

ふれあい

fureai

Hospital public information magazine



TAKEDA
general hospital

VOL.168

2021

9・10

月号



2021年度に入職した管理栄養士・栄養士
「栄養科理念『いつも心に笑顔と栄養を』を忘れず日々の業務に取り組んでいます！」

TAKEDA general hospital
竹田総合病院
<http://www.takeda.or.jp>

contents

- 乳がん検診について
- お口は元気のみなもと
- 上部消化管内視鏡検査のすゝめ
- 竹田総合病院 絵画コンクール表彰式
- まちなか賑わいづくりプロジェクト実行委員会

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。

年間約9万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

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9人に1人が乳がんにかかると言われていています。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。

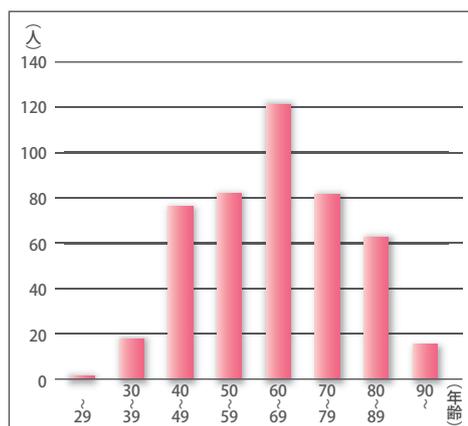


の9人に1人が発症する割合になります。

グラフは、2016年から2020年までの5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に限ってというだけではなく、全国的にも同様の傾向がみられます。

● 当院で乳がんと診断された方の年代別のグラフ



【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〜10日のころ
- お風呂で体を洗った後
- 4本指を肩で上から下までまんべんなく、つまんではいけません
- し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。けっして手遅れにならないように、異常に気づいたら、すぐ専門医(乳腫外科)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。大きさの目安としては、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。

乳がんの検査には、①超音波検査②マンモグラフィがあります。

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。乳腺の厚い方、妊娠中、授乳中の方でも検査できます。

②マンモグラフィ

X線による乳房撮影のことで、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ただきます。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以下の要項で、『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

み合わせて、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。

●病院診療日の午後

●マンモグラフィと超音波検査：5,500円（税込）

●超音波検査：2,200円（税込）

※40歳未満の方には、原則、超音波検査のみで行っています。

おわりに

乳がんは、早期発見、早期治療することで、命が守られます（10年生存率90%以上）。また、治療期間の短縮や医療費の軽減、治療後の社会復帰が早くなるなど、多くのメリットがあります。

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
0120-1274-1233

ピンクリボンサウンデーのご案内

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（施設検診）と併用はできませんので

注意ください。

▼日時：10月17日（日）9時～
▼場所：竹田健診センター（山鹿クリニック6F）

▼料金：5,500円（税込）

▼お申込み：竹田健診センター

☎0120-1274-1233

※電話受付時間：診療日の8時30分～17時

リレー | 放 | 射 | 線 | 科 | 日 | 記 |



放射線科 マンモ担当
もり 森 あゆみ

今回は、マンモグラフィ検査について紹介します。

マンモグラフィ検査は、乳房を片方ずつ装置で圧迫して撮影します。放射線科で行われるCTやMRなどの検査では様々な部位が対象ですが、マンモグラフィは乳房に特化した検査です。

初めてマンモグラフィ検査を受ける方に「やはり痛いですか」とよく聞かれますが、痛みの感じ方は個人差が大きいうちに感じます。また、何度か受けている方は前回より痛くなかった、とおっしゃる方もいて検査のタイミングや体調などによっても痛みの感じ方が異なるかと思えます。一般的に月経前や月経中は乳腺が張って痛みが強くなりやすいので、痛みが心配な場合には、その時期を避

けての受診をお勧めします。

乳房の圧迫は、乳腺を薄く伸ばして重なりを少なくすることや、被ばくを抑えることを目的としています。しかし、ただ強く圧迫しても受診者の方に力の入った状態では痛みも強く、乳腺も伸ばしにくくなってしまうです。そのため、入室時から受診者の方とコミュニケーションを積極的に行うようにして、少しでもリラックス



コミュニケーションを図り、

より良い画像の撮影に

努めていきたい



した状態で検査を受けていただくように心掛けています。負担のある検査であるからこそ、接遇や受診者の方への配慮を忘れずに、表情の変化などを敏感に感じ取って無理のない圧迫での撮影ができるように意識しています。また、乳房にしわが寄ると正しい診断ができない場合があるため、注意を

払って撮影を行っています。リラックスした状態で力みがなく、乳腺全体を広く観察可能な良い画像を撮影できた時には、とてもやりがいを感じることが出来ます。今後受診者の方とコミュニケーションを図りながら、より良い画像の撮影に努めていきたいです。

