



日本赤十字社

*O*noda *R*ed *C*ross

小野田赤十字病院広報誌

2017

10月号
Vol.243



院長教育講演～乳がん健診等～（平成29年9月28日）

活動にかかわる全ての人が共有する『日本赤十字社の使命』

わたしたちは、
苦しんでいる人を救いたいという思いを結集し、
いかなる状況下でも
人間のいのちと健康、尊厳を守ります。

「人間のいのちと健康、尊厳を守る」という人道的任務を達成するために
小野田赤十字病院が掲げる 病院理念 および 基本方針

病院の理念

- (1) 私たちは、「人道・博愛・奉仕」の赤十字精神を基本に生きていることの価値と喜びを追求する病院づくりをします。
- (2) 私たちは、思いやりの心を忘れず、皆様の健康へのみちを全力で支援します。
- (3) 私たちは、地域に貢献し、安心と信頼が得られる社会をめざします。

基本方針

- (1) 患者さまならびに職員の生きがいを尊重し、権利を擁護する。
- (2) 患者さまのプライバシー保護に努める。
- (3) 療養病棟では、高齢・認知症・難病等の患者さまに配慮する。
- (4) 医療社会事業を通じて、地域住民の皆さまの健康づくりを支援する。
- (5) 「健診・救急・高齢者医療」を三本柱とし、地域の保健・医療・福祉機関との連携を推進する。
- (6) 医療の質の向上と安全管理に努め、全人的医療をめざす。
- (7) 医療記録を適正に管理し、規定にしたがって開示する。

<http://www.onoda-redcross-hosp.jp>

早期乳がんの発見には マンモグラフィ併用の乳がん検診が不可欠

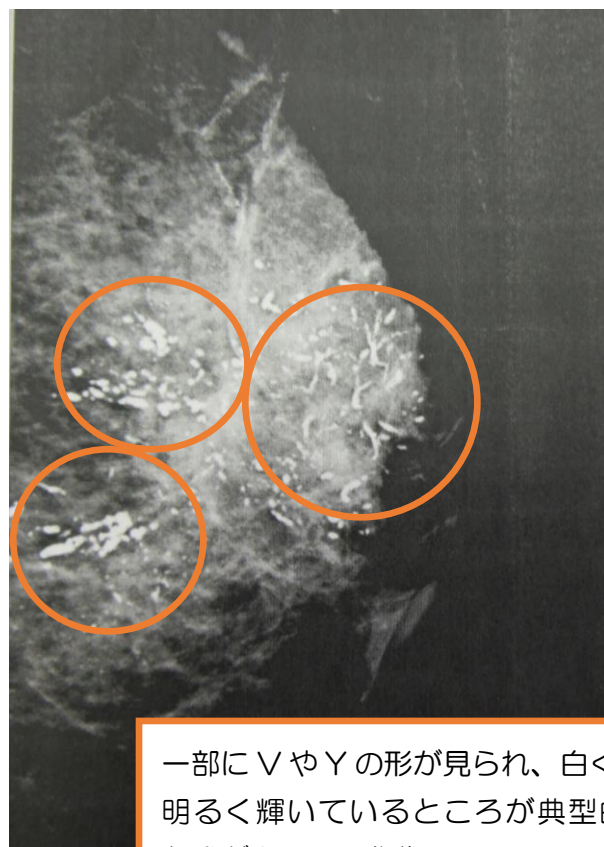


わが国では近年、比較的早期の乳がんは外科手術とそれに続く約半年間の補助薬物療法により5年生存率が90%を超え、80%の患者さんが治る時代となりました。具体的な数字で見ると年間9万人を超える新たな乳がん患者さんが生まれ、その内の1万人超の方が最終的に乳がんて命を落とされているという現実があります。

一般に、乳がんの見つかる確率は乳房エックス線検査のマンモグラフィ併用による乳がん検診で、1000人に3人(0.3%)といわれています。特に、65歳以下の比較的若い年齢層の女性では乳がんは『罹患率・死亡率が共に第一位のがん』であり、乳がんが発見される年齢は45歳～50歳にそのピークがあります。ちなみに、過去2回の全国統計では、山口県での乳がん検診での乳がん発見率は0.5%以上と全国平均より高くなっていました。

