

# かけはし

YAME GENERAL HOSPITAL - Public Relations Magazine

2016 SPRING

## かけはし 春号

- 平城 守 企業長からのご挨拶
- 病院からのお知らせ
- 暮らしの歳時記「母の日」
- 乳がんを早期に発見するためには  
～自分のからだは、自分で守る～
- 医療連携かけはしコメント  
合原医院 / なかしま胃腸科
- 菜の花とシラスの「卵おむすび」
- いい食ドゲン!?「梅」

### 私たちの理念

心のかよった医療を提供し、安心して暮らせる地域づくりに貢献します。

### 私たちのめざす医療

- 保健・医療・介護・福祉との連携を強化し、地域包括ケアシステムの構築を目指します。
- 救急医療の充実を図り、信頼される病院を目指します。
- 臨床研修体制の充実に取り組み、医療の発展に貢献します。

「黒木町素盞鳴神社の紫藤」

### 交通アクセス



堀川バス 福島又は公立病院前下車  
西鉄バス 西鉄福島下車



JR 羽犬塚駅下車  
堀川バス(25分)又はタクシー(15分)  
新幹線筑後船小屋駅下車  
タクシー(20分)



九州自動車道 八女 IC  
車10分(外来駐車場完備)



公立八女総合病院



地域がん診療連携拠点病院 地域医療支援病院  
**公立八女総合病院**  
Yame General Hospital

〒834-0034 福岡県八女市高塚 540-2 TEL. 0943-23-4131  
<http://www.hosp-yame.jp/hospital/>



## 企業長からのご挨拶

まずは、この度の平成 28 年度熊本地震により被害を受けられた皆さんに、心からお見舞い申し上げます。

小野企業長の後任として、平成 28 年 4 月より、公立八女総合病院企業団の企業長に就任いたしました平城

守でございます。これまで以上に、地域の開業医の先生方や関係機関の皆様と積極的に連携を図ることで、地域医療連携を発展させたいと思いますので、今後ともよろしくお願ひ申し上げます。

当企業団は、病院事業におきましては、急性期医療を提供する「公立八女総合病院」、緩和ケア医療を専門的に行う「みどりの杜病院」の 2 つの病院を運営しています。また、介護老人保健施設事業としまして、「回寿苑」の運営も行っており、この地域の医療と介護の中心的役割を担うよう努めております。

最も母体の大きい公立八女総合病院は、昭和 24 年に八民生病院として開院以来、地域の医療ニーズに応えるため、徐々に診療科や病床数を増やしていく、高度医療に対応するための医療機器を整備してまいりました。近年では、地域医療支援病院への承認や地域がん診療連携拠点病院に指定されたことで、地域の中核的病院のひとつへと成長を遂げています。

みどりの杜病院は、平成 23 年に開院し、全国でも数少ない完全独立型の緩和ケア専門病院です。福岡県南部の医療圏においては、まだまだ緩和ケア病床は少ないとことから、恵まれた療養環境である特徴を活かし、緩和医療の更なる発展に貢献してまいります。

回寿苑は、平成 11 年に開設し、入所者に対して約 3 カ月での在宅復帰を目標に、日々密度の濃い介護やリハビリテーションを提供しています。今後も、関係機関と連携しながら、介護業務の拡充と質的向上に努めてまいります。

さて、医療や介護を取り巻く環境は依然厳しさを増しております。団塊の世代が 75 歳以上となる平成 37 年以降は、医療・介護の需要がさらに増加することが見込まれています。人口構造も大きく変化し、八女筑後医療圏では今後 10 年間で、生産年齢人口が約 12% 減少するのに対し、65 歳以上の人口は約 6 % 増加することが予測されています。また、高齢化率も全国平均を上回る 34.3 % に達すると予測されています。人口は減少しますが、循環器系疾患や呼吸器系疾患、がんといった疾病は増加することが見込まれています。企業団としましては、このような変化に対して急性期の医



