

VOICE

[ヴォイス]

Vol. 21
2018 AUTUMN・WINTER
November・December・January・February

**VOICE
特集**

**乳がんと良性疾患をトータルに検診・治療する
乳腺センター**



Dr.Asai 留学紀行(後編)

RELAY MESSAGE /

様々な栄養飲料のご紹介

From 医療技術部 栄養管理部門

From 高精度放射線治療センター

連携クリニック /

澤田内科クリニック、坂井医院

多根記念眼科病院 /

「第2回 アイリスの会」開催報告

多根クリニック /

健康保険組合からの補助金について

亀望会 / 花乃井地域総合相談窓口

居宅介護支援事業所より /

高齢者日常生活用具給付事業について

HAPPY RECIPE /

たっぷりきのこのチャプチェ

INFORMATION

乳がんと良性疾患をトータルに検診・治療する乳腺センター

長年乳がん治療に携わってこられた西敏夫先生をセンター長として迎え、2018(平成30)年7月に発足した『乳腺センター』。森塚児外科部長とともに乳腺疾患全般の治療に携わるセンターの取り組みについて、お話をうかがいました。



乳腺センター長
外科 副院長
西 敏夫
TOSHIO NISHI

**増加傾向の乳がんを診断・治療し
社会・家庭の中心となる女性を救う**
西敏夫副院長・乳腺センター長(以下西)

乳がんは乳房の中の母乳を作る小葉や、母乳を乳頭まで運ぶ乳管などの乳腺から発生する悪性腫瘍です。自身で気づく症状としては、腫瘍が大きくなることでしこりとして現れたり、腫瘍が乳房の皮膚の近くにまで及ぶとエタボのようなひきつれが現れ、乳頭や乳輪に湿疹ができたりたれたりすることもあります。また乳房の近くには脇の下のリンパ節があり、これらに転移してしこり、腕のむくみや腕のしびれなどの症状を引き起こすこともあります。

成人女性の11人に1人の割合でかかると言われ、女性がかかるがんとしてはトップ。しかも年々増加傾向にあるにもかかわらず乳がん検診の受診率は低く、乳がんによる死亡率が低下しているアメリカやイギリスに対し、日本では増加しているのです。

乳がんの問題点は、若い方に多いことにあります。罹患率は30歳代後半から急増し、40歳代から50歳代がピークになります。そして40歳代でがんになってしまう方の半分以上は乳がんによるもの。この年代の女性は、社会の中で中心的な役割を担うポジションに就いていたり、家庭では子育ての真っ最中にある重要な時期。そんななか乳がんになり闘病生活を強いられるということは、

家庭にとって大きな不安となるだけでなく、社会的損失も生じます。乳がんは患者個人やその家庭だけではなく、日本全体の問題でもあるのです。死亡率が増加している一方、乳がんは早期に見つかれば生存率が高い病気です。2センチ以下のしこりでリンパ節に転移がない1期から治療を始めれば、10年生存率は約90%に上ります。だからきちんと検診を受けて、早期に見つけることが大切。当センターでは大阪市の乳がん検診を受けられるだけでなく、精密検査機関の役割も担い、乳がんの早期発見に尽力しています。

**年間200例の手術実績
乳がんのみならず、乳腺全体を診る**
西 私 は当院の乳腺センターの立ち上げに伴い新たにセンター長として着任しましたが、それまでは市立貝塚病院の乳がん高度検診治療センターのセンター長として勤めていました。2006(平成18)年に設置されたセンターで、当時まだ乳がん検診の方法も統一されていなかった大阪府において、大阪府南部の乳がん診療拠点病院となるべく立ち上げられた部門です。

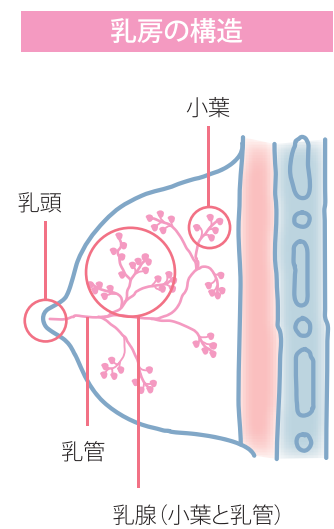
南大阪の広範囲から患者さまを受け入れ年間3000件の乳がん検診を行い、さらに精密検査まで実施。私も検診マングラフィ読影医師のAランク認定を取得し検診に力を入れると同時に、手術にも多く携わり、年間200件ほどの手術を執刀してきました。堺市以南の乳がん患者

数は年間400名と言われているので、その半数は市立貝塚病院の乳がん高度検診・治療センターで治療していた計算になります。当院では『乳腺センター』の名の通り、乳がん以外に乳腺の良性疾患も診療できるのが特徴です。乳がんだけを専門にしている施設では、意外と乳腺症などの良性疾患を診る経験が少なく、治療が難しいこともあります。また乳がんの治療だけを専門にしていると乳がんか良性疾患かの判別ができないということもありますが、当センターでは乳腺の疾患を総合的に診断し、治療しています。さらに当院には日帰り手術センターがあり、良性疾患なら日帰り手術で対応できるケースもあります。

