

令和5年度当初予算額 2.8 億円 (2.0億円) ※()内は前年度当初予算額

1 事業の目的

○循環器病対策推進基本計画で、脳卒中・心臓病等（循環器病）患者を中心とした包括的な支援体制を構築するため、多職種が連携して、総合的な取組を進めることとしているが、これまでに都道府県が医療計画などで実施している対策よりも幅広い内容であり、各医療施設で個々の取組はされているものの情報が行き渡っていないとはいえず、全ての支援について、十分なレベルで提供することに対して課題がある。

○この取組を効果的に推進するため、専門的な知識を有し、地域の情報提供等の中心的な役割を担う医療機関に脳卒中・心臓病等総合支援センターを配置し、都道府県と連携しつつ、地域の医療機関と勉強会や支援方法などの情報提供を行うなど協力体制を強化し、包括的な支援体制を構築することにより、地域全体の患者支援体制の充実を図ることを目的とする。

2 事業の概要・スキーム

<事業の概要> 都道府県の循環器病対策推進計画等を踏まえ、自治体や関連する学会等とも連携しながら、以下の内容に関する事業を行う。

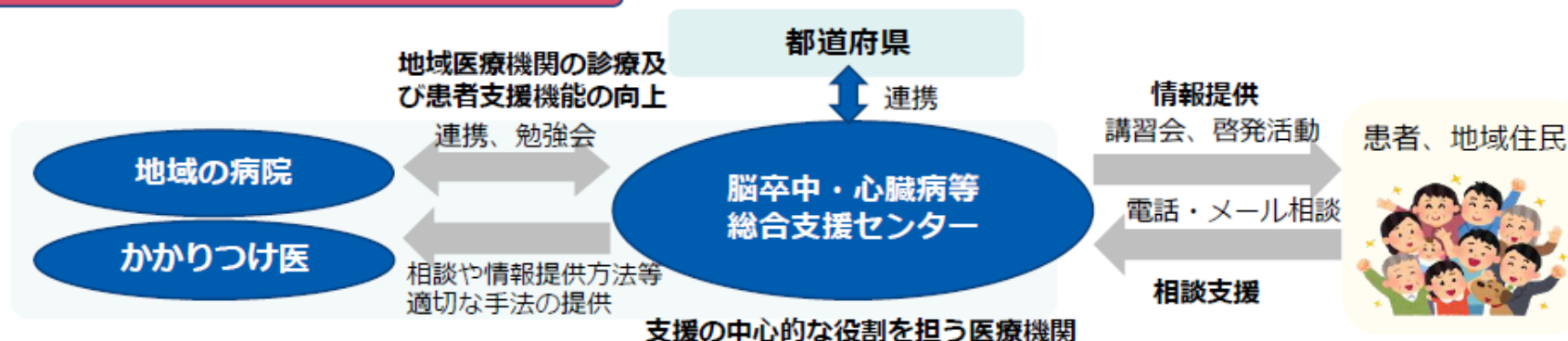
- ・循環器病患者・家族の相談支援窓口の設置（電話、メール相談を含む）
- ・地域住民を対象とした循環器病について、予防に関する内容も含めた情報提供、普及啓発
- ・地域の医療機関、かかりつけ医を対象とした研修会、勉強会等の開催
- ・相談支援を効率的に行う、資材（パンフレットなど）の開発・提供
- ・その他、総合支援を効率的に行うために必要と考えられるもの

<期待される効果>

- ・地域医療機関の診療及び患者支援機能の向上が可能となる
- ・国民がワンストップで必要な情報を得られるとともに、より効率的かつ質の高い支援が可能となる

脳卒中・心臓病等総合支援センターのイメージ

本モデル事業の有効性を検証した上で、好事例として横展開を図る等により将来的に全国に広げることを検討



3 実施主体等

◆実施主体：各都道府県において、脳卒中・心臓病等の循環器病に対する中心的な役割を担う医療機関

①先天性疾患に対する診療、外来リハビリテーション、緩和ケア等、循環器病に対する総合的な診療を行える施設であり、地域の病院、かかりつけ医などとも密接に連携が取れること②自治体との密な連携が取れ、循環器病の後遺症を有する者に対する支援及び治療と仕事の両立支援・就労支援を行っていること

