

広報 HEART

心とこころを繋ぐ病院だより

つなげたい

乳がんの早期発見に

contents

- 02 乳がんのコト
- 06 診療放射線室の紹介
- 08 渥美病院を支える人たち
- 10 おすすめレシピ



／ 知って備える ／

乳がんのこト

今回、外科の古池医師に、

乳がんについてお話を聞きました。

乳がんとは

胸の乳房にできる悪性腫瘍のことです。患者の大部分は女性ですが、1/100程度の数で男性の患者もいます。女性の場合、もっとも発症数の多い「がん」になります。40歳以降で発生率が高くなり、50歳前後がもっとも発症しやすい時期になります。

乳がんの症状には、乳房の硬いしこり、乳頭からの血性分泌物、乳房の皮膚のくぼみなどがあります。

乳がんの検査・診断法

● マンモグラフィ

乳房のレントゲン撮影です。乳房を挟んで圧迫して撮影します。

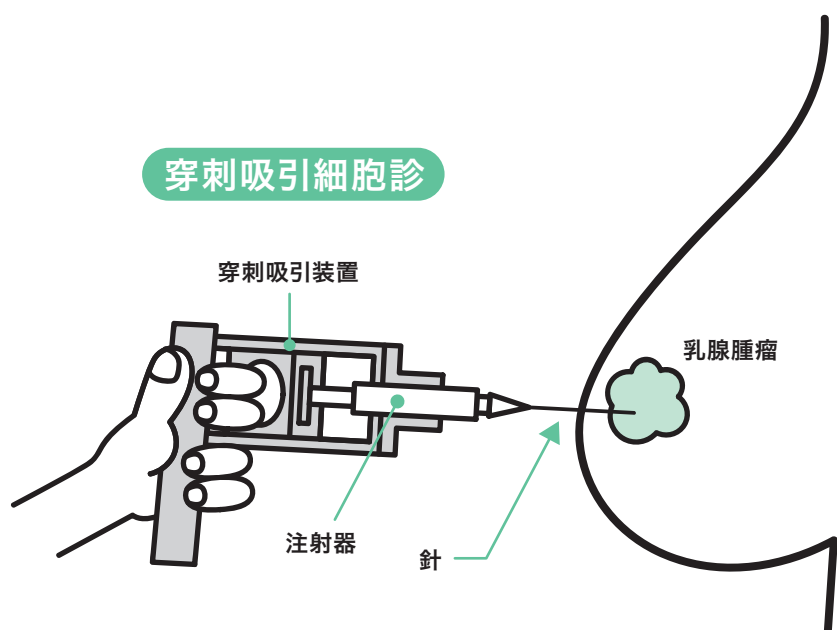
● 乳房超音波検査

超音波で乳房内の病変を探します。わきの下のリンパ節なども同時に確認します。

これらの検査で異常がある場合、細い針で乳房の腫瘍を刺して、細胞を吸い出し、採取して、顕微鏡で調べます。（穿刺吸引細胞診）

また、細胞診で乳がんかどうかの断定ができない場合は、局所麻酔をして細胞診よりやや太い針を病変部に刺し、組織の一部を採取して顕微鏡で観察し、診断を行います。（針生検）

穿刺吸引細胞診



[外科]

古池 真也

はじめよう予防生活

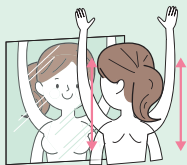
乳がんの早期発見

乳がんの早期発見には、乳がん検診をうけることと合わせて、自己検診が重要です。

もし、しこりなどの症状がある場合は、検診機会を待つのではなく、早期に医療機関の受診を推奨します。

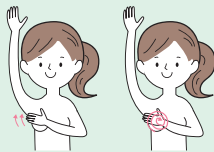
01 鏡の前に立ってチェック

正面から見て、ばんざいをしたり、頭の後ろに手を組んだりして見比べましょう。



02 指で触ってチェック

親指以外の指先・指の腹で軽く押してみよう。「の」の字を書くようにしたり、つまんだりしてチェックしましょう。



03 仰向けになってチェック

背中にタオルや座布団を敷いて、脇の下から乳房全体をくまなくチェックしましょう。



ピンクリボン運動

ピンクリボン運動は、1980年代のアメリカで、家族を乳がんで亡くした方が「このような悲劇が繰り返されないように」との願いを込めて作ったリボンが初めとなった乳がんの啓蒙運動です。特に毎年10月はピンクリボン月間として、各地で様々な取り組みが行われます。