森さんには入職2年目から

マンモグラフィ検査を担当してもらっています。受診者の方の協力なくしてはできない検査ですが、森さんはコミュニケーションを大切に、一人ひとりに合わせた説明や声掛けができています。また、撮影した画像は検診マンモグラフィ施設認定の審査で良い評価を受け、日々の努力が実を結んでいます。

今年は核医学検査を中心に、手術支援部門やマンモグラフィ検査も担当しています。様々な部門が必要とされ忙しいですが、今後、マンモグラフィの認定技師試験にもチャレンジして、さらなる活躍を期待しています。

からと
上司と
ひと



放射線科 マンモ担当係長
小林 瞳

はじめに

歯周病は「全世界で最も多い病気」として、ギネスブックに認定されています。

日本人も30〜50歳代の約8割の方が、歯周病に侵されています。しかしながら自覚している人は、たった3割に満たないそうです。歯周病は、気付かない間に進行する怖い感染症です。

歯 周病が全身に及ぼす影響

歯周病の原因となるのは、歯垢と呼ばれる細菌です。

歯垢は、歯磨きが不十分な部分に付着するネバネバした黄白色の粘着物です。この歯垢は時間とともに量が多くなり、酸素が少ない状態になると歯垢の中で酸素を嫌う嫌気性菌が多くなります。嫌気性菌が歯肉に攻撃を仕掛けて体の中に侵入しようとし、身体は菌をやっつけて侵入を抑えようと攻撃します。これが歯周病の始まりで、歯肉からの出血・発赤・腫脹

などの炎症の症状です。

その炎症によって出て来る毒性物質が、歯肉の血管から全身に入り様々な病気を引き起こしたり、悪化させる原因となります。

炎症性物質は、血糖値を下げるインスリンの働きを悪くさせたり（糖尿病）、血管の動脈硬化（心筋梗塞・脳梗塞）、肥満、早産にも関係しています。歯周病菌の中

お口は元氣のみなもと

には、誤嚥から気管支↓肺にたどり着いて誤嚥性肺炎を引き起こします（他にも、がん・リウマチなど）。ですから、原因となる歯周病の予防・治療を行うことで、全身の様々な病気のリスクを減らすことが可能です。

健康のためにも毎日のお口ケア（歯磨き）で、歯周病を予防することはとても大切です。

歯 磨きの目的

ただ歯をゴシゴシ磨くことではありません。歯周病の原因となる「細菌の塊」歯垢（プラーク）を除去することが目的です。歯垢は粘性があり、うがいでは簡単に落とせません。それゆえ歯ブラシを使って歯垢を確実に取り除くテクニックが必要です。

● 山鹿クリニック 歯科 歯科衛生士
渡部 志保

歯 周ポケットケアのポイント

- ① 歯と歯茎の境目に45度の角度で歯ブラシを入れる。
 - ② 軽い力で小刻みに動かす。
 - ③ デコボコしている歯や前歯の裏は、歯ブラシを縦にあてて毛先を上下に細かく動かす。
- ※定期的に歯科受診をして、点検・歯石除去をする。寝る前の洗口剤も効果的です

歯 ブラシの選び方

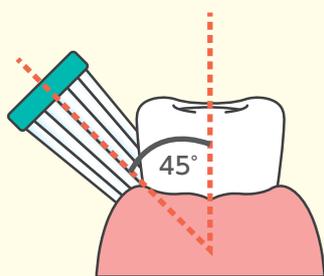
- ナイロン製の物
 - 硬さはふつう
 - 毛先はストレートなもの
- ※1ヶ月に1本を目安に交換しましょう。

まとめ

「人生100年時代」、1日に歯を磨く回数が多いほど、歯の残歯が多い人ほど健康寿命（心身ともに自立し、健康的に生活できる期間）が、長くとデータが出ているそうです。

皆さんも食べたらず歯磨きをするなど、毎日の習慣で元気で快適な健康生活を手に入れましょう。

〈正しい歯ブラシの角度〉
歯周ポケットの中にブラシの先を入れてやさしくふるわせる





消化器内科 医長
荒川 典之
あらかわ のりゆき

きょうは
消化器内科
です



こんにちは
診察室です。

上部消化管 内視鏡検査のすすめ

こちらから「こんにちは診察室
です。」のハックナンバーをご覧
いただけます。



はじめに

消化器がんで苦しむ人を助けたい。そんな想いから消化器内科の道を決意しました。現在に至るまで、消化器がん（食道がん、胃がん、十二指腸がん、大腸がん）の内視鏡治療とその病理診断（顕微鏡診断）に熱意をもって携わってきました。