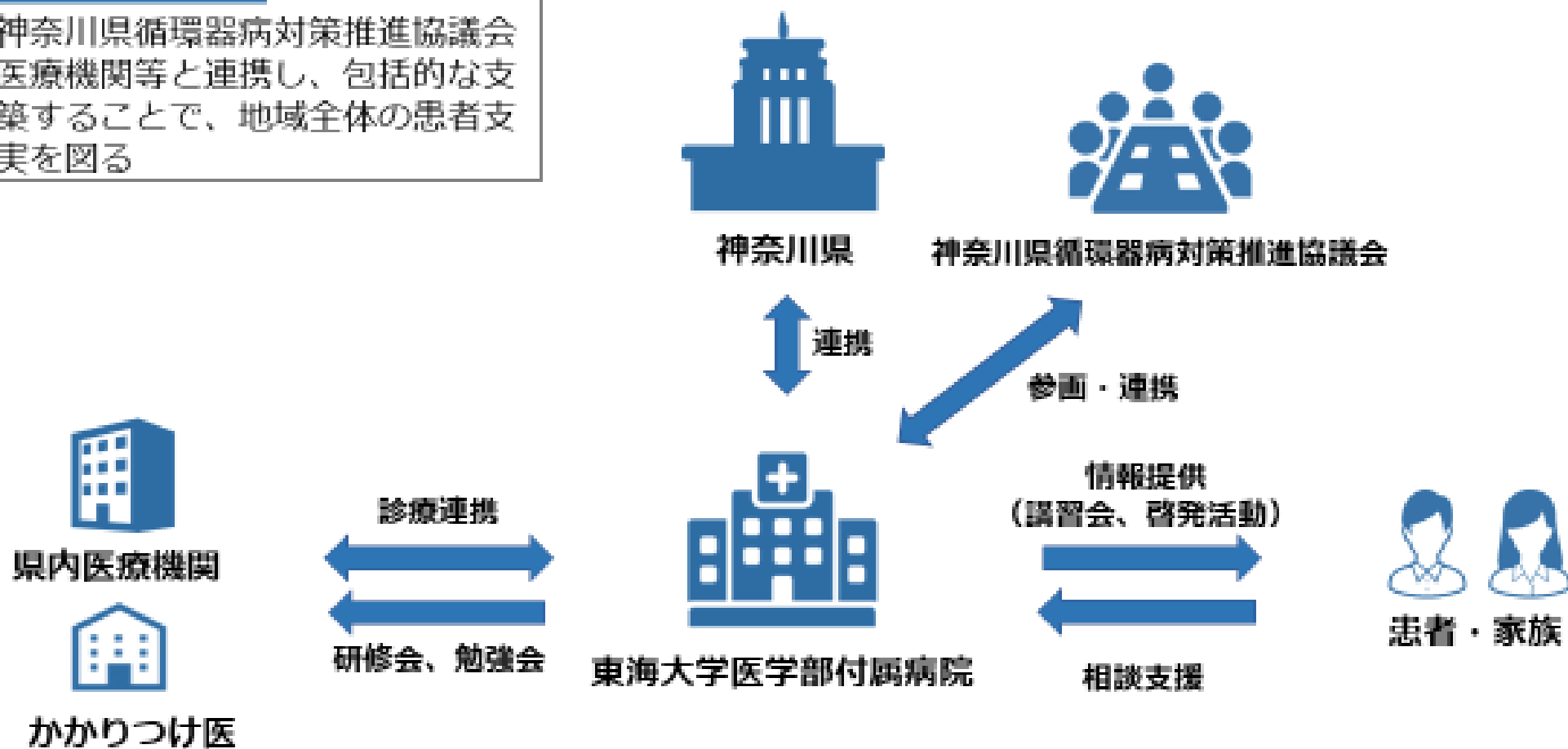
◆箇所数：15箇所 ◆1箇所あたり：1,800万円程度 ◆補助率：定額（10/10相当） ◆事業実績：令和4年度応募数32病院、採択数12病院

東海大学脳卒中中心臓病総合支援センター モデル事業体制






- 運営委員会 30名
 - 脳卒中医師、循環器内科医師、脳神経外科医医師、心臓血管外科医師、総合相談室、医療情報システムユニット、病棟看護師、外来看護師、薬剤師、栄養士、病院事務、臨床工学士、理学療法士
- 実務委員会 8名
 - 脳卒中医師、循環器内科医師、総合相談室、医療情報システムユニット、病院事務

