

# ふれあい

fureai

Hospital public information magazine



TAKEDA  
general hospital

VOL.186

2024

9・10

月号



竹田オープンホスピタル2024に会場した子どもたち

TAKEDA general hospital

竹田総合病院

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

## contents

乳がん検診について

感染症について

アルツハイマー病の  
最近の治療について

山鹿フェスティバル・  
竹田オープンホスピタル2024

特定非営利活動法人 ほのか 穂乃花

## 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。

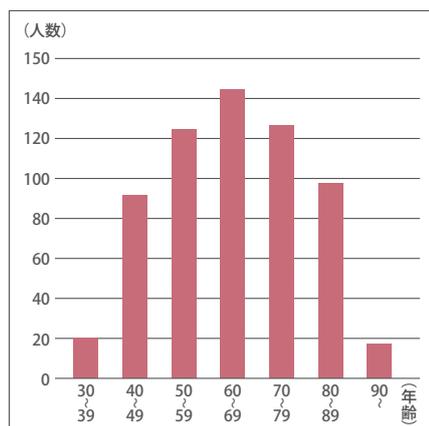


の9人に1人が発症する割合になります。

グラフは、2019年から2023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日目ごろのとき。●お風呂で体を洗った後。●4本指を乳の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ってもかまいません。●乳首からの分泌物にも注意しなさい。

### 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。大きさを目安としては、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、早期に発見すれば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。

厚い方、妊娠中・授乳中の方でも検査できます。

- 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、仰向けの状態で行います。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

- 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、V・P・P・シャントの方・豊胸術後・妊娠中・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、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+超音波検査：5,500円（税込）

- 超音波検査：2,200円（税込）

※40歳以上の女性（40歳未満の方

## 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  
☎0242(29)9877

## ピンクリボンサントリーのご案内

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、毎年ピンクリボンサントリーを実施しています。なお、完全予約制となっております。下記までお申し込みください。

▼日時：9月21日（土）、10月19日（土）、11月16日（土）午前8時30分～午後3時30分（各日10名程度）

※市町村施設検診との併用はできません。  
▼場所：竹田健診センター（山鹿クリニック6F）  
▼料金：5,000円（税込）  
【お問合せ・お申し込み】  
竹田健診センター  
☎0242(29)9877  
※電話受付時間：診療日の13時～16時

# リレー | 栄 | 養 | 科 | 日 | 記 |



栄養ステーション 管理栄養士  
五十嵐 もとこ

私は栄養科の栄養ステーションに所属しており、主に外来患者さんの栄養指導を担当しています。患者さんの体の状態や生活スタイルに合わせた食事のアドバイスを行っており、特に外来の化学療法室で、抗がん剤治療を受けている患者さんの食事に関する問題や栄養支援を行っています。このための専門知識が必要と考え、「がん病態栄養専門管理栄養士」の資格を取得しました。今後もお役に立てる情報を提供できるよう、勉強を続けています。

体重が減少してしまうこともあり、患者さんご本人だけでなく、ご家族も心配されることが多く、少しでも食事に関する不安を減らすよう心がけています。当院では、がん治療の副作用に限らず、慢性的な食欲不振や筋力低下を伴う悪液質の悪化を予防するため、医師・看護師・薬剤師・理学療法士・臨床心理士など、多職種から成る悪液質対策

## 多職種と協力し

## 治療されている患者さんと

## ご家族を支援していきたい

チームが結成されています。管理栄養士はこのチームと連携して、患者さんの栄養療法において中心的な役割を担っています。

長く関わった患者さんに、年末の挨拶をした際、「今年も家族と乗り越えてきます。皆さんのおかげです」と涙ぐまれ、私も嬉しくて涙しました。治療の中で不安や困り



筋肉量を測定し体の状態を調べる

ごことを打ち明けてくださった患者さんから、「話を聞いてもらって安心した」と言っていたこともあります。患者さんの気持ちに寄り添いながら関わることができたかどうか、振り返る毎日ですが、今後多職種と協力し、治療を頑張っている患者さんにご家族を支援していきたいと思えます。

からと  
かこ  
上司と  
ひと



佐藤 アキ子

栄養ステーション室長

様々な患者さんの栄養管理に携わってきた元子さんは、皆に頼られる存在です。穏やかな態度で心の声を傾け、患者さんに寄り添った栄養指導を行っています。新しい知識と技術を取り入れ、より良い支援ができるよう、がん病態栄養専門管理栄養士の資格を取得しました。がん悪液質対策チームの一員として、多職種と協力しながら患者さんの不安や症状を軽減するための適切なアドバイスに努めています。また、院内スタッフの教育や院外医療従事者の研修会を通じて、がん患者さんの栄養支援に関わる方々の育成にも力を注いでおり、今後の活躍がますます期待されます。

