

みなさんと共に 竹田病院つうしん

ふれあい

fureai

Hospital public information magazine



TAKEDA
general hospital

VOL.156

2019

9・10

月号



「たけのこクラブ」七夕会

TAKEDA general hospital

竹田綜合病院

<http://www.takeda.or.jp>

contents

乳がん検診について

+10(プラス・テン)で健康寿命を
のばしましょう!

婦人科腫瘍^{しゅよう}について

たけのこクラブ七夕会

新鶴ワイナリー

はじめに

30〜60歳代の日本人女性において、罹患するがんの中で最も多いのは乳がんです。

乳がん検診について

あなたにとってかけがえのない大切な人のために

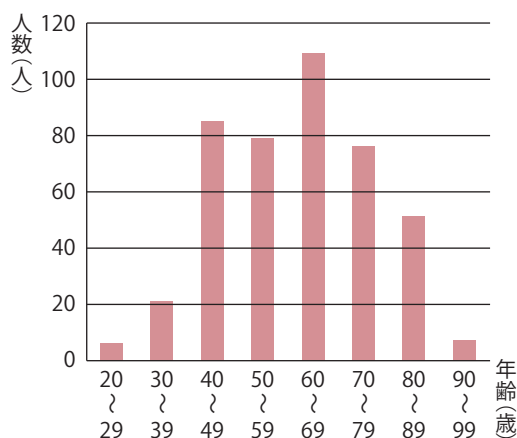
乳がんは、近年ますます増加傾向にあり、日本人女性の11人に1人が乳がんにかかると言われています。一方で、乳がんは早期発見・早期治療をすることで、命が守られる可能性が高いことも知られています。

今月号では、乳がんの早期発見に重要な役割を果たす、『乳がん検診』についてご説明いたします。

年間約8万人の女性が乳がんと診断され、年々増加傾向にあります。おおよそですが、日本人女性

の11人に1人が発症する割合になります。

グラフは、2010年から2015年までの6年間に当院で乳がんと診断された方の年代別のグラフです。40歳代から50歳代にかけて急激に増加しており、さらに60歳代でも増えていることが分かります。これは特に会津地域ということではなく、全国的にも同様の傾向がみられます。



「自己検診」月に1回見て触ってセルフチェック

毎月1回、自己検診。



検診の方法

●生理のあと5日目〜10日ごろ ●お風呂で体を洗ったとき ●4本指をそろえて上から下までまんべんなく ●つまみではいけません ●しこりのようなものはありませんが、乳首からの分泌物にも注意して

乳がんは自分で見つけられます

毎月1回、自己検診を励行すれば、自分で早期発見できるがんです。けっして手遅れにしないように、異常に気づいたら、すぐ専門医(乳腺外科)にみてもらいましょう。

乳がんは、体の表面近くに見えるがんです。自分で観察したり、触ったりすることで発見しやすく、がんの中でも自分での発見率が高いのが、乳がんの大きな特徴です。乳がんの中には、半年で急激に進行する乳がんもあります。このようなタイプの乳がんの場合、1年に1回の乳がん検診では、発見できないこともあります。自己検診を行い、このように進行の早い乳がんを、ご自身で発見しましょう。大ききの目安としては、さくらんぼより小さいしこり

を感じれば要注意です。

セルフチェックの時期は、乳房の張りが引いてからの方が柔らかくなり、しこりなどが分かりやす

くなるので、月経終了後5日目くらいが最適です。閉経後の女性の場合は、毎月検診をする日を決めて行います。

乳がんの検査

乳がんは、早期で発見すれば90%以上が治りますが、自覚症状のない乳がんは、触っても分からず、画像検査でないと発見できません。

乳房の断面のエコー（反射波）をモニターに写し出します。乳腺の厚い人、妊娠中、授乳中でも検査できます。

②マンモグラフィ

※視触診は、死亡率減少効果が十分でなく、推奨されていません。

①超音波検査

乳房にゼリーをのせて検査します。痛みもなく、被ばくもありません。検査は、仰向けの状態で受けます。プローブと呼ばれる超音波診断装置の一部分を乳房上で斜め、左右、上下に動かしながら乳

②マンモグラフィ
X線による乳房撮影のことです。乳房は柔らかい組織で出来ているため、専用の装置で撮影します。検査の方法は、乳房を片方ずつ、上↓下方向・内↓外方向へ圧迫しながらの撮影となります。圧迫することによってX線による被ばくも、より軽減されます。ペースメーカーを付けている方、豊胸術後、授乳中の方は断りしています。予めご了承ください。

ピンクリボン検診ー竹田

乳がんの早期発見のために、当院では『ピンクリボン検診ー竹田』を行っています。マンモグラ

フィと超音波検査を組み合わせ、触っても分からない小さな乳がんを発見することができます。

おわりに

- 月曜～土曜の午後（第2・4土曜日は休診）実施しています。
- マンモグラフィと超音波検査：5,000円（税別）
- 超音波検査：2,000円（税別）
- ※39歳以下の方には、原則、超音波検査のみで行っています。
- ※症状のある方は、当院外科外来を受診してください。
- ※女性スタッフのみによる検診です。医師による視触診はありません。完全予約制。