ピンクリボンは乳がんの早期発見・早期診断・早期治療の重要性を伝えるシンボルマークです。

次のページでは古池医師へのインタビュー記事を掲載しています

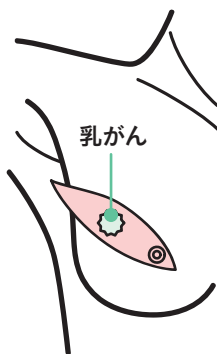
乳がんの治療

乳がんの治療には、手術、放射線治療、薬物療法（抗がん剤 ホルモン剤など）があります。乳がんと診断された場合、全身精査を行い、がんの進行度（ステージ）を判定し、さらにがんの性質（サブタイプ 遺伝子変異など）を考慮し、治療方針を決定します。

基本的に切除可能と判断した場合には手術による切除を行い、さらに他の治療を組み合わせていきます。

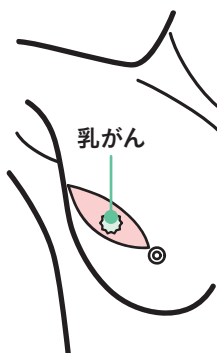
手術方法はがんの進行度、がんのある場所などにより術式を決定します。（乳房を全部取るのか温存するのか、リンパ節をどこまで取るのか）乳がんの診療は、多くの病院では外科で行われています。当院でも外科が担当していますので心配な方は受診してください。

乳房切除手術



大胸筋により
腋窩の膨らみが
保たれる

乳房温存手術



乳房の形と
乳頭が温存される

Doctor's file

外科

古池 真也



患者さんへの説明は、
できるだけ理解しやすい
言葉で簡潔に伝える

KOIKE SHINYA

平成11年 一宮市立市民病院
平成17年 西尾市市民病院
平成19年 名古屋大学医学部附属病院
平成23年 JA愛知厚生連渥美病院
令和4年 JA愛知厚生連渥美病院副院長
専門は外科

ご出身はどちらですか？

愛知県の江南市です。4人兄妹の長男です。

医師を目指したきっかけを教えてください

社会に貢献できる職業であることは理由の一つですが、ブラックジャックへのあこがれと医療という専門性に魅力を感じたことがきっかけです。それもあって、手術という、スキルで人命を救うことができる外科を専門に選びました。

渥美病院での勤務も長くなりま

したが何か理由がありますか？

はじめは医局人事がきっかけでの赴任でしたが、住んでみると子育て支援などの田原市の施策が充実しており、子育てをする環境が整っていたことが大きいですね。

診療をするうえで日々心がけていることはありますか？

手術を受ける患者さんは、これまで考えてもいなかった状況に突然追い込まれることも多いので、患者さんへの説明は、できるだけ理解しやすい言葉で簡潔に伝える事を意識しています。
昔と比べて大きく変わった治療方法等がありますか？

がん治療の進歩はめざましいものがあると感じます。抗がん剤の種類

Private



や効果、副作用の程度も昔と比べるとるかに良くなっています。

お休みの日はどのように過ごされていますか？

こうみえて読書が好きです。あとは、子どもと一緒にゲームで遊ぶことも好きですね。

10月はピンクリボン月間です。渥美病院での乳がん治療についてのお考えなどあれば教えてください

渥美病院では手術や化学療法など、標準的な治療が可能であり、乳がん看護認定看護師も含めた多職種で様々な相談にも対応しています。

また、乳房再建術などの、より専門的な治療が必要な場合でも、地域連携パスという、近隣の医療施設や専門医との連携を図ることで治療に当たる仕組みもあります。

今後も、地域の乳がん患者の治療に少しでも貢献できるように努めていきます。

pick up!