はじめに

感染症といえば、真っ先に「新型コロナウイルス感染症」が頭に浮かびます。2019年12月に中国湖北省武漢市で発生した「新型コロナウイルス感染症」は世界中で大流行しましたが、2023年5月には感染症法上の位置づけが季節性インフルエンザと同じ5類感染症になりました。

感染症はどのように起こるのでしょうか。今回は、「感染症」についてお話しします。

感染症とは

感染症は、①感染源・②感染経路・③感受性宿主(人)の3つの要素が揃った時に成立します。

①感染源とは、感染症の原因となる病原体(細菌・ウイルス・カビや寄生虫など)に感染した人や、血液・体液・分泌物や排泄物・病原体に汚染された物(器具)やそれに触れた手指で扱った器具・食品・環境などです。

感染症について

②感染経路とは、接触感染(ノロウイルス・ロタウイルス・アデノウイルス・腸管出血性大腸菌など)、飛沫感染(インフルエンザウイルス・RSウイルス・風疹ウイルスなど)、空気感染(結核菌・麻疹ウイルス・水痘ウイルスなど)があります。

③感受性宿主(人)とは、小児、高齢者・糖尿病など基礎疾患

のある人、手術後の人や免疫力の低下している人です。

次に、皆さんは風邪で医療機関を受診した際、抗菌薬(抗生物質)の処方希望你们に希望していませんか? 風邪の原因は「ウイルス」です。ウイルス感染には抗菌薬は効きません。なぜなら「細菌」と「ウイルス」では、構造と増殖の仕方に違いがあるからで

す。「細菌」は、細胞壁があり自分で分裂して増えていく能力があるため抗菌薬が効きます。一方「ウイルス」は、細胞壁がなく他の生物の細胞に寄生しないと増殖できないため抗菌薬は効きません。また、医療機関から治療のため抗菌薬が処方された場合、症状が軽減したからといって勝手に服用を中止していませんか?…残っ

感染防止対策室  
感染管理認定看護師

高橋 久美子

た抗菌薬をとってにおいて、症状が再燃した時に自己判断で服用していませんか?

「細菌」による感染症には、抗菌薬による治療が必要です。処方された用法・用量を守ることは、あなたの病気を確実に治すため、そして抗菌薬による副作用を減らすため、とても重要なことです。抗菌薬を自己判断で中止したり、再

おわりに

開したりする飲み方をすると、抗菌薬が効かない細菌が生まれてしまつてことがあります。これが薬剤耐性菌です。今、多くの国々で薬剤耐性菌の増加が問題となっています。抗菌薬の適正使用にご理解とご協力をお願い致します。

感染症は、誰もがかかる可能性があります。感染対策の基本は、日頃から手洗いや手指消毒の励行、休養・バランスの良い食事・咳エチケットや場面に応じたマスクの着用を心がけることです。また、必要なワクチン接種はきちんと行うようにしましょう。





脳神経内科 医長

笠原 壮

かさらは そう

きょうは  
脳神経内科  
です



こんにちは  
診察室です。

# アルツハイマー病の 最近の治療

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

テレビなどの報道でご承知の方もおられるかとは思いますが、レカナマブ（商品名：レケンビ）というアルツハイマー病に対しての治療薬が日本でも使用可能となりました。2023年9月25日に承認されたばかりの「アルツハイマー病」の新薬ですが、「認知症の新しい薬」として紹介されていることが多いようです。今回はこのお薬について、紹介させていただきます。と思っています。

## アルツハイマー病とは

まず、アルツハイマー病につい

て説明いたします。アルツハイマー病は、何らかの理由で脳や脊髄の神経細胞が失われてしまう「神経変性疾患」と呼ばれるグループの疾患です。特にアルツハイマー病は認知症の原因となり、アミロイドベータというタンパク質が、異常に脳内に蓄積することが一つの要因と考えられています。そのほかにも神経細胞内でのタンパク質の変化もあるため、アミロイドベータだけの病気ではないとは考えられています。また、アミロイドベータの蓄積と病気の発症とのつながりはまだまだ未解明な部分も多い状況ですが、アミ