**乳がん治療に欠かせないチーム医療で
トータルに迅速な診療を提供**
森塚児外科部長(以下森) 西先生が着任され、乳腺センターがスタートして変わったことは、マンパワーが増えたことにより多角的に診断や治療方針の相談ができるようになったことです。実は乳がんは他のがん種と違い、同じ病態でも医師によって意見が分かれることが多いのが特徴です。内分泌療法から化学療法に切り替えるタイミングや、投与する薬の種類も医師によって選択が少し変わってきます。そのため経験豊富な西先生と共に検討することで、患者さまにとってよりよい治療を提供でき

乳がんって？

乳がんは乳房にできる悪性の腫瘍のことです。多くは母乳を乳頭に運ぶ乳管で発生する乳管がんです。



女性の30~64歳では死亡原因のトップ

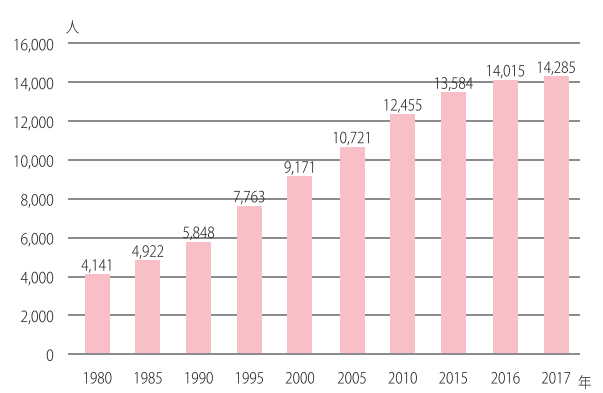
がんの罹患率も高くなっており、女性では乳房が1位となっています。罹患数(全国推計値 2013年)

	1位	2位	3位	4位	5位
男性	胃	肺	大腸	前立腺	肝臓
女性	乳房	大腸	胃	肺	子宮
男女計	胃	大腸	肺	乳房	前立腺

元データ:地域がん登録全国推計によるがん罹患データ

乳がんが原因で亡くなる女性は2017年には1万4000人を超え、35年前と比べると3倍以上になっています。

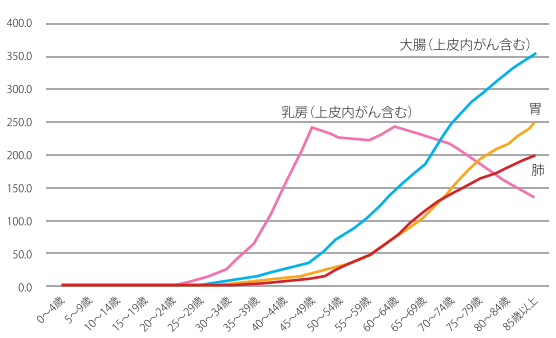
女性の乳がんの死亡数



元データ:国立がん研究センター「がん情報サービス」がん統計

女性の乳がん年齢階級別罹患率

(全国統計値・人口10万人対 2013年)



元データ:国立がん研究センター「がん情報サービス」

また、乳がんは罹る年代で見ると、30歳代から増加し、40歳代後半から50歳代後半にピークを迎えます。

Dr.Asai 留学紀行 後編

今年(2018年)2~4月までの3ヶ月間、内視鏡学会の留学制度を利用していただき右記4施設へ行ってまいりました。

- ①カリフォルニア大学アーバイン校(カリフォルニア州、アメリカ)
- ②セントマークス病院(ロンドン、イギリス)
- ③エラスムス医療センター(ロッテルダム、オランダ)
- ④ロバートウッドジョンソン大学病院(ニュージャージー州、アメリカ)



消化器内科部長
兼 内視鏡センター部長
浅井 哲

前号(VOICE Vol.20夏号)では、①カリフォルニア大学アーバイン校(カリフォルニア州、アメリカ)、②セントマークス病院(ロンドン、イギリス)の紀行をご紹介いたしました。今号では③エラスムス医療センター(ロッテルダム、オランダ)、④ロバートウッドジョンソン大学病院(ニュージャージー州、アメリカ)での体験をご紹介します。

③エラスムス医療センター (EMC:Erasmus Medical Center)

3カ所目のEMCはロッテルダムにあり、アムステルダムにあるAcademic Medical Center (AMC)と並んで世界的に有名な病院です。3月でしたが、寒いし天気も悪いし道は狭いし住みたいとは思いませんでしたが、田舎の方は景色がきれいで素敵でした。



