



医療
連携

つつじ

vol.55

TOPICS

「スポーツ整形外科」が新しく誕生します
スポーツとリハビリテーション
安心してご依頼いただける画像診断体制
外来担当表



あなたの「もっと動きたい」に伴走する。

JCHO 東京山手メディカルセンターに
「スポーツ整形外科」が新しく誕生します。

オープン日 2026 年【7 月 3 日(金)】診療開始

対象 ジュニアアスリート（部活動生）から、プロ・実業団選手、趣味でスポーツを楽しむ
市民ランナー、アクティブシニアまで

「もうスポーツは諦めてください」とは、私たちは決して言いません。

私たちが「スポーツ専門」の診療科を立ち上げる理由

一般的な整形外科のゴールが「日常生活に支障がない状態に戻すこと」であるならば、スポーツ整形外科のゴールは「競技への完全復帰、そしてパフォーマンスの向上」です。

これまで、地域の多くのアスリートや部活動に励む学生たちが、怪我や痛みを抱えながらも「どこに相談すればいいのかわからない」「普通の病院に行ったら『しばらく運動を休んでください』とだけ言われて途方に暮れた」という経験をしてきました。

スポーツによる身体のダメージは、日常生活で起こる変形性の関節痛などとは、発生のメカニズムも、求められる回復のスピードも全く異なります。

- ・「次の大会までにどうしても間に合わせたい」
- ・「同じ怪我を何度も繰り返してしまう原因を知りたい」
- ・「年齢を重ねても、大好きなテニスやゴルフを全力で続けたい」

こうした切実な声に応えるため、当院は専門の医師、理学療法士、作業療法士、最新の医療設備を揃え、スポーツに特化した医療を提供する体制を整えました。私たちは、単に骨や筋肉の傷を治すだけでなく、あなたの「競技人生」を守り、支えるパートナーとなることをお約束します。

特徴 1：スポーツ医学のスペシャリストによる的確な診断と治療

当院のスポーツ整形外科では、日本整形外科学会認定のスポーツ医や、数々のトップチーム・アスリートを支えている実績を持つ専門医が診療を担当します。

スポーツ障害の治療で最も重要なのは、「なぜその怪我が発生したのか」という根本的な原因（背景）を突き止めることです。単に「使いすぎ（オーバーユース）」で片付けるのではなく、患者さん一人ひとりのフォームの癖、筋力のバランス、関節の柔軟性などを総合的に評価します。

骨折や靭帯断裂といった急性外傷に対する迅速な手術対応はもちろんのこと、最適な「保存療法」など、幅広い選択肢の中から最適な治療計画をご提案します。

特徴 2：競技復帰（アスレティックリハビリテーション）に特化した専門チーム

当院のリハビリテーション科には、スポーツ分野に精通した理学療法士（PT）、作業療法士（OT）やアスレティックトレーナー（AT）が在籍しています。

私たちのリハビリは、病院のベッドの上や、限られたリハビリ室の中だけで完結しません。リハビリスペースでは、実際の競技動作（走る、跳ぶ、蹴るなど）を再現しながら、実戦に近い形でのトレーニングを行います。

「痛みが消えたから終わり」ではなく、「競技に復帰しても再発しない身体を作る」こと。そして「怪我をする前よりもパフォーマンスを向上させる」こと。これが、当院のメディカル・リハビリテーションの基準です。

特徴 3：最先端の医療機器・動作解析システムの導入

感覚や経験だけに頼らない、科学的根拠（エビデンス）に基づいた医療を提供するため、最新の医療設備を導入しました。

- **高解像度 3.0T MRI / 超音波診断装置（エコー）**：レントゲンには写らない、ミリ単位の微細な筋肉の損傷（肉離れ）や靭帯・腱の炎症、軟骨の傷を見逃しません。エコーを用いて、動かしたときの組織の引っかかりなどもリアルタイムで観察します。
- **体組成計（InBody）および筋力測定器（Biodex）**：左右の筋肉バランスや部位別の筋力を数値化し、リハビリの進捗状況を客観的に評価します。



InBody

このような症状や怪我、お悩みはありませんか？

スポーツ整形外科では、大きく分けて「スポーツ外傷（一回の大きな衝撃による怪我）」と「スポーツ障害（繰り返しの負担による慢性的な痛み）」の両方を専門的に治療します。