ロイドベータは病気にかかわる重要なタンパク質ではあると言えます。

## 認知症治療薬について

アルツハイマー病は、認知症の原因となる神経変性疾患ですが、今回紹介するレカナマブが登場するまでも、認知症治療薬はありません。

それは、神経変性により脳の働きが低下したことによっておきる症状に対処することを目的としたお薬で、大きく分けるとコリンエステラーゼ阻害薬、NMDA受容体拮抗薬という種類があります。

これらはいわば病気で減ってしまった、残っている神経細胞の働きを助けるような作用であり、認知症の症状を軽くする効果を期待するものです。いわば対症療法的なお薬といえるかもしれませんが、当然効果のなかなか乏しい方もおられますし、進行を抑えることはできません。認知症を治す治療でもありません。

## 認知症の新しい薬レカナマブとは

そのような中、アルツハイマー病の病状そのものへの治療方法が研究され、特にアルツハイマー病

# 「アルツハイマー病の治療」についてご説明します。

治療薬では、先述のアミロイドベータに対するものが多く開発されてきました。

レカネマブも、アルツハイマー病に陥った脳から、このアミロイドベータを除去する目的で設計されたお薬で、抗体医薬と呼ばれるタイプのお薬となります。

病気そのものに介入できる治療としては非常に画期的なお薬ですが、しかし、まだまだ課題が多いのも事実です。

まず、レカネマブはアルツハイマー病による軽度認知障害及び軽度の認知症患者を対象としており、症状がある程度進んでしまった方には使用できません。また、お薬がアミロイドベータを標的としていることから、アミロイドベータの異常が関与らない認知症の方や、あるいはアミロイドベータの異常が認められない患者さんには使用できません。さらには、以前からのお薬は内服薬もしくは貼付薬でしたが、レカネマブは2週間毎に1回、それぞれ1時間点滴での投与となります。当然都度通

院して注射を受けていただくこととなります。

抗体医薬というお薬に多い特徴として、アナフィラキシーなどアレルギー反応に注意が必要です。さらには、ARIAと呼ばれる頭部MRI上の画像異常が合併症として生じます。脳の浮腫や出血などが生じ、結果として麻痺など何らかの症状を起こすようなARIAはまれとはされますが、ARIA全体では患者さんの6人に1人ほどに発生するとされます。

## レカネマブの治療効果について

「18カ月の治療で症状悪化を27%抑制できた」との結果が示されています。このお薬も、やはり完治できる治療ではなく、アルツハイマー病としての病状は進行してしましますが、その治療によって進行が遅くなる可能性が示されています。しかし、注意しないといけないのが研究の結果の中では、認知症の病状を示すCDRという

評価項目の1段階分の変化も示されなかった結果です。

すなわち、大勢の患者さんを集めて治療すれば、全体では病状の進行を抑制できている可能性はあるものの、一人ひとりの患者さんごとにはお薬の効果は目に見えないほど実感されるものではない可能性があることとなります。

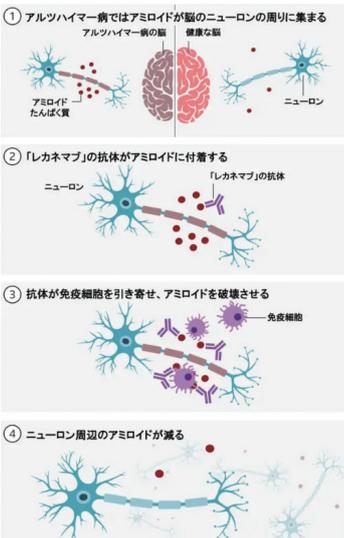
レカネマブは、まだまだ課題の多い治療薬であり、現状どなたにでも実施できるような治療ではありません。しかし、病気そのものに対する、画期的な治療薬であることは間違いないと思います。実際に患者さんに使用される中で、今後新しく判明してくるお薬としての特徴があるかもしれません。

## おわりに

一口に認知症といっても患者さんは、その症状や生活状況などがそれぞれに異なり

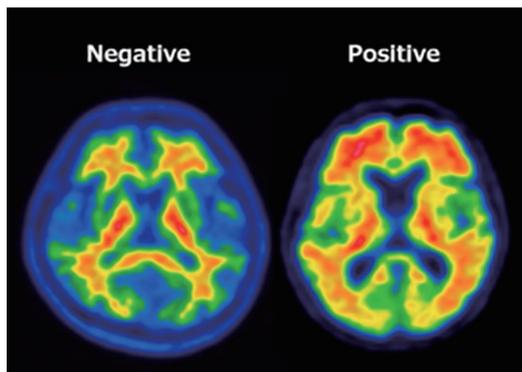
ます。治療にかかる費用や通院にかかる負担など、一人ひとりの患者さんを取りまく環境、状況も含めて考慮のうえ、合併症などのリスクも踏まえて、治療の実施については十分な相談を行っていく必要があるものと考えます。