平城 守 企業長

療と地域の医療に対応できるよう、体制整備を進めたいと考えております。

平成 25 年 8 月の社会保障制度改革国民会議の報告を受けて、国の方針が、「病院完結型医療」から地域全体で治し、支える「地域完結型医療」に方向転換しています。その結果、地域の各医療機能の将来の必要量を踏まえながら、医療機能のさらなる分化・連携を推進することを目的とした「地域医療構想」が進められています。当医療圏におきましては、病床機能報告制度に基づいた医療機能別病床数と、必要と推計される病床数に乖離があります。特に、高度急性期を担う病床がないことと、回復期の病床が不足していることです。地域医療構想調整会議での検討の結果、福岡県の医療計画の中で病床機能の転換が迫られる可能性もありますが、今まで培ってきた急性期医療提供の基盤を活かしながら、本年度も急性期医療体制をさらに充実させていきたいと考えております。

本年度は、常勤医師不在により入院受入れの制限を行ない、ご迷惑をおかけしておりました呼吸器内科が、4 月より常勤医師 4 名にて再開することとなりました。また、非常勤体制ではありますが、新たに膠原病内科の外来診療を開始することにいたしました。

新体制に移行しましたが、これまで同様、職員一人ひとりが公的病院に求められる責任と使命を再確認し、日々の業務においてその職責を果たしてまいります。そして八女筑後地域の中核病院として、患者さま中心の医療、そして安心と安全な医療を提供していくことで、地域の皆様方から信頼される病院となるよう、精一杯努力してまいります。何卒、皆様のご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

企業長 平城 守



## 病院からのお知らせ



### 内分泌代謝内科外来の場所が変わりました。

内分泌代謝内科外来の場所を2階多目的ルーム跡に移設しました。診察を受けられる際はお間違いないようにお願いいたします。

### 乳腺外科の外来体制が強化されました。

平成28年2月より乳腺外科の外来体制が強化されました。乳癌の健診から診断、治療を専門の医師が担当いたします。P3～P4に乳腺外科医・早野史子先生の記事を記載していますのでご覧ください。

### 呼吸器内科の常勤医体制が整いました。

呼吸器内科につきましては、常勤医師不在により入院受入れの制限を行ない、ご迷惑をおかけしておりましたが、4月より常勤医体制で再開しています。今後、より一層安全・安心の医療の提供に努めてまいります。



2Fに移設した  
内分泌代謝内科外来とスタッフ

### 膠原病内科を開設しました。

4月より、毎週月曜日と木曜日の午前中に膠原病内科の外来診療を開始しました。膠原病内科では、関節リウマチや全身性エリテマトーデス、血管炎症候群など、免疫の異常による発熱や関節痛、皮膚や内臓病変の診断、治療を主に行っています。

春を  
楽しむ



### 暮らしの歳時記 母の日

5月の第2日曜は母の日で、カーネーションを贈り感謝を伝える日として、日本でも定着しています。母の日の起源は1900年代のはじめのアメリカ。アン・ジャーヴィスという女性は平和活動や教育支援などの活動を続け1905年5月9日に亡くなりました。娘のアンナさんは苦労して自分を育ててくれた偉大な母親を想い「母親のための祝日を設ける運動」を始めました。

その後、賛同者も増え1914年アメリカ連邦議会は5月の第2日曜を「母の日」とする法律を可決し「母親のための記念日」が誕生。やがて、世界各国に広がり、日本でも一部のキリスト教会な

どでお祝いが始まったと言われています。

日本全国に広まったのは、戦争の足音が忍び寄る1937年。暗い世情を心あたたまる行事で日本を元気にしようじゃないかと菓子メーカーが呼びかけて全国に広まりました。

では、なぜ母の日にカーネーションを送るのか？娘のアンナさんは教会で亡き母親を追悼するため、生前お母さんが大好きだった白いカーネーションを捧げ、参列者にも配りました。その事が母の日にカーネーションを贈る習慣となり、その後赤いカーネーションが一般化し定着したようです。