Freshers

4月からあつみの郷に新しい仲間が加わりました。

今回は日々奮闘している新採用者3人にお互いを紹介してもらいました。



河合美南さんは、常に利用者さんに笑顔で接するので、利用者さんも自然と笑顔で話しかけています。介助の際にも、利用者さんが笑顔になれるようなサポートをしています。私も河合さんのように、利用者さんの立場に立って、笑顔で関わっていこうという気持ちが強くなります。(白井)



推し活中の
白井さん



白井美咲さんの、利用者さんだけでなく先輩職員にも明るく接する姿には、毎日元気と刺激をもらっています。また、仕事にも熱心で、同期ですが尊敬する存在です。一方、プライベートの白井さんは、アイドルグループの推し活に励む可愛い一面もあります。そんな白井さんと一緒に仕事を頑張っていきます。(永井)



永井心暖さんは、優しい方で身体面だけでなく精神面でも利用者さんの不安や苦痛に寄り添うことができます。また、日々利用者さんを第一に考えたレクリエーションを実践しています。私も永井さんと協力し、利用者さんに安心して過ごしていただけるような介護福祉士になれるよう精進していきます。(河合)



相談し
確認しあう
永井さんと
河合さん



みなさん
よろしくお願
い
します。

診療放射線室 の紹介

診療放射線技師は安全に放射線を取り扱い、医師の指示に基づいて患者さんの撮影を行っています。

渥美病院の診療放射線室では、診療放射線技師12名(男性9名、女性3名)が働いています。業務内容は撮影業務の他に、被ばく管理・機器管理などもあります。



RI室



▲放射線を出す放射性同位元素(ラジオアイソトープ)を含んだ薬を投与して、病気の有無を調べる検査を行っています。他の画像検査では分からない、臓器の機能を評価することができます。

渥美病院は日本診療放射線技師会から「医療被ばく低減施設認定」を取得し、患者さんに安心して検査をしていただけるよう被ばく低減に取り組んでいます。知識・技術の向上を図り、より質の高い画像を提供するよう心がけています。

MRI室



▲体の臓器や血管を撮像する検査を行っています。磁気と電波を利用しているため、放射線の被ばくはありません。

け、診療に貢献できるよう努めています。検査の為とはいえ放射線を浴びて大丈夫なのか不安に感じる方もいると思います。安心して検査を受けていただけるように「被ばく相談」も行っていますので、お気軽にご相談ください。

診療録
管理室2

1F

骨密度測定室



▲X線を用いて骨の強度を調べる検査を行っています。腰や股関節、腕などの骨を撮影して骨密度の測定をしています。

CT室



▲X線を用いて人体の断面を画像化して、体内の様々な病巣を描出する検査を行っています。短時間の撮影で、多くの情報を得ることができます。

一般撮影室



▲X線を用いて体の様々な部位を撮影する検査を行っています。世間一般で「レントゲン写真」と呼ばれるものに該当します。

乳房撮影室(マンモグラフィ)



▲乳房専用のX線装置を用いて、乳腺を撮影することができます。乳房を圧迫して撮影することによって、隠れた病変を発見することができます。

画像診断窓口

生理検査窓口

X線TV室



▲連続的にX線を出すことで、体の動きや状態を動画として確認しながら、最適なタイミングで撮影する検査を行っています。治療の際にも使用されることが多いです。

渥美病院を支える人たち

Pick up!

うら かわ ひさ よ
浦川 尚代

平成18年 JA愛知厚生連渥美病院
平成20年 検診マンモグラフィ撮影認定技師 取得
令和4年 放射線管理士、放射線機器管理士 取得
令和6年 骨粗鬆症マネージャー、
放射線被ばく相談員 取得



“

乳がんの早期発見に つなげたい

”

member.