乳がんのできる場所は、乳房内に約1000粒ある『小葉単位(直径が1mm程度)』という組織です。『小葉単位』は母乳を作る場所で、その一粒の中には約百万個の乳腺細胞が含まれています。乳がんの99%はこの『小葉単位』の中の1個の乳腺細胞が、がん化することで発生し、1個のがん細胞が誕生した後、約15年の歳月をかけて直径1センチメートル程度(約10億個のがん細胞)の『しこり』へと成長し、ようやく検診で発見できる大きさになります。(※発生して10年未満の乳がんは直径が1mm以下と小さいため発見できない!)

注意しなければならないのは、筆者の経験では約20%の乳がんが『しこり』としては触れず、唯一マンモグラフィでのみ乳管内の石灰化像として捉えられる乳がんであったことです。マンモグラフィが乳がん検診に不可欠な理由がここにあります。



一部にVやYの形が見られ、白く明るく輝いているところが典型的な乳がんの石灰化像

小野田赤十字病院では早期乳がんを見逃さないために『検診マンモグラフィ読影認定医(4名)』によるダブルチェック体制を敷き、診断から治療までの診療体制を整えています。1センチメートルの大きさのがんを放置すると5年後には生命を奪われてしまうため、若くして発症することの多い乳がんて命を落とさないためにも30歳を過ぎればマンモグラフィによる乳がん検診を少なくとも2年に1回は受ける習慣を身に付けてください。

文責：外科 清水良一



10月はピンクリボン月間です

自分のため家族のために **乳がん検診** を受けましょう

ピンクリボン運動とは

- アメリカの女性たちの乳がん啓発キャンペーンから始まったもので、胸にピンクのリボンを付けることで定期検診と自己管理の大切さをアピールし、人々に乳がんの認識を促すことを目的としています。

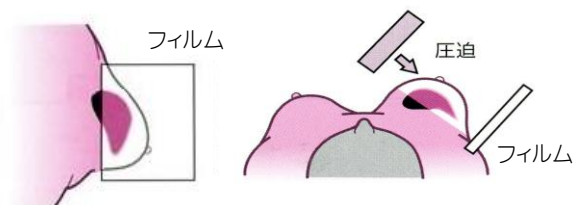
由来

- アメリカで若くして2人の子供を残して乳がん で亡くなった母親が、同じような悲しみを娘や孫に味わわせたくないという思いから、幼子と一緒にピンクリボンをたくさん作り、多くの女性に「乳がん で命を落とさないために早期発見・早期診断をしましょう」というメッセージを伝えるシンボルとして使ったということです。

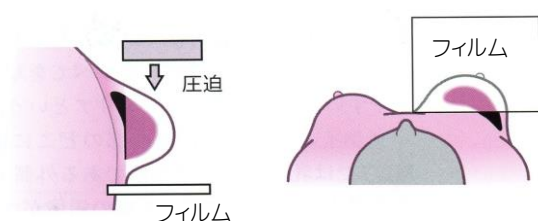
マンモグラフィ(乳房X線検査)について簡単に説明します

- 下図のように乳房をはさんで平らに圧迫して撮影します。
これはX線で乳房組織をより良くみえるようにするためです。
圧迫の際、多少の痛みを感じる場合がありますが痛みの感じ方は人によって異なります。リラックスすることによって痛みは緩和されることもあります。...
- 生理のある方は生理の始まった日から5～7日目に検査を受けると乳房の張りが少なく、圧迫に伴う痛みが緩和されます。
- 正確な位置決めが必要となるため、検査時間に約10分を要します。
- 当院はデジタル撮影のため被曝線量が少なく、健康上の心配はありません。