「内視鏡的粘膜下層剥離術」が急速に普及し、がんが内視鏡切除で根治できる時代になっていきます。進行がんの手術件数は減少傾向にあり、「早期発見」の重要性が問われています。しかしながら、残念なことに内視鏡検査は「辛

い」「痛い」など、負のイメージをもっている方が多いことが現状です。

そこで今回、当院の早期発見のための胃カメラ検査の取り組みについて説明したいと思います。

胃カメラ検査の取り組み

① 鎮静剤を使用した胃カメラ

実際に胃カメラを経験した人ならわかる「嘔吐反射」。負のイメージの本質ともいえる現象です。若年～中年の方で高頻度に見られます。当院では鎮静剤（全身麻酔と異なり、呼吸は止めずに眠っていただく方法）を使用した

胃カメラ検査を受けていただくことで、この苦痛を緩和させることが可能です。検査後、別室にて2時間安静にさせていただきます。胃内を隅々まで観察可能となります。さらに「空気を胃の中に入れる際の苦しみ」を緩和するとともに、胃壁を十分に伸展させることで、見落としの少ない検査が可能となります。

一方で、注意していただく点もありません。鎮静剤を使用した際は、当日の車の運転は控えていただいています。また、一時的な血圧低下や呼吸数低下、アレルギ―反応などを起こす方がいます。患

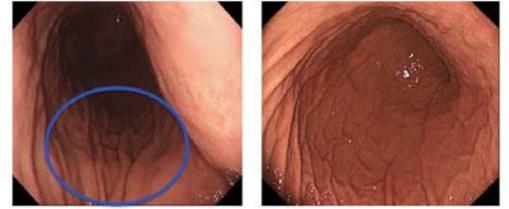
者さんの年齢や体格、罹患疾患を考慮して鎮静剤の種類や量を調整することで対応します。余談ですが、睡眠薬や向精神薬を常用されている方やお酒が強い方は鎮静剤が効きにくいことがあります。

一例を提示します（写真①）。左の写真は非鎮静下内視鏡画像（眠らさずに行う）、右の写真は鎮静下内視鏡画像（眠って行う）です。非鎮静下内視鏡では青枠で示す領域が、送気不十分により観察不十分となってしまう領域です。このような状況で観察すると、当然見逃す病変が出てきます。

「上部消化管内視鏡検査」についてご説明します。

進行がんになる前に発見する、すなわち早期がんの段階で発見するためには、高画質の内視鏡を使用することが内視鏡医の理想だと思います。当院で採用している拡大内視鏡は、通常内視鏡と比較して、約80〜1000倍の倍率で観察ができます。そのため、病変が「がんなのか」「がんではないのか」をその場で判定することが可能です。 unnecessaryな生検も回避できます。

当院の自験例を提示します(写真②)。経鼻内視鏡で黄色枠の早期胃がん(約2cm)が見つかり、内視鏡治療を目的に拡大内視鏡を



【写真①】鎮静剤を使用(右)・不使用(左)の内視鏡画像の比較

② 拡大内視鏡(口からのカメラ)の使用

経鼻内視鏡は、苦しくない検査の実現のために開発された内視鏡で、通常の胃カメラ(約10mm)の約半分の太さ(約5mm)です。嘔吐反射の発生機序は舌根(舌の付け根)刺激によるものですが、経鼻内視鏡では舌根部を刺激しにくい通路で食道へ挿入します。そのため、検査が圧倒的に楽であり、検査中に内視鏡施行医と会話することも可能です。

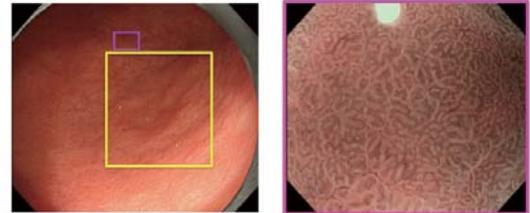
しかしながら、欠点もいくつか

行ったところ、ピンク色枠に3mm大の早期胃がん(微小な別病変)を治療前に見つけることができた一例です。

次にご説明しますが、経鼻内視鏡では残念なことに画質の問題で見つけられない早期胃がんが少なからず存在しています。

③ 経鼻内視鏡(鼻からのカメラ)の利点と欠点

経鼻内視鏡は、苦しくない検査の実現のために開発された内視鏡で、通常の胃カメラ(約10mm)の約半分



【写真②】経鼻内視鏡(左)と拡大内視鏡(右)の画像の比較

約半分(約5mm)です。嘔吐反射の発生機序は舌根(舌の付け根)刺激によるものですが、経鼻内視鏡では舌根部を刺激しにくい通路で食道へ挿入します。そのため、検査が圧倒的に楽であり、検査中に内視鏡施行医と会話することも可能です。