ここEMCでは消化管・胆膵系のあらゆるadvanced endoscopyを日常的に行っており、豊富な症例のもと、海外からも含め多くのフェローが修行を積んでいました。Endoscopic full thickness resection (主に大腸病変に対する内視鏡的全層切除術)はライブ以外では初めて見ましたが、手技も比較的簡便で、ESDの習得が難しい欧米においては早期大腸がんの有望な内視鏡治療のひとつだと思われました。2日間だけAMCにもお世話になりましたが、POEM(食道の筋層を非手術的に内視鏡的切開する日本で開発されたアカラシアの内視鏡治療)とEFTRを2件ずつ見学で貴重な機会でした。加えて特徴的であったのはリサーチフェローの存在です。高みを目指す多くの若手医師が卒業後すぐに臨床医ではなくリサーチフェローとして3年間リ

サーチのみを行います。指導医の下、彼らがプロトコル作成やIRB提出、データ採取・解析、論文執筆を全て行うため、臨床医・上級医の負担はかなり軽減されていると思われました。消化器領域だけでも約30人のリサーチフェローがおり、多くの論文が発表される理由が分かりました。

④ロバートウッドジョンソン大学病院 (RWJ:Robert Wood Johnson University Hospital)

4カ所目のRWJはニュージャージー州(NJ)にあり、この1月にニューヨーク(NY)の病院から移ったKahaleh教授が率いる治療内視鏡チームにお世話になりました。その教授の突然の移籍であったため宿泊先を変えられず、僕はNYに住みNJとの間を車で通勤しておりました。4月に訪れたNYでしたが、異常気象で前半は寒く大雪が降ったこともありました。NYはご存知の通り多国籍でこれまたいわゆるアメリカ人はもういないんじゃないかというくらい「人種のるつぼ」でした。

この施設ではInterventional EUS(EUS下の瘻孔形成術を中心とした治療手技)を数多く見学することができ、時として危険な合併症が起こりうる難易度の高いこの治療を安全に正確に行うためのtipsを勉強できました。tech(テック)と呼ばれる内視鏡技師や放射線技師がかなりプロフェッショナルでその知識と技術が難易度の高い治療の成功に貢献しておりました。また、彼がRWJに移ってまだ3ヶ月ということもあり、advanced endoscopyを行うための頼りになるスタッフ・チーム・ユニットを作る過程での彼のリーダーシップも見ることができ、今後の参考になりました。



POEM終了後に(左)Kahaleh教授

国のイメージをざっくりとまとめると、ヨーロッパは意外と日本人に近い感覚を持っており慎重で、皆平均的で上下関係もしっかりしている、勤務時間が日本やアメリカより短くQOLを大事にしている印象でした。またEUに象徴されるように、マルチナショナルな臨床試験の敷居が低く新しいエビデンスを多く生み出す土壤もありました。アメリカは良くも悪くも「いきさつで”感じて、ずば抜けて良いところも悪いところもたくさんある」といった印象でした。医療保険やコスト意識は良くないですが、新しい発想を否定しない雰囲気・そのアイデアを形にすべく推し進めるポジティブなパワーは、やはりなかなか真似できるものではない部分だと感じました。

一方で、海外にいて日本の医療の良い点が際立って感じられる部分も多くありました。日本と言っても広く施設によりますが、治療前の情報収集・CT/MRIの読影・治療戦略・リスクマネジメントの緻密さ、さらに治療自体の正確さは日本が一番だと感じました。ESDやPOEMなどの内視鏡治療も日本発信で世界中に広がっており、またそのおかげで「日本人内視鏡医は技術が高い」というイメージが今や世界に定着しております。冒頭にも述べたように、多根総合病院はこのような日本とアメリカの良いところ、さらにQOLを大事にするヨーロッパの感覚も併せ持っている病院なので、既に成熟していますが今後もまだまだ伸びしろのある病院で、そこで働かせてもらっていることは幸せだと感じました。

最後になりますが、この度の経験を通して得たアイデアを日本に馴染むような形で消化・吸収し、多根総合病院・日本の医療に貢献するとともに、国際的な感覚を持ち英語でもディスカッションができる医師になるべく、今後も精進する所存であります。今後ともどうぞよろしくお願い致します。



外科部長
森 琢児
TAKUJI MORI

治療を迅速に行える
トワークも軽く総合的なしに各科の医師に相談でき、ブツブツ

と考えています。
また乳癌学会専門医にしか行えない、乳がん切除手術と同時に人工乳房による一次再建が可能になりました。患者さまのQOL(生活の質)に関わる乳房再建手術に選択肢が増えたこともトピックスの一つです。
西 乳房再建手術では形成外科との連携が必須ですが、これに限らず乳癌に関わる病気は他科や他職種とのチーム医療をスムーズに行うことが重要です。先に述べた通り乳房の近くにはリンパ節があり、骨、肺、肝臓、脳などにがんが転移しやすいと言われています。当院なら骨に転移すれば整形外科にお願いし、脳に転移すれば脳外科で手術場合によっては放射線治療科による高精度放射線治療も行えます。
森 当院は診療科間の垣根が低いので他科に相談しやすいのが強みです。時間がかかる手続きなしに各科の医師に相談でき、ブツブツ