右乳房の左右方向圧迫撮影



右乳房の上下方向圧迫撮影



散歩

涼くなって来たので、数名で散歩に行きました。「花がキレイ」「風が気持ち良い」と楽しそうにしておられました。



百歳のお祝い

今年、百歳を迎えられた方患者様に国、県、市からお祝い状及び記念品を贈呈されました。



やまぐち赤十字フェスタ 2017

日時：平成29年10月22日（日）10～15時

会場：総合病院山口赤十字病院、山口県赤十字血液センター

今年も医師、看護師、薬剤師等病院のお仕事体験、キッズ献血（献血模擬体験）、赤十字ミニ講習、青少年赤十字ブース等、赤十字の9つの事業を体験できるプログラムを実施します。ぜひお越しください！

・病院のお仕事体験

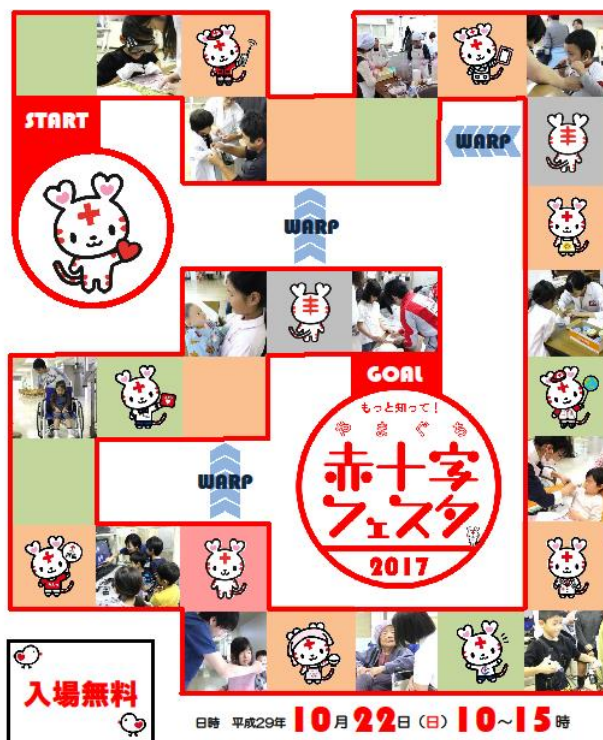
医師・看護師・薬剤師、放射線科探検ツアー、人工呼吸器体験 等

・キッズ献血（こども献血模擬体験）、血液センター探検ツアー

・赤十字ミニ講習・赤十字ボランティアコーナー

AEDの使い方、応急手当、避難所で役立つ技術、無線疑似体験 等

・おいしい非常食炊き出し試食（先着500食限定）



入場無料

日時 平成29年 10月22日（日）10～15時

会場 総合病院山口赤十字病院/山口県赤十字血液センター

（住所：山口市/堀尾通53-1）（住所：山口市野田172-5）

主催：日本赤十字社 山口県支部 山口赤十字病院 小野田赤十字病院 山口県赤十字血液センター

後援：山口県 山口県教育委員会 山口市 山口市教育委員会 朝日新聞社 毎日新聞社 読売新聞西日本社 中国新聞長門本社 山口新聞社

NHK山口放送局 RKK山口放送局 fys テレビ山口 yab 山口朝日放送 cable 山口ケーブルビジョン エフエス山口

お問い合わせ：〒753-0094 山口県山口市野田172-5 日本赤十字社山口県支部事務局総務課（TEL：083-922-0102）



外来診療担当医表

(都合で交代・休診することがあります。ご了承ください。)

曜日 診療科(受付時間)		月	火	水	木	金
内 科 8:30~11:30	1診	担当医	島 袋 9:00~11:30	担当医	野 垣	第1,3,5(金) 松 原 第2,4(金) 矢 賀 9:00~11:30
	2診	南 野 9:00~11:30	和 田	和 田	徳 永 9:00~11:30	為 佐 9:00~11:30
	3診				福井/河野/梶井 9:00~11:30	
午 後 ※予約制				第4(水) 日 高 13:00~15:00	徳 永 13:30~16:30	
外 科 8:30~11:30		清 水	佐 藤	中 尾 水田 (予約のみ)	為 佐	清 水
肛門科		月曜~金曜 清 水 (要電話予約)				
神経科			第1,3,5(火) 樋 口 10:00~13:00	第2,4(水) 渡 邊 9:00~16:30		
眼 科 8:30~11:30			萩 田			萩 田
整形外科 14:00~16:00		第2, 4 木曜日 10月12日、26日				
神経内科		川 井 第1~第3(月) 14:00~16:30 第4(月) 9:00~11:30				野 垣 13:00~16:00
皮膚科 13:00~16:30						沖 田