08

診療放射線技師
(検診マンモグラフィ撮影認定技師)

浦川尚代

URAKAWA HISAYO

放射線技師を目指したきっかけはなんですか？

きっかけは、人の役に立つ仕事がしたかったのと、家族が医療従事者でしたので、興味を持ちました。

放射線技師の魅力を教えてください

機器の進歩によって、撮影後に様々な画像処理を行なうことで、診断に有用な画像を作成することが可能なところですね。所見をみて、医師へ相談したりすることができるとも魅力だと思います。

印象に残っている患者さんとのエピソードはありますか？

マンモグラフィ撮影をした際、患者さんから「全然痛くなかったよ。」とか「ありがとう。」と声をかけられたことが、とてもうれしく、今でも心に残っています。マンモグラフィはみなさん痛いと思われるので、撮影手技により痛みを軽減することができたことで、患者さんの役に立てていることの実感ができました。

**当院の良いところ、地域のみなさまに
おすすめしたい点などあればお願いします**

医師や看護師等、他の職種とも仲が良く、和気あいあいと仕事ができ、話しやすい環境にあることが当院の良い所だと思います。スタッフ同士の関係性がよいことで、患者さんにも優しくできる病院だと思っています。スタッフを見ても優しい人が多いと思います。

今後の目標はなんですか？

最近では、乳がんの患者さんが増えているので、乳がんで亡くなる人を少しでも減らしたいと思っています。そのためにも、多くの方に乳がんについて知っていただき、乳がんの早期発見につなげられたらと考えています。

地域のみなさまに一言！

田原市は住民健診とがん検診が無料なので、ぜひ乳がん検診を受けてください。特に土曜日はおすすめです。当院には、乳がん看護認定看護師も在籍していますので、乳がんが心配な方や乳がんと診断された方など相談しやすい病院だと思います。

趣味や休日の過ごし方など教えてください

これといった趣味がないのですが、寝ることが大好きです。あとは、音楽を聴くこ

my favorite

スイーツ&ジェラテリア バロック

田原市高木町にあるスイーツとジェラートのお店。
牧場直送の生乳や地元の食材を使用したジェラートが
特におススメです。



とも好きで、お気に入りには、米津玄師です。おすすめなので、ぜひ聴いてみてください。遊びに行く際には、非日常を感じられるところも多く、先日いった竜ヶ岩洞は、神秘の世界を感じ、癒しを得られる場所でした。





1人あたりの栄養素
エネルギー…318kcal
たんぱく質…25.2g
脂質…12.3g
食塩相当量…1.6g

Recommended Recipe

管理栄養士監修 おすすめレシピ

「 鮭とれんこんの照り焼き 」

〔 材料 〕 2人前

生鮭 …… 2切れ(200g)	油 …… 小さじ2
塩 …… 少々	醤油 …… 大さじ1
れんこん …… 150g	A みりん …… 大さじ1
しめじ …… 1/2株(70g)	酒 …… 大さじ1
片栗粉 …… 小さじ2	葉ねぎ …… 適量

〔 作り方 〕

- 1 生鮭は一口大に切り、塩少々ふっておく。
- 2 れんこんは皮をむき5mm幅程度の半月切りにし、酢水にさらす。しめじは石づきを切り落とし、ほぐしておく。
葉ねぎは小口切りにする。
- 3 生鮭の水気を拭き取り、片栗粉をまぶす。
- 4 フライパンに油を入れ中火で熱し、れんこんをほんのり色がつくまで焼いたら生鮭としめじを入れてこんがり焼く。
- 5 Aを加え、味がなじむまで弱火で炒める。
- 6 器に盛り付け、ねぎを散らす。

血中脂質(コレステロール・中性脂肪)を改善するために

野菜や海草類をしっかりとりましょう！

野菜や海草類、きのこなどに含まれる食物繊維にはコレステロールの吸収を緩やかにしてくれる働きがあります。

肉類は脂身の少ない部位を選びましょう！

悪玉コレステロール(LDL-コレステロール)が高い方は肉類の脂肪分のとり過ぎに注意しましょう。牛肉や豚肉はもも肉やヒレ肉など脂身の少ない部位を選び、鶏肉は皮を除いて食べるようにしましょう。