乳腺センター 担当外来表

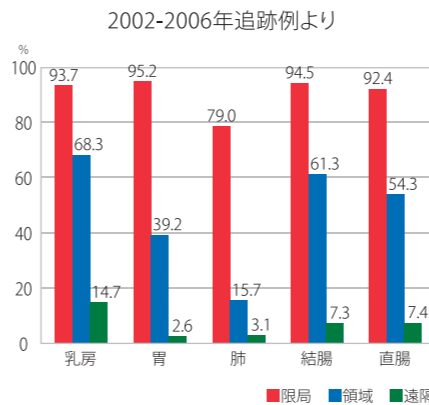
受付時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~11:30	専門 外来	-	-	森 乳腺	-	セカンド オピニオン 予約制
午後 13:00~15:00	専門 外来	森 乳腺	西 乳腺	-	西 乳腺	-

※セカンドオピニオンをご希望の方は原則土曜日で予約制とさせていただきます。
※全診療科で予約診療制度を導入しております。初診、再診に関わらず、あらかじめ予約センターにて診療予約をお取りください。

予約センター ☎ 06-6585-2729(直通)

点は、当院ならでばだと思えます。
西 一般的には検診から結果が分かるまで1~3週間。異常が見つかったら精密検査機関に予約を入れると、そこからさらに1~2ヶ月待つこともあります。当センターなら検診で異常が見つければ翌日でも精密検査ができる。このスピード感は大きなメリットですね。
森 がんに対しては緩和ケア病棟を備え、通院が難しい方には在宅でフォローすることも可能です。近年は病院ごとに特化した機能を持ち、その機能に当てはまらない患者さまは診れないため、がん難民となってしまうこともあります。しかし乳腺センターをはじめ各診療科、部門が揃い、シームレスに連携している当院なら、安心してトータルでお任せいただけます。

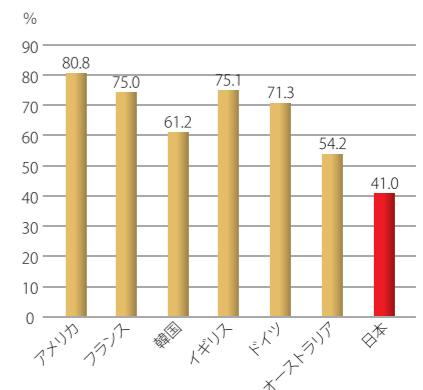
部位別にみた10年相対生存率 (女性・15-99歳、臨床進行度別)



元データ：国立がん研究センター「がん情報サービス」

がんは罹患した部位別の10年相対生存率からみても、他のがんに比べ、限局、領域、遠隔ともに生存率が高いのが分かります。
限局…罹患した臓器のみ
領域…所属リンパ節または隣接臓器にがんが浸潤している
遠隔…遠隔臓器、遠隔リンパ節などに転移・浸潤がある

がん検診受診率の国際比較



元データ：国立がん研究センター「がん情報サービス」

乳がんは早期発見・早期治療を行えば、良好な経過が期待できます。しかし、日本では他国に比べ、まだまだがん検診受診率が低いのが分かります。



「メイバランスミニ」

こちらは、牛乳と比較すると約2倍のエネルギーやたんぱく質を含み、食事が進みにくい時の補助的な役割として活用できます。1本当たり125mlと少量で飲みきりやすく、味の種類が多いので飽きがこないという利点があります。最近ではカップタイプのものでドラッグストアなどでも販売され、気軽に購入できるようになりました。利用の際には好みの味を探してみてくださいはいかがでしょう。

山本 啓太 Keita Yamamoto

「すっきり クリミール りんご味」

今夏から当院に新加入しました。今までの高栄養飲料は味が濃い、しつこい、重たい・・・という意見が多く、さっぱりしたものが飲みたいという声にお応えすべく、職員を対象に試飲会を行い、その中で人気が高かった本品を採用することになりました。組成内容は1本125ml・200kcal、たんぱく質7.5g、脂質0g、食物繊維2.5g。食欲はないがジュースなら進むという方、すっきりした味が好みの方、乳製品が苦手な方、脂質制限のある方、りんご味が好きな方などにお勧めです。

荒金 和歌子 Wakako Aragane



「Vクレス」

1本125mlで1日分のビタミンや微量元素(Fe・Zn・Cu・Se・Cr)が摂れる飲み物です。病院では桃や洋梨味を食事量が少なくビタミン類が不足している方に提供しています。「VクレスCP10」のCPとはコラーゲンペプチドのことで、Vクレスに流行りのコラーゲンが吸収しやすい形で入っており、術後や褥瘡など創傷治癒の必要な方に提供しています。

野口 佳子 Yoshiko Noguchi



いろいろな栄養剤を紹介しましたが甘くて飲みにくいといった声を聞くことがあります。冷たく冷やしたり、凍らせてシャーベットにしたりすると甘味が抑えられます。また、氷を入れたり同じような味のもので割ったり、例えばコーヒー味の栄養飲料+ブラックコーヒーでも美味しくなります。すっきり クリミール りんご味やVクレスなどは脂質が入っていないのでスポーツドリンクで薄めても飲みやすくなります。