総合支援における実施体制

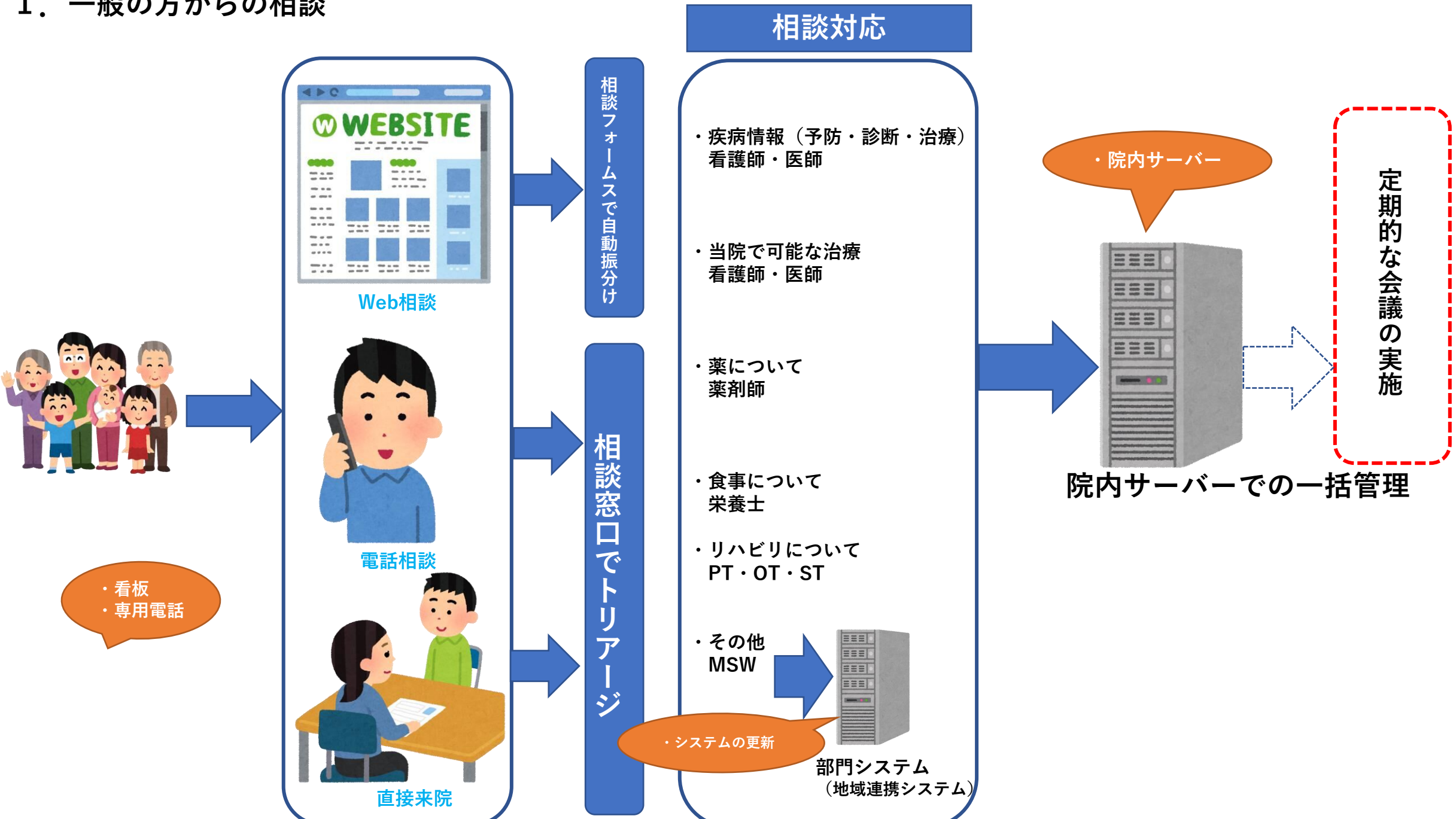
神奈川県、神奈川県循環器病対策推進協議会及び地域の医療機関等と連携し、包括的な支援体制を構築することで、地域全体の患者支援体制の充実を図る



実施計画の骨子

ア		<u>脳卒中・心臓病等の患者、家族の相談支援窓口の設置</u>
イ		<u>予防に関する内容を含めた情報提供、普及啓発</u>
ウ		<u>医療機関（かかりつけ医）を対象とした研修会、勉強会等の開催</u>
エ		<u>資材（パンフレットなど）の開発提供</u>
オ		<u>その他、総合支援を効率的に行うために必要と考えられるもの</u>

1. 一般の方からの相談



脳卒中・心臓病等 総合支援センター開設のご案内

脳卒中・心臓病等総合支援センターについて

脳卒中・心臓病等総合支援センターは、神奈川県循環器病対策推進計画と連携して本事業を推進します。心臓病や脳卒中の治療と予防に特化し、神奈川県にお住まいの方、または東海大学医学部付属病院に通院中の方ならどなたでもご利用いただけます。



相談窓口について



患者相談窓口は医師（循環器内科、脳神経内科、心臓血管外科、脳神経外科、小児科、リハビリテーション科、緩和ケア科）、看護師、薬剤師、管理栄養士、理学療法士、医療ソーシャルワーカー、臨床工学技士、公認心理士等で構成されております。

多職種チームであることから、患者様とご家族が抱える問題について、それぞれの専門性を生かした相談に対応しています。具体的には、疾患の予防や療養生活上の注意点などの情報提供、在宅医療や介護、福祉サービス、障害に関すること、治療中の不安に対する心のケア、就学や就労等の相談支援を行ってまいります。

相談方法

ご相談は予約制、無料で行えます。相談内容によっては、ご返答にお時間がかかる場合やお応えできない場合がございます。Web相談をご希望の方はURLまたはQRコードをご利用ください。

【受付時間・電話番号等（休診日は除く）】

受付時間：月～金曜日 9:00～15:00

第1,3,5土曜日 9:00～12:00

電話番号：0463-93-1121（病院代表）

Web相談：<https://forms.office.com/r/bPWxBJaMVy>

相談窓口の場所：病院1階 患者支援センター総合相談室



脳卒中・心臓病等総合支援センター

2023年11月1日より
すべての県民に対し相談可能

脳卒中・心臓病の市民公開講座

神奈川県
の脳卒中・心臓病に関わる
トップリーダーの医師により
予防を含めた情報提供を
分かりやすく包括的に行います。



2024年1月20日(土)