乳がんの早期発見のために、日々の自己検診と積極的な乳がん検診の受診を心がけましょう。

【お問合せ】 竹田健診センター
0120-1274-233

ピンクリボンサントリーのご案内

注意ください。

竹田健診センターでは、NPO法人J・POSH（日本乳がんピンクリボン運動）に賛同し、毎年10月第3日曜日に、乳がん検診を実施しております。

なお、完全予約制で先着42名様までとなっております。下記までお申し込みください。

※市町村からの乳がん検診（施設健診）と併用はできませんのでご

▼日時：10月20日（日）9時～
▼場所：竹田健診センター（山鹿クリニック6F）

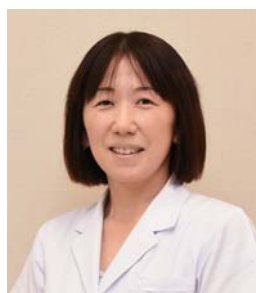
▼料金：5,000円（税別）

▼お申込み：竹田健診センター

☎0120-1274-233

※電話受付時間：診療日の8時30分～17時

リレー | 検 | 査 | 科 | 日 | 記 |



臨床検査科 生理機能検査室第4生理係

おお たけ りょう こ
大竹 亮子

私の所属している生理機能検査室第4生理係は、当院の竹田健診センターでの超音波検査を行っています。超音波検査は、検査する箇所ゼリーを塗り、体の表面から人の耳には聞こえない高い周波数の音（超音波）を当て、体の内部を観察する検査です。被ばくの心配がなく、繰り返し行うことができます。

竹田健診センターでは、腹部、乳腺、甲状腺、頸動脈の超音波検査を行っています。腹部超音波検査では、肝臓、胆嚢、脾臓、腎臓、脾臓、腹部大動脈を検査します。それぞれの大きさや性状、腫瘍や結石の有無などがわかります。甲状腺超音波検査は、甲状腺の大きさや性状、腫瘍の有無を調べます。頸動脈超音波検査は、脳

に血液を送る重要な血管（頸動脈）に、コレステロールなど脂肪からなるプラークが付着していないか、脳梗塞を起こす危険のある血栓と呼ばれる血液の塊が無いかを観察します。乳腺超音波検査では、乳腺内の腫瘍の有無を調べます。数ミリの手に触れない「しこり」も見つけることができます。ここ数年は、乳がん検診を受ける方が増えており、乳腺超音波検

超音波検査による定期的な

健診を受けてみては

いかがでしょうか。



査の件数は増加傾向にあります。11人に1人が患うと言われている乳がんは30歳代から増加しはじめ、40歳代後半と60歳代前半にピークを迎えます。20歳代で患う人もいます。最近では20歳代で検査を受けられる方も多くなってきました。マンモグラフィで「しこり」が写りにくい40歳未満の方

（乳腺が発達しているため）や、高濃度乳腺と言われたことのある方でも、超音波検査ではしこりを発見することが出来ます。乳がんに限らず、がんは無症状のうちに発見できれば適切な治療によって治療の確立も高くなります。超音波検査による定期的な健診を受けてみてはいかがでしょうか。



第4生理係は竹田健診センターの超音波検査業務に携わっています。臨床検査技師は、医師・看護師・診療放射線技師・医療事務と協力してより近い距離で業務を行い、連携するチームワークが重要となります。大竹さんは、周囲の状況を察知する柔軟な対応力を持ちテキパキと仕事をこなします。限られた時間の中で、一人ひとりの受診者の方と向き合い、コミュニケーションをとりながら検査を行っています。また、スタッフ・上司からの信頼も厚く、とても頼りになる存在です。今後、質の高い人間ドック健診を提供し続け、更に活躍されることを期待しています。

上司からと
ひとこと

えがわ ゆりこ
江川 由里子



臨床検査科 生理機能検査室第4生理係係長

はじめに

日本人の平均寿命と健康寿命の差は、男性で約9年、女性で約12年です。健康寿命とは、健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間のことで、一生のうち「不健康な期間」が約10年もあるということになります。

では、健康寿命を延ばすにはどうしたらよいのでしょうか。普段から元氣にからだを動かすことで、糖尿病、心臓病、脳卒中、がん、足腰の痛み、うつ、認知症などになるリスクを下げるができます。例えば、今より10分多く、毎日からだを動かす（+10する）だけで、健康寿命を延ばせることがわかっていいます。（厚生労働省：アクティブガイドより）