しかしながら、欠点もいくつかあります。カメラの細さを優先して開発したために失われた機能から由来するものです。経口内視鏡カメラと比較し、画質が劣ります。空気を入れたり、内容物を吸引するのに時間がかかるため、検査時間が若干長くなります。カメラの操作性も劣るため、観察できない領域や生検困難部位がでてきます。施行後鼻血がでる方もいらっしゃいます。

飲酒(特に飲酒時、顔が赤くなる方)・喫煙歴のある方、ピロリ菌除菌後の方は、がんの高リスク群のため、やはり経口内視鏡をおすすめします。ただし、医療施設によっては、最新の経鼻内視鏡(オリンパス社、GIF-2003:経口内視鏡と同等の画質を実現したカメラ)を扱っているところもありますので、一概に経鼻はダメとは言えません(当院では採用しておりません)。今後の高画質な経鼻内視鏡の開発・普及に期待したいところです。

同一症例の画像を提示します(写真③)。左の写真が経鼻内視鏡の画像、右が経口内視鏡の画像になります。経鼻内視鏡では黄色

枠で囲った領域の観察が弱い特性(カメラの構造上の問題)があります。同部位を経口内視鏡で観察し早期胃がん(水色枠)を見つけることが可能であった一例です。

枠で囲った領域の観察が弱い特性(カメラの構造上の問題)があります。同部位を経口内視鏡で観察し早期胃がん(水色枠)を見つけることが可能であった一例です。

おわりに

経口拡大内視鏡や経鼻内視鏡、さらには鎮静内視鏡のお話をしました。メリット・デメリットがありますので、当院で内視鏡検査を受ける際は、担当医にご相談ください。患者さんの状況に一番合う検査方法を提案いたします。特に嘔吐反射で辛い思いをした方がいましたら、ぜひ当院で鎮静内視鏡を受けてみてください。また受けたいと思っただけの内視鏡検査の実現を目指し、内視鏡スタッフ一同、今後も従事していきたいと考えています。



【写真③】経鼻内視鏡(左)と経口内視鏡(右)の画像の比較

あつたか介護

介護老人保健施設 エミネンス芦ノ牧 ～面会の取り組み～

コロナ禍の今、エミネンス芦ノ牧では窓越しの面会を実施しています。事前に予約をいただき、決められた時間の中で対応させていただきます。窓越しではあります。ご家族には間近で歩いたりするご本人に会う機会をつくることで、写真や動画では伝わらない様子を見ていただいています。ご本人も直接ご家族に会うこと



久しぶりの面会で笑顔がこぼれるご家族

で、スマホ越しよりもはつきりと認識されています。

先日は数ヶ月ぶりにご本人に会われた娘さんが、お変わりのない様子に安心し涙されていました。ご本人には認知症があり、自分はまだ結婚されていないと思っているところもありますが、娘さんに会い、しっかりと家族と認識しているらしやる様子で「変わりないのか。身体に気を付けてね。」と娘さんを気遣われる言葉も聞かれました。お互いに笑顔とうれし涙で久しぶりの再会となりました。その他、なかなか会うことのできないご家族へご本人の様子をお伝えするために日常生活の写真を撮ったり、字が書ける方は一緒に手紙を書いたり、ご家族にご本人を身近に感じていただけるよう取り組んでいます。

コロナ禍での生活が長く続いており、以前のように自由に面会をしていただくことは叶いません。このような時だからこそ、当施設の使命「安心と信頼を大切に、そして喜びを共感できる施設」で在れるよう、ご本人やご家族へ関わっていきたく考えています。

小規模多機能型居宅介護 オレンジ

～菱巻きをつくりました～

ある日もち米の差し入れをいただきました。そこから5月ということもあり『菱巻き』の話になり「昔作ったなあ」「食べたいなあ」と。「作れますか?」「もちろん、簡単だ! 笹の葉とてきっせ」と。そこで山好きのAさんと一緒に背あがり山へ笹の葉を取りに出かけます。車を降りるとAさんは、「ほら**笹**があった」と生い茂っている笹の葉の隙間からぼつんと顔を出している笹をすばやく見つけ、足取りよく斜面を下りていきます。蕨の方が魅力的なようですが、「今日は笹の葉をお願いします」と戻ってもらい、100枚以上笹の葉を採取してきました。いよいよ実際の菱巻き作りです。職員は作

り方を知りません。用意した材料を広げると、BさんとCさんが見事な手さばきで先導し、菱巻きが完成しました。参加した職員のひとは作り方を教わり、後日自宅で作る遠方の子ども達に送り、とても喜ばれたそうです。