# ～乳がんを早期に発見するために～

## (1) 自己触診：月に1回、見て触ってセルフチェック

乳がんは、体の表面近くにできるがんです。そのため、自分で観察し、触ることで発見しやすく、がんの中でも自分の発見率が高いのが特徴です。症状を認めた時は、専門外来（乳腺外科）を受診して下さい。

- \*乳房のハリがひいてやわらかくなり、しこりがわかりやすい、月経開始7日目頃（月経終了前後）をお勧めします。閉経後の女性は、毎月、自己検診の日を決めて行いましょう。
- \*乳房の左右差、はれ、手を上げた時のへこみや引きつれ、皮膚の色の変化、乳首のへこみなどを観察します。乳房のしこりや凹凸、わきの下のはれやしこり、乳首からの分泌物がないか、以前と比べて硬いところがないか 調べます。

## (2) マンモグラフィー：しこり（腫瘍）や石灰化を発見できる

乳房を2枚の板に挟んで圧迫し、X線撮影を行なう、乳がん検診の基本検査です。少ない放射線量でしこりや石灰化をはっきりと写すため、撮影技師ができるだけ乳房を引き伸ばし圧迫して撮影します。乳房がやわらかい、月経後の受診をお勧めします。できるだけ緊張せず、リラックスして受けると、痛みは軽減されます。乳腺が発達し、乳腺濃度が高い女性では、病変を認識しづらいことがあります、見落としを減らすため超音波との併用が望まれます。

## (3) 超音波検査（エコー）：小さなしこりを発見できる

検診の原則はマンモグラフィーです。超音波検査は、マンモグラフィーが苦手とする高濃度乳腺の中にある腫瘍の発見に有効です。40歳代の検診でマンモグラフィーに超音波検査を併用することが乳がんの発見に有効であることが認められました。

視触診とマンモグラフィー併用の乳がん検診は、40歳から、2年に1回の受診を推奨されています。

検診を受けると受診者の6~9%の人に精密検査が必要と判断されます。精密検査を受けた人の中で、乳がんと診断されるのは、約4%です。（受診者10000人で600~900人が要精密検査になり、乳がんはおよそ30人）精密検査が必要といわれたら、必ず専門外来（乳腺外科）を受診しましょう。

同じ医療機関で定期的に検診を受診することで、早期の乳がんを発見、不必要的精密検査を減らすことができます。まずかかりつけの医療機関にご相談下さい。



【受付】公立八女総合病院 乳腺外科外来

<受付時間>火・水・木曜日 8:30~11:00／金曜日 13:30~16:00

電話：0943-23-4131 ※HPもご覧ください

# 自分からだけは、自分で守る。

## ❶ 乳がん検診は無症状の女性が受ける。40歳から、2年に1回検診。

しこりが2cm以下でリンパ節転移がない早期の乳がんを発見すれば、10年生存率（10年後に生きている割合）は90%以上です。早期の乳がんには自覚症状がありません。触ってもわからないため、画像診断が必要です。触ってわかるしこりは約2cm。1cmのしこりは約1年で2cmの大きさになる場合があります。自覚症状がないうちの定期的な検診が重要です。

## ❷ 乳がん検診の目的は「乳がん死亡率を減少させること」

早期発見、早期治療ができれば、生命が守られるだけでなく、リンパ節郭清や化学療法を行なわず、入院・治療期間の短縮や治療費の軽減、早期の社会復帰が可能になります。早期乳がんの発見には、マンモグラフィーや超音波（エコー）による検診が有効です。日本は乳がん検診の受診率が低く、受診率の向上が大きな課題になっています。

## ❸ 日本女性の12人に1人が生涯のうちに乳癌を発症します。

30～60歳代の日本女性のがんのトップは乳がんです。年間約9万人の女性が乳がんの告知を受けていて、年々増加傾向です。年代別では、30歳代後半から急激に増え、40歳代後半に最も多くなります。女性が家庭や社会で最も活躍する年代に多いのが特徴です。また生活環境や食生活の欧米化に関係し、60歳代前半で再び増加します。遺伝性の乳がんなど若年で発症するものもあります。また男性乳がんも約1%認めます。