健康のための目標

+10する簡単な方法は、歩くことです。例えば、10分多く歩くと、約1,000歩になります。歩数計などで普段の歩数を確認

し、1,000歩増やすことを目標にしましょう。

ポイントはじっとしている時間なるべく減らすことです。座りっぱなし、横になりっぱなしでなく、家事や庭いじり、少しの外など+10することが大切です。

また、健康日本21（第2次）では、年齢別に健康づくりのための

+10（プラス・テン）で健康寿命をのばしましょう！

目標が定められています。

【18歳～64歳】

1日合計60分、元氣にからだを動かしましょう。

【65歳以上】

じっとしている時間を減らして、1日合計40分は動きましょう。

筋力トレーニングやスポーツなどが含まれると、なお効果的

です。

健康のための一歩を踏み出そう！

からだを動かす機会や環境は、身の回りにたくさんあります。それが「いつなのか？」「どこなのか？」「ご自身の生活や環境を振り返ってみましょう。

そして、今より少しでも長く、少しでも元氣にからだを動かすこ

● 竹田健診センターT・H・P室
健康運動指導士

はやかわ まさる
早川 克

とが健康への第一歩です。テレビを観ながらストレッチをしたり、歩いたり自転車で移動する、歩幅を広くして速足で歩くなど、できそうなことから始めてみましょう。

一緒に行く仲間がいると、楽しさや喜びが一層増します。家族や仲間を誘ってみるなど+10しましょう。

おわりに

からだを動かす時間は、少しずつ増やしていきましょう。体調が悪いときは、無理をしないようにしましょう。

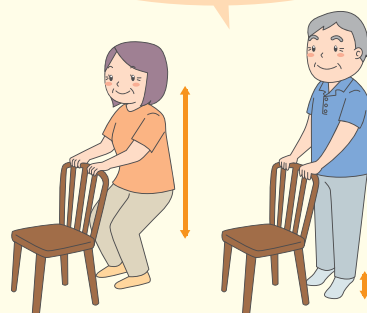
また、現在治療中の病気や関節などに痛みがある場合は、運動の可否について主治医の先生に相談してから始めましょう。

◎参考：厚生労働省「健康づくりのための身体活動指針（アクティブガイド）」

【お問い合わせ】

竹田健診センター（T・H・P室）
☎ 0242（29）0237
（午後のみ）

テレビを観ながら椅子を使って「ながら体操」



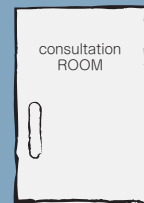


産婦人科 科長

野村 真司

のむら しんじ

きょうは
産婦人科
です



こんにちは
診察室です。

婦人科腫瘍^{しゅよう}について

産婦人科

産婦人科の領域は大変広く、不妊治療や出産・幼少期から更年期に起きる内分泌疾患・子宮や卵巣に発症する婦人科疾患など、様々な年代の女性と関わり合いがあります。

わたしたち産婦人科の医師は、子宮や付属器（卵巣・卵管）に主として起きる疾患や事象^{じしやう}に携わっているとも言えます。

婦人科腫瘍^{しゅよう}

一般に子宮や付属器を中心として発症する腫瘍性病変を婦人科腫瘍と呼んでいます。

腫瘍性病変は良性腫瘍と悪性腫

瘍に大別されますが、その境界に位置するものも多くあります。薬

物治療が有効であるものや手術を必要とする場合もあり、年齢や状況を考慮した治療法が選択されます。ただ、一概に場所や大きさから治療方法が決まるわけではなく、年齢やライフスタイルも考慮した治療法が選択されますので、主治医との十分なインフォームドコンセントが必要になります。

子宮筋腫^{しきゅうしゅ}

筋肉に発生する良性腫瘍の中で最も多い腫瘍です。子宮筋腫は大きさや場所、また年齢により多彩な症状を呈します。代表的な症状

は、過多月経による貧血です。治療にはホルモン治療や、手術では筋腫のみを摘出する筋腫核出術^{きんしゅかくしゅつじゅつ}・子宮そのものを摘出する子宮全摘術などが行われます。

子宮頸がん^{しきゅうけいがん}

子宮に発症するがんの代表的なもののひとつです。発症のピークが20〜40歳代にあり、がんの中では比較的若い女性に発症するがんです。国内では毎年約1万人の女性が子宮頸がんにかかり、約3,000人が死亡しています。（日本産科婦人科学会）

がんの発症には、ヒトパピローマウイルス（HPV）が関係して

いることがわかっています。

このHPVは稀なウイルスではなく、多くの女性が感染した経験を持っていますが、自然に排除されるのが一般的です。しかしながら、排除されずに持続感染を引き起こす場合があり、これが子宮頸がんの発症に関わるとされています。

HPVに関してはワクチンが存在し、日本でも2009年に承認され接種が可能となっております。現在はこのワクチンの積極的な接種が推奨されていますが、HPVに感染する前の若い世代の方々に接種することにより、今後の子宮頸がんの発症率が低下

「婦人科腫瘍」についてご説明します。

することが期待されるワクチンです。

また、子宮頸がんは前がん病変である子宮頸部の異形成を経て、がんを発症するケースも多く、早期発見が可能であるがんのひとつです。そのためには、子宮頸がん検診を積極的に受診することが大切です。治療は手術療法が基本となりますが、進行がんの場合には放射線や化学療法が必要となることもあります。

子宮体がん

子宮体部に発症する子宮体がんが、子宮がんのもう一つの代表的ながんです。多くは子宮内膜上皮から発症するがんです。子宮頸がんとは場所が異なるだけではなく、リスクや発症要因が異なります。女性ホルモンであるエストロゲンが関係するケースも多く、出産の経験のない人や肥満などもリスク因子となります。また、高血圧や糖尿病、遺伝などが関与し発症する場合もあります。発症のピークは50〜60歳代に多く、閉経後に不正出血がある場合には注意

が必要です。検査は超音波やMRIなどの画像検査にて子宮内膜を確認し、実際に子宮内から細胞や組織を採取し病理検査にて診断します。子宮頸がんと同じように治療は手術療法が基本となりますが、化学療法や放射線治療、ホルモン治療が必要となることもあります。

卵巣腫瘍

卵巣は排卵やホルモン分泌など様々な機能をもつ臓器のひとつです。それだけに卵巣にはたくさんの種類の腫瘍が発症する可能性があります。

機能性の嚢胞や単純性嚢胞など、治療を必要とすることは少ないものも含めれば、女性の4人に1人は何らかの卵巣腫瘍を発症しているとの報告もあります。

比較的若い女性に多く代表的な卵巣腫瘍に成熟嚢胞奇形腫があります。一般にはデルモイド腫瘍と呼ばれますが、脂肪成分を多く含み毛髪や皮膚成分を含むことが多く腫瘍です。大きさなどによって破裂や捻転の可能性があり、そ