行事予定

- 4日 森田バンド (老健)
- 9日 体育の日



- 10日 赤報会
民児協(須恵校区) (老健)
- 11日 池坊芳心会 (老健)
- 16日 誕生日会 (老健)
- 18日 厚南中学校職場体験
琴奏郁の会 (老健)
- 22日 やまぐち赤十字フェスタ
- 25日 秋の大運動会 (老健)



- 27日 院内保育園ハロウィン



先月のボランティア (8月21日~ 9月20日)

9月 5日 誕生日会 花百茂会	7名	9月13日 原校区健康教室	21名
9月11日 民児協(赤崎)	4名	池坊芳心会	3名
		9月20日 敬老会(あすなろ会)	16名

毎週月曜日 新聞紙ゴミ袋作り (一樹会)

ボランティアの皆様、ありがとうございました。

*** 編 集 後 記 ***

- ・徳山動物園と下松健康パークに行ってきました。青空の下で入る温泉は気持ちよく、子供も大喜びでした。ただ、現実には引き戻される月曜の朝は憂鬱です。親子で必ずぐずります。 益成
- ・急に朝・晩涼しくなったおかげで、いきなりカゼを引きました。皆様も気を付けて下さい。 坂本
- ・広島カープが2連覇しました! 2位に10ゲーム差付ける圧勝! パリーグも圧勝なので、今年はCS無くても良いのではないかと考えています。 木村
- ・食欲の秋到来! 特に我が家は梨が大好物。むくのがちょっと面倒だけど、おいしいですね。そして我肥ゆる秋…。国本
- ・良い気候になりましたが、突然大雨が降ることが多いです。転倒やカゼ注意して下さい。 佐村
- ・秋の夜長を皆さんどのようにお過ごしでしょうか。私は運動の秋…とはならず、食欲の秋、読書の秋と例年のように過ごしています。運動しないとなあ。 小笹
- ・友達に本を4冊渡され、「読み終わったら、また会おう」と言われました。いつ会えるだろうか…。 宮崎

今月の料理



いちじくのコンポート

◆材料◆

素 材	分 量
いちじく	300g
グラニュー糖	150g
赤ワイン	150ml
水	150ml
レモン汁	大さじ1

作り方

1. いちじくを皮ごと優しく洗い、鍋に重ならないように並べる。グラニュー糖を全体にまぶして10分ほど置く。
2. 水、赤ワインを入れクッキングシートで落とし蓋をして、中火で30分煮る。
3. レモン汁を入れ、10分煮る。
4. 粗熱をとり保存容器に入れる。

～一口メモ～

いちじくには不溶性と水溶性の食物繊維がバランスよく含まれています。そのうち水溶性食物繊維の「ペクチン」は便をやわらかくして腸の蠕動運動を活発にする効能や、善玉菌の餌になって乳酸菌を増やし、腸内環境を整える栄養です。コンポートをヨーグルトと一緒に食べると最適ですね。ぜひお試しください♪

介護の日のイベントのお知らせ

日 時：平成29年11月11日（土）10時～12時

場 所：小野田赤十字病院 2階 大会議室（1病棟の2階）

対 象：病院・老健に入院・入所されている方のご家族、地域住民の方

定 員：24名（先着順） 参加費：無料

内 容：講演 『災害時に備えて』～災害時に命を守る防災対策～、
簡単にできるリラクゼーション方法「背部マッサージ」、
大正琴演奏 『千代琴の会』

掲 示：病院入院者 老健入所者による作品展示・災害時に必要な物品

申込方法：申し込み用紙（病院受付・各病棟のナースステーション・老健受付）に
ご記入の上、設置している箱にお入れ下さい。 締め切り11月2日（木）



平成29年10月 1日 発行

発 行 所 山陽小野田市大字小野田3700

小 野 田 赤 十 字 病 院

(Tel 0836-88-0221)

発 行 人 清 水 良 一