主食の食べ過ぎに注意しましょう！

主食であるごはんやパン、麺は炭水化物を多く含みます。食べ過ぎると、エネルギーとして使われなかった分が中性脂肪(TG)につくり変えられ、脂肪となって蓄えられます。

また、糖質の多いお菓子や甘い飲料もとり過ぎは中性脂肪を増やします。お菓子を控えるとともに、飲み物は水や無糖のお茶を選ぶようにしましょう。

睡眠時無呼吸症候群を

ご存じですか？

睡眠時無呼吸症候群は、実はありふれた病気で、男性で10〜20%、女性で10%弱の有病率と言われています。

この病気は、睡眠中に何度も呼吸が止まり、いびきとともに呼吸を再開します。夜に熟睡できないため、昼間眠気にさらされ、交通事故や作業効率の低下を招きます。また低酸素は身体へもストレスをあたえるため、高血圧や脳卒中・心臓病を引き起こします。体型的には肥満気味の方や首の短い方に多いです。痩せている方でも起こりますので注意してください。思い当たる方は是非検査をおすすめします。

治療は、CPAPという機械やマウスピースを装着して行います。当院では20年以上前から、この病気に注目し、専門の睡眠チームで治療に取り組んでいます。心配な方はかかりつけ医の先生と相談するか、当院内科にご相談ください。また、当院の健康管理センター

でも、人間ドックのオプションとして検査をすることが可能です。



▲定期発行のCPAPレター（病院ホームページ掲載）



▲睡眠チームのメンバー

産婦人科の

診療体制について

令和6年4月より、新たに産婦人科医として矢吹淳司医師が赴任しました。

現在、産婦人科医は常勤医2名体制となり、当院での分娩も継続できることとなりました。今後当院で分娩を希望する方の新規受入に対応して参りますが、母体・胎児の状況等により、近隣の医療機関をご紹介させていただくことがありますのでご了承ください。

田原市は近年少子高齢化と人口減少が進んでおり、特に出生数の減少が大きく影響しております。そのため、当院では「地域とともに、地域医療を守り抜く。」という基本姿勢のもと、地域の医療体制、特に周産期医療を充実させることを重要課題として取り組んでいます。

全国的に産婦人科医の確保が厳しい状況ではありますが、当院として、この地域で産み育てる環境を維持していくために、今後も医師確保と産婦人科医療の継続に最大限努めてまいります。

●産婦人科外来担当スケジュール

		月	火	水	木	金
午前	02 受診室	矢吹	産婦人科医 9:00~11:00	矢吹	矢吹	産婦人科医 9:00~11:00
	05 受診室	小谷 8:30~11:00	小谷 8:30~10:00 廣岡 10:00~11:30	小谷 8:30~11:00	小谷 8:30~11:00	小谷 8:30~11:00

◎予約外受付時間 午前 8:00~11:30

■この表は都合により変更する場合があります。

■予約変更・取消は、予約コールセンター（☎0531-22-9793）で承ります。



【産婦人科】
矢吹 淳司

職員募集

当院では、現在職員を募集しております。

募集職種

●薬剤師 ●看護師 ●調理師 ●介護福祉士等

詳細については、病院ホームページをご覧ください。

不明な点がございましたら、渥美病院総務課までお気軽にお問い合わせください。

第15回

病院祭

令和6年

10月26日(土) 10時～

テーマ

変わりゆく時代に

変わらぬ想いを



読者プレゼント企画



アンケートに答えると抽選で

図書カード2000円分が5名様に当たる

スマートフォンやはがきを使って、広報誌に対するご意見・ご感想をお聞かせください。皆さまのご応募をお待ちしています。

応募方法

スマートフォン・パソコンの場合

左記URL又はQRコードから回答してください。

<https://forms.gle/i7Y6AzmsYwfx3g58>

アンケートは全7問、所要時間3分ほどです。

はがきの場合

住所、氏名、年齢、電話番号、広報誌に対するご意見・ご感想を記入の上、左記の宛先へお送りください。

〒441-1341

田原市神戸町赤石1番地1 渥美病院企画課行

※回答期限は、2024年9月30日(必着)です。

※当選者の発表はプレゼントの発送をもって代えさせていただきます。



編集後記

HEART107号を手にとったとき、ありがとございます。10月には5年ぶりの開催となる病院祭が行われます。健康をテーマとした出展もあるので、ぜひお越しください。

食欲の秋を迎え、美味しいものに心躍る季節ですが、適度な食事と運動を忘れずにお過ごしください。

休診日

土、日、祝日／8月15日／12月30日～1月3日