の場合には急性腹症を呈し緊急手術の適応となることもあります。

卵巣の悪性腫瘍の代表には卵巣がんがあります。一般的には卵巣がん検診には有効な手段がなく、早期発見が難しい腫瘍の一つです。痛みの症状が初期に出現することは稀なため、腹部膨満感にて病院を受診した際には、進行がんであることも少なくないのが現状です。治療の基本は手術により可能な限り腫瘍を摘出することにあります。抗がん剤による治療が有効なケースもあり様々な研究も行われています。

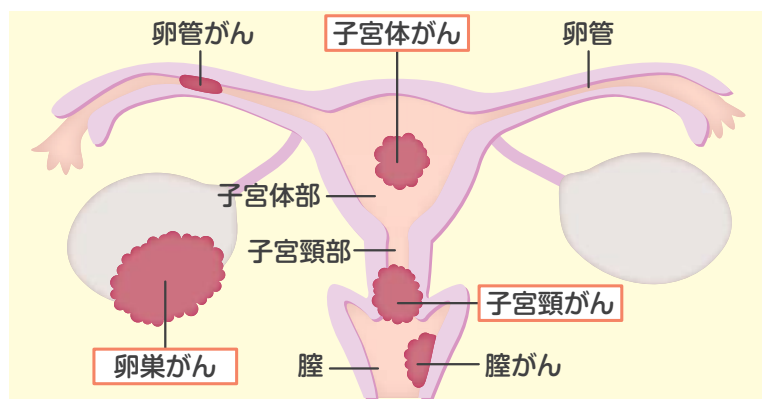
当科での取り組み

婦人科腫瘍にはたくさんの種類があり、治療法も日々進化しています。

手術療法では、侵襲が比較的不い腹腔鏡を使用した手術が全国的に行われており、当科でも積極的に導入しています。ただ腫瘍の大きさや種類、お腹の中の癒着など適応には十分な検討が必要です。また、悪性腫瘍に対する抗がん剤治療についても、これまでの

一般的な抗がん剤に加え、分子標的薬や免疫チェックポイント阻害剤など、新しい治療薬が保険適応となってきました。会津を中心とした患者さんにも、標準的な治療から最先端の治療までを提供できるよう、他科の先生方やスタッフ、他施設との連携を通して診療を行っております。

【女性生殖器官の構造と腫瘍】



子宮の構造と女性性器がんの種類

あつた介護

介護老人保健施設 エミネンス芦ノ牧 「気軽に気楽に介護食」

当施設では、「気軽に気楽に介護食」をモットーに、多職種で食形態や食事環境の調整を行い、食事の不安がなく在宅生活に戻れるように関わっています。

そんな中、在宅生活でよく耳にする話があります。「みそ汁にまんま入れて食べているよ」「若夫婦と同じおかずは固くて、ご飯に梅干し入れてお湯さして食べてい

るよ」などの声です。人は母乳から始まり、離乳食、2歳頃には家族と同じ食事が食べられる様になります。家族全員が同じ食事を食べるのではないのでしょうか。歳をとっても、歯が弱っても、家族一緒にの食事を食べてみませんか？ひと手間にはなりますが、おかずを包丁やキッチンバサミで食べやすく刻んだり、スプーンでつぶしたり、パサパサしている時は、煮汁を多くしトロミづけの粉を混ぜたりする事で食べやすくなります。また、主食・主菜・副菜が揃うことでバランスの良い食事となり、体力が付き、体調も安定します。

当施設では夏祭りの際にご家族を招待し、施設で提供している食事を食べて頂いております。歯の問題や飲み込みの問題で、食形態は違っても献立の内容は同じ物を提供しています。そのひと時は、ご家族の皆さんとお弁当を囲み、家族団らんの楽しい時間になります。1日3回やってくる食事の準備は大変ですが、時には市販食品を利用し、「気軽に気楽に介護食」で楽しい食卓にしてはいかがでしょうか。

竹田訪問看護 ステーション

「こんにちは訪問看護です」

今回は、訪問看護と病院との連携についてお話ししましょう。

訪問看護とは、住み慣れた地域で、病気や障がいがあっても暮らし続けたいという願いを叶える医療看護サービスです。訪問看護の強みは、24時間365日いつでも看護サービスが受けられることです。訪問看護からの医療看護の提供は、かかりつけ医師の指示のもと行われますので、地域でも24時間365日、かかりつけ医師の管理が受けられるということです。

訪問看護師は、病棟訪問も行っています。病棟の担当看護師と共に、皆さんのこれからの在宅生活を考えるためです。皆さんが、いよいよ退院となった時、今まで病



今年の夏祭りで提供されたお弁当

棟の看護師が管理していた事を、皆さんご自身、またはご家族に今後は担ってもらうことになりました。少し不安が生じたり、自宅の生活が慣れるまで誰かに手伝ってもらいたいな…、という気持ちになるかもしれません。皆さんの思いを確認し不安を解決したり、住み慣れた自宅での生活に合うように医療の管理を調整しています。

