



日本赤十字社

Onoda Red Cross

小野田赤十字病院広報誌

2019

9月号
Vol.266



納涼祭「竜王太鼓保存会の方々の演奏」（令和元年 8 月 2 日撮影）

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。

病院理念

私たちは、気配りの行き届いた医療を実践し、
みなさまの健康と尊厳をお守りします。

基本方針

- (1) 患者さんならびに職員の生きがいを尊重し、権利を擁護します。
- (2) 患者さんのプライバシー保護に努めます。
- (3) 高齢・認知症・難病等の患者さんに配慮致します。
- (4) 医療社会事業を通じて、みなさまの健康づくりを支援します。
- (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」との連携を推進します。
- (6) 医療の質の向上と安全管理に努め、全人的医療をめざします。
- (7) 医療記録を適正に管理し、規定にしたがって開示致します。

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



納涼祭を行いました

8月2日（金）に小野田赤十字病院納涼祭を行いました。

今年も昨年に引き続き、気温が高く猛暑のため、熱中症対策のために室内と屋外の両方に会場を設けて開催しました。

暑い中、近隣の方々や患者さん、ボランティアの方など、多くの皆さんが参加されました。

今年が初めての催し物として、竜王太鼓保存会の皆様に来ていただき、太鼓や笛の演奏で納涼祭を盛り上げていただきました。ステージ前の長椅子に座りきれないほどに観客が集まり、たくさんの方々に楽しんでいただきました。

また、「お菓子の釣り堀」「スーパーボールすくい」など、例年通りのアトラクションに、今年から「宝探しゲーム」も加わりました。初めてのゲームでしたので至らない点多々あったと思いますが、楽しんでいただけたでしょうか。

毎年恒例のビンゴ大会にもたくさんの方々に参加していただき、楽しそうな笑顔に溢れた和やかな雰囲気です納涼祭を締めくくることが出来ました。

バザーの収益15,980円は、全額「NHK 海外たすけあい募金」とさせていただきます。

納涼祭開催については多くの方のご協力をいただきました。須恵東自治会、ボランティアグループの一樹会、竜王太鼓保存会の皆様、ありがとうございました。





職場体験学習

8月5日と8月7日の2日間、竜王中学校の生徒3名が病院と老人保健施設あんじゅにおいて職場体験学習を行いました。

医師の体験を希望した生徒は、院長より「生命活動のエネルギー源としての人体に備わっているATP」の説明や、「ATPの有効時間および再生機序」の解説等の講義を受けました。

介護の体験をした生徒は、デイケアを利用される方々のレクリエーションの手伝いに参加しました。利用者さんと一緒にそうめん流しを体験し、学校の話をしてたりしながら楽しみました。

看護師の体験をした生徒は、患者さんのリハビリのお手伝いをしたり、階段の昇り降りの補助、熱や血圧を測ったりしました。体験後、「耳が聞こえにくい方や食事の対応が難しそうだった。」「患者さんと話をして、笑顔になってくれたので嬉しかった。」との感想が寄せられました。

今回、病院と老人保健施設で職場体験をされた生徒さん、ここで体験したことを忘れずに未来へ活かしてください。



小野田赤十字病院長による 地域公民館での講演録

(第5回 年内連載予定)



平成31年2月14日(木) 10:00~11:30 本山公民館(健康講座 第4弾)

演題：「市町が実施するがん検診について」

清水 良一

はじめに：前年の平成30年5月17日(木)に本山公民館主催の健康講座で「健診について」とのタイトルでの講演を実施し、その要旨は3か月前に発刊した本広報誌(ORC)令和元年6月号に掲載したところである。当時の講演では、「健康増進法に基づいた健診(検診)項目」の一覧表を参考資料として机上配布し、主に、いわゆる一般の健診(「特定健康診査」、および75歳以上を対象とした「健康診査」)について解説した。

講演の最後に、がん検診にも少し触れ、増加傾向の続いている「乳がん」と「大腸がん」を取り上げて解説したことは6月号のORCに掲載した通りである。

国が勧める「がん検診」には前述の乳がん、大腸がんの他に、肺がん、胃がん、前立腺がん、および子宮がんに対する検診があり、当時の本山公民館・館長、高畑義行氏から本山地区の市民の皆さんから、残る4つのがん検診についても詳細な解説の希望が寄せられている旨の連絡を受け、早速「市町が実施するがん検診について」とのタイトルで、平成31年2月14日に健康講座、第4弾としての講演を行うこととなった。