部活動の学生やジュニアアスリートに多い疾患

- **野球肘・野球肩**：投球時に肘の内側や肩が痛む、ボールが投げられない。
- **オスグッド・シュラッター病**：成長期に膝のお皿の下が出っ張ってきて、触ると激しく痛む。
- **シンスプリント**：陸上やサッカーなどで、すねの内側がじわじわと痛む（疲労骨折の疑いも）。
- **足関節靭帯損傷（足首のねんざ）**：たかが捻挫と放置してしまい、足首がグラグラして緩くなっている。
- **離断性骨軟骨炎**：関節の軟骨が一部剥がれてしまい、動きがロックされる。

社会人・市民アスリート・アクティブシニアに多い疾患

- ・ **前十字靱帯（ACL）断裂・半月板損傷**：バスケットボールやサッカーのピボットや着地で膝をひねった。
- ・ **テニス肘・ゴルフ肘**：ラケットを振る、クラブを握ってスイングする際、肘の外側・内側が痛む。
- ・ **アキレス腱断裂・アキレス腱**：ダッシュやジャンプの瞬間にふくらはぎの後ろで「プチッ」と音がした、歩くとアキレス腱が痛む。
- ・ **腱板断裂・肩関節周囲炎（五十肩）**：水泳やバドミントンで腕を上にはげるときに肩が引っかかる、夜中に肩が痛くて目が覚める。
- ・ **足底腱膜炎**：朝、起きて最初の一步目を踏み出したときに、かかとのあたりが激痛に襲われる。

治療とリハビリの流れ：受診から復帰までのステップ

当院では、患者さんが安心して治療に専念できるよう、競技復帰までのロードマップを明確に提示します。

ステップ1：精密な診断とカウンセリング（初診）

まずは医師による問診と触診、そして必要に応じた画像検査（レントゲン、MRI、エコー等）を行います。単に病名を診断するだけでなく、「いつまでに、どのレベルでの復帰を目指すのか」という、患者さん一人ひとりのゴールを詳しくヒアリングします。

ステップ2：急性期治療とメディカルリハビリテーション

感覚や経験だけに頼らない、科学的痛みの強い初期段階では、消炎鎮痛剤の処方や注射、最新の物理療法機器（高周波など）を用いて、迅速に炎症を抑えます。同時に、患部に負担をかけない範囲で、他の部位の筋力低下や柔軟性の低下を防ぐリハビリを早期から開始します（早期運動療法）。

ステップ3：アスレティックリハビリテーション（競技特性に応じたトレーニング）

患部の組織が修復され、日常生活レベルの動きが可能になったら、いよいよスポーツ復帰に向けた専門リハビリへ移行します。競技ごとの特殊な動き（ステップ、カッティング、投球など）を分析し、再発の原因となる「身体の使い方」を徹底的に修正します。筋力や柔軟性が基準値に達しているかを客観的なデータで測定しながら、段階的に負荷を上げていきます。

ステップ4：フィールドへの完全復帰とアフターケア

チームの練習や試合へ部分的に合流し、最終的に完全復帰を果たします。復帰後も、セルフケアの方法やウォーミングアップ、クールダウンの指導を行い、再び怪我をしないためのコンディショニングを継続的にサポートします。

専門医からのメッセージ

【スポーツ整形外科 医長 / 医師：田中 哲平】 日本整形外科学会認定整形外科専門医・スポーツ医

スポーツにおける怪我は、時間の経過とともに自然に治るものばかりではありません。適切な初期対応と、復帰に向けた正しいトレーニングがなければ、パフォーマンスの低下や再発を招いてしまいます。私たちの仕事は、単に『安静にしてください』ということではありません。どうすれば最小限の休みで、かつ安全にフィールドへ戻れるかを、医学的な視点から徹底的に考え抜くことです。プロを目指す若者から、生涯現役でスポーツを楽しみたいシニアの方まで、すべての『動きたい』という熱い想いに、私たちは全力で寄り添います。どんな小さな痛みや違和感でも、我慢せずに当院へお越しください。

スポーツとリハビリテーション

リハビリテーション士長 稲熊 成憲

スポーツを行っていくうえで、「怪我をしない体」づくりは非常に大切です。しかし、この考え方は我々がスポーツを行い、怪我などによる挫折を経験し、「少し時間」を置き、冷静になった時に気がつく事です。スポーツによる怪我（スポーツ外傷・障害）を負ったアスリートやスポーツ愛好家が、単に「日常生活に支障がない状態」に戻るだけでなく、「安全かつ高いパフォーマンスで競技に復帰すること」を目指す専門的なリハビリテーション（以下；リハビリ）です。「怪我をしない体」というのなら現代のリハビリテーション医学の範疇ではないのかもしれない。当院リハビリテーション科がこれから「スポーツリハビリテーション」を「スポーツ整形」と共に推し進める経緯とこれからを少し自分の経験を基にご紹介させていただきます。