15:00 ~ 17:10 (受付14:30 ~)

東海大学医学部 松前記念講堂

神奈川県伊勢原市下糟屋 143

参加人数

現地参加 : 100名 WEB参加 : 500名

現地参加

事前申し込みは不要です。
当日会場へ直接お越しください。



東海大学医学部 松前記念講堂へのアクセス

小田急線「伊勢原」駅下車 徒歩約15分

「東海大学病院行き」バス、
または「東甲石田駅行き」バス(約10分)で
「東海大学病院」下車

【主催】 東海大学脳卒中・心臓病等総合支援センター、

東海大学

【後援】 神奈川県

WEB参加

事前申し込みが
必要です。

下記QRコードを読み込みいただき、
必要事項をご入力の上、送信してください。
後日、メールにて当日の接続用URLを
ご連絡いたします。

Web申込締切: 2024年1月19日正午



【問い合わせ先】 東海大学 脳卒中・心臓病総合支援センター 0463-93-1121

参加費
無料

脳卒中・心臓病の市民公開講座

プログラム

開会あいさつ 東海大学医学部付属院長 渡辺雅彦

第一部 心臓病 (60分)

座長

東海大学心臓血管外科教授 長泰則
東海大学循環器内科教授 吉岡公一郎

① 心不全

北里大学循環器内科教授 阿古潤哉

② 心筋梗塞

東海大学循環器内科教授 伊苺裕二

③ 外科治療

川崎幸病院心臓血管外科部長 高梨秀一郎

④ 心臓リハビリテーション

聖マリアンナ医科大学循環器内科教授 明石嘉浩



第二部 脳卒中 (60分)