### アルツハイマー病治療薬「レカネマブ」の仕組み



出典:BBCiサーチ

レカネマブを扱った報道のイラストから引用



アミロイドPET検査の画像  
アルツハイマー病の患者さんの画像(右)では健常の方(左)に比べ、脳のアミロイドベータの存在を反映して、画像の赤みが増強していることがわかります。(日本メジフィジックス株式会社のWebサイトから引用)

## あつたか介護

## 認知症と想ったら？

【受診のタイミングや検査・費用について】

「なんだか最近忘れっぽくなつたように思う」「自分では何でもないと思っているのに家族によく怒られるようになった」「億劫になつてやる気が起きない」など、もしかしたら認知症かも？と思つても、医療機関を受診するのは勇気が要ります。どのような検査を受けるのか、医師からどのような質問をされるのか、また、どのよ

うな心構えで受診すればいいのか、など不安に感じる方もいらっしゃると思います。今回はそれらについて解説いたします。

## 【早期診断が重要です】

現在では、アルツハイマー型認知症を中心に症状を一時的に改善する認知症治療薬が増え、治療の選択肢が広がっています。早い段階で治療薬の服用を開始したほうが、症状が軽い状態を維持できま

すし、早期の方が効果を得やすいというデータもあります。(P6・P7「アルツハイマー病の最近の治療」参照)  
また、認知症の原因となる病気の中には、正常圧水頭症・慢性硬膜下血種・脳腫瘍など、治療によつて治る可能性があるものもあります。その他、認知症と似たような症状が出る病気もあります。こうした病気を見逃さないためにも早期発見が大切になります。

## 【診療科の選び方】

認知症の原因となる病気なども含めて正確に診断してもらうには、専門医に診てもらつたことをおすすめします。まずは、かかりつ

け医に相談し、専門医を紹介してもらうのがスムーズな流れです。かかりつけ医がいないなど、それが難しい場合には、お近くの地域包括支援センターの窓口でも認知症の専門医を紹介してもらえます。

## 【検査にかかる料金について】

認知症の検査には、主に問診・診療・認知機能検査・脳画像検査・血液検査などがあります。これらの検査は、すべて保険が使えます。そのため、自己負担額の割合や医療機関によつて検査費用の自己負担額は異なりますが、一般的には、数千円～2万円程度です。

## 【受診するとき】

受診の際には「いつ頃から、どのような症状があったのか」「どのようなきっかけで症状に気づいたのか」「気づいたときから現在までの経過」などを記したメモを用意していくと良いでしょう。

## 【診断を聞くとき】

本人とご家族が同席することをおすすめします。本人と暮らして

いるご家族は、本人の変化を鋭敏に感じ取っているものです。「おそらく認知症だろう」と感じていると、診断を聞くのはご家族にとつても怖いものかもしれません。しかし、病気によつて一時的に症状が出ている場合もありますので、症状の原因をしっかりと聞くことが大切です。

## 【認知症と診断されたら】

認知症と診断されても、初期の場合は明日から介護が必要になるというものではありません。まずは、本人もご家族も病気を受け入れ、今を大切にしてほしいと思います。

ご家族としては、症状が出るのは、病気のせいであり、本人のせいではないということを理解してほしいと思います。認知症になつたからといって、人生おわりではありません。旅行に行つたり、趣味を楽しんだりしながら、今を充実させることを意識してほしいと思います。

(参考：朝日新聞なごまある2023)



高次脳機能障がい支援室スタッフ

## はじめに

高次脳機能障がい支援室では、医療ソーシャルワーカー3名が支援コーディネーターとして院内連携だけではなく、相談支援専門員やケアマネージャーといった地域の支援者と連携し、支援を行っております。また普及啓発活動や研修会なども開催しています。

## 高次脳機能障害とは

頭のケガや脳の病気による脳の損傷によって、記憶力・集中力・物事を段取りよく進める力・意欲や感情をコントロールする力などに障害が生じ、日常生活や社会生活、対人関係に支障が生じる状態