トレーニング風景

「スポーツリハビリテーション（以下；スポーツリハ）」は、理学療法士（以下；PT）の主戦場となります。「スポーツリハ」にあこがれてPTを目指したものも少なくはないでしょう。しかし、本当にトップ選手のサポートができるようになるまでにはとてつもない学習と経験が必要である。この学習と経験は決してスポーツに特化されるものではなく、多くの疾患や怪我への対応に役立つ知識と経験、そして日々の業務にも生かされるものである。当院が行おうとしているスポーツリハは、日々の一般臨床業務と並行して行う事で双方に提供できるリハビリを高める糧ともなっている。

私自身の話をすると、前職（新宿メディカルセンター）で北京五輪から東京五輪までの間、柔道日本代表選手の治療に携わってきた経験があります。主には上肢（肩、肘、手）の外傷の治療が主でしたが、多くの選手は競技を続けながらの治療とそれら怪我の結果を補う身体づくりを繰り返していました。また、オリンピック候補選手は身体的なケアだけでなく、大会出場のためにポイントを稼がないといけないため、連戦に次ぐ連戦を強いられています。ここでもう一つ必要なケアがメンタルケアです。スポーツリハの役割は身体的ケアと精神的ケアの両立があって成り立っていることを痛感しました。

当院で行われるスポーツリハは、①急性期（炎症コントロール）、②回復期（組織の修復）、③機能向上期（アスレチックリハビリテーション）、④競技復帰期（フィールドテストと実践）の4期に分かれて実施することを基本形態としています。急性期から回復期までは一般的な治療行為同様に主に入院による介入を行います。疼痛コントロールと組織の修復を速やかに行うために超音波治療器をはじめ電気治療器など様々な物理療法も並行して行っています。機能向上期からは各種目とその対象者の身体的特性に合ったトレーニングへと負荷量を上げて行きます。現在も行っていますが、競技復帰期では実際の現場に出向いてテーピングなどの補助療法の実施や、トレーニング指導などを行っています。

今後、様々な競技への介入を増やし、より精度の高い治療を提供していきます。さらには、小中高生への介入を増やし、成長と競技に合った身体づくりを行っていきます。



サイベックス

安心してご依頼いただける画像診断体制



— 放射線科のご紹介と

CT・MRI・骨密度検査のご案内 —

放射線科診療部

診療放射線技師長 星野 弘



平素より当院の診療活動に格別のご高配を賜り、心より御礼申し上げます。地域の先生方には、日頃より多くの患者さんをご紹介いただき、診断・治療の一端を担わせていただいておりますことに、改めまして深く感謝申し上げます。

放射線科は、先生方の診療を支える「確かな画像診断」を提供することを使命とし、日々、検査体制の整備・設備更新・医療DXへの対応を進めております。画像診断は、患者さんの治療方針を左右する重要な工程であり、その責任の重さを常に胸に刻みながら、精度の高い検査と迅速な読影を心がけております。

本日は、当科の概要とともに、CT・MRI・骨密度検査のご利用方法について、改めましてご案内申し上げます。

放射線科の概要

当科は、**放射線科専門医 1 名／診療放射線技師 22 名**により構成され、画像診断部門・健診センター部門を中心に幅広い検査を提供しています。

対応検査一覧

- ・一般撮影（パントモ撮影、歯科 CT など）
- ・CT（80 列・64 列 MDCT）
- ・MRI（3T・1.5T）
- ・X 線透視検査（胃・小腸・大腸）
- ・心血管撮影（PCI、PTA、アブレーション、TACE、コイル塞栓術など）
- ・核医学検査（骨シンチ、脳血流 SPECT、心筋血流シンチなど）
- ・マンモグラフィ検査（トモシンセシス対応）
- ・骨密度検査（DEXA）



医療 DX・AI 技術への取り組み

- ・RIS 更新（2022 年）
- ・バーコード認証による医療安全強化
- ・画像データ管理体制の強化（PACS 更新予定：2027 年）
- ・AI 技術の導入準備（読影レポートシステム：2027 年）

地域医療への貢献

地域医療機関の皆様からの CT・MRI・骨密度検査依頼に柔軟に対応し、放射線科専門医が迅速に読影レポートを作成いたします。

CT・MRI 検査のご利用案内

■ 予約不要（単純検査）

造影剤を使用しない単純 CT・MRI 検査は
事前予約不要 です。

受付時間（平日）

- ・ CT 検査：9:00～16:00
- ・ MRI 検査：13:00～16:00
- ・ ※午前は混雑により待ち時間が発生する
場合があります。

■ 当日の流れ

1. 総合受付 2 番カウンター
2. 総合医療相談センター（8 番窓口）
3. 放射線科受付（検査室）

■ 当日の読影結果

- ・ 約 60 分で結果をお渡しいたします
- ・ 緊急所見は速やかにご連絡いたします
- ・ 造影検査をご希望の場合は、事前に地域医療連携
室へご相談ください