また、在宅療養中に体調が崩れ、もしも入院することになった時には、治療に専念しながら入院生活が安心できるものになるように、これまでの生活の様子（情報）を病院側へ提供しています。入院によって変わるかもしれない生活を早期に解決し、皆さんが住み慣れた自宅に1日でも早く安心して戻ることができるように、病院との連携を図ることも役割の1つになっています。



病棟訪問を行う訪問看護師

はじめに

警備係は管理課に所属しております。平成31年3月31日まで、13名の人員構成で24時間警備及び、救急受付の業務を行ってまいりましたが、平成31年4月1日より夜間救急受付業務から離れ、現在8名で4班、各班2名の新体制で24時間の警備業務を行っております。

業務内容

主に病院の敷地内及び隣接施設などの巡回警備監視を行い、安全・安心・信頼を提供しております。



管理課警備係スタッフ

【警備係とは】

警備係は、安全・安心・信頼のイメージを、身だしなみと制服・制帽で象徴しています。

院内における脅威の発生原因となるものを発見し、必要な処置を行います。また、業務で直面する全ての問題・不具合を迅速に最小限に抑える様に対応し解決に導きます。総合案内業務では、思いやりを意識した対応を心掛けて行っております。

巡回においては、不審者がいないか？不審物はないか？異臭がないか？不具合箇所はないか？施錠はされているか？など、安全衛生の観点からは、危険箇所はないか？目配り・気配りをしながら、病院の敷地内及び隣接施設や、来院者・職員駐車場・来院者駐輪場の巡回を行っています。

また、朝夕の計2時間は総合案内で業務を行い、ご家族・面会者への対応、外部の方の入館手続き、各種問合せの電話対応などを円滑に行える様、努力しつつ対応に当たっております。救急車の誘導、ご家族の受付への案内も業務として対応しています。これらの業務を、日勤・当直と2交替で

すすめ院内探検隊！ VOL.82

管理課 警備係

行っております。冬期間に於いては、深夜の除雪または、凍結防止の塩カル散布を行い、敷地内及び周辺で来院者の安全確保に努めています。不審者や粗暴な方の対応・対処は常にある訳ではありませんが、稀に事件・不都合が起った場合は、その問題点を素早く、最小限に対処できる様に心掛けています。警備員が制服・制帽姿で巡回していることで、不審者の悪意を抑止させる効果がある

おわりに

と考えております。また、制服・制帽姿を目にすることで、安心される方が多いのも事実です。業務は地味ですが、防災センター・施設課及び、他課の協力によって、患者さん・来院される方々へ安全で安心できる環境を提供する「縁の下力持ち」かも知れません。

私たちは、周辺地域住民の生活に密着し、医療機関の一員として安全の強化に心掛け、質の高い職場を目指していきます。また、災害発生時の人命を最優先とした、避難誘導や初期消火を的確に行うためにも、想定訓練が重要であるとの考えの下、日々努力しています。あるべき姿と正さの追及を行い、更なる安全・安心の提供を行ってまいります。



駐車場を巡回する警備係スタッフ

「たけパンダについて」



竹田看護専門学校 専任教員

さとう ゆう
佐藤 優

くまモン、ふなっしー、八重た
ん(?)…。テレビやイベントで
引っ張りだかった人気者のゆる
キャラでしたが、最近ほとんど
見かけなくなりました。ゆるキャ
ラグランプリは2020年で終了
予定とされ、地域を盛り上げると
いったゆるキャラの役目は終わり
なのでしょう。そのような中で
すが、看護学校を大々的に盛り上
げるべく、昨年本校にマスコット
キャラクター『たけパンダ』が誕
生しました。



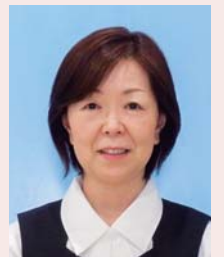
「たけパンダ」プロフィール

ジャイアントパンダ／オス(38歳)
癖 : 竹の節目をなぞること
好きな食べ物: たけのこの里
好きなパンダ: シャンシャン
特技 : 静脈血採血

力を依頼したところササ(笹)っ
と描き上げてくれたのです。
それからは、オープンキャンパ
スや学校祭、会津まつりなど様々
な場面で登場し、学校PRに貢献
してくれています。うちわやクリ
アファイルといったオリジナル
グッズも完成しました。
まだまだ、知名度は低いです
が、今後の『たけパンダ』の活躍
をあたたく見守っていただけた
ら嬉しく思います。

「デフ・ヴォイス
法廷の手話通訳士」

著/丸山正樹 発行/文春文庫



地域医療連携課 課長

ふる さわ
古沢 しのぶ

著

者は会津好きで、頸髄損傷の妻を
介護しながら執筆活動をしていま
す。この本は松本清張賞最終候補作と
なった社会派ミステリーです。

主人公は、両親と兄の全員が「ろう者」
という家庭環境で育った「コーダ」(ろう者
の両親の間に生まれた聴こえる子ども)で
す。なかなか自分の居場所をみつけれ
ず、家族、そして手話とも距離を置く生
活を送っていましたが、縁があつて手話
通訳士の資格を取り、ある殺人事件の手
話通訳士をしました。事件の被害者は、ろ
う児施設の理事長の息子でした。主人公
は、ろう者たちの「敵」が「味方」かと常
に問われ続けてきた自分のアイデンティ
ティへの答えをみつけます。

「手話」と一括りにされそうですが、手
話には種類があることを知りました。本
書には、「日本語対応手話」と「日本手
話」という2つの手話が登場します。コー
ダという立場の主人公を通して、ろう者
(マイノリティ)の立場を理解し、相手の
立場に立てる聴こえる人(マジョリ
ティ)の大切さも訴えていると思います。
「普段聴こえる人と話す時とは違って、手
話や身振り、筆談の方法も使ってもらっ
た」とも多くの人に自然なこととして
受け止められる社会になったら嬉しい」
と呼び掛けています。





いろいろな
話題をあつめて
ズームアップ!

