

VOL.
112

日赤の
木
森

2022
January

【診療科トピックス】

自己検診はあなたを守る第一歩 (4-5面)



撮影：緩和ケア科副部長 金村 誠哲

信貴山朝護孫子寺 世界一福寅

www.takatsuki.jrc.or.jp



院長 古川 福実

高槻赤十字病院は80年の歴史と 成果の誇りを胸に、さらに進んでいきます

新年のお慶びを申し上げます。

昨年、一昨年と、新型コロナウイルス感染症に振り回された一年でした。昨年夏には東京2020オリンピック・パラリンピックが一年遅れで開催されました。その意義はともかく、一日100万回ワクチン接種を目標とした施策により、急速に接種率が上がり、2回接種終了率は80%近くとなりました。しかし、抗体価の低下もあり、3回目の接種が開始されました。そのタイミングを待っていたかのように、あるいはスルーするかのようにオミクロン株の感染が世界的に増加しています。

さて、高槻赤十字病院は、1941年11月2日、日本赤十字社大阪支部病院分院阿武野勝景園として誕生し、昨年で満80周年を迎えることができました。

高槻赤十字病院は一貫して感染症に対して積極的な立ち位置を堅持して地域医療に貢献してきました。一昨年からの新型コロナウイルス感染症の世界的流行はまさに災害でした。高槻赤十字病院は、日赤近畿ブロック12病院の中で日赤和歌山医療センターに次いで多い入院患者を受け入れ、通常診療とのバランスをとりながら医療と災害の救護を実践してきました。同時に、3万件以上のPCR検査（高槻市保健所受託、医師会オープン検査、院内検査）を行い、新型コロナウイルス感染症の迅速な診断治療に対応いたしました。ワクチン接種、後遺症相談診療なども高槻市のみならず三島医療圏で人々の健康安心のために尽力しております。

高槻赤十字病院は感染症に積極的に立ち向かった80年の歴史と成果の誇りを胸に、さらに10、20年と進んでいきたいと思えます。

2022年1月1日

高槻赤十字病院創立80周年記念

本院は1941年11月2日に日本赤十字社大阪支部病院分院阿武野勝景園として誕生しました。これまで、結核をはじめ感染症に対して積極的な立ち位置を堅持して地域医療に貢献してまいりました。今年、80周年を迎えることができましたのは地域の皆様のご支援、ご協力があったことと改めて感謝申し上げます。



地域連携の会

対面型とWeb配信のハイブリッド開催

80周年記念事業として、10月23日に「令和3年度 高槻赤十字病院 地域連携の会」を開催しました。京都大学総長湊長博先生をお招きし特別講演を賜りました。講演では“人生100年時代”を見据え、がんや感染症など疾病との向き合い方、また人工知能（AI）の登場により特殊技能をもっていたとしても人員削減の影響を受けざるを得ないこと、就労年齢が高齢化することを視野に単一の資格にしがみついても太刀打ちできないというインパクトのあるお話でした。

医療分野でもロボットの活躍が急展開しています。私たちは人の手の温もりを大切にしたい医療を提供できるよう研鑽することを改めて誓いました。



伊丹先生の講演

関節の手術について講演する
伊丹整形外科副部長



ヒポクラテスの木

1977年日本赤十字社創立100周年記念の記念樹として各医療施設に配付されたものです。1991年に正面玄関前に移植され、現在も力強く根付き病院を見守ってくれています。



野溝先生の講演

肺がんの化学療法について講演する
野溝呼吸器内科副部長

自己検診はあなたを守る第一歩

乳腺外科の紹介

乳房に関する疾患をすべて対象とします。西洋医学が江戸時代に入って来た時から、乳腺疾患は外科が扱ってきました。近年、乳がん罹患者数の増加、治療法の複雑化などから乳腺外科を診療科として独立させ、専門性高く対処するようになってきました。

当院でも良性から悪性疾患の全てに対して、質の高い診療を行えるようにしています。3年度からは川口佳奈子医師が赴任し、専門医2人体制となりました。診察時に女医を希望される場合にも対応いたします。

乳房自己検診について

乳がん検診（主にマンモグラフィ検査）を定期的に行うことは大切です。しかし乳房は自分自身の手で触ることの出来る部分です。体内の臓器にできるがん比べて、自己発見できる可能性も高いです。まずはイラストのように乳房全体を手で平で上下、回転式に触れてみてください。何かありそうだったら、手の指で輪郭がわかるか触ってみてください。乳がんの発見動機としては、しこりを触れたが約83%、乳頭分泌物(出血含む)約5%、痛み約2%と自覚出来ることが実は大半なのです。検診発見は10%前後ですから、いかに自分で早めに気が付くかが大事になります。少しの注意があなたの乳房を守る第一歩となるのです。



