



洛和会丸太町病院は
京都ハンナリーズを
応援しています。



洛和会丸太町病院 地域連携ニュース

〒604-8401 京都市中京区七本松通丸太町上ル TEL 075 (801) 0351(代) <https://www.rakuwa.or.jp/maruta/>



着任のごあいさつ

苦痛を抑えた内視鏡診療と 治療技術を提供



洛和会丸太町病院 消化器センター内科 部長 宮脇 喜一郎
みやわき き いちろう

専門分野 専門医認定・資格など

消化器一般 日本内科学会総合内科専門医
内視鏡治療 日本消化器病学会消化器病専門医
日本消化器内視鏡学会消化器内視鏡専門医

2025(令和7)年5月1日に洛和会丸太町病院 消化器センター内科に着任いたしました。出身は福井県です。2002(平成14)年に福岡大学医学部を卒業後、京都府立医科大学消化器内科で2年間の研修期間を経て、湖北総合病院(現 長浜市立湖北病院)、朝日大学歯学部附属村上記念病院(現 朝日大学病院)、康生会武田病院、京都九条病院で消化器内科医として診療に従事してきました。専門は消化器疾患、特に内視鏡を用いた検査・治療です。

内視鏡検査に関しては、当科では鎮静剤の使用をお勧めしており、できるだけ苦痛を軽減して行うことを心掛けております。具体的な内視鏡治療としては、出血性病变に対する止血術、食道・胃・大腸の早期がんに

対する内視鏡的切除術(EMR・ESD)、食道静脈瘤に対する硬化療法(EISL)、膵胆道疾患に対する内視鏡治療(ERCP)を行っております。

検査、治療、定期的な経過観察も含め、地域の方々が安心して日常生活を送っていただけるように尽力いたします。



外来担当医表 消化器センター内科 ※火・金曜日のみ当日受付時間が午前8時30分～午前11時となります。

時 間	月	火	水	木	金
午前8時30分～正午	中村 英樹	宮脇 喜一郎	太田 崇之	宮脇 喜一郎	太田 崇之

内視鏡担当 ※夜間、休日にも緊急内視鏡検査が可能な体制を整えております。

★…女性医師

時 間	月	火	水	木	金
＜胃カメラ＞ 午前9時～正午	宮脇 喜一郎 太田 崇之	太田 崇之 松村 晋矢	宮脇 喜一郎 榊田 智喜	太田 崇之 落合 都萌子★	宮脇 喜一郎 松村 晋矢
＜大腸ファイバー＞ 午後1時30分～午後4時	宮脇 喜一郎 太田 崇之	太田 崇之 松村 晋矢	宮脇 喜一郎 榊田 智喜	太田 崇之 落合 都萌子★	宮脇 喜一郎 松村 晋矢

※土曜・日曜・祝日・年末年始(12月30日～1月3日)は休診です。

お問い合わせ

洛和会丸太町病院 消化器センター内科
TEL 075(801)0351(代)



洛和会丸太町病院公式LINEでは
最新情報を定期的に配信しています



夏の脱水を防ごう!

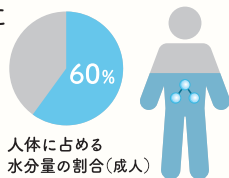
洛和会丸太町病院 栄養管理室 管理栄養士 筒井 萌

1日に必要な水分量は?

	体内を占める水分量の割合	体重1kgあたりの必要水分量
乳幼児	75%	120ml
子ども	70%	100ml
成人	60%	50ml
高齢者	50%	40ml

「体重1kgあたりに含まれる水分量」は年齢、性別、体脂肪量などの要因によって変化します。

(例)60歳の男性
60kg=3000ml



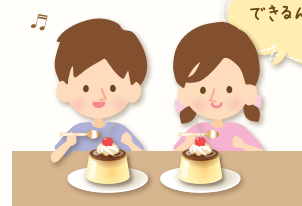
人体に占める水分量の割合(成人)

体内の水分の出入り

摂取源	摂取量	排出源	排出量
食 事	約1000ml	便	約200~300ml
飲 物	約1000~1500ml	尿	約1000~1500ml
体内での代謝水	約200~300ml	不感蒸泄 (皮膚や呼吸からの蒸発)	約1000ml
合 計	約2200~2800ml	合 計	約2200~2800ml

特に夏は食欲低下により食事からの水分摂取量の不足+水分補給の不足…

摂取源<排出源のアンバランスで脱水の危険性↑
食欲がないときは、間食で補給を!豆腐、プリン、とろこてんなど食べやすいものをこまめに補給。



脱水予防の水分の摂り方

1日の水分必要量(ml/日) =
25~30ml×現在の体重(kg)

(例)体重60kgの人では1日水分必要量は約1800ml

※循環器疾患や腎臓病がある方は制限が必要な場合があります。



こまめな水分補給のポイント

①喉が渇く前に飲む!

- 目安は1時間にコップ1杯=約200mlを意識しましょう。

②朝・昼・夕の食事の時に飲む!

③起床後、入浴前&後、運動後は必ず飲む!

- 寝ている間や汗をかいた後は、体内の水分が失われています。起きたらコップ1杯の水を摂取しましょう。
- 運動後に大量の汗をかいた時はスポーツドリンクでの補給を。

利尿作用の高い飲み物は飲み過ぎに注意!



コーヒー、緑茶、紅茶、
アルコール類、甘いジュース など

スポーツドリンクの注意点!

一般的なスポーツドリンク(500ml)には
30~60gの糖分が含まれています。

話題の経口補水液は500mlあたり約20gの糖分が含まれています。
食塩も500mlあたり1.46g=梅干し中1個分=味噌汁1杯分



1日の糖分摂取量の目安は
砂糖に換算すると25g程度

スポーツドリンク1本で
オーバーしてしまう可能性も。糖分の取り過ぎは
肥満・糖尿病・虫歯の
リスクを高めます。



500ml あたり
10本



500ml あたり
6.5本

スティックシュガー1本(3g)=12kcal

普段から予防的に飲む必要はありませんが、

運動時、発熱、下痢、脱水などの時にはスポーツ
ドリンクや経口補水液の使用をおすすめします。



当院では24時間365日、急患・救急診療に対応しています。また、受け入れ可能な医療機関が少ない
耳鼻科の夜間救急にも対応しています。(月~金曜日 午後7時~11時) <https://www.rakuwa.or.jp/maruta/kyukyu/>

お問い合わせ

洛和会丸太町病院 地域連携課 TEL 075(801)0351(代)