\*乳がんの発生と進行の原因のひとつに、女性ホルモンのひとつであるエストロゲンの影響があると考えられています。食生活の欧米化に伴い、高タンパク・高脂肪の食事が増え、日本女性の体格が良くなったり結果、「初潮が早く、閉経が遅い」人が多くなりました。出産回数が減少し、出産経験のない人も増えてきています。妊娠中のプロゲステロン（女性ホルモンのひとつ）の増加や授乳中のエストロゲンの低下が乳がんのリスク低下につながると考えられています。閉経後では肥満が乳がんのリスクを増加させるので、閉経後は肥満に注意が必要です。バランスの良い食生活と十分な睡眠、適度な運動を心がけましょう。

※掲載許諾・・・ピンクリボンと乳がんまなびBOOK：認定NPO法人乳房健康研究会（社会保険出版社）より一部改変



乳腺外科：早野史子先生



※マンモグラフィー・エコーとともに  
女性スタッフのみで対応しています。

～あなたもピンクリボンアドバイザーになりませんか？～

乳がんにかかる人が増えているにも関わらず、検診の受診率は40%程度です。そこで乳がんや乳がん検診の重要性について理解し、検診を受けるように背中を押す人材として生まれたのが「ピンクリボンアドバイザー」です。検診を人口に、乳がんにやさしい社会づくりを目指して活動しています。詳しくは乳房健康研究会ホームページをご覧ください。



## かけはしコメント



医院名 医療法人 合原会 合原医院



理事長・院長 合原 正二  
 副院長 合原るみ  
 診療科目 内科・小児科・呼吸器科・胃腸科・放射線科  
 所在地 〒8834-0105  
         八女郡広川町大字長延 608-2  
 電話番号 0943-32-0120

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前(9:00～13:00)	○	○	○	○	○	○
午後(15:00～18:00)	○	○	○	○	○	×

往診：あり

コメント

有床診療所でしたが、現在は無床診療所にし



ています。広川町上広川地区唯一の医療機関です。院長は消化器を主として「よろず相談所」的診療をしていましたが、総合内科専門医、呼吸器科専門医、指導医の副院長が帰って来ましたので、次第に呼吸器科の患者さんが主体となりつつあります。禁煙外来も開始しました。16列の新型CTを導入し、呼吸器疾患の鑑別診断にも力を入れています。公立八女総合病院や近隣の医療機関と連携し、患者さんが安心して受診し、相談に乗れる医療機関として地域医療に貢献していくよう努力しています。上広川小学校校区、幾つかの職場の産業医もしています。

医院名 なかしま胃腸科



院長名 中島 功紀  
 診療科目 内科・胃腸科  
 所在地 〒834-0064  
         八女市蒲原 1086-3  
 電話番号 0943-25-6200

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前(9:00～12:30)	○	○	○	○	○	○
午後(14:00～17:30)	○	○	○	×	○	×

往診：無

コメント

平成12年に開業しました。



胃や大腸の内視鏡検査・治療を中心に胃腸科、内科の診療を行っています。

検査で病変が見つかった場合や高度医療が必要な時など、公立八女総合病院を中心に、高度医療機関へ診療以来の紹介をさせて頂いております。

今後も専門領域を中心に、地域医療における病気の早期発見や治療の一助になれるように尽力していきたいと考えています。



# 菜の花とシラスの卵おむすび レシピ

今回は春野菜の菜の花を使ったレシピを紹介します。独特の香りとつぼみのほろ苦さが特徴の菜の花ですが、風邪予防や抗酸化作用のあるβカロチンやビタミンCの他に鉄分やカルシウム、カリウム、食物繊維などの豊富な栄養素をバランスよく含んでいてとても栄養価の高い緑黄色野菜なんです。彩りも鮮やかな春色の卵おむすびはお弁当にもおすすめですよ。