栄養飲料の購入方法やおいしい飲み方の工夫など気になることは管理栄養士にご相談ください。

RELAY MESSAGE

リレーメッセージ

様々な栄養飲料のご紹介

From 医療技術部 栄養管理部門

「食欲がない」「食事量が少なくなった」などの相談患者さまに、少量で栄養が摂れる栄養飲料をご提案することがあります。患者さまの病態、必要な栄養素など判断し、いろいろある栄養飲料の中から選択しています。今回はそのような栄養飲料をご紹介します。

「リーナレンLP」

腎疾患や糖尿病性腎症の患者さま向けに高カロリー、低たんぱく質に調節された飲料です。1本たったの125mlで200kcalを補給することができます。糖質は糖尿病に配慮し、吸収が緩やかなパラチノースを使用。脂質は話題のアミノ油や青魚に豊富に含まれるn-3系脂肪酸(オメガ3)を含有。ナトリウム、カリウムを抑え、鉄やビタミンを豊富に含みます。味はコーヒー風味で甘すぎず飲みやすい味です。栄養を摂りたい…でも腎機能や糖尿が気になる…そんな方はぜひ一度お試しください。

石川 真美 Mami Ishikawa



「メディミルロイシンプラス」

この栄養飲料の一番の特長は、分岐鎖アミノ酸(BCAA)が豊富なことです。肝硬変に対しては夜食療法が推奨されており、当院でも眠前に飲んでいただくようにメディミルロイシンプラスを提供しています。

一般的な栄養剤が125mlであるのに比べ100mlでエネルギー200kcal・たんぱく質8gと、より少量で栄養が摂れるため、食事が十分に摂れない方の日々の栄養補給にもお勧めです。

園田 恵梨 Eri Sonoda



連携クリニック

連携クリニックとは

病院とクリニックとが互いに緊密に手を取り合い、適切で切れ目のない医療提供の実現を目指すためのネットワークです。当院でも安心して治療を受けていただけるよう地域のクリニックにご登録いただいております。

坂井医院

【診療科目】麻酔科、内科、小児科

<https://sakaicl.net/>

Osaka Metro九条駅からすぐの場所に今年2月に開院された坂井医院。坂井貴子院長のお父様が創作されたひまわりとあやめのステンドグラスが特徴的なクリニックです。

—明るく清潔な院内ですね。

ありがとうございます。全体の色調を淡いブルー系の色にしてさわやかな落ち着いた雰囲気になりました。キッズスペースを設け、処置室はベッドとベッドの間隔を広めに取り、カーテンで仕切っています。

—診療科目は？

内科、小児科の一般診療に加え、肩凝りや腰痛などの疼痛疾患に対しての理学療法機器・ブロック療法などを用いた麻酔科治療を行っています。

血液検査機器も導入し、急性感染症などについて臨床所見と血液炎症反応データのつき合わせもすぐに可能となりました。

—メッセージをお願いします。

2月に新規開院し、気持ちを新たに、近隣の病院と連携を図りながら街の方々のニーズにこたえていきたいと思っています。通院いただいている高齢の患者さまが急な体調不良などで来院が難しい場合、診療時間内で可能な範囲で往診も検討します。何なりとご相談ください。

院長 さかい たか こ
坂井 貴子

趣味／読書

〒550-0027
大阪市西区九条1-6-14
レジデンス九条2F
TEL:06-6582-7800



澤田内科クリニック

【診療科目】内科、消化器内科

<http://www.sawadaclinic.com/>

大阪ベイエリアのランドマーク、OSAKA BAY TOWER (旧オーク200)内にある澤田内科クリニック。澤田光孝院長は、大学病院や総合病院に勤務後、10年前に開院されました。

—診療科目は？

高血圧・糖尿病など生活習慣病の予防と早期発見・治療に力を入れ、患者さまの健康維持・増進を目指した医療を行っています。特に消化器内科医としての経験と専門性を生かし、逆流性食道炎や胃・十二指腸潰瘍、胃腸炎などの消化器疾患から肝炎、脂肪肝、胆石症などの治療を行っています。

—内視鏡システムを備えていらっしゃいますね。

はい、NBI拡大観察のできる最新の内視鏡システムを備え、苦痛の少ない細径のファイバーを用いた経鼻的胃内視鏡検査や大腸内視鏡検査を行っています。他にカラードップラー機能(血流に色をつけて観察できる)を備えた最新の超音波検査装置による頸動脈超音波検査や腹部超音波検査も行っております。そして全ての診断情報をデジタル化し、患者さまに画像を見ていただきながら結果を説明することができます。

