化などがあります。知られていないCOVID-19感染症による症状を示すことがあります。

ワクチン接種により透析患者さんの死亡率が低下すること、感染者に対する中和抗体薬および経口抗ウイルス薬の投与により死亡率が低下することなどが報告されています。しかし、CKDの患者さんの治療の経過や結果が予防接種で改善されるかどうかは世界的にはまだ証明されていません。そのため、第1に、基本的な感染対策の徹底が最も重要であり、さらに、現状で有効と報告されている治療法や予防方法にはできるだけ積極的に取り組むことが重要です。

今後も、腎臓に対するCOVID-19感染症の正確な影響ならびに有効な治療・予防方法について、さらなる解明・研究が必要となります。文責：東京医科大学茨城医療センター 腎臓内科 平山 浩

内科・腎臓内科(人工透析)・循環器内科・糖尿病内科
医療法人 青藍会 大場内科クリニック
 理事長 大場 正二 院長 小林 正貴
 水戸市酒門町275-3 ☎029(304)0111
<http://www.oobanaika.net> **大場内科クリニック** 検索
 通院送迎・長期入院(応相談)
各種リハビリテーション・長時間透析実施中
 大場内科小吹クリニック 水戸市小吹町2284-7 ☎029(243)8880
 大場内科玉造クリニック 水戸市若海793-6 ☎0299(57)3100

Cure Care Creation
 一人の人を大切にす慈愛の医療・福祉活動に徹する
 社会医療法人 若竹会
つくばセントラル病院
 地域医療支援 病院茨城県災害拠点病院 第二次救急指定病院
 牛久市柏田町 1589-3 TEL. 029-872-1771
 理事長 竹島 徹 病院長 金子 剛
法人透析ベッド数 176床
 本院腎センター 81床 029-872-1771
 セントラル 腎クリニック(11月開院) 65床 029-762-1212
 土浦リハビリテーション病院 介護医療院(11月開院) 30床 029-875-7888
 ▼いばらき腎臓財団 HP
<https://www.iba-jinzou.com/>

HLA組織適合検査費用の助成
 いばらき腎臓財団では、腎臓移植を希望する方に行われる「HLA組織適合検査」の助成をしています。茨城県内に在住している方を対象とし、助成金額は、1件¥15,000円です。基本は医療機関を通じて助成しており、検査費用から助成金額を差し引いた額を個人に請求する流れとなります。ただし、検査機関により、検査を受けた個人に助成することもあります。詳細は当財団 HPをご参照ください。
 ▼いばらき腎臓財団 HP
<https://www.iba-jinzou.com/>

令和3年度 賛助会員一覧

ご支援ありがとうございます。

医療法人青藍会 大場内科クリニック	水戸赤十字病院	一般社団法人茨城県医師会	茨城県生活協同組合連合会	医療法人社団啓聖会 鳥越クリニック	川島 房宣(川島医院)
医療法人社団茨腎会 太田ネフロクリニック	医療法人水清会 つくば学園クリニック	筑波麗仁会 筑波学園病院	関影商事株式会社	株式会社日立製作所 ひたちなか総合病院	小林敏郎(小林医院)
社会医療法人若竹会 つくばセントラル病院	医療法人医仁会 渡邊クリニック	キュービー(株) ファインケミカル本部五霞工場	協和キリン株式会社	医療法人一樹 筑西腎クリニック	石川 悟(石川クリニック)
医療法人社団興明会 つくば腎クリニック	扶桑薬品工業株式会社 茨城工場	医療法人山口クリニック	株式会社カイノス笠間工場	中嶋メディカルサプライ株式会社	飯田 章太郎(飯田医院)
医療法人住吉クリニック	医療法人愛和会 前田病院	公益社団法人茨城県薬剤師会	テルモ株式会社	医療法人社団常仁会 牛久愛和総合病院	松倉 則夫(松倉中央クリニック)
筑波大学附属病院	JAとりで総合医療センター	医療法人社団プラスワン 緑野クリニック	常陽銀行 研究学園都市支店	医療法人社団成美会 トモスみとクリニック	山形 文子(やまがた内科医院)
医療法人社団明厚会 大石内科クリニック	公益財団法人 茨城県総合健診協会	社会医療法人財団古宿会 水戸中央病院	タイハイ薬品株式会社	公益財団法人ときわ会	深尾 立
島田 忍(ウイング眼科)	医療法人健清会 那珂クリニック	かもめ・大津港クリニック	ゼリア新薬工業株式会社	特定非営利活動法人 日本移植支援協会	石川 晶久 (医)潤聖会石川内科ファミリークリニック
医療法人徳洲会 古河総合病院	株式会社トップ下妻工場	株式会社日立製作所 日立総合病院	医療法人秀仁会 川島クリニック	かもめ・日立クリニック	山木 万里郎 (やまき内科クリニック)
医療法人博友会 菊池内科クリニック	総合病院水戸協同病院	極東製薬工業株式会社	医療法人社団健栄会 守谷駅前クリニック	山縣 邦弘	坏 正紀(縦山診療所)
医療法人社団善仁会 小山記念病院	医療法人盡誠会 宮本病院	(独)国立病院機構 水戸医療センター	医療法人テーデシー 川井クリニック	(医)愛正会 田尻ヶ丘病院	石塚 源造(石塚医院)
茨城西南医療センター病院	医療法人五合会 常陸クリニック	総合病院土浦協同病院	医療法人虹の会 にへいなかよしクリニック	小野薬品工業株式会社	戸井田 和之
公益財団法人 筑波メディカルセンター	医療法人青洲会 神立病院	医療法人眞正会 水海道さくら病院	地方独立行政法人 茨城県西部医療機構 茨城県西部メディカルセンター	湯沢 賢治	飯田医院
		東北医療センター高萩協同病院	国立病院機構豊ヶ浦医療センター	一般社団法人 茨城県病院薬剤師会	一般社団法人 茨城県臨床工学技士会
		東京医科大学茨城医療センター	医療法人博仁会 志村大宮病院	寺崎 太郎(寺崎クリニック)	非公開 9件
		医療法人祥仁会 十王ひがし野クリニック	医療法人鴻仁会 上の原病院	宮崎 三弘(宮崎クリニック)	