■ 必要書類

- ・ 診療情報提供書
- ・ 検査指示書
- ・ 検査説明書（患者さん用）
- ・ MRI チェックシート（MRI 時）
- ・ マイナンバーカードまたは資格確認証
- ・ 診察券（受診歴がある場合）



骨密度検査（DEXA）のご利用案内

■ 予約不要

平日 13:00～16:00 にお越しください。

■ 結果

当日中に患者さん用・紹介元医療機関用の 2 部
をお渡しいたします。

■ 検査内容

- ・ 測定部位：腰椎・大腿頸部
- ・ 所要時間：10～15 分

■ 費用（3 割負担）

約 2,500 円（2026 年 6 月現在）



..... ☎ お問い合わせ（地域医療連携室）

東京山手メディカルセンター 地域医療連携室 TEL：03-3364-0366（平日 8:30～17:00）

FAX：03-3365-5951（24 時間受付）

最後に

当院放射線科は、「地域医療を支える確かな画像診断」を理念に掲げ、先生方の診療を力強く支援できる体制づくりに日々努めております。

また、医療 DX の進展や AI 技術の導入など、医療環境は大きく変化していますが、こうした変化を前向きに捉え、より安全で効率的、そして患者さんにとって負担の少ない検査体制を整えるべく、設備更新・業務改善を継続的に進めてまいります。地域の先生方から安心してご依頼いただけるよう、スタッフ一同、丁寧な対応と確かな技術をもってお応えいたします。

今後も、地域医療の発展に寄与できるよう、皆さまとの連携をさらに深め、患者さんにとって最良の医療を提供できるよう尽力してまいります。引き続きご指導ご鞭撻のほど、何卒よろしくお願い申し上げます。

東京山手メディカルセンター

外来担当表

※医師の指定がある場合は、お電話にて休診をご確認ください。 ※診療の受付時間は 8:30 ~ 11:00 です。

◆ 受付時間を過ぎる場合や緊急の場合は地域医療連携室にお問い合わせください。

地域医療連携室（業務時間 午前 8:30 ~ 午後 5:00）直通 TEL:03-3364-0366 直通 FAX:03-3365-5951

2026/7/1 ~

◆ 午後 5:00 ~ 午前 8:30 の夜間、土日祝日はこちらにお問い合わせください。 → 03-3364-0251 (代表)