講演要旨：早期発見の検査法が確立され、進行がんも含めた5年生存率が60%を超えている治りやすい5つのがん種(前立腺がん・乳がん・子宮がん・大腸がん・胃がん)に加えて、5年生存率が30%程度と低く、がんによる死亡者数の男性第1位、女性第2位、男女を併せた総合でも第1位を占めている肺がんにも焦点を当て、これら6つのがん種について、早期発見が多く国民の健康増進に繋がるという観点から、国を挙げてがん検診の受診率を増やす努力が行われている(ちなみに、山口県のがん検診受診率は全国で最低ランクに位置する)。

【肺がん検診について】

肺がんの画像診断の中心は高分解能CT検査であり、この検査を一般のがん検診に組み込むことはコストおよび時間の制約があり、現時点では市町の行うがん検診では実施されていない。現状は胸部のレントゲン検査(必要に応じて喀痰細胞診)が肺がん検診として実施されており、心臓や横隔膜などの固有の臓器と重ならない位置にある肺がんが見つかる。よって、必ずしも検診受診者すべての肺がんの早期発見に繋がるとは言えない。但し、一般的な健康診断を受ける際に、同時に肺がん検診の受診も希望する旨を申し出ると、国民健康保険加入者の場合は無料で胸部レントゲン撮影も実施してもらえるので、予約時に肺がん検診も併せて受ける旨を申し出ることをお勧めする。なお、喫煙歴があったり、身内に肺がんの既往のある方がおられるときは、市町のがん検診にこだわることなく、積極的に定期的なCT検査による肺がん検診を受けていただきたい。ちなみに、小野田赤十字病院ではCTでの肺がん検診に15,000円の費用がかかる。

【胃がん検診について】

バリウムの飲用によるレントゲンでの胃透視検査、または胃カメラ（上部消化管内視鏡検査）により、胃がんおよび食道がん等も同時に検査するもので、市町の行うがん検診の中では侵襲のある検査である。なぜなら、バリウムを飲むことはバリウムが排泄される過程で大腸の憩室炎を引き起こす可能性があり、胃カメラでは消化管穿孔や出血などの合併症がゼロではないからである。

当日の講演では、胃がんそのものを捉える検査ではないものの、胃がんの主原因である「ピロリ菌の感染とその結果引き起こされる胃粘膜の萎縮（老化）」の程度を血液検査で判定する「ABC 検診」を紹介した。これは採血のみの検査で済み、具体的には血液中の「ヘリコバクターピロリ抗体」と「ペプシノゲン」を測定して、前述の病態を把握することになる。その結果に基づいて胃カメラによる精密検査が必要か否かを判定できる簡易で優れた検査である。市町のがん検診にはこの「ABC 検診」は含まれていないが、小野田赤十字病院の健康管理センターでは検査料 5,700 円で実施可能である。

【前立腺がん検診について】

採血によって前立腺がんの鋭敏な腫瘍マーカーである前立腺特異抗原（PSA）の発現量を測定し、陽性者は良性疾患の前立腺肥大症や前立腺炎と、悪性の前立腺がんのいずれであるかを確定するための 2 次検診（保険診療）を受けることになる。一般に、血液検査のみでがんの存在を 100% の確率で診断することは現状では不可能であるが、前立腺がんの場合は非常に高い確率で血液中の腫瘍マーカー（PSA）が陽性になる。そのため、市町の行うがん検診では唯一、血液検査ががん検診に用いられている。

【子宮がん検診について】

子宮がんには子宮頸がんと子宮体がんがあり、検診の対象となっているのは子宮頸がんである。子宮頸がんはヒトパピローマウイルス（HPV）の感染で引き起こされることが判明しており、いわゆる加齢に伴う老化が原因のがんとは趣が異なる。よって、検診の対象年齢も他のがん種とは違い、20 歳という若年の女性から子宮がん検診の対象となっている。