### 【高次脳機能障がい支援室とは】

竹田総合病院は、福島県の委託を受けて「会津・南会津圏域高次脳機能障がい支援拠点」として、高次脳機能障がい者及びその家族の方に、専門的な相談窓口として高次脳機能障がい支援室を設置しています。

のこ事です。麻痺<sup>まひ</sup>や歩行障害のよ  
うに外から見える障害ではないた  
め、周囲の理解を得ることが難し  
い障害です。

患者さん自身も「以前と何か違  
う」と違和感を持ちながら、高次  
脳機能障害によるものと理解す  
るまで時間がかかる方がいます。  
また、職場復帰してから気が付か  
れる方もいます。診断がつくこと  
で、適切なリハビリテーションを  
行い、活動の場を広げることがで  
きます。必要に応じて福祉サービ  
スの利用もできますが、障害の特  
性ゆえにサービスになじまない方  
もいます。孤立感・自信が持てな  
い・周囲との関係でストレスを感  
じるなど、一人ひとり生活のしづ

## すすめ院内探検隊! VOL.106

# 高次脳機能障がい支援室

らさは異なります。周囲の方にも  
高次脳機能障害について知ってい  
ただくことも大切です。

## サロンについて

高次脳機能障がい支援室では、  
奇数月の第3土曜日の10時〜12時  
まで、山鹿クリニック2階で「患  
者・家族サロン」を開催していま  
す。参加希望の方には、事前の申  
し込みをお願いします。  
サロンは、患者さん本人のグ

ループとご家族のグループに分か  
れて行っています。これまで体験  
してきたことや気持ちを共有でき  
る場です。また記憶障害があつて  
も、メモの利用を工夫し生活しや  
すくなったなど、体験に基づいた  
情報交換の場にもなっています。  
言語聴覚士、時には地域の支援者  
の方も参加いただいています。

## おわりに

本人への支援はもちろんです  
が、ご家族の方も本人の症状や障  
害から本人と共に悩みながら生活  
している当事者です。支援室では  
患者さん本人・ご家族その両方に  
寄り添った支援を行っています。  
一人で悩んでいる方は、ぜひ一  
相談ください。

【お問い合わせ】医療社会福祉課  
☎0242(29)9898



情報交換の場である患者・家族サロン



竹田看護専門学校 教務主任  
なが い じゅん  
永井 純

## 「人生の先輩との集い」

本校で1年次に行う講義の一つに「人生の先輩との集い」があります。講師は、学生の祖父母の方々や、地域で活躍されている高齢者の方々です。学校にお招きし人生の出来事をお話しいただきます。学生は講師との対話を通じて「年齢を重ね豊かに生きること」について考えます。

この講義を企画した当初「年齢の差、生活体験の違いなどにより話がかみあわず時間を持て余してしまうのではないか」との心配がありました。しかし、それは全く杞憂きゆうでした。昨年の「人生の先輩との集い」では、結婚・子育て・介護などの家庭生活、また仕事や健康管理など、様々な話題が出ました。講師の方々は、澁はらう澀とユーモアを交えてお話ししてくださいま



様々な体験談・人生観などを聞くことができる  
「人生の先輩との集い」

した。学生もニコニコと楽しそうに、また真剣に聴き「その時はどのようなお気持ちでしたか」と感じたまま素直に問いかけるなど、50分間では足りないほどでした。

学生はこの機をとらえて、自分のこれからの人生を重ねて対話をしていたようです。「人生の先輩との集い」は、一つの講義であると同時に、19才という多感な時期にある学生のところに響く貴重な体験になっています。

## 「ヘルプマン！」

著/くさか 里樹 発行/講談社



き だ なお こ  
小規模多機能型居宅介護オレンジ 室長 木田 直子

**私**が漫画「ヘルプマン！」に出会ったのは、認知症について世の中の関心が高まり、認知症啓発事業が盛んになり始めた頃でした。当時は認知症当事者やご家族が自身の経験や思いを発信する方法や場は今ほど豊かではなく、社会の中にある認知症への誤解や偏見を払拭する事が課題でもありました。そんな時、知人に紹介され、この本の存在を知りました。

「ヘルプマン！」は全27巻で、在宅認知症介護編・介護虐待編・認知症編・震災編・認知症予防編など、様々なテーマで展開されています。たかが漫画と侮るなかれ。そのどれもが地域社会や日常の課題を見事に表現しているだけでなく、登場人物はまるで実在するかのようにリアルな言葉や表情で描かれています。何度読み返してもその度に新たな気づきがあり、認知症当事者やご家族の心が次々と蘇っていく過程に心を揺さぶられたものです。

医療・介護の連携、認知症当事者・ご家族・専門職・地域・行政の連携。この漫画には、私がリアルヘルプマン達と目指す在宅認知症ケアの理想がたくさん詰まっています。

「ヘルプマン！」は事業所内の本棚に置いてありますので、ご興味がありましたらぜひお気軽に足をお運びください。





いろいろな  
話題をあつめて  
ズームアップ!