小規模多機能居宅介護オレンジでは、職員とか利用者とかではなく、それぞれができることを行い、また、したいことができるようにお互い協力し合うことで成り立っています。一人でいると思いつかないことや、やる気にならないことも誰かと一緒にあればやってみたいと思ひ、誰かと一緒にであればそれをやることができる、そういう関わり合いを大切にしていきます。住み慣れた会津で、わが家で暮らしていきたい、そんな皆さまを応援します。



一緒に菱巻作りをする利用者の方々

はじめに

訪問リハビリテーション「ライブ」は、理学療法士や作業療法士といったリハビリテーション専門職が、ご自宅に伺ってリハビリテーションを行う介護保険事業所です。コロナウイルス感染症の感染拡大により、病院では入院中の面会の制限などで、退院後の生活の準備が以前のようにスムーズに進まないこともあるようです。

訪問リハビリテーションでは、退院後の自宅環境の調整や安全な動き方、介助方法などの練習など、退院後コロナ禍でも安心して在宅生活に移行できるように、感染対策に取り組みながら支援を継続しています。

おうち時間の おうち仕事

さて、コロナ禍でおうち時間が増え、「運動不足・体力低下」に悩む方が増えているそうです。

感染リスクを抑えるため外出の機会が減っていることが、大きな原因といわれています。多くの方は何か新しい運動を取り入れなければと考えると思います。退院後

の方も含めて、新しいことを始めるのは大変なことです。そんな時は、おうち仕事を見直してみているかがでしょうか？

作業療法士は、日頃、私たちが行っている「活動」を分析しながら、リハビリテーションを行う職種です。その視点でのおうち仕事を見てみると、台所仕事は、ある程度まとまった時間、立ったままの活動です。フライパンなどの物をもって、

おうち時間の過ごし方

● 訪問リハビリテーション「ライブ」室長
作業療法士

村山 由美

横に移動することも多いです。洗濯物干しは、洗濯かごから一枚ずつ洗濯物を取り出し、洗濯はさみに挟むことの繰り返しです。腰の曲げ伸ばしを繰り返していますし、洗濯物を干すのに両手を上げる必要があります。指先だっ使用します。そのほかにも風呂掃除や窓ふき、トイレ掃除、草むしりなど特別な運動をしなくても、おうち仕事をするだけで体を動かす機

会はたくさんあります。



訪問リハビリテーションを行う時、運動ばかりでなく、こつこつ日常生活に必要な活動を積極的に取り入れていきます。そして、おうち仕事は毎日のように繰り返して行うことができ、無理なく継続して行うことで体力も維持できる可能性もあります。おうち仕事で運動不足・体力低下が解消できたら、おうちもきれいになり気持ちよく過ごすことができ、感染対策

もしやすくなるなど一石二鳥（それ以上？）かもしれない。おうち時間で運動不足を感じている方、是非おうち仕事を見直してみたいかがでしょうか。

おわりに

コロナと一緒に時間は、もう少し続くのかもしれない。コロナ禍でなければ利用していた介護サービスを、コロナだからと控える方もいらっしゃる。訪問リハビリテーションなどの介護保険事業所では、私たちにできることは何か日々考えながらサービスを行っています。これからも、不安な気持ちを共有しながら、コロナに負けず、少しずつでも前に進む支援をさせていただきたいと思えます。



入賞
作品

コロナに負けるな! 竹田綜合病院絵画コンクール



最優秀賞
日新小学校1年
遠藤 優芽さん



優秀賞
会津若松けいり学園小学校3年
佐々木 あおいさん



優秀賞
日新小学校4年
高村 百花さん



優秀賞
会津若松市立第三中学校3年
橋本 侑奈さん



特別賞
城南小学校2年
目時 剣心さん



特別賞
城南小学校3年
羽賀 優佳さん



特別賞
会津若松けいり学園小学校1年
湯田 奈央さん



特別賞
講成小学校6年
五十嵐 優李さん



特別賞
日新小学校5年
吾妻 芽生さん



特別賞
会津若松けいり学園小学校5年
愛澤 華蓮さん



特別賞
会津若松市立第三中学校3年
野口 実夢さん



特別賞
会津若松市立第三中学校3年
笠井 文寛さん



特別賞
会津若松市立第三中学校2年
古川 ひなたさん



入賞された子どもたちと財団幹部職員

8月13日、竹田ホールにおいて「コロナに負けるな!竹田綜合病院絵画コンクール」に応募し、各賞を受賞された方々への表彰式が行われました。

市内の小中学校に通う児童・生徒さんに呼びかけたところ、30校より452点の勇氣と希望を与えてくれるような多くの作品の応募がありました。全ての作品は6月19日～8月21日まで連絡通路に展示され、職員、地域の方々が鑑賞しました。展示期間中に職員による審査が行われ、最優秀賞を含む13の賞を選出させていただきました。

趣旨に賛同し作品を寄せてくださった皆さまに心からの御礼を申し上げます。



いろいろな
話題をあつめて
ズームアップ!