座長

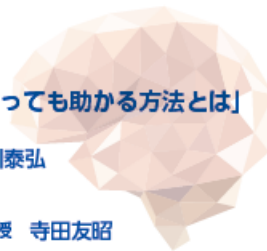
東海大学脳神経外科教授 反町隆俊
東海大学脳神経内科教授 永田栄一郎

① 身に着けたい! 「脳卒中にならない、なっても助かる方法とは」

新百合ヶ丘総合病院脳卒中センター長、
聖マリアンナ医科大学脳神経内科特任教授 長谷川泰弘

② 脳出血 クモ膜下出血 血管内治療

昭和大学横浜市北部病院 脳血管センター長、特任教授 寺田友昭



閉会挨拶 東海大学脳卒中・心臓病総合支援センター代表

【問い合わせ先】 東海大学 脳卒中・心臓病総合支援センター 0463-93-1121



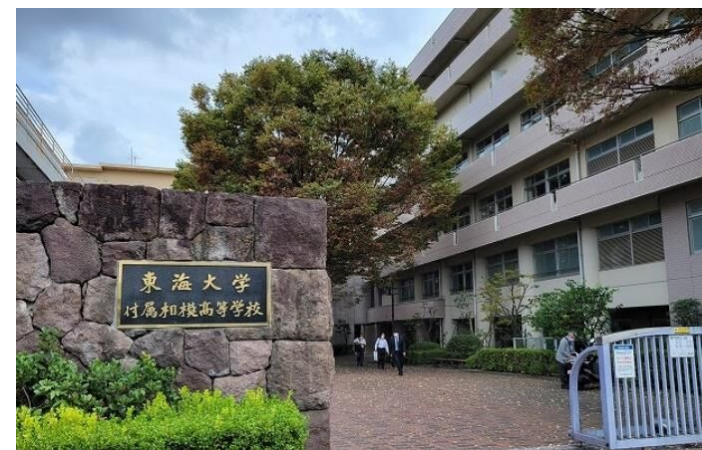
現地参加 80名
WEB参加 140名

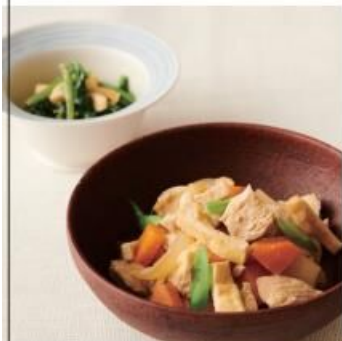
内容は素晴らしく
一般参加者からの質問も
多数いただきました。

ご参加ありがとうございました

高校での出前授業

• 2023年12月14日 @東海大学相模高校





東海大学医学部付属病院の
毎日続けたい おうちで作る病院食
減塩・コレステロール
対策レシピ



毎日
続けたい

東海大学医学部付属病院の
おうちで作る病院食

減塩・コレステロール 対策レシピ



Contents

ごあいさつ

食事を通して心臓病の患者さんの支援に取り組みます
循環器内科 教授 伊菊 裕二 4

多くの患者さん、医療者の方にお届けしたいレシピ集です
循環器内科 講師 伊地知 健 4

減塩対策レシピ

チキンソテー トマトソース	6
タンドリーチキン	8
マリネードチキン	10
甘辛チキンタツタ	11
たらの磯味風あん	12
ぶりのカレー風味あん	14
さわらのみぞれあん	16
さけのゆずおろしあん	17
あじのごまみそ焼き	18
たらのタルタル焼き	20
あじのしょうゆこうじ焼き	22
かれの香草焼き	23
さけのホワイトソース	24
さわらの竜田揚げ	25
しょうがあえ	26
大根と牛肉の煮物	27
かぶとそばろのスープ煮	27
きんぴらごぼう	28
ビーフソテー	28
エビとカリフラワーのマリネ	29
大根のさっぱり煮	29
キャロットサラダ	30
わさびあえ	31
カリフラワーのごま煮	32
さつまいもレモン煮	32
和風サラダ	33
中華風サラダ	33
海藻の中華あえ	34
ごま酢あえ	34
ナムル	35

ほうれん草のからしマヨあえ	35
キャベツのマヨサラダ	36
みそマヨサラダ	36
小松菜の中華あえ	37
青のりポテト	37
アスパラのごまあえ	38
長芋とオクラの梅あえ	38
キャベツの華風あえ	39
キャベツの香り漬け	39

上手に取り入れおいしく減塩
食塩とうまく付き合うために 40

Column 1
食塩の摂り過ぎに気をつけて心臓病を防ぐことが大切
循環器内科 教授 伊菊 裕二 42

コレステロール対策レシピ

コレステロール値を下げるレシピページの見方	44
鶏肉の煮物	45
肉じゃが	46
厚揚げとひき肉の炒め物	47
マーボー豆腐	48
魚のピカタ	49
豆腐とキャベツのみそ炒め	50
厚揚げと大根のしょうが煮	51
豆腐の中華風煮	52
揚げ出し豆腐	53
厚揚げのチリソース炒め	54

Column 2
コレステロール値を軽視せず
健診で指摘されたらぜひ受診を
循環器内科 講師 伊地知 健 55

血管を守り、病気のリスクを回避
コレステロール値を上げる食材と下げる食材 56
血管を守るための生活習慣Q&A 58
レシピ集に寄せて 59



トマトソースは少量の食塩でもしっかり炒めれば
うま味が引き出せ鶏肉にほどよく味がなじむ

チキンソテー トマトソース

材料 (2人分)

鶏もも肉 皮なし	80g×2
塩	0.6g
こしょう	少々
小麦粉	1.4g
サラダ油	2g
玉ねぎ	40g
サラダ油	3g
ローリエ	適量
トマトピューレ	16g
ケチャップ	8g
白ワイン	4g
A 野菜ブイヨン	1g
塩	0.2g
おろしにんにく	3g
水	20g
片栗粉	0.8g
こしょう	適量
オレガノ	適量
いんげん	30g

作り方

1. 鶏肉は塩、こしょうで下味をつけ、小麦粉をまぶす。
2. フライパンにサラダ油2gを熱し、1を入れて中火で返しながから5～6分焼く。
3. トマトソースを作る。別のフライパンにサラダ油3gと玉ねぎのみじん切りを入れ、中火にかける。玉ねぎがしんなりするまで炒め、ローリエとAを加える。さらに2分ほど炒め、こしょうとオレガノをふる。
4. 器に2の鶏肉を盛り、3のトマトソースをかけ、ゆでて斜めに切ったいんげんを添える。



鶏肉に塩をふって下味をつけることで、味がよくなりしみます。



トマトソースは十分に炒めて水分を飛ばし、味を凝縮させる。

食塩相当量	0.7g	1人分
エネルギー	201kcal	
タンパク質	14.3g	
脂質	13.3g	
炭水化物	5.3g	
食物繊維	1g	

トマトの酸味と うま味の活用

トマトソースに含まれるトマトには、グルタミン酸という旨味成分が含まれていて減塩に役立ちます。トマトソースには、にんにくやこしょうといった香味野菜や香辛料を使うことで、少ない食塩でおいしく食べられます。

黒すりごまがアスパラガスのうま味を引き出す

アスパラのごまあえ

材料 (2人分)

アスパラガス	120g
にんじん	16g
えのきだけ	20g
黒すりごま	4g
A 砂糖	4g
しょうゆ	4g

作り方

1. アスパラガスは4cm幅の斜め切りにする。にんじんは千切り、えのきだけは3等分に切る。
2. 1をざっとゆで、水気をきる。
3. ボウルに2とAを入れ、よくあえる。



食塩相当量	0.3g	1人分
エネルギー	43kcal	
タンパク質	1.8g	
脂質	1.2g	
炭水化物	5.4g	
食物繊維	2.2g	

ごま油が香る中華風の野菜料理

キャベツの華風あえ

材料 (2人分)

キャベツ	120g
黄ピーマン	20g
塩	0.2g
しょうゆ	6g
A 砂糖	2g
酢	6g
ごま油	3g

作り方

1. キャベツは4cm角に切る。黄ピーマンは千切りにし、塩もみして水気をきっておく。
2. ボウルに1とAを入れ、よくあえる。



食塩相当量	0.5g	1人分
エネルギー	35kcal	
タンパク質	0.8g	
脂質	1.6g	
炭水化物	4.1g	
食物繊維	1.2g	

シャキシャキの長芋に練り梅の酸味が絶妙

長芋とオクラの梅あえ

材料 (2人分)