## オレンジガーデニング プロジェクト会津



プランターに花を植える参加者の皆さん

6月21日、認知症専門デイサービスOASSの号館において、「オレンジガーデニングプロジェクト会津」を行いました。これは「認知症になっても暮らしやすい街をみんなで創っていきましょう！」とい

う思いを共有し、全国各地でオレンジ色の花を咲かせるプロジェクトです。

当デイサービスでは、この思いに賛同し、2021年よりこのプロジェクトをスタートしました。地域のボランティアさんや若松第2地域包括支援センタースタッフと協働し、認知症啓発活動の一環として展開しています。

## 山鹿フェスティバル・ 竹田オープンホスピタル

【今月の表紙】

7月27日、午前に山鹿クリニックにおいて山鹿フェスティバル、午後には竹田オープンホスピタル2024が開催されました。午前開催の山鹿フェスティバルは「健康づくりでハッピーライフ」と題し、各種測定や測定結果に関する相談などに多くの地域の方々にご来場いただきました。

午後開催の竹田オープンホスピタル2024は、竹田ホールをはじめ総合医療センター1階〜4階フロアを使用し、看護部・放射線科・臨床検査科など様々な部署・職種の実験ができるとあって、医療・介護に興味・関心がある小学

生〜高校生やその保護者の方々に多数ご来場いただき、各ブース熱気に溢れていました。



管理栄養士に栄養相談をする来場者



腹腔鏡手術の体験をする来場者

## 高校生1日看護体験

7月30日、当院において「高校生1日看護体験」が行われました。会津地域の高校から集まった

28名は、体験実習前に当院の概要や看護体験時の心構えなどの説明を受けた後、午前中は院内の手術室などの院内見学、血圧測定・点滴などの体験をしました。午後はグループに分かれ、各病棟においてベッドメイキングや患者さんの協力の下、足浴そくよくなどを行いました。



看護師の指導の下、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…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(29)98832

栄養士のおすすめ  
レシピ

# つくってみらんしょ

## さつまいもと豆乳のホット風

1人当たりのエネルギー … 約 260kcal / 所要時間 … 約 15分



### 《材料(2人分)》

- ご飯 …………… 200g
- さつまいも …… 1/4 個
- 玉ねぎ …………… 1/4 個
- しめじ …………… 1/5 パック
- ベーコン …… 20g
- サラダ油 …… 4g
- コンソメ …… 4g
- 調整豆乳 …… 200ml
- 水 …………… 300ml
- パセリ …… 少々

### ● 作り方

- ① 玉ねぎはみじん切り、しめじ・ベーコンは1cm角に切る。さつまいもは皮付きのままよく洗い、1cm角に切り、水にさらして5〜10分あく抜きをする。水気を切ったらラップを軽くかけて、600Wのレンジで4〜5分加熱する。  
(水を少量入れる)

- ② フライパンに油を引き、玉ねぎ・しめじ・ベーコンを入れて炒める。玉ねぎがしんなりしてきたら、豆乳・水・コンソメを加える。

- ③ ②が温まったら、ご飯と加熱したさつまいもを入れてさっと煮る。

- ④ ③を皿に盛り、パセリをふりかける。

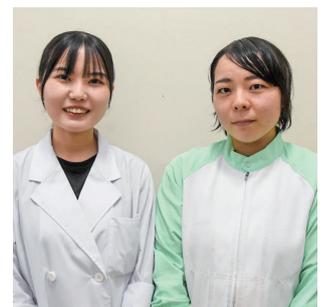


### ポイント

リゾットに入れるさつまいもの種類を変えると、また違う好みの仕上がりになります。シルクスイートや紅あずまなど、お好みのさつまいもでもお試しください。

### 「さつまいも」の豆知識

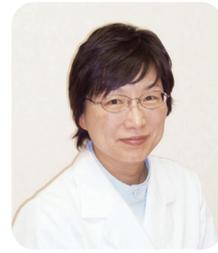
さつまいもは焼き芋をはじめ、おかずからお菓子まで様々な料理で大人気です。栄養価が高く、食物繊維やビタミンCの含有量は、いも類の中でも多い方です。ビタミンCは、ストレスから体を守る働きや抗酸化作用があるため、動脈硬化の予防にも効果が期待できます。また、水溶性のビタミンは熱に弱い性質がありますが、さつまいものビタミンCはでんぷんに守られているため壊れにくく、加熱しても効率よく摂取することが出来ます。今回は秋の味覚である、きのもを加えたレシピとなっています。ぜひ作ってみてください。