障害者雇用 連絡協議会より表彰



「表彰を励みに精進します」と話す東司さん

7月1日、市内にある会津支援学校で行われた会津地区障害者雇用連絡協議会の総会において、当院総務課の東司文江さんが永年勤続者として表彰されました。

会津地区障害者雇用連絡協議会は、平成6年に「障害者に社会参

加と自立を支援する」という目的で発足し、当財団を含む会津地域にある100以上の団体などが加盟し、障がい者の方を雇用しています。東司さんは当財団に22年間勤務し、その功績は障がい者の自立と社会参加の推進に貢献されたことで表彰されました。

新託児所オープン

8月2日、新託児所「たけのこキッズルーム」の開所式が執り行われました。当財団の企業内保育施設は、職員の子育て支援・働きやすい職場作りの一環として当院敷地内に1983年3月に開所しました。それから38年間、24時間365日休まず、0歳から3歳児までの子どもたちを保育してまいりました。この度「竹田地域包括ケアシステム」構築の一環で、本町地区に介護サービス事業所の集約のため移転した竹田ほほえみデイサービスセンターの跡地（総合医療センター東側）に託児所を新築移転しました。

新託児所の施設の設計にあたり、明るく開放的な環境・安心安全に配慮した環境などのコンセプト

トを挙げ、子どもたちの『第2の家』となるような施設造りを目指しました。また、看護師が常駐する病児保育室を新たに設けるなど、より一層、職員が安心して働ける環境を提供できるようになりました。



開所にあたり行われたテープカット



自然光が入り明るく開放的な室内

高校生1日看護体験

7月26日、当院において新型コ

ロナウイルス感染対策の下「高校生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12名は、はじめに渡部千代子総看護部長の挨拶、当院の概要、体験時の留意事項の説明を聞いた後、数グループに分かれ、点滴、手洗いなどの模擬体験、病棟見学を行いました。



点滴体験の前に説明を受ける高校生

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：診療日の午前9時～午後5時

■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(20)98832

栄養士のおすすめ
レシピ

つくってみらんしょ

まるなす 丸茄子の肉詰めガリバターソース

1人当たりのエネルギー … 約 310kcal / 所要時間 … 約 30分



《材料(3人分)》

- 丸茄子(小) … 3個
- 豚挽肉 … 120g
- タマネギ(みじん切り) … 30g
- 塩こしょう … 少々
- ミニトマト … 6個
- さつま芋 … 120g
- バター … 20g
- 醤油 … 60cc
- みりん … 30cc
- 砂糖 … 30g
- レモン汁 … 30cc
- バター … 15g
- おろしにんにく … 15g

● 作り方

① 茄子のへたを切り、中身をくり抜き、みじん切りにしたら、へた・茄子の外側部分と一緒に水にさらしておく。さつま芋は2cm角に乱切し、耐熱皿で軽くラップをして電子レンジ600W7分加熱、ミニトマトはトースターで5分加熱する。

② フライパンで挽肉を粗めに炒め、そこに玉ねぎと絞ったみじん切り茄子を入れ、塩こしょうして、そばろを作る。

③ 茄子を2〜3分ほど素揚げし、粗熱が取れたら中に②を詰める。

④ 耐熱容器にAを入れ、ラップをせずに電子レンジ600Wで1分加熱する。

⑤ 器に茄子、ミニトマト、さつま芋をのせてソースをかけたら完成です。



栄養士
あきやま さやか
秋山 彩香

「豚肉と茄子」の豆知識

豚肉にはビタミンB₁が豊富に含まれており、筋肉に溜まっていく疲労回復物質、乳酸を取り除いてくれるので疲れや夏バテに豚肉はもってこいの食材です。また、茄子に含まれる「ナスニン」は強い抗酸化作用をもち、この抗酸化作用が高まると血流を促進し、血液をサラサラにしたり、血管を丈夫にしたりする作用があるため、動脈硬化や高血圧の予防に繋がります。

豚肉と茄子には様々な働きがありますが、茄子は豚肉の免疫向上を助け、組み合わせることで疲れを取るのにより効果があるとされています。夏場の疲れが出るこの時期にぴったりの組み合わせと言えるでしょう。みなさんも普段の食事に取り入れてみてはいかがでしょうか。