福島支部学術集会で両受賞



授賞を喜ぶ五十嵐さん(右)と小林さん(左)

6月15日(土)、総合南東北病院において、日本医療マネジメント学会第10回福島支部学術集会在開催されました。

当院からはこころろ階病棟課長五十嵐文枝さんの「認知症専門病

棟における身体拘束ゼロへの取り組み」(業務改善・チーム医療部門)、手術室副主任 小林知美さんの「手術チームにおけるコミュニケーションの質向上への取り組み」(手術安全チェックリストを導入して) (医療安全部門) の2演題を発表し、両演題とも優秀賞を受賞しました。

たけのこクラブ セタ会

【今月の表紙】

6月30日、総合医療センター竹田ホールにおいて『たけのこクラブ』のセタ会が行われました。

はじめに、主催するスタッフ紹介の後、小児科科長 有賀裕道医師が「是非この機会に心配事などを相談したり、皆さんと親睦を深めてください」と挨拶しました。家族ごとに子どもの様子を交えた自己紹介を行った後、有賀先生、NICU・リハビリスタッフらがそれぞれの家族の輪に入り、いろいろな相談に応えていました。

『たけのこクラブ』は、当院のNICU(新生児集中治療室)で治療を行った赤ちゃんの両親が、「小さく生まれても子ども達が

ゆっくりでもいいから、その子のペースですくすく成長してほしい」という願いを込め名付け、平成12年4月に発足しました。主な活動内容は、会員間の親睦や育児に関する情報交換、NICUの医師や看護師などを交えた交流会を年1回開催しています。



久しぶりの再会を喜ぶスタッフ

高校生1日看護体験

8月1日当院において「高校生の1日看護体験」が行われました。

会津地域の各高校から集まった31名は、当院の概要や看護体験時の心構えなどの説明を聞いた後、午前中は院内の見学や血圧測定・

心肺蘇生法などの体験。午後は、4名1組のグループに分かれ、各病棟においてベッドメイキングや実際の患者さんの協力のもと足浴を行うなど、貴重な体験をしました。



患者さんの協力のもと足浴を行う高校生

がん相談支援センター

がんに関する悩みや不安、疑問に対応しております。

■相談時間：月曜日～土曜日 午前9時～午後4時30分(第2・4土曜日、祝日、年末年始は除く)

■受付場所：がん相談支援センター(総合医療センター1階 地域医療連携課内)

☎0242(29)98332

栄養士のおすすめ
レシピ

つくってみらんしょ かぼちゃのチーズケーキ

1人当たりのエネルギー … (1/6 切れとして) 約 242kcal
所要時間 … 約 40～50 分



●調理担当者

わたなべ ともひと
渡部 友人



《材料》(直径15cm～18cmの丸型1個分)

- かぼちゃ(皮をむいて) …… 250g
- 薄力粉 …… 35g
- クリームチーズ …… 150g
- 砂糖 …… 50g
- 卵(全卵) …… 2 個
- ホイップクリーム(飾り用) … 適量
- ミント …… 適量

●作り方



栄養士
べっ ぶ り え
別府 理絵

① クリームチーズを常温に戻し、柔らかくしておく。(時間が長い場合はレンジで1分ほど温めてもよい。)

② かぼちゃを3cm程度に切って水洗いし、ラップをしてレンジで5分ほど加熱する。竹串がスツと通ればOK。

③ ②をマッシャーやフードプロセッサーなどで、なめらかになるまで潰す。

④ ボウルにクリームチーズ、砂糖、卵を入れてよく混ぜ、③を加えてさらに混ぜる。

⑤ ふるいに掛けた薄力粉と、牛乳を入れて混ぜ合わせる。

⑥ ⑤を型に流し込み160℃に予熱したオーブンで30～40分間焼き、粗熱がとれたら冷蔵庫で冷やす。

ポイント

● 型の大きさによって厚さが変わり、加熱時間が異なります。お好みでホイップクリームやバニラアイスを添えてお召し上がりください。

「かぼちゃ」の豆知識

かぼちゃには大きく分けて「日本かぼちゃ」「西洋かぼちゃ」「ペポかぼちゃ」の3種類があります。一般的に流通しているのは西洋かぼちゃです。ちなみに、かぼちゃはポルトガル人によってカンボジアから日本に伝えられ、カンボジアが訛(なま)ったことが名前の由来とされています。

冬至などに食べることから冬のイメージがあるかぼちゃですが、旬は6月～9月頃です。丸のままなら数ヶ月間保存できるので、緑黄色野菜の収穫が少なくなる冬にも食べられ重宝します。かぼちゃの栄養価は野菜の中でもトップクラスで、抗酸化作用のあるβ-カロテンに加えて、粘膜の抵抗力を高めて細菌の感染を予防するビタミンC、生活習慣病や便秘の予防に効果がある食物繊維などを多く含んでいます。ただし、でんぷんが多くエネルギーも高いので食べ過ぎには注意しましょう。