* 女性

科別	月 火 水 木 金					
内科	内科1	増田 怜(循)	林 洋介(循)	薄井 宙男(循)	薄井 宙男(循)	渡邊 匠(循)
		高田 晃輔(循)	村上 輔(循)	渡部 真吾(循)	吉川 俊治(循)	鈴木 篤(循)
		佐野 弘二(消)	三浦 英明(肝)	鈴木 孝徳(血)	三浦 英明(肝)	*小堀 朋子(呼)
		大河内 康実(呼)	*米野 由希子(血)	*井窪 祐美子(呼)	園田 光(炎腸疾)	大河内 康実(呼)
		*岩本 志穂(炎腸疾)	園田 光(炎腸疾)	深田 雅之(炎腸疾)	*岩本 志穂(炎腸疾)	深田 雅之(炎腸疾)
			笠井 昭吾(呼)	山内 啓太(リ膠)	*高垣 菜々子(呼)	*今西 真実子(消)
		東海林 寛樹(呼)	*金地 美和(リ膠)	*酒匂 美奈子(炎腸疾)	鈴木 淳司(腎)	齊藤 悠一(消)
	初診	岡野 荘(炎腸疾)	*立石 翔(消)	齋藤 聡(消)	上山 知人(消)	*酒匂 美奈子(炎腸疾)
		交替制	交代制	交替制	交替制	交代制
		深田 雅之	*酒匂 美奈子	園田 光	岡野 荘	*岩本 志穂
大腸・ 肛門外科	リウマチ膠原病科 (予約制)	石黒 賢志(午後)				*金地 美和(午後)
	内科2	*浅井 美帆(糖)	日高 章寿(糖)	*中西 直子(糖)	日高 章寿(糖)	*堀越 桃子(糖)
		*堀越 桃子(糖)	*堀江 有実子(糖)	*堀江 有実子(糖)	*堀越 桃子(糖)	*浅井 美帆(糖)
		野本 宏(メタル)	*古田 夏紀(メタル)	鈴木 淳司(腎)	米澤 大晟(メタル)	水野 智仁(腎)
	(予約制) 直接肛門科外来に お電話ください。 内線2160	*古川 聡美	山名 哲郎	*西尾 梨沙	岡本 欣也	大城 泰平
		岡本 欣也	*西尾 梨沙	大城 泰平	山名 哲郎	*古川 聡美
		*井上 英美(午後)	*新谷 裕美子(1・3週)	*井上 英美(午後)		
外科	午前	消化器外科 (上部消化管・肝胆膵)	久保田 啓介	工藤 宏樹		工藤 宏樹
		乳腺外科			森戸 正顕	
		形成外科		伊地知 正賢	橋本 政典	
		呼吸器外科	佐藤 淳俊	佐藤 淳俊	*富岡 容子	佐藤 淳俊
		心臓血管外科	*山本 沙希	水谷 栄基		水谷 栄基
	午後		恵木 康壮	高澤 賢次		村岡 新(あし外来含む)
		※印は予約制直接外来に お電話ください。 内線2120		※リンパ浮腫ケア外来2・4週 佐藤 淳俊	※ソケヘルニア外来 伊地知 正賢	※乳腺外来 工藤 宏樹
		久保田 啓介(乳癌一次検診)		伊地知 正賢(乳癌一次検診)		
		*山本 沙希		恵木 康壮(あし外来第2週)	※齊藤 翔吾(あし外来含む)	
		*和田 友美		*吉田 光代		橋本 耕一
産婦人科	午前 婦人科	予約	*野村 香央里	小林 浩一(完全予約制)		*上原 ゆり子
		予約外	橋本 耕一	橋本 耕一		*吉田／林
	午前産科(予約)	林 紘太	*大村 恵梨香	交替代		*和田／非常勤医師
		小林／北村／*吉田	*丸山／交代制	*和田／林	*大村 恵梨香	*飯島 卓夫
整形外科	午前	整形外科	飯島 卓夫	飯島 卓夫	遠藤 俊宏	飯島 卓夫
			田中 哲平	岡本 直樹	佐藤 虎ノ助	田代 俊之
			*大江 美萌子	*大江 美萌子		田中 哲平
	手外科		中山 光			岸 大樹
		河野 慎次郎		河野 慎次郎		
		脊椎脊髄外科 (予約制)	平林 茂	休診	休診	休診
脳神経 外科	午前	緊急対応のみ	大野(初診/連携/救急)	高草木 宏之 (初診/連携/救急)	大野(初診/連携/救急)	緊急対応のみ
				大野 博康(予約)		
小児科	午前	*高松 朋子	*高松 朋子	早川 潤	*高松 朋子	*中坪 亜里紗
		*中坪 亜里紗	加藤 拓也	*中坪 亜里紗	沼部 博直	*大野 幸子
			*中坪 亜里紗		*中坪 亜里紗	*高松 朋子
眼科	午後 予約外来	*高松／*中坪	*高松／*中坪	*中坪／早川	*高松／*中坪	*高松／*中坪
		地場 達也	地場 達也	地場 達也	地場 達也	地場 達也
泌尿器科	午前	*吉田(初診・予約外)	*野崎(初診・予約外)	*吉田(初診・予約外)	休診	*野崎／*吉田
		*野崎(初診・予約)	*吉田／横田(予約)	*野崎(初診・予約)		横田(予約)
耳鼻 咽喉科	午前	*金谷 佳織	*金谷 佳織	*金谷 佳織	*金谷 佳織	交替制
		中田 智明	中田 智明	中田 智明		*水上 藍子
皮膚科	午前	鳥居 秀嗣	鳥居 秀嗣	鳥居 秀嗣	鳥居 秀嗣	鳥居 秀嗣
		*長谷川 晶子	*長谷川 晶子	*長谷川 晶子	*長谷川 晶子	*長谷川 晶子
歯科・ 口腔外科	午後 (1:30~3:00)			*長谷川 晶子		
歯科・ 口腔外科	午前	中野 雅昭	中野 雅昭	中野 雅昭	中野 雅昭	中野 雅昭
		熊谷 順也	熊谷 順也	熊谷 順也	熊谷 順也	熊谷 順也



独立行政法人 地域医療機能推進機構

やまて
東京山手メディカルセンター

〒169-0073 東京都新宿区百人町 3-22-1

TEL 03-3364-0251

FAX 03-3364-5663

URL <https://yamate.jcho.go.jp/>