今回は、夏の疲れが出るこれらの時期に最適な豚肉と茄子を使った料理をご紹介します。

ポイント

● 茄子にチーズをかけて焼いてからソースで召し上がっても美味しいです。ガリバターソースは、焼き肉のたれとしてもおすすめです。

● 泌尿器科 ● 内科 ● 人工透析

医療法人 晶晴会

入澤泌尿器科内科クリニック



院長 入澤 千晴
いり さわ ち はる



副院長 鈴木 浩一
すず き こう いち

入澤千晴 院長の泌尿器科診療に加え、2020年4月から腎臓内科専門医の鈴木浩一医師による質の高い

透析医療を行っています。

スタッフ全員が協力して、地域の医療・介護施設、特に竹田綜合病院との連携を強化して「患者さんを中心とした泌尿器科・透析医療」を行えるよう努めています。泌尿器科疾患・人工透析のことでお

悩みの方は、ぜひ受診してください。



【診察時間】

[午前] 8時30分～13時 [午後] 2時30分～5時30分

【休診日】

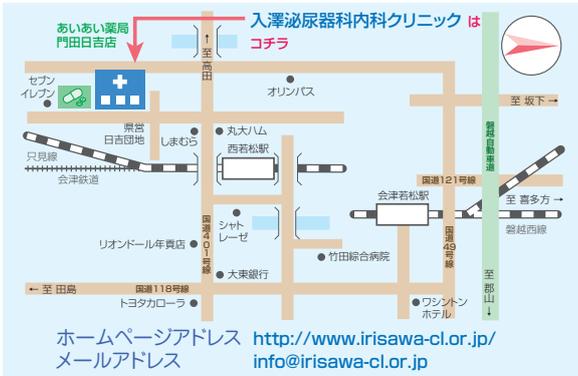
木曜日・日曜日・祝日・土曜日午後

【住 所】

〒965-0841 福島県会津若松市門田町大字日吉丑淵11番21号
TEL 0242 (38) 3711 FAX 0242 (38) 3700

【診 療 日】

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



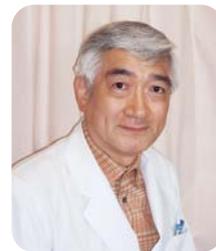
〈会津若松市〉

地域連携の医療機関のご紹介

あなたのまちのお医者さん

● 内科 ● 循環器科

蛸谷クリニック



院長 蛸谷 勤
えび たに すずむ

高血圧・心疾患・動脈硬化性疾患など循環器疾患をはじめとして、かかりつけ医として広く内科を対応しております。又、往診や在宅医療も行っていますので、外来通院が困難な方は気軽に相談して下さい。

予防医学としての市の検診や企業検診も積極的に行っております。ご利用してみてください。

当クリニックのモットーは父から一貫して「優しく、親切、丁寧に」とスタッフ一同努力しております。

【診察時間】

[午前] 9時～12時30分 [午後] 2時～6時

【休診日】

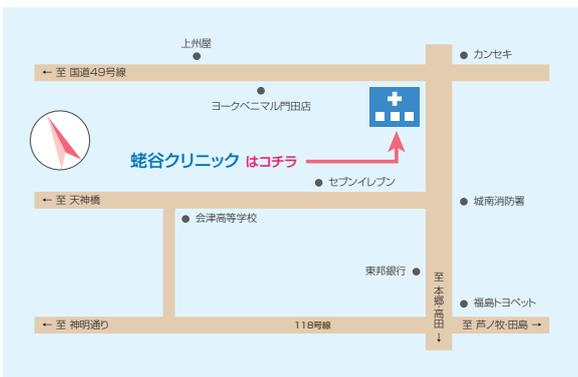
日曜日・祝日・土曜日午後3時以降

【住 所】

〒965-0832 福島県会津若松市天神町24-53
TEL 0242 (28) 8868 FAX 0242 (29) 7107

【診 療 日】

	月	火	水	木	金	土	日
午前	●	●	●	●	●	●	-
午後	●	●	●	●	●	3:00まで	-



ぐるっと会津



ふるさと探訪

VOL.152

『まちなか賑わいづくりプロジェクト 実行委員会(会津若松市)』

現在、どの地方都市でも少子高齢化、人口減少、商店街の衰退が問題として挙げられています。会津若松市においても同じ様な状況下であり、様々な取り組みが行われています。今回は中心市街地の活性化に取り組み、「まちなか賑わいづくりプロジェクト実行委員会」の事務局の方にお話を伺いました。



賑わいをみせた「山の日ビアパーク」(令和元年8月)

——「実行委員会」についてお聞かせください。



まちなか賑わいづくりプロジェクト
実行委員会事務局(市商工課)
三瓶 亮さん(左)
薄 恒平さん(右)