問診が重要で、HPV に感染する機会の有無の確認と、子宮頸部の視診および細胞診が実施され、異常があれば 2 次検診（保険診療）で組織診断が実施される。

参考までに、この 9 月号の ORC には令和元年度版の「健康増進法に基づいた健診（検診）項目」の一覧表を添付しているので、今後の健診（検診）の受診に役立てていただければ幸いである。

この講演の後、本山公民館および須恵公民館の当時の館長（高畑氏と藤村氏）が、市民に対して、健康講座・教育講座で解説を受けたい項目を募られ、たちまち次の 8 つの項目が集まった。それらは、「体の成長と老化」、「薬と食事（サプリ）」、「脳の病気と脳ドック」、「食べること（食べてから排便まで）」、「血液について（白血病ほか）」、「循環器の疾患いろいろ」、「花粉症とその対策について」および「成人病とその対策について」の 8 項目である。

そこで、2019 年度（令和元年度）以降は、市民から提案のあったタイトルを一つずつ熟していく形で、小野田赤十字病院近郊の本山と須恵の両公民館で年 4 回ずつ、同じタイトルでの定期講座を開催することとなった。令和元年 8 月末現在、最初の 2 つのタイトルである「体の成長と老化」と「薬と食事（サプリ）」については両公民館での講演が済みであり、来月の本広報誌 10 月号以降にその講演要旨を順次掲載する予定である。

なお、赤崎公民館の中野隆明館長にも令和 2 年度から市民対象の健康増進関連の講座枠を取っていただけるよう依頼中であり、市民からの要請に基づいて、日本赤十字社のボランティア活動の一環として、健康増進に関連した内容の平易な解説に努めていきたいと考えている。その際は、過去 2 年間の内に本山および須恵公民館で既に講演した内容についても随時解説する予定でいる。

前回までの講演録については、ホームページをご覧ください。

身体のおはなし

止めるぞ風しん



昭和 37 年 4 月 2 日～昭和 54 年 4 月 1 日生まれの男性の皆様

風しんの感染を拡大させる可能性があります

風しんが今も流行しています。

風しんは、成人がかかると症状が重くなることがあります。また、妊娠初期の妊婦さんに感染させてしまうと、生まれてくる赤ちゃんの目や耳、心臓に障害が起きることがあります。風しんから、あなた自身と周りの人を守るために風しんに対する抵抗力を確認・獲得しましょう。



1962(昭和 37)年 4 月 2 日～1979(昭和 54)年 4 月 1 日生まれの男性の方は、風しんの抗体検査及び予防接種が原則無料で受けられますので、是非、御協力ください。

風しん抗体検査・ワクチン接種のご案内

当院では市町村からクーポン券を配布された方の風しん抗体検査及びワクチン接種を実施しています。

対象者の方には、クーポン券を利用して抗体検査（血液検査）を受けていただきます。抗体検査の結果、抗体がない方はワクチン接種の対象となります。

事前予約制となっておりますので、電話でご予約下さい。

対象者 昭和 37 年 4 月 2 日から昭和 54 年 4 月 1 日の間に生まれた男性
予 約 月～金曜日 13:00～17:00

電話番号：0836-88-0221

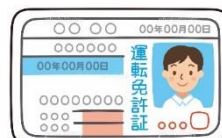
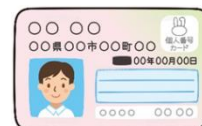
検査・接種日 火曜日・木曜日
14:00～15:00

必要な物 市町村から配布されたクーポン券、
身分証明書（運転免許証、マイナンバーカード等）

費 用 無料（有効期限あり）

検査・接種の流れ

- ①抗体検査の電話予約
- ②抗体検査（血液検査：採血）
- ③10日後、抗体検査の結果が自宅に届く
- ④風しんの抗体価が低い、または抗体がない方はワクチン接種の電話予約
- ⑤ワクチン接種



※対象者でクーポン券をお持ちでない方は、お住まいの市町村へお問合せ下さい。

9月



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。
 ※午後診療（内科・外科）は予約診療および急患対応といたします。

診療等に関する問合せ TEL : 0836-88-0221

FAX: 0836-88-0405 (平日 8:30~17:00)、0836-88-2733 (夜間・休日)

全診療科 受付時間 8:30~11:30 とさせていただきます。

(※一部例外もございますので、ご不明の点はお電話にてお問合せください。)