調理担当者(右) 堀陽菜子  
管理栄養士(左) 深谷奈央

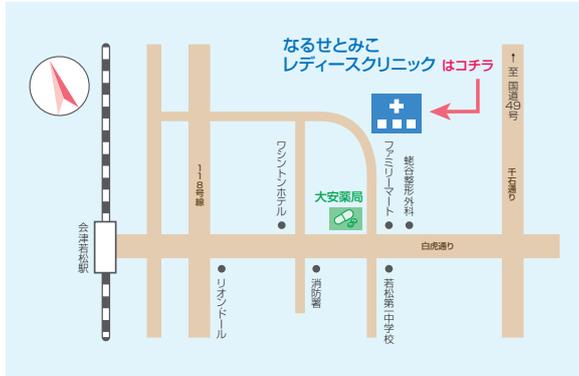
● 婦人科 ● 内科

# 医療法人ハナミズスキ なるせとみこレディースクリニック



院長  
なるせとみこ  
鳴瀬 都美子

女性のためのクリニックです。  
女性特有の症状でお悩みの方々が、安心して受診していただけますよう、努力してまいります。



【診察時間】〈月～金〉※水曜日午後休診 〈土曜日〉  
午前9時～12時30分 午前9時～12時  
午後2時～5時30分 午後1時～3時  
(午前・午後とも受付は終了時間の30分前まで)

【休診日】  
日曜日・祝日・水曜日午後・8月14日～16日・12月31日～1月3日

【住 所】  
〒965-0039 福島県会津若松市白虎1-1-4  
TEL 0242 (37) 7851 FAX 0242 (37) 7853

【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

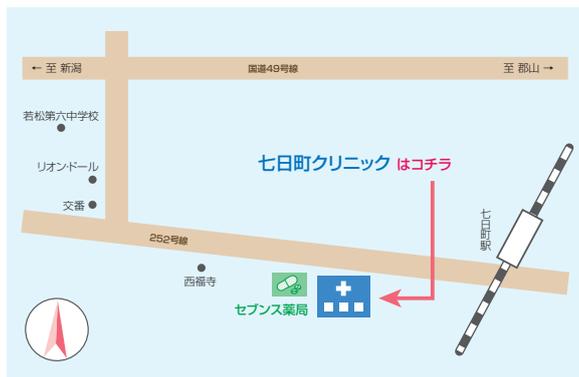
● 外科 ● 内科 ● 整形外科

# 医療法人 七日町クリニック



院長  
にきもとひろ  
仁木 基裕

地域の方々がより健康で楽しい日々をおくれるよう、病気の予防、治療と健康の維持・増進を通じて地域医療のお役に立てればと考えております。  
スタッフ一同、明るく家庭的な診療所を目指しています。何か困った事や、お悩み事があれば気軽ににご相談ください。



【診察時間】  
【午前】9時～12時30分 【午後】2時30分～6時

【休診日】  
日曜日・祝日・木曜日・土曜日午後

【住 所】  
〒965-0045 福島県会津若松市西七日町3-12  
TEL 0242 (32) 2411 FAX 0242 (39) 6422

【診療日】

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

# ぐるっと会津



## ふるさと探訪

VOL.170

### 『NPO法人穂乃花』 ―障がいがあっても住み慣れた地域で 安心できる「場所」を作りたい―

会津坂下町でお子さんが障がいを持つお母さん達が、気軽に相談したり・集える場所を作ろうと立ち上がりました。それは「一人で悩んでいた」自らの経験を同じ境遇にあるお母さんにしてほしくない、という想いからでした。今回はその想いから、NPO法人を設立した発起人の方々にお話を伺いました。