● 内科 ● 胃腸科(内視鏡) ● 小児科

医療法人 廣徳会

荒川胃腸科内科クリニック



院長
あら かわ けん じ
荒川 謙 二

最近、メディアは誇張された医療情報に溢れており、誤解されている患者さんを診察していると「少し勘違いしているな!」と落胆することが多いですので、分りやすく説明し生活習慣病(高血圧・高脂血症・糖尿病・心臓疾患)に対応しています。

内視鏡は専門分野のため最新の設備を整え胃から腸まで、いかに苦痛なく検査でき病変を見逃さないことを目標としています。どうぞ安心してご相談下さい。



【診療時間】

【午前】 8時30分～12時 【午後】 2時～6時

【休診日】

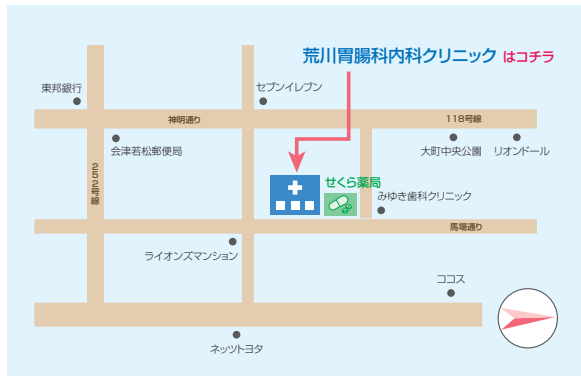
日曜日・祝日 水・土曜日午後

【住 所】

〒965-0037 福島県会津若松市中央二丁目1-29
TEL 0242 (32) 2201 FAX 0242 (32) 2206

【診療日】

	月	火	水	木	金	土	日
午前	●	●	●	●	●	●	—
午後	●	●	—	●	●	—	—



〈会津若松市〉

あなたのまちのお医者さん

地域連携の医療機関のご紹介

《禁煙指導
保険適応施設》



当院は、●アルカディア室(理学療法服を着たままサウナ気分)●陥入爪の痛くない治療(超弾ワイヤー法)●苦痛の少ない胃内視鏡(経鼻胃内視鏡)●form(動脈硬化をわずか5分で測定)●Bensus(超音波骨密度測定器)等、患者さんの苦痛を極力少なかった検査・治療法をそろえております。CTやMRI検査、手術や入院が必要な時は竹田総合病院等に紹介をして病診連携を積極的に行っています。



院長
あら き ふ み お
荒木 富美夫

医療法人 クリニック荒木

● 内科 ● 外科 ● 小児科 ● 小児外科

【診療時間】

【午前】 9時～12時30分 【午後】 3時～6時

【休診日】

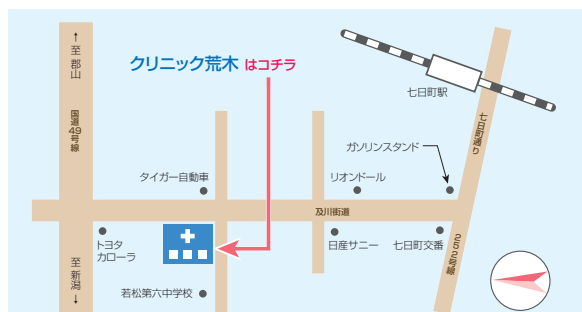
日曜日・祝日・第1・3土曜日

【住 所】

〒965-0064 福島県会津若松市神指町大字黒川字湯川東227
TEL 0242 (32) 9229 FAX 0242 (32) 9228

【診療日】

	月	火	水	木	金	土	日
午前	●	●	●	●	●	●	—
午後	●	●	●	●	●	第2・4週	—



ホームページアドレス <http://www.clinic-araki.e-doctor.info/>
メールアドレス inchou@clinic-araki.e-doctor.info

ぐるっと会津



ふるさと探訪

VOL.141

『新鶴ワイナリー』 ―会津にワイン という文化を！―

会津美里町新鶴地区。東南に開けた日当たりの良い傾斜地や、昼夜の寒暖差が大きいなど、果樹栽培には最適な環境を利用し、ワインブドウの栽培からワイン醸造を行い、販売所、レストランまで運営する新鶴ワイナリー。今回はその立ち上げから関わっておられる、菅家真実さんにお話を伺いました。



収穫に支援いただいたワイナリーサポーターの方々

―新鶴ワイナリーについてお聞 かせください。―

会津美里町は地形などを利用した果樹栽培が盛んな地域ですが、

近年の人口減少による高齢化や、担い手不足による農業人口の減少が進んだ結果、耕作放棄地が増え、景観の維持や40年も続いているワインブド

ウ栽培技術の継承が困難になっていました。

この現状を改善するため、合同会社会津コシユルが地域で栽培されたブドウを使用したワインを造るワイナリーを事業化することで、耕作放棄地の改善や交流人口の増加による地域経済の活性化などができるのではないかと。また、同会社が運営する「cove's estate」では、元々地元食材を使用した料理を出しており、新メニュー開発の中で地元産の赤ワインが飲みたいという意見があり、そういった経緯を経てつ

ィナリー設立にいたしました。

―設立に関わった経緯をお聞 かせください。―

元々会津出身で大学卒業後千葉に住んでおりましたが、「会津に戻り、何か自分の人生の足跡が残る仕事がしたい」と考え仕事を探していました。そのような中「ワイナリーを一緒に作りましょう」という会津美里町の募集に目が留まりました。当時は、会津でワイン？といったように全くイメージがなく、ましてや新鶴地区で世界に知られる醸造用ブドウが作られ