令和4年3月31日現在(順不同・敬称略)

令和3年度 寄付者一覧

ご協力ありがとうございました。

医療法人社団茨腎会 太田ネフロクリニック	茨城県腎臓病患者連絡協議会
医療法人医仁会 渡邊クリニック	公益社団法人茨城県獣医師会
アステラス製薬株式会社	公益社団法人茨城県歯科医師会
(医)豊清会ときわクリニック	医療法人社団憩樹会 則武内科クリニック
茨城県医薬品卸業組合	那珂記念MITOクリニック
メディキット株式会社	加藤 徹(菊山医院)
深尾 礼子	角田 克博(つくばシティアピル皮フ科)
深尾 立	中外製薬株式会社
茨城県行政薬剤師会	医療法人梯仁会 つちだ内科・泌尿器科クリニック
ニプロ株式会社	非公開 1件
石川 和明(石川クリニック)	
株式会社ムサシエンジニアリング	

令和4年3月31日現在(順不同・敬称略)

賛助会員・寄付金募集要項

当財団は、税額控除対象法人です。これにより、当財団に対する個人・法人の寄附(賛助会費も同様)については、確定申告の際、上記「税額控除」と従来の「所得控除」のいずれか一方を選択ができるようになり優遇税制を受けられます。また、ご要望いただきました賛助会員様の従業員を対象とした茨城県の臓器移植の現状、健康維持啓発のための講演会を無料にて実施させていただきます。

賛助会員

【賛助会費】
1口 10,000円
法人賛助会費 5口以上
個人賛助会費 1口以上

寄付金

【寄付金額】
法人、個人金額は問いません。
寄付していただける金額を申し込み用紙にご記載下さい。

お申し込み方法

いばらき腎臓財団HPより「賛助会員・寄付金申込書」をプリントしていただき、事務局宛へ、FAXもしくは郵送にてお送り下さい。
<http://www.iba-jinzou.com/sanjyo>

銀行振込先

銀行名 常陽銀行
支店名 研究学園都市支店
口座 普通 3451628
口座名義 公益財団法人
いばらき腎臓財団



お問い合わせ・ご質問等ございましたら、お気軽に事務局までお申し出ください。お問い合わせ先 公益財団法人いばらき腎臓財団 infoiba@iba-jinzou.com

新任役員紹介

今年度より新たな役員が加わり、移植を身近な医療にすべく、腎移植対策と慢性腎臓病対策の両輪で事業を推進していきます。



筑波メディカルセンター病院 病院長
河野 元嗣

メッセージ

此の度評議員を拝命した筑波メディカルセンター病院の河野元嗣と申します。臓器提供施設を代表して患者さんやご家族の貴い意志が次の患者さんへつながるよう財団事業に貢献する所存です。よろしくお願いたします。

健康の秘訣

還暦を過ぎ、同年代医師の健康状態や自分より若い患者さんを見聞きする機会が増えたので、医食同源は大事だなと改めて感じる今日この頃です。そこで、健康の秘訣を考えてみました。「朝食は、しっかり食べて 夕飯は、早め少なめ たまには贅沢」

座右の銘

今迄人生の指針とすべき座右の銘を考えたことがありませんでしたので、今後、書物をたずねてみようと思います。



国立病院機構水戸医療センター 病院長
米野 琢哉

メッセージ

はじめまして、本年度4月より水戸医療センター院長に就任した米野(こめの)です。出身は福井県ですが、筑波大入学後はほぼ茨城県人として過ごしてまいりました。自施設でも20年以上勤務しております。宜しくお願いたします。

健康の秘訣

気分転換で心の健康を無知の知



東京医科大学茨城医療センター 腎臓内科教授
平山 浩一

メッセージ

糸球体腎炎などの腎疾患、慢性腎臓病、腎不全、さらには末期腎不全に対する透析・移植療法まで広範囲にわたる腎疾患の臨床、研究、教育、社会貢献に日々研鑽を積んでいく所存でおります。

健康の秘訣

悪い出来事は忘却の彼方に押しやること(精神的な健康ですが...)

座右の銘

Imagination creates reality. (想像力が現実を創造する)

いのちの学習会

いのちの学習会は、こどもたちに「いのち」や「人権」について考えてもらい、「自他の生命を尊重」する心を育むことを目的とした出前授業です。小中学校や高校1年生の道徳の授業として、また学校行事や親子行事として導入していただいております。扱うテーマは、助かる命と死にゆく命が同時に発生する移植医療が中心です。また、29年度からは、小中学校で本格的に始まった「がん教育」もテーマとして取り入れ、自分の体を大切にするための具体策と、いのちの尊さを同時に伝えていきます。茨城県内の学校や児童館等の団体、教員研修等に講師を無料で派遣いたします。受講した児童生徒は授業のみならず、仲間との対話や家族との対話を通じて、いのちの大切さを改めて感じているようです。



専門家による
無料出前
授業です!

いのちの学習会を
ご希望の団体は
こちらまで!

公益財団法人
いばらき腎臓財団事務局
infoiba@iba-jinzou.com
TEL: 029-858-3775
FAX: 029-875-3885