当院はマンモグラフィ検診施設・画像認定施設です

マンモグラフィの撮影では女性の認定放射線技師が主に対応しています。

(2022年1月時点で4名の女性検診マンモグラフィ撮影技術認定技師が在籍しています)



小林 稔弘 (乳腺外科部長)

日本外科学会専門医
日本乳癌学会専門医・指導医
日本消化器病専門医
検診マンモグラフィ読影認定医
検診超音波検査実施・判定医



川口 佳奈子 (乳腺外科医員)

日本外科学会専門医
日本乳癌学会専門医
検診マンモグラフィ読影認定医
検診超音波検査実施・判定医

◎診療内容・特色

診断

乳腺にしこり等の異常を感じてこられた場合にはまずマンモグラフィと超音波にて腫瘍の性状を調べます。この段階で良性と判断される場合は、数か月間において経過を観察します。精密検査が必要な場合、サンプルをとる検査を行います。これには針細胞診、生検があります。検診発見の多い微小石灰化病変に対しては、最新のデジタル制御のステレオガイド装置と吸引式生検針を導入し、従来より短時間での生検を可能としています。生検で治療が必要な病変が見つかりましたらCT、MRIの画像検査を追加します。検査にかかる日数は極力最低限として、初診から10日前後で診断を付け、説明も行った上で、迅速に治療に入れるように進めています。

治療

良性の場合は腫瘍摘出術、乳がんの場合は適応に応じて温存手術、乳房切除術を行っております。さらに希望に応じて形成外科と共同で乳房再建術も可能です。化学療法、ホルモン療法、分子標的療法などの薬物治療は再発予防の補助療法と、進行・再発治療として行います。当院は外来化学療法室を有し、認定看護師、薬剤師とのチームワークで患者さんを支えます。放射線療法も放射線治療専門医、看護師、技師と連携してあたっています。さらに緩和ケア科とも連携し、がんの診断時からサポートを行い、患者さんの安心感が得られるようにしています。我々は国内外から発信される最新の治療法を遅滞なく導入しており、また従来と一線を画する遺伝子、免疫治療など新たに登場した治療方法にも対応しています。

大事にしていること

スタッフは大病院より少ないですが、その分、検査段階から手術、術後治療、再発治療までを、ひとりひとりの患者さんと顔の見える関係で行っています。病気を治療するだけではありません。心配で不安なあなたを笑顔にできるように、我々もともに歩みます。乳房は単なる一臓器ではなく、女性の根源たる証しでもあります。あなたの命と乳房を守るために乳房に不安を感じたらご相談下さい。

地域医療連携機関として登録をいただいている医院をご紹介します。
 今後も各先生方との連携を深め、地域住民の皆様の健康を支えていきたいと思ひます。

登録医療機関のご紹介

かなたに腎泌尿器科クリニック

〒569-1147 大阪府高槻市土室町16-1

TEL:072-694-7764 FAX:072-694-7764



金谷 勲 院長

◎院長 金谷 勲 先生からのメッセージ

これまで京都大学病院や関連病院で研修を積み、また国内外で最先端の研究にも関わってきました。2011年からは10年以上にわたり高槻赤十字病院で泌尿器科全般にわたる診療を行ってききましたが、このたび2022年1月に泌尿器科のクリニックを開業する運びとなりました。泌尿器科の特徴として直ちに命に影響を及ぼすことは少ないながらも、QOLを低下させて日常の暮らしに負の影響を及ぼすデリケートな疾患が多いように思ひます。歳のせいだから仕方がないと諦めず、仕事や人間関係にも繋がるお悩みを少しでも解決できるようお手伝いをさせて頂きたいと思ひます。

また当院の大きな特徴として音楽サロンも兼ねたクリニックとなっております。定期的に音楽家をお招きして院内無料コンサートを開くことで、この地域に根ざして近隣の皆様に趣味を通して生きる喜びを見出して頂ければ幸いです。どうぞよろしくお願いいたします。

診療科 泌尿器科

【診療時間】

	月	火	水	木	金	土	日/祝
9:00~13:00※1	○	○	○	×	○	○	×
16:00~17:50	○	○	○	×	○	×	×
18:00~20:00※2	○	×	×	×	×	×	×