長芋	140g
オクラ	40g
練り梅	6g
(またはたたいた梅)	6g
A みりん	2.4g
しょうゆ	0.4g

作り方

1. 長芋は皮をむいて1cm角に切る。オクラはゆでて水で冷やし、1cm幅に切っておく。
2. ボウルに1とAを入れ、よくあえる。



食塩相当量	0.5g	1人分
エネルギー	55kcal	
タンパク質	1.4g	
脂質	0.1g	
炭水化物	11.2g	
食物繊維	1.8g	

キャベツの味をしょうがが引き締める

キャベツの香り漬け

材料 (2人分)

キャベツ	80g
にんじん	20g
大葉	0.4g
A おろししょうが	3g
塩	0.8g

作り方

1. キャベツ、にんじん、大葉は千切りにする。
2. ボウルに1とAを入れ、よくあえる。



食塩相当量	0.4g	1人分
エネルギー	12kcal	
タンパク質	0.4g	
脂質	0.1g	
炭水化物	2.1g	
食物繊維	1g	

脳卒中支援パンフレット

「脳卒中」なってからガイド

突然発症する脳卒中。環境が大きく変わってしまい、ご本人もご家族も戸惑うことだらけかと思えます。病気の基礎から、入院中、退院後の生活など、基本的な情報をまとめた冊子を作成しました。



★安部先生へご相談
タイトル案は、病気がかかってしまった方が多く読むということでこのようにしてみました。

★安部先生へご相談
文字やイメージがわかりやすく、私がパワーポイントで文字を書いたものです。デザインがこの通りになるわけではありませんが、先生もこの方がイメージしやすいかと思いいこの形で確認いただければと存じます。

★安部先生へご相談
表紙のビジュアルですが、他は脳のビジュアルが多いですが、みんなが患者さんを支えているという感じの方がいいかもしれません。(このイラストはただのイメージです。お医者さんや看護師さん、リハビリの方、家族が患者さんを支えているという感じのイラストがいいかと考えています)

そもそも脳卒中とは？
脳の血管が詰まったり、血管がやぶれてしまう病気です。



日本の脳卒中による死者数は年間13万人、死亡原因の第4位。発症するとずっと後遺症が残る可能性があり、寝たきりの原因では第1位。

いままでも血液によって運ばれていた酸素や栄養が脳細胞に行き渡らなくなるため、発症した瞬間から時間が経つにつれて、後遺症が重くなっていきます。
少しでも異変に気づいたら一刻も早く救急車を呼びましょう！

東海大学医学部附属病院 脳神経内科。。。 (何かいれますか?)

★安部先生へご相談
最後に制度関係をもとめてみました

介護サービスで負担を減らしましょう！
介護保険の利用
脳卒中は持病に該当するので、介護保険が利用できます。申請から認定までは約1ヶ月半程度。入院中に申請を済ませておきましょう。

申請先：市区町村の窓口

身体障害者手帳の利用
発症後6ヶ月以上経過すると、障害の程度によって身体障害者手帳が申請できます。申請書等の提出、就労、就学、障害年金の申請、公共交通機関やタクシーの料金割引など、自治体や等級によって受けられるサービスが異なります。お住まいの自治体の窓口へお問い合わせください。

申請先：市区町村の窓口

お金の問題もあります。高齢者福祉制度
目の初めから終わりの1ヶ月の間に、医療機関や薬局の窓口で支払った額(入院時の食費や差額ベッド代など)が、自己負担の限度額を超えた場合に、超えた金額が戻される制度。自己負担限度額は、年齢や所得によって異なります。

申請先：加入している医療保険窓口(国民健康保険の場合は、お住まいの市区町村の窓口)

介護手当金
(社会保険被保険者のみ)
就業中の収入を保障するも補助金制度。通常30日の間を4日間以上休んだら、十分な報酬が受けられないなどの条件を満たした場合は、給与の約3分の2の金額(上限1年6ヶ月間)が取り扱われます。

申請先：全国介護福祉保険者連合会(総) 窓口(総)

お金の問題もあります。

個人で加入している保険もチェック
最近の保険サービスの中には就労不能保険などもあるので、内容をチェックしましょう。

リハビリをどうするか。
神奈川県リハビリテーション支援センター
専門スタッフがリハビリテーションの立場から、日々のリハビリや後遺症指導など、相談情報提供、訪問などの支援活動を行います。

リハビリテーション 専門相談専用電話
月曜日から金曜日 9時から17時
下記の相談専用電話へお電話ください。
電話046-249-2602

★安部先生へご相談
支援制度や神奈川県での何か他に紹介するところはありませんか？

脳卒中 相談窓口

病気の
治療
のこと

治療
費のこと

生活
のこと

その他
不安
なこと

当院では脳卒中の患者さま・ご家族からの相談を受け、必要があれば関係機関と連携して問題の解決を図ります。

相談日： ●～●曜日 (土・日・祝日を除く)
相談時間： ●時～●時、●時～●時
相談方法： 対面相談、電話相談
相談料： 無料

窓口： 東海大学付属病院
・・・センター内
TEL： ●●●●-●●●●-●●●●
Email◎入れますか？

秘密厳守お気軽にご相談ください

QR
入る?