曜日 診療科(受付時間)		月	火	水	木	金
内 科	1診	藤井 翔平	中山 晴樹	島袋 明子	西川 潤	第1,3,5(金) 松原 淳 第2,4(金) 岡田 治彦
	2診	川井 元晴 【脳神経内科】	和田 一成	和田 一成	野垣 宏 【脳神経内科】	野垣 宏 【脳神経内科】
	3診		岡田 治彦	※予約制 徳永 良洋 8:30~15:30	内田 智之	
		岡田 治彦				
外 科		水田 英司	佐藤 智充	中尾 光宏	為佐 路子	清水 良一
肛門科		月曜～金曜 清水 良一（要電話予約） お気軽に受診してください。				
神経科		新造 竜也 (月1回 青島 真由)				
眼 科			萩田 勝彦			萩田 勝彦
整形外科					第4木曜日 表 寛治郎 13:00～14:30	富永 俊克
脳神経内科		川井 元晴 〔 第3月曜日のみ 〕 14:30～15:30			野垣 宏	野垣 宏
皮膚科				下村 尚子		沖田 朋子
女性スタッフによる 乳がん検診		為佐 路子 ※予約制 (女性放射線技師による撮影) ※女性医師・技師が不在の場合もありますので、事前のご予約をお願いいたします。				

行事予定



4日 病院見学 (小野田高校定時制)

花柳流花白茂会 (老健)

7日 救急法競技大会 (救護派遣)

9日 民児協 (赤崎地区) (老健)

10日 誕生日会 (老健)

11日 ショップすいせん 池坊芳心会 (老健)

11~12日 東亜看護学院実習

18日 原校区健康教室 (老健)

22日 当番医

25日 厚東カラオケ同好会 (老健)

25~26日 職場体験学習 (黒石中学校)

27日 お話ボランティア (老健)

29日 当番医

先月のボランティア (7月20日~8月20日)

7月24日 桜幸二ふれあいコンサート 2名

7月26日 お話ボランティア (金子 紀恵 様)

7月23日、30日 見守りボランティア
(金子 紀恵 様)

毎週月曜日 新聞紙ゴミ袋作り (一樹会)

8月 2日 竜王太鼓保存会 7名

8月 7日、20日 見守りボランティア
(金子 紀恵 様)

8月 9日 木戸刈屋盆唄保存会 3名

8月19日 民児協 (本山地区) 5名

ボランティアの皆様、ありがとうございました。

今月の料理

ズッキーニのかにかまチーズ焼き

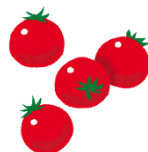
◆ 材 料 ◆ 1人分

素 材	分 量
ズッキーニ	2/1 量
玉葱	30g
カニカマ	30g~40g
マヨネーズ	15g
ミニトマト	1個
ミント	適量



作り方

- ① ズッキーニを輪切りにする。
- ② 玉葱を1cm長さの薄切りにする。
- ③ ①にカニカマを入れ混ぜオープン皿に盛る。この時、カニカマをほぐし過ぎず形を残す。
※オープン皿の代わりにアルミホイル等の使用も可
- ④ 玉葱とマヨネーズを合わせて③に乗せオーブンで焼く。
- ⑤ 付け合わせにミニトマトとミントを添える。



一口メモ

ズッキーニはβカロテン、カリウムが豊富に含まれています。βカロテンの疲労回復や動脈硬化が期待されます。カリウムはむくみの原因になるナトリウムを排出する役割があります。また、カリウムが不足すると食欲不振や夏バテも招きます。ぜひ、今の季節に食べて夏バテを防止してください。

ご来院の皆さまへ 大切なお知らせ

令和元年9月2日より、当院では、防犯・安全対策のため、下記のとおり出入口を施錠します。

施錠中は、夜間救急出入口をご利用ください。

ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

令和元年9月2日より、

- 夜間：18時30分～ 全部施錠（夜間救急出入口以外）
- 休日：終日 全部施錠（夜間救急出入口以外）
（※裏玄関等は解錠しません）

面会票記載のお願い

面会等で来院された方は、各出入口に設置している面会票に記入の上、面会票投入箱へお入れください。ご協力をお願いいたします。

ORC（オー・アール・シー）2019年9月号

令和元年 9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 院長 清水 良一