—メッセージをお願いします。

専門家としての医師・医療スタッフに何でも気軽に相談できるクリニックを目指しています。

院長 さわだ みつ たか
澤田 光孝

趣味／旅行、食べ歩き、ダイビング

〒552-0007
大阪市港区弁天1-2-2-600
大阪ベイタワー(旧オーク200) 6F
TEL:06-6573-3792



From 高精度放射線治療センター

放射線療法を受ける患者さまのための看護外来



当院では、様々な専門的知識や技術を持った認定看護師が、患者さまやご家族を対象に、療養上の指導や助言、相談やケアを目的とした看護外来を行っています。今回は、放射線療法の看護外来についてご紹介いたします。

1. 放射線療法の看護外来ってなんだろう？

放射線療法は、がん治療の3本柱の一つとして位置づけられています。放射線療法は、がんを治すための根治治療、がんによる痛みを和らげる緩和治療、術前、術後の補助療法といったさまざまな適応があります。このように放射線療法が適応となった患者さまを対象に、がん放射線療法看護認定看護師が看護外来を行っています。

2. 放射線療法の看護外来における相談内容

主な対象は、①当院で放射線療法を検討されている、または受ける予定の患者さま、②当院で放射線療法を受けた患者さまが対象です。

①当院で放射線療法を検討されている、または受ける予定の患者さまの相談内容

患者さまは、はじめての放射線療法にとまどいや不安を感じているケースが多いです。看護外来では、患者さまが放射線療法に対して感じている疑問や不安、気になっていることなどを詳しくお聞きしながら、患者さまの不安が解消できるように心掛けています。また、予定されている放射線療法に関連した情報(治療スケジュール・治療時間・副作用など)、治療中の日常生活上の注意点、治療費用(支払方法や高額療養費制度の利用について)などを伝え、患者さまの希望に沿って面談を行い、最終的に患者さまが納得して治療を選択することができるようサポートしています。

②当院で放射線療法を受けた患者さまの相談内容

当院で放射線療法を受けた患者さまに対して、治療終了後も治療医と連携しながら定期的に副作用や日常生活

放射線療法 看護外来

場 所：高精度放射線治療センター

担当者：がん放射線療法看護 認定看護師

外来時間：月曜日～金曜日

午前 10：00～12：00

午後 13：00～15：00

※完全予約制 主治医の先生を通して予約してください。

3. 放射線療法の看護外来の受診方法

当院を受診されている患者さまが対象となります。主治医の先生の予約が必要となりますので、受診希望時は主治医の先生へご相談ください。

におけるサポートを行っています。治療終了後に副作用など日常生活で困っている患者さまに対して、適切な指導や助言、ケアを提供しながら治療終了後も安心して日常生活を送ることができるようサポートしています。



毎回人間ドックにまつわるお話をさせていただいているこちらのコーナーですが、今回は少しお得な情報を提供させていただきます。
※申し訳ございませんが、大阪市国民健康保険組合ご加入の方のみになります。

大阪市国民健康保険組合ご加入の30歳～74歳の被保険者および被扶養配偶者の方が指定のコース内容の人間ドックを受診した場合、健康保険組合から助成金を受けることができることは以前ご紹介させていただきました。今回、改めて下記に補助内容をお知らせいたします。

健診料金約30,000円相当の人間ドックを受診された場合、下記の自己負担金でご受診が可能です。

	年齢	自己負担金額	補助金額
①	30歳～39歳	14,000円	約16,000円相当
②	40歳～74歳	10,000円	約20,000円相当
③	45歳	0円	約30,000円相当

しかし上記は平成29年度の時点でしたが、無料対象が**平成30年度より40歳・55歳・65歳の方にも拡大適用**されることになり、より受診しやすい環境が整いました！

健康診断の補助金制度自体まだまだご存じない方もいらっしゃると思いますが、病気は突然襲ってくるケースが少なくありません。ぜひ日々の健康チェックに、人間ドックを選択肢に入れていただくことが健康で健やかな人生を送る近道になりますので、この機会にご検討ください。



<検査内容>

問診・身体計測・血圧・血液検査(肝機能・貧血・感染症等)・尿検査・心肺機能・眼底・眼圧・視力・聴力・胃部X線・腹部超音波・便潜血検査など検査項目は多岐におよびます。長年なかなか本格的な健康診断をご受診できていない方はぜひ無料年度などをご利用の上ご受診ください。



<ご持参いただくもの>

保険証・受診券(40歳～74歳の方)
自己負担金(年齢により0円～14,000円)

※ご受診後2～3週間後にお手元に結果表が届きます。
※女性の方については2年に1回子宮頸がん検診の補助を受けることが可能です。詳しくは多根クリニックまでお問い合わせください。

受診期間 平成30年5月1日～平成31年3月31日

申し込み方法 多根クリニックまで直接お電話にてご予約ください(完全事前予約制)

詳しくは右記まで
社会医療法人きつこう会 **多根クリニック**
日本人間ドック学会・健康施設機能評価認定
日本総合健診医学会 優良施設認定・日本脳ドック学会 認定施設