会津若松市による中心市街地活性化基本計画の下、様々な事業を通して中心市街地の活性化を図ろうと、「まちなか賑わいづくりプロジェクト実行委員会」を平成26年に立ち上げました。

市内にある豊富な地域資源を活用した交流人口の拡大や、観光滞在を促進する取り組みのほか、地域住民をはじめとした多様な方々の参加の促進や人材育成など、まちなかの賑わいを創出する事業を実施することを目的としており、商店街・商工会議所などを含む18の会員が参加しています。

——今までの取り組みなどお聞かせください。

まちなか景観づくり事業として、通りにあるブロック塀などを板塀化しました。歴史ある街並み

での景観づくりを通して「歩いて楽しい、歩きたくなる通り」の形を図りました。また、まちなかスペース活用事業として、「まちてく市」を開催しました。これは、まちなか景観づくり事業(通りの板塀化など)を実施した通りや広場を活用し、様々な方々が参加できる市(いち)を開催することで、まちなかを散策したり参加活動できる場所をつくり出しました。

——まちなかに賑わいが戻ったと実感する時はありましたか。

色々ありますが、令和元年、会

員の皆さんと共に企画・運営を行った「山の日ビアパーク」というイベントでは、野口英世青春広場をメイン会場に、音楽イベントなどを実施しました。ドリンクとフードはチケット前売り制で、フードはそれぞれの商店街の店に取りに行く仕組みとしました。当日は、チケットも完売し、会場が溢れるほどの賑わいをみせました。イベント後においてもお客様さんとお店の繋がりが生まれ、お店の方からは、その時に来ていただいた方が新たな常連さんになっていただいたというような、嬉しい声などを聞いた時は特に実感した瞬間でした。

——今後についてお聞かせください。

現在は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大により、実行委員会として思うような活動ができず、もどかしい気持ちでありますが、思い切った活動が再開できた際には、歩みを止めることなく、まちなかの賑わいづくりのために尽力していきたいと思えます。

情報

あ・ら・か・る・と

知っておトクな
院内情報！

新型コロナウイルス感染症に 関わる専用サイト開設

昨年11月より、当院における『新型コロナウイルス感染症に関するお知らせ』を掲載した専用サイトを開設いたしました。当院HPのトップ画面より、ご覧いただけます。

当院を来院される際、知っていただきたい新型コロナウイルス感染症に関する以下の内容を掲載しております。

- 発熱外来について
- 総合医療センターの入退館時間について

- 外来を受診される方へ
- 入院される方へ
- 入院患者さんへのオンライン（Zoom）面会について
- 新型コロナウイルスPCR検査について
- 県外からの里帰り分娩の対応について
- ぜひ、来院前などにご覧ください。



新型コロナウイルス専用サイト

面会禁止について （9月1日現在）

現在、新型コロナウイルス感染症の拡大が収まらない中、厚生労働省の「医療施設における感染拡大防止のための留意点について」において、更なる院内感染対策の強化が示されています。

当院では、院内の患者さんの安

全な療養環境を確保するため、面会制限のレベルを設定しています。このレベルは、インフルエンザや感染性腸炎などの流行性ウイルス感染症などの流行レベルを参考にしながら設定しています。

なお、現在当院はレベル4の段階で、面会禁止になっております。（病院より面会を認められた方のみ面会可能）



9月1日現在

第20回竹田地域医療フォーラム 開催延期のお知らせ

新型コロナウイルス感染症が拡大し続けている状況を鑑み、2021年10月に會津風雅堂で予定しておりました第20回竹田地域医療フォーラムの開催を取りやめ、来年2022年10月に延期いたしました。

ご来場を楽しみにしてくださいました皆さまには、ご理解を賜りますようお願い申し上げます。

『患者相談窓口』のご案内

- 医療に対するご相談 ☎0242-29-9832（地域医療連携課）
 - ご意見・ご要望 ☎0242-29-6698（管理課）
 - どこに相談したら良いかわからないこと... ☎0242-29-9700（竹田まるごと相談窓口）
- ※なお、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。

編集後記

開催が危ぶまれていた東京2020オリンピック・パラリンピック大会が無事に開催され、暑い夏に相応しく熱戦が繰り広げられ、選手の活躍に胸を躍らされる日々でした。暑さも落ち着いてきましたが、オリンピックで見たスポーツの力が今後の明るい光となるように、新型コロナウイルスの終息に向けて一致団結し取り組んでいきたいと思っております。

今号の発行にご協力頂いた皆さんには心より感謝申し上げます。最後までお読みいただきありがとうございました。 T.T

ふれai 9・10月号 VOL.168

《2021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



通所リハビリテーション TRY 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
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
- **山鹿クリニック** ■ **芦ノ牧温泉病院**
- **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**