↑詳細はこちら

全8ページ

1ページ目 (左) と
最終ページ (右)

支援編

困った時は、悩まず相談しましょう！
各種支援制度・相談機関

発症も突然、すべてが初めてのことでただで済むこと、悩むことがあると思います。お一人で抱え込まない。プロにご相談ください。

心不全手帳



受診時にお持ちください

心不全とは

心臓の動きが悪いために息切れやむくみが起こり、だんだん悪くなって、生命を縮める病気です。現在、心不全はAからDの4つのステージに分けられています。

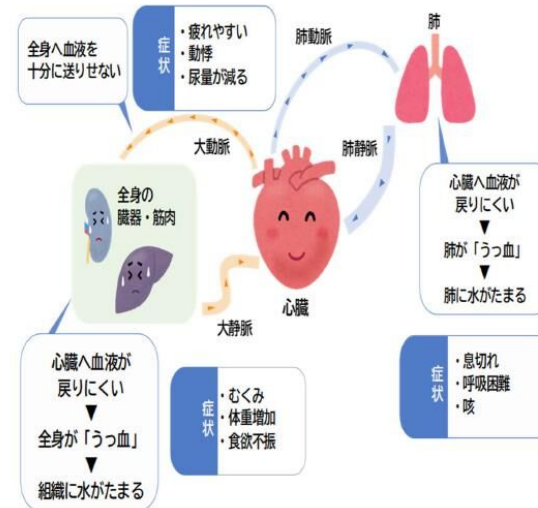


リスク因子	無症候性	軽症	中等症	重症
ステージA	ステージB	ステージC	ステージD	

心不全は、適切な治療によって一旦は症状は改善しますが、症状が良くなっても心不全が完全に治ったわけではなく、悪化や改善をくりかえしながら、徐々に進行します。

心不全の症状

心不全は様々な症状がでます。症状の変化を日々確認し、気になることがある場合は医師や看護師などへ相談しましょう。



心不全教育入院

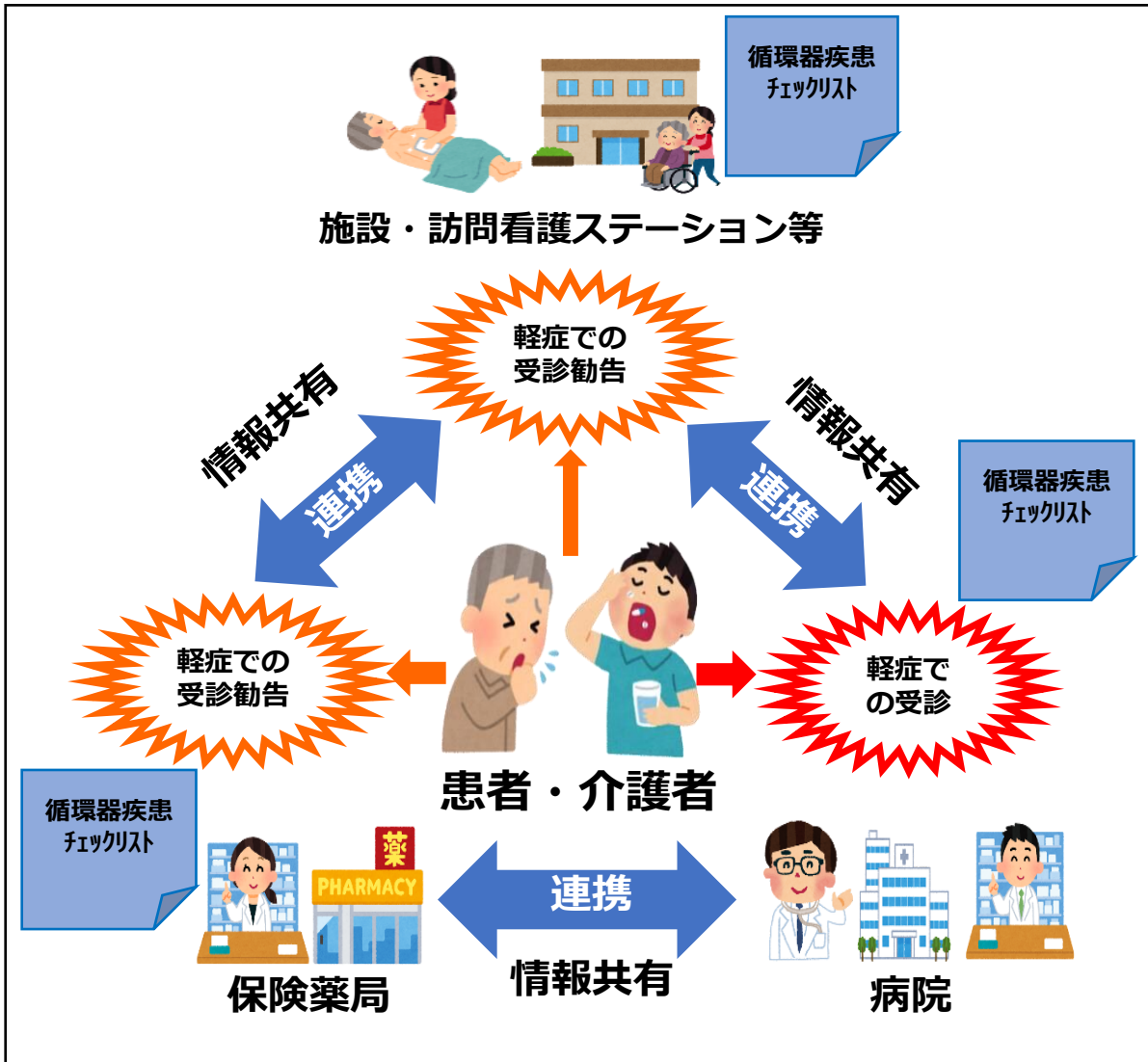
当院では、心不全による自覚症状が少ない方に対して、生活指導・運動療法・心不全治療食の体験などを通して自己管理について学ぶ3泊4日の教育入院プログラムがあります。