【休診日】 木曜・土曜午後・日曜・祝日

〈無料駐車場8台あり〉

※1=土曜日は12:00まで ※2=男性専門外来



登録医療機関のご紹介

むらい内科ハートクリニック

〒569-1131 大阪府高槻市郡家本町25番20号

TEL:072-686-1500 FAX:072-686-1501



村井 直樹 院長

◎院長 村井 直樹 先生からのメッセージ

はじめまして。このたび、ご縁があり高槻市郡家地域で「むらい内科ハートクリニック」を開院させて頂くことになりました。

2006年から16年間 高槻一筋で診療に当たってまいりました。

私は北摂育ちで、高槻には親しみがあり、長年生活させて頂いている間に、すっかりここ高槻の人柄や風土に魅了され、高槻で開院する決心をいたしました。

内科疾患をはじめ、主に循環器内科疾患(心筋梗塞、狭心症、心不全、弁膜症、不整脈など)に対する診療に携わってまいりました。その中で、患者さんから多くのことを学ばせて頂き、患者さんと二人三脚で診療を進めていくことの大切さを痛感しました。これまで培ってきた臨床経験を等身大の形で恩返しするには、「かかりつけ医」として地域の皆様のそばで寄り添うことが一番ではと思ひました。「安心と健康」を提供できる心のこもったクリニックとして真摯に励んでまいりたいと思ひます。どうぞ宜しくお願いします。

診療科 内科・循環器内科・生活習慣病

【診療時間】

	月	火	水	木	金	土	日/祝
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	×
16:00~19:00	○	○	×	○	○	×	×

【休診日】 水曜午後・土曜午後・日曜・祝日



おすすめレシピ

- ・鮭の柚庵焼き
- ・けんちん汁
- ・酢の物
- ・大根の生姜あんかけ
- ・果物(みかん)
- ・ご飯(150g)

材料(1人分)

<鮭の柚庵焼き>

鮭	60g
みりん	4g
濃口醤油	3g
酒	2g
ゆず皮	0.5g
ゆず果汁	1g
ぶなしめじ	20g
エリンギ	20g
白葱	40g

<果物>

みかん 100g(中1個)

<けんちん汁>

はくさい	50g
人参	10g
干し椎茸	2g
ごぼう	20g
板こんにやく	30g
白ねぎ	10g
青ねぎ	5g
薄口醤油	4g
濃口醤油	2g
出汁	150g
七味	適量

<大根の生姜あんかけ>

大根	100g
生姜	4g
酒	1g
みりん	2g
出汁	100g
片栗粉	3g

<酢の物>

もずく(乾)	1.5g
えのき	15g
だしわりぼんず	5g

作り方

鮭の焼きマリネ

- ゆず皮をすりおろす。
- ①とみりん、濃口醤油、酒、ゆず果汁を合わせる。
- ②に鮭を約15分つけておく。
- ぶなしめじは小房に分け、エリンギは厚さ1cm、長さ4~5cmの縦切りにする。
- 白葱は長さ4cmに切る。
- ③④⑤を200度のオーブンで約8分焼く。
- 焼き上がった鮭にぶなしめじ・エリンギ・白葱を添える。

けんちん汁

- 干し椎茸(スライス)を水で戻す。戻し汁は残しておく。
- 白菜、こんにやくは3~4cmの細切りにする。青ねぎは小口切りにする。
- 人参は薄いイチョウ切り、白葱は薄く斜め切り、ごぼうは皮を薄くこそげ取り0.5cmの斜め切りにし水にさらす。
- ①の戻し汁と出汁を火にかね、①②③を煮る。
- ④に火が通ったら、薄口醤油と濃口醤油を入れ味を調える。
- ⑤を汁椀に盛り、青ねぎを散らす。好みで七味をかけて頂く。

大根の生姜あんかけ

- 大根を厚さ2cmの輪切りにし、面を取り、表面のみに浅く十字に切れ目を入れる。
- 鍋に①を並べ、かぶるくらいの水を加え竹串がスッと通るまで茹でる。茹で汁を捨てる。
- 生姜は2/3はすりおろし、残りの1/3はみじん切りにする。
- ②を出汁・みりん・酒で20~30分煮る。
- ④にすりおろした生姜と水溶き片栗粉を入れあんを作る。
- ④を椀に盛り付け、みじん切りにした生姜を散らす。

酢の物

- 乾燥もずくを水で戻し、4cmの長さに切り、湯通しする。
- えのき茸は3cmに切り、茹でる。
- 器にもずく、えのき茸の順で盛る。
- だしわりぼんず酢を添える。

ひとくちメモ

ゼロカロリー飲料はほんとにカロリー?