お問い合わせ先 06 (6577) 1881
大阪市港区弁天1丁目2番 2-600 大阪ベイトワール(旧オーク200)6階



多根記念眼科病院

「第2回 アイリスの会」を開催しました

眼科病院と地域の先生方との情報交換と親睦を目的に設立された「アイリスの会」を、去る6月23日(土)、ホテルモンテ グラスミア大阪にて開催し、73施設から77人の先生方が参加され盛況な会となりました。

小川嘉誉理事長、福岡佐知子副院長の挨拶に続き、講演会では当院で実施している最新の治療と実績を紹介いたしました。木下先生による網膜剥離の術後の視機能についての報告に続いて、福岡先生からは最新の多焦点眼内レンズの紹介と個々の患者さまのニーズに対するレンズの適応について、大江先生からは難易度の高い涙道の症例で従来の方法にとられない手術方法で好成績をあげている状況を報告しました。麻酔科の北方先生による手術時の麻酔および全身状態の管理についての報告には、紹介元の先生方にも安心いただけたのではないかと思います。地域連携室の報告では、新規に紹介されて手術となった患者さまのうち14.5%が3日以内に手術を行っ



ており、緊急性の高い症例にも対応できていることが示されました。

また、特別講演として京都大学大学院医学研究科眼科学教授の辻川明孝先生をお招きして「網膜中心静脈閉塞症の病態理解と治療の進歩」と題してご講演いただきました。多彩な検査データを駆使しての知見や、あくまで患者さま第一の先生の方針に会場一同感銘を受けました。会場からも盛んに質問が飛び交い、実りのある講演会になりました。

懇親会にも多くの先生方の参加があり、直接顔をあわせての交流・情報交換の場としてこちらも盛会のうちに終わりました。

「アイリスの会」が病診連携に寄与してますます盛況となるよう、これからも職員一同努力していきたく思います。



INFORMATION

「認知症予防」料理教室を開催しました

7月21日(土)、京セラドーム大阪に隣接している大阪ガスハグミュージアムにて、「認知症予防」料理教室を開催しました。当院から大崎和子看護部長、野口佳子管理栄養士、「コスモスのかぜ九条南」の船倉祥汰管理者が参加し、調理を行いました。メニューは、鶏パエリア、ツナ大根おろしタワー、トマトとえごま油の冷製スープの3品。その後実際に料理をいただきながら、当院の仲由紀子認知症看護認定看護師が認知症予防のための食材とその効果について講演しました。当日は25名の方に参加していただき、皆さま熱心に聞いていらっしゃいました。



7月28日(土) 今年も「ブラック・ジャック セミナー」を開催しました

「将来を担う子どもたちに医師の仕事に対する夢と希望を抱いて欲しい」という思いから、社会貢献活動の一環として、2005(平成17)年7月にスタートした「ブラック・ジャック セミナー」。当院もこのイベントに参画しており、今年で7回目を迎えます。

今回は、高校生を中心に、近隣の高校生16名に参加いただきました。手術縫合体験や自動吻合器体験など様々な体験をしてもらいましたが、医療関係に興味を持っている学生たちの真剣なまなざしが印象的でした。また、教えている側の研修医たちも充実した一日になりました。



「ブラック・ジャック セミナー」とは・・・

ジョンソン・エンド・ジョンソン株式会社 メディカル カンパニーと全国の医療機関で社会貢献活動の一環として共催されているイベントです。全国各地で開催されており、将来の医師、医療関係者をめざす高校生を対象に、実際の手術室で様々な手術の模擬体験をもらっています。

2005(平成17)年7月、子ども向けの手術体験として「キッズセミナー」をスタート。2011(平成23)年1月、手塚プロダクションの賛同を得て「ブラック・ジャック セミナー」に名称を改め、現在では開催数100回を超えています。

HAPPY RECIPE

ハッピーレシピ

今回のレシピ
たっぷりきのこのチャプチェ

医療技術部 栄養管理部門 管理栄養士
石川真美 Mami Ishikawa



【たっぷりきのこのチャプチェ】

●材料(4人前) / 1人前260kcal

牛こま切れ…150g もやし…1袋(200g)
パプリカ…1個 えのき…1袋 しいたけ…4個
エリンギ…1パック まいたけ…1パック
春雨…50g 水…大さじ3

①長ねぎ…10cm(みじん切りにしておく)
醤油…大さじ4 酒…大さじ3
砂糖…大さじ3 すりごま…大さじ2
ごま油…大さじ1 おろしにんにく…小さじ1

●作り方

- ①牛こま肉に①(長ねぎ、醤油、酒、砂糖、すりごま、ごま油、おろしにんにく)をもみこみ、5分おく。
- ②しいたけ、エリンギを薄切り、えのきを3等分、まいたけをほぐし、フライパンに広げる。
- ③春雨をさっと水にくぐらせ、はさみで半分につけて入れる。
- ④もやし、薄切りにしたパプリカを広げてのせる。
- ⑤④に①を汁ごとのせ、まわりから水を注ぐ。
- ⑥ふたをして強火で3分ほど火を通し、その後ふたをあけてほぐしながら炒める。