気になる方はスタッフへお声がけください。

心不全教育入院プログラムの概要

入院前外来	1日目	2日目	3日目	4日目
心エコー 心電図 CPX	入院リハビリテーション 心臓リハビリテーション 運動機能評価 6分間歩行 薬剤師:薬剤指導 栄養士:栄養指導	看護師:リハビリ指導 心臓解剖生理 心不全 心臓リハビリテーション CPX 医師:リハビリ指導 心疾患	心臓リハビリテーション 筋力指導 看護師:リハビリ指導 日常生活の注意点について 総括	退院指導
	心不全治療食	心不全治療食	心不全治療食	心不全治療食

薬剤指導 (薬薬連携)



【送り先】東海大学医学部付属病院

FAX: 0463-93-3737

心不全チェックリスト (保険薬局→循環器内科外来)

保険薬局の方へ 症状の発現状況を記載してFAXで返信をお願いします。

問診日: _____年 月 日

聴取した相手: 本人・家族・その他 ()

患者ID:

キーパーソン:

患者氏名: _____様

主治医:

保険薬局情報 (名称・TEL・FAX等)

担当薬剤師氏名:

あてはまるものにチェック☑を入れてください

前回外来と比較して体重が2kg以上増えましたか?	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
むくみはありますか? (靴下のあとがつくなど)	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
日中の息苦しさはありますか?	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
階段などでの息切れはありますか?	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
安静時にふらつき・めまいはありますか?	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
立ち上がる時のふらつき・めまいはありますか?	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
疲れやすいと感じますか?	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
息苦しくて眠れないと感じますか?	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
食欲の低下がありますか?	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
お薬は医師の指示通りに飲めていますか?	<input type="checkbox"/> おおむね飲んでいる <input type="checkbox"/> ときどき飲み忘れる <input type="checkbox"/> 飲み忘れることが多い <input type="checkbox"/> ほとんど飲んでいない <input type="checkbox"/> 食事をとらないとき	
どんなときにお薬を飲み忘れますか?	<input type="checkbox"/> 外出時にお薬を持参しなかったとき <input type="checkbox"/> 飲んだかどうかわからなくなったとき <input type="checkbox"/> 飲むタイミングがわからない <input type="checkbox"/> その他 ()	

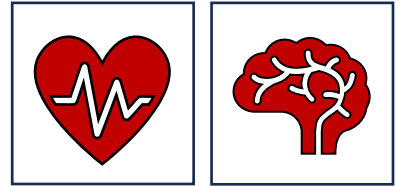
※服薬指導を行った場合はチェックしてください。
 □飲み忘れの対策について指導を行った。
 その他、報告事項があれば記載してください。

※個人情報にかかる同意について、以下項目のいずれかをチェックしてください。

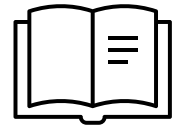
□東海大学医学部付属病院への情報提供は患者の同意を得ています。 □施設内掲示にて包括同意を得ています。

<問い合わせ先>東海大学医学部付属病院 (代表) : 0463-93-1121
 循環器内科外来

疾患別シール



おくすり手帳



脳卒中・心臓病等総合支援センターモデル事業（お薬手帳用シール）

①脳血管疾患



②心疾患



③脳血管疾患と心疾患（案1）



④脳血管疾患と心疾患（案2）



⑤血液サラサラ服用中（案1）



⑥血液サラサラ服用中（案2）



⑦ワルファリン（検討中1）



⑧ワルファリン（検討中2）



⑨心不全（案1）



⑩心不全（案2）



その他の進行中事業

- 弁膜症教育ビデオ
- 進行中です。