『ゼロ』や『オフ』の表示があっても、カロリーがゼロとは限りません。冬の水分補給も夏と同様に意識して、水分はお茶・水・白湯で摂りましょう。

100mlあたりに含むカロリーの表示条件

5kcal未満

「ノンカロリー」
「カロリーゼロ」

20kcal以下

「カロリーオフ」

※水分制限がある場合は医師の指示を優先してください。
参考文献 ©消費者庁『食品表示法』©編集 発行(公社)日本糖尿病協会
『月刊 糖尿病ライフ さかえ』2018年10月号



エネルギー 535kcal 炭水化物 93.3g たんぱく質 21.7g 脂質 8.9g 塩分 1.8g 食物繊維 10.9g

家庭で役立つ薬の話

肌の保湿、正しくできていますか?

薬剤部 田中 慎子

乾燥が気になるこの季節、皆さんは保湿剤を正しく使えていますか? 塗りすぎてベトベトになったり、保湿をしても効果を感じられなかったり…トラブルを抱えている方も多いと思います。そこで、代表的な保湿剤としてヘパリン類似物質を取り上げ、保湿の方法をもう一度確認してみましょう。

まず、手を清潔にして保湿剤を手に取ります。目安は軟膏やクリームの場合は人差し指の一番先から第1関節に乗る量、ローションの場合は1円玉大、フォームの場合は500円玉大が大人の手のひら2枚分の面積に相当します※。必要量を患部の数カ所に分けて置き、手のひらで皮膚のしわに沿って優しく塗り広げてください。保湿のタイミングは剤形や皮膚の状態によって異なるため、医師の指示に従ってください。夜に使用する場合は、皮膚が柔らかくなっている入浴後5分以内に行くとより効果的です。

さまざまな剤形があるため、頭皮や広い範囲には塗り広げやすいローションやフォームを使うといったように、部位による使い分けができます。また、夏はさっぱりとしたローションやフォーム、冬は油分を多く含んだ軟膏を使うなど、季節による使い分けも可能です。保湿は1年中行うことが大切なので、自分に合った工夫をして毎日継続できるようにしましょう。

保湿剤の種類や使い方に困った場合は、医師または薬剤師に相談してください。

※出典:ヘパリン類似物質各社指導箋

ギャラリーコーナー紹介

写楽の会



外来フロアの一角に写真同好会のみなさんによる写真を展示しています。

季節の彩、海の深いブルーと魚群、色彩豊かな魚、懐かしい風景など多彩です。きっと、お気に入りの作品に出合えると思います。

私は今回、水族館の写真に魅せられました。

皆さんも、ほっと一息つき、癒されてください。

(編集者S)

←写真は当院ギャラリーコーナーでの展示の様子(2021年12月)

令和3年度一般社団法人日本損害保険協会 寄付金によりベッドサイドモニタ (モニタ7台、 送信機5台) を整備しました

本装置は令和3年8月に一般社団法人日本損害保険協会から「交通災害等救急医療機器整備事業」として5,885,754円の寄付金を受け、整備いたしました。

ベッドサイドモニタは入院患者さんのベッドサイドに設置し、心電図、呼吸状態、血圧などの生体情報を把握管理するための医療器械備品です。患者さんの容態急変時などを早急に発見するために必須で、急性期病院には欠くことのできないものです。患者さんの命を守るためには経年劣化などによる動作不良をきたす前に適時更新・整備が必要となります。

平成29年度、平成30年度、令和2年度にも同様の装置を一般社団法人日本損害保険協会寄付金により整備しております。上記のとおり患者さんの命を守るために必要な医療機器であり、当院にとって大変ありがたいものです。改めて感謝申し上げます。



ベッドサイドモニタ

高槻赤十字病院の理念

私たちは人道・博愛の赤十字精神に基づき、高度で安全な医療を提供し、地域の人々が誇りにする病院となるよう努めます。

高槻赤十字病院の方針

1. 患者さんの人権と意思を尊重し、患者さん中心の医療をおこないます。
2. 一人ひとりの患者さんを全職員が支援する、チーム医療をおこないます。
3. 患者さんのホームドクターと緊密に連携し、地域で完結する医療をおこないます。
4. 常に向上心と研究心を持ち、最高最善の医療が実現できるように努めます。
5. 健全な病院経営と地域に貢献できる医療従事者の育成に努めます。
6. 災害救護活動をはじめとする赤十字に課せられた使命を果たします。



日本赤十字社 高槻赤十字病院
Japanese Red Cross Society

〒569-1096 大阪府高槻市阿武野1-1-1
TEL 072-696-0571(代表)
URL: <https://www.takatsuki.jrc.or.jp>
発行責任者 事務部長 松田 好正