## 【作り方】

### 【材料 / 2個分】

菜の花	.....	1/4束 (50g)
しらす干し	.....	20g
水	.....	大さじ2
★酒	.....	大さじ1/2
★薄口醤油	.....	小さじ1
温かいご飯	.....	茶碗1杯分 (150g)
薄焼き卵 (2枚分)	.....	
卵	.....	2個
水溶き片栗粉	.....	
	.....	片栗粉・水 各小さじ1
油	.....	小さじ2

①菜の花は下から1cmのかたい部分を切り落とし※、たっぷりのお湯を沸かした鍋で茹でてやさしく水気を絞ったら2cm幅にきっておく。

②鍋に水としらす干しを入れて火にかけ煮立ったら★を入れて調味し、①を加えて汁気がなくなるまで混ぜながら煮る。

③温かいご飯に②を加え、さっくりと混ぜ合わせる。

④卵を溶き、そこに水溶き片栗粉を混ぜ入れたらフライパンに油(小さじ1)を入れて熱し、そこに半量(1枚分)を流し入れ薄焼き卵を作る。

⑤④が冷めたら、ラップの上に広げてその上に③をのせて(たわら上に)包み形を整えたら半分に切る。

※菜の花はたっぷりの冷水に30分以上つけて十分に水に吸わせておくと、シャキッとなり歯ざわりもよくなり香りも引き立ちます。



知ればおいしく!  
楽しく!

いい食  
ドゲン!?

【今回のいい食】  
梅

まだ少し先の事になりますが、梅雨の季節に入る頃を“入梅”と言い長雨でなにかと辛い時期です。しかし、この時期ならではの楽しみもあります。青梅や少し熟した梅を使い梅酒や梅干しを作る「梅仕事」。季節感あふれる日本ならではの習慣ですね。

「梅酒は梅雨入り前、梅干しは梅雨入り後」という言葉があります。梅酒や梅シロップには、大きくてキズがなく青くて実のかたいものを。梅干しにはやや黄色く熟しかけたもので、果肉の厚い梅で漬けると、やわらかくおいしい梅干しができます。八女では立花町の梅が有名で、ふっくら、やわらかい小梅は全国梅干コンクールでみごと日本一にも輝いています。

梅には、酸っぱさのもとであるクエン酸やリンゴ酸などが豊富で疲労回復や殺菌効果があります。『梅はその日の難逃れ』という諺もあり、梅を食べると一日健康でいられると「薬」の代わりとしても使われてきました。