NPO法人化され2月に開催した講演会  
【お問い合わせ】✉ honoka.bange@gmail.com

#### ―「穂乃花」設立の理由をお聞かせください。



NPO法人穂乃花(右より)  
事務局長 五十嵐 珠江さん  
理事長 磯目 明美さん  
副理事長 渡部 知佐子さん

具体的に立ち上げようと思ったのは昨年の6月になりまして。私たち3人とも障がいを持つ子どもがあり、それぞれ子どもたちのために「何かをやりたい」「私たちに何ができるのか」と色々

と模索していました。そのことを突き詰めていくと「私たち親なき後を考え、残す子どもたちをどうしていくか」と考えた時に、気軽に安心して集える場所や何か施設を作りたいという考えに至りました。また、「障がいを持っていてもいなくても、子どもだけではなく親も家族も一人にしない、孤立させない」「地域でみんなが一緒に暮らせるようにしたい！」その考えに賛同した同じ障がいを持つ子どものお母さん3名が加わり、6名の母達を中心となりNPO法人を立ち上げました。

#### ―活動内容をお聞かせください。

現在、まず地域の町民の方々に障がいに関して理解していただきたいと、行政や各種団体に向けてお話をさせていたいています。具体的には様々な「障がい」そのものを理解していただいた上で、地域には様々な障がいを持つ人が身近に住んでいることを知ってほしいと考えています。そのことを知ってもらわなければ、例えば災害が起きた時に障がい者やその家族には救助の手が届かない場合が実際ありうると思うから

です。このような活動を通して住みやすい優しい街づくりを皆さんと一緒に考えていこうと思っております。

また、定期的に会津坂下町中央公民館で「みんないっしょサロン」と称し、お母さんたちの悩みや愚痴、もちろん子育ての中で嬉しかったことなど何でもお話できるサロン活動を行ったり、町外から同じ志で活動されている講師を招き、講演会を開催しています。

#### ―今後についてお聞かせください。

福祉作業所を作りたいと考えています。障がい者が働ける場所、親も子どもも必要であると思っていて、そこには障がいがあるなしに関係なく、だれでも集まれる場所を目指しています。

これは私たちの想いである「地域で生きていくこと」に根差しています。生きがいの持てる「仕事」、安心できる「居場所」を持つことで、共にこの地域であたりまえの生活ができるようにしていきたいと考えています。

# 情報

## あ・ら・か・る・と

### 知っておトクな 院内情報！

#### 来院前A-1問診の 利用について

当院では、A-1を活用した来院前問診を実施しております。

お手持ちのスマートフォンやパソコンを用いて、下記リンクまたはQRコードから「来院前問診」にアクセスしていただき、3〜5分程度の質問に答えていただくことで、事前に問診を行うことができます。

適切な診療のご案内及び待ち時間短縮のため、是非、ご利用ください。

※入力いただいた項目は、診療目

的のみ使用いたします。

#### 《A-1問診サイトURL》

<http://takekadenkenko.jp/aimonjin/>

※来院前に診療科の予約が必要になります。

※外科（肛門科）、精神科、産科、歯科、救急外来は除きます。



#### 「マンモグラフィ検診施設・ 画像認定」取得

当院では2022年に新規マンモグラフィ装置を導入いたしました。

加えてこの度、特定非営利活動法人日本乳がん検診精度管理中央機構において行われている、「マンモグラフィ検診施設・画像認定」を会津若松市内で初めて取得いたしました。これらは、撮影した画像の良否判定をはじめ、装置の管理や知識を持った撮影者・読影医が携わっている事などマンモグラフィに関して、より良い検査を提

供できるような体制が整っている施設と認められた際に取得できるものです。

認定を取得して終わりではなく、皆さまに安心して検査を受けて頂けるよう、更なる検査の向上を目指していきたいと考えております。

※当院でのマンモグラフィ検診では、女性技師が担当しております。



新規導入された  
マンモグラフィ装置



マンモグラフィ検診施設・  
画像認定証

#### 『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

やっと9月になったと思っても、まだまだ残暑が厳しい日が続いています。秋らしく、過ごしやすい気温になるのが待ち遠しいです。

秋は、『食欲の秋』でもありますが、特に10月は年間で1番食中毒の多い時期でもあります。理由は3つ。梅雨時期や夏に比べて備えがおろそかになりやすいこと。キノコなどが原因の食中毒が増えること。サンマやサケなどが旬を迎えアニサキスが原因の食中毒が増えること。食中毒に気を付けて、美味しい秋を満喫したいところです。 F.I

#### ふれai 9・10月号 VOL.186

《2024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