【Cooking Memo】

きのこからでる旨みたっぷりの水分を春雨に吸わせるため、春雨はもどさず使用します。

秋は食べ物おいしい季節。つつい食べ過ぎが続き、体重も増えてきた…そんな時に取り入れたいヘルシーレシピをご紹介します。きのこや野菜類はカロリーが低く、食物繊維を豊富に含みます。きのこに含まれるビタミンDは主に骨と免疫に働く成分で、カルシウムの吸収効率を上げる、インフルエンザなどの風邪を予防する等の効果が期待できます。ビタミンDは水に溶けだしやすい水溶性ビタミンですが、この料理なら逃がさず摂ることができ、さらにごま油と一緒に調理することで吸収率もUP!

また、冷凍したきのこは細胞壁を壊し、グアニル酸、グルタミン酸、アスパラギン酸などの旨み成分が増加するといわれています。これらの成分は旨みとなるだけでなく、生活習慣病の予防、脳の機能の活性化、疲労回復などの効果がありますので冷凍きのこがオススメです。きのこは、今回使用したものでなくても構いません。ボリュームアップしたい方はきのこもやしで増量してもOK。



待合いセミナー 開催1000回達成!



多根総合病院看護部主催の「待合いセミナー」が、9月21日で開催1000回を迎えました。それにともない「待合いセミナー1000回記念イベント」を開催し、血管年齢測定や酸素飽和度測定、神経障害チェックなどを無料で行いました。当日は88人の方にお越しいただきました。

患者さまの待ち時間を有効利用することで医療に関する知識を持ってもらおうと始めた「待合いセミナー」。これからも様々な話題で患者さまに医療情報を提供してまいります。



【待合いセミナー】 開催場所 2階内科外来前 開催日時 月～金曜日・午前11時から20分間



きつこう会ヘルスケアシステム ニュース

キララ九条商店街 九条フェスタに KHSきつこう会ヘルスケアシステムが参加

7月28日土曜日に開催された「キララ九条商店街の九条フェスタ」に社会医療法人きつこう会が初参加しました。

多根クリニック、多根総合病院健診部診療所、多根総合病院、多根記念眼科病院、多根脳神経リハビリテーション病院、多根第二病院、老健てんぽーざんから看護師・介護士・スタッフ総勢30名が地域の300名近い皆さまの健康チェックを行いました。

大阪市の中でも西区・港区は特定健診の受診率が低く、きつこう会ヘルスケアシステムは今後も地域の医療機関の皆さまと協力し、疾病予防の大切さについての啓蒙活動を繰り返し広げる予定です。

健康診断に関するご相談は、下記多根総合病院健診部診療所までお気軽にお問い合わせください。

多根総合病院健診部診療所

☎ 06-6586-3377(直通) E-mail: info.kenshin@tane.or.jp



今号の表紙について

今号の表紙はイラストレーターのおだ こうへいさんの作品です。おださんのイラストは、今回で3回目の登場です。毎回見入ってしまうほど細かく描かれたかわいいイラストです。おださんに今回のイラストについてインタビューしました。

Q. イラストで表現したことは?

A. 「赤いポット」で病院の様子を、「コーヒーカップ」で休憩室を表現しています。ポットの1階は待合室、2階は診察室、3階は入院患者さんの部屋です。カップの休憩室ではいろんなキャラクターがくつろぎ、語らい、待ち合わせをしています。そしてサンタがポットの注ぎ口からこっそりプレゼントを届けようとしているという場面です。

Q. 制作にあたり苦労した点は?

A. 今回は大きなモチーフをポットとコーヒーカップに絞って、なるべくシンプルにしたので、その中でいくつかの場面に区切ってたくさんのキャラクターをバランスよく配置することに気がつけました。

Q. メッセージをお願いします。

A. 何かと忙しい年末でも、病院はいつもと変わらない時間を送り続けています。そのおかげで患者さんも信頼を寄せることができますと思います。その中で何気ない「静かな一服の時間」を持つことのできる「安心感」を感じてくれたら嬉しいです。そこにサンタのプレゼントのような小さな幸福が届きますように、という願いを込めています。



Profile

おだ こうへい

大阪芸術大学デザイン学科卒業後、同大学図書館で非常勤職員として勤め、その後フリーのイラストレーターとなりました。主に絵本や童話的なイラストの制作をしています。

ホームページ「ギトヒトの森」<http://kitohito.com/>

編集後記



今月号の特集は『乳腺センター』。女性の死亡原因のトップを占めている乳がん治療に対しても、チーム医療で積極的に取り組んでいます。また、乳がん検診を通して乳がんの早期発見にも尽力しています。当院では大阪市の乳がん検診も受けられますのでぜひお越しください。異常に暑かった今年の夏も終わり、足早に冬が近づいて来ました。今年の冬は寒くなるそうですから、みなさんお身体に気を付けて病院に来なくていい生活を送りましょう(笑)。 企画室広報課