ていることなど、会津出身ながらも知りませんでした。いろいろと話を聞いているうち、地域のために取り組みを始めた会津コシユルの理念に共感し、地域おこし協力隊の一員としてワイナリー設立に携わろうと決めました。

―新鶴ワインについてお聞 かせください。―

ブドウを栽培する環境がとても良く、ワイン用の良いブドウが栽培できることです。また、この地区の栽培農家の方々が40年間培った技術力があったことなどが、新鶴ワインの美味しさだと思います。

―今後についてお聞かせくだ さい。―

ワイナリーが出来たことによって、この自然豊かで風景が美しい会津美里町新鶴地区により多くの方々に来ていただきたいです。また、ここで作られたワインが新たなこの地区の魅力の一つになれるといいと思います。

新鶴ワイナリー
菅家 真実さん



情報

あ・ら・か・る・と

知っておトクな
院内情報！

第8回 竹田健康財団 福祉用具展並びに講演会 開催のご案内

6月に開催し、大変好評をいただきました福祉用具展を、今回は摂食嚥下をテーマにし、9月にも開催いたします。

介護食の試食や、口腔ケア用品、便利グッズの展示を行います。また、同日に「摂食嚥下障害の知られていること・知らないこと」と題し、地域の医療従事者を対象に新潟大学の井上誠先生のご講演も行います。皆さま、お気軽にご来場ください。

竹田地域医療フォーラム 開催のご案内

10月26日（土）、會津風雅堂において「一緒に考えよう！共に暮らす。共に生きる。」地域包括ケアの目指すもの」をメインテーマに第18回竹田地域医療フォーラムを開催します。特別講演では、世



参加を呼びかけるポスター

▼日時：令和元年9月30日（月）10時～16時予定（講演会 17時15分）
▼場所：竹田総合病院 総合医療センター1階竹田ホール（入場無料）
▼内容：＊介護食、介護用の食器、口腔ケア用品の展示＊「食べること」に関する道具の体験、介護食の試食
■問／竹田総合病院リハビリテーション部（須藤 美代子）
0242（29）9900

界的ピアニスト辻井伸行さんの母であり、ご自身の子育ての経験をもとに、講演活動などで活躍されている辻井いつ子さんをお迎えし、お話しいただきます。是非、お気軽にご来場ください。

▼日時：令和元年10月26日（土）13時～17時5分
▼場所：會津風雅堂（入場無料）
▼内容：◎第一部『シンポジウム』13時5分～15時25分
◎『竹田混声合唱団（虹の旋律）のミニコンサート』15時35分～15時55分
◎第二部『特別講演』16時～17時
テーマ「明るく、楽しく、あきらめない」〈講師〉世界的ピアニスト辻井伸行さんの母／辻井いつ子さん
▼同時開催：『まちの保健室』10時30分～13時
會津風雅堂2Fロビーにて
■問／竹田総合病院 総務課
0242（27）5511



講師の辻井いつ子さん

『患者さん相談窓口』のご案内

医療に対するご相談は地域医療連携課へ、ご意見ご相談につきましては管理課へお申し出ください。また、各フロアに投書用ポスト（リリボックス）が設置されております。ご意見などあればこちらまでどうぞ。

TEL 0242-29-9832（地域医療連携課） TEL 0242-29-6698（管理課）

ふれai 9・10月号 VOL.156

《2019年9月6日発行》

■制作：一般財団法人 竹田健康財団
■発行者：竹田 秀
■編集：広報誌編集委員会

記載内容につきましてご意見・ご質問・ご感想等ございましたら、下記までご連絡下さい。

竹田総合病院 ふれai事務局

〒965-8585 福島県会津若松市山鹿町 3-27
TEL 0242-23-4644 FAX 0242-29-9798

編集後記

今年は、長梅雨が終わったと思ったら、猛暑とお天気に振り回され大変でした。暦の上では秋を迎えていますが、みなさんは夏の疲れは残っていませんか？これからは、活動するにはいい季節になります。もちろん食欲の秋もいいですが、やっぱり身体を動かすことをお勧めします。来年は東京オリンピックも開催されます。せっかくなので観戦するだけではなく、自分で出来そうなスポーツにチャレンジしてみることも楽しいと思います。ですが、くれぐれも怪我にはご注意ください！

M.H

いつまで走ればいいのだろう
いつまで変わらない風景が続くのだろう
少しでも草原の片隅に佇んだ
ほんの少しの希望と勇気を胸に
これからも走り続けるために



竹田ほほえみデイサービスセンター利用者の方の作品

経営
理念

信頼されるヘルスケアサービスを提供し地域に貢献する
職員が成長し喜びを感じられる組織風土を造る

病院の
使命

質の高い保健・医療・福祉の機能を提供し
地域の方の健康に関する問題解決を支援する



一般財団法人 **竹田健康財団**

- **竹田総合病院** 地域医療支援病院 / 地域がん診療連携拠点病院 / 臨床研修指定病院 / 日本医療機能評価機構認定
- **山鹿クリニック** ■ **芦ノ牧温泉病院** 地域周産期母子医療センター / 地域リハビリテーション広域支援センター / 外国医師臨床修練指定病院
- **介護老人保健施設 エミネンス芦ノ牧**
- **介護福祉本部** ■ **竹田看護専門学校**

▼ HP



▼ Facebook