公立八女総合病院 外来診療 担当一覧

平成 28 年 5 月 1 日～

診療科	内容	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	※は備考
総合診療科		田中 雅久	矢野 淳子	担当医	田中 雅久	田中 雅久	いずれか 1人診察	
消化器内科	肝臓内科	平井 真吾	立石 秀夫	立石 秀夫	堤 翼	平井 真吾	いずれか 1～2 人診察	
		堤 翼	森田 俊	徳重 貴彦	森田 俊	徳重 貴彦		
			永松 洋明		永松 洋明	永松 洋明	いずれか 1人診察	
血液・腫瘍内科			清水 基規			清水 基規	※肝炎ウイルス無料検査：	
			小岡 洋平			小岡 洋平	火曜日 14：00～16：00	
膠原病内科	午前	若杉 大輔			中島 宗敏		休 診	
内分泌代謝内科	午後	若杉 大輔					休 診	
		後藤 由佳	後藤 由佳	後藤 由佳	後藤 由佳	後藤 由佳	※1・3・5 土曜日のみ (いずれか1人 診察)	
心臓・血管内科		佐藤 秀一	佐藤 秀一	佐藤 秀一	佐藤 秀一	佐藤 秀一	※火曜日は再診のみ	
		嶋田 寿文	青木 裕司	深水 亜子	加藤 宏司	草場 健	いずれか 1～2 人診察	
		豊増 謙太	豊増 謙太	嶋田 寿文	中野 仁晴	青木 裕司	※ペースメーカー外来：	
		青木 裕司	森田 博彦	豊増 謙太	嶋田 寿文	中野 仁晴	月曜日 14：00～ (受付 13：30～)	
肝臓内科		合原 正二郎	合原 正二郎	大原 敦子	松元 貴史		いずれか 1人診察	
		松元 貴史	福山 美佐子	久保 沙織	合原 正二郎	合原 正二郎		
呼吸器科	午前	新患	時澤 冴子	中尾 栄男	中尾 (加來)	加來 庸一郎	平岡 裕樹	いずれか 1人診察
	午後	再診	加來 庸一郎	平岡 裕樹		時澤 冴子	中尾 栄男	
外 科	新患	消化器	衛藤 大明	高森 信三	石橋 生哉	平城 守	永野 剛志	
		肝胆膵	衛藤 大明	高森 信三	石橋 生哉	平城 守	永野 剛志	いずれか 1人診察
		肺	衛藤 大明			平城 守		
		小野 博典	小野 博典			小野 博典	小野 博典	
	再 診	平城 守	小野 博典	永野 剛志	小野 博典	石橋 生哉		
				衛藤 大明		平城 守		
	血 管					中根 浩幸		
					澤田 健太郎			
乳腺	午前		早野 史子	早野 史子	早野 史子			
	午後					藤井 輝彦	※午後診療受付時間：13：30～16：00	
脳神経外科		土井 亮	土井 亮	土井 亮		土井 亮	※1・3・5 土曜日のみ (土井 亮)	
整形外科	新 患	白瀬 善彦	田中 憲治	白瀬 善彦	草場 幸枝	田中 憲治	いずれか 1人診察	
	再 診	田中 憲治	白瀬 善彦	田中 憲治		白瀬 善彦		
産婦人科		宮川 三代子	宮川 三代子	宮川 三代子	宮川 三代子	宮川 三代子	※1・3・5 土曜日のみ (伊地知 盛夫)	
皮膚科		伊地知 盛夫	本多／伊地知	伊地知 盛夫		伊地知 盛夫		
		松田 光弘	松田 光弘	松田 光弘		松田 光弘	いずれか 1人診察	
泌尿器科		南里 文		南里 文	南里 文	南里 文		
耳鼻咽喉科		永田 圭	永田 圭		永田 圭		2人診察 (永田 圭・久留米大学医師)	
眼科		鶴丸 修士	鶴丸 修士	鶴丸 修士	鶴丸 修士	鶴丸 修士	いずれか 1人診察	
		阿久根 穂高	阿久根 穂高	阿久根 穂高	阿久根 穂高	阿久根 穂高	※月・水・金曜日は手術のため再診のみ	
	黄斑外来			久留米大学医師			※第 1・3・5 水曜日のみ	
小児科		石本 和久		石本 和久	石本 和久	石本 和久	いずれか 1人診察	
		中村 舞	中村 舞	中村 舞	中村 舞		※予防接種：火曜午後 (事前に電話予約)	
	心臓外来		前野 泰樹					
精神科	内分泌外来				西岡 淳子		※第 2・4 木曜日のみ	
	予約制 (午前・午後)	植木 悠介		上松 謙	柳本 寛子		休 診	
放射線診断科	心理士	末継 奏子	末継 奏子	末継 奏子	末継 奏子	末継 奏子	休 診	
	午 後	菰原 保幸	菰原 保幸	菰原 保幸	菰原 保幸		休 診	
放射線治療科	予約制			水上 直久			休 診	
緩和ケア科	予約制				原口 勝		※診療時間：13：30～17：00	

※外来診療受付時間 午前 8 時 00 分～午前 11 時 00 分 (新患は 8 時 30 分～)

※ドック・健診については月～金曜日の午前中に行っております。