

# いこま

近畿大学奈良病院 広報誌

ご自由にお取り下さい。

2020年 3月発行 Vol.17

地域に根ざす  
近畿大学奈良病院

## コーヒーショップMACHicaféができました!

皆様こんにちは。近畿大学奈良病院は、昨年ひそかに20周年を迎えました。1999年10月の開院以来、地域の皆様および医療機関の方々とともに歩み、地元の皆様との交流が深まってきたことは望外の喜びです。そんななか、地域に溶け込む行事も少しずつ増加し、なかでも2019年10月23日には待望のMACHicafé(2階)とLAWSON(地下1階)とが開店しました。コンビニエンスストアの院内への導入は「患者様の声」においても数年前からずっとご要望の高かった事案であり、皆様に加えて職員一同も大喜びで利用しております。

### MACHicafé(2階)

営業時間

8:00~15:00  
(土・日・祝日は休み)



2階の正面玄関に入って右手にあり、椅子とテーブルもご利用頂けます。

### LAWSON(地下1階)

営業時間

平日 7:30~19:00  
土曜 7:30~18:00  
日祝 8:00~18:00



地下1階、食堂の隣にあります。  
こちらにもMACHicaféの機械があります。  
(ただしカフェインレスは2階のみ)

## 加えて、地域の皆様が気軽に参加できる病院行事の一例を紹介いたします!

### 1 院内コンサート(イブニングコンサート)

主に水曜19時から、病院総合受付ホールにて(毎月1回程度)予定は病院ホームページでご紹介しています。もっとも歴史のある病院行事で、すでに100回以上開催されています。

### 2 フォトコンテスト

今春ついに復活します! 作品の応募はお一人2点まで、5月末まで受付中です。どなたでも参加でき、最優秀賞は皆様の投票で決まるので職員も虎視眈々と勝機をうかがっています。(詳細はホームページで)

### 3 市民公開講座

年1回程度。心臓病、がん、など毎回テーマを決めて講演会を行っています。

### 4 がん患者サロンいこま

第3水曜日・5F・大会議室。がんの患者様、またはご家族が参加されるサロンです。

### 5 HARTフェス

年2回。近畿大学文芸学部文化デザイン学科の学生による院内フェスティバルです。

各詳細は病院ホームページでご確認ください。

これらの行事も通しながら地域の皆様の健康に貢献することが病院職員の願いです。  
どうか今後とも近畿大学奈良病院をよろしくお願い申し上げます。(文責:放射線科 岡嶋 馨)



## CONTENTS

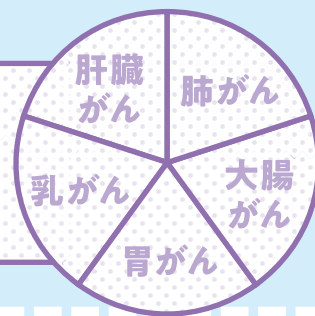
- P1 コーヒーショップ MACHicaféができました
- P2 シリーズ 5大がんを考える 「vol.4 5大がんの薬物療法を考える」

- P3 がんリハビリテーション
- P4 部署紹介「産婦人科」
- P5 最新鋭CT装置が 近大奈良に登場

- P6 災害対策報告・病院照明のLED化について
- P7 栄養だより・薬剤コラム
- P8 新鮮野菜の販売・第5回フォトコンテスト開催のご案内・編集後記

# 「シリーズ 5大がんを考える」

## vol.4 5大がんの薬物治療について



このページでは日本の5大がん

(肺がん、大腸がん、胃がん、乳がん、肝臓がん)を順に考えます。

第四回目は少し観点を变えて、5大がんの薬物治療について考えます。



## 国内トップレベルのがん治療を提供しています。

死亡数の多いがんは男性では順に肺、胃、大腸、肝臓、膵臓、女性では大腸、肺、膵臓、胃、乳房となっています。しかし、これらのがんも早期発見し、手術すれば治癒が望めます。また、たとえ進行がんでも抗がん剤や放射線治療がずいぶん発達してきており治癒させたり、それが無理な場合でも、がんの進行を抑えて延命する事が可能となってきました。吐き気などの抗がん剤の副作用も薬の改善により20年前と比べれば驚くほど軽くなっています。さらに従来の副作用の強い薬だけではなく、分子標的薬と言って、細胞内でがんの原因となっている部分を直接修正するものや、ノーベル賞受賞で有名となった免疫チェックポイント阻害剤のように患者様自身の免疫力を高めることでがんを治す薬も使用可能となっています。そのため抗がん剤と言っても、お仕事等の従来の生活を続けながら外来で行えるものも多くなっています。その結果、たとえば胃がんや大腸がんと診断された人の5年相対生存率は60%を越えています。すなわち適切な治療により、がんと診断されたとしても2人に1人以上が5年後も生存しているわけです。

もちろんこれは医学的根拠に基づいた適切な治療を受けた結果です。もし適切な治療を受けなければがん患者様は昔と同じように数ヶ月の間に命の危機に直面する可能性が少なくありません。

がんの初期は無症状のことも多く、定期的ながん検診や、人間ドックは早期発見にたいへん重要です。一方、1年以上検診を受けておらず、気になる症状がある場合にはたとえ軽微であってもそれを機会に専門医に相談することも大切です。軽微な症状が、がんの早期発見につながり“命びろい”をすることもあります。がんの治療は多くの分野の専門医が力を合わせると、その効果がより期待できます。近畿大学奈良病院では各分野の専門医がたくさん診療を行っ

ておりますので気軽にご相談下さい。たとえば、咳、微熱、胸痛等があれば呼吸器・アレルギー内科、吐き気、腹痛、食欲不振、体重減少、便秘、下痢等があれば消化器内科、乳房にしこりや形の変化があれば乳腺・内分泌外科、めまいや頭痛があれば脳神経外科というぐあいに…。

がんに関して相談する科がわからなければがんの治療や診断を総合的にコーディネートしているがんの薬物治療の専門家である腫瘍内科を利用してください。面倒がって後回しにせず、今すぐ少しの勇気を持つことがあなたの命の危機を救うことになるかもしれません。

(文責：腫瘍内科 田村 孝雄)



薬物治療を実施している  
当院の「通院治療センター」

※これまで5大がんは「肺がん、大腸がん、胃がん、乳がん、子宮がん」とご紹介していましたが、正しくは「肺がん、大腸がん、胃がん、乳がん、肝臓がん」でしたので、今回より訂正させていただきます。

# がんのリハビリテーション



現在、日本人の死亡原因の第1位は悪性腫瘍（がん）です。そのため皆さまが「がんのリハビリ＝終末期」というイメージを持ってしまってもおかしくありません。しかし、実際は「終末期」だけとは限りません。

がんのリハビリテーションは「予防期」「回復期」「維持期」「緩和期（終末期）」に分類され、がんリハビリの対象となる患者さんは「緩和期（終末期）」の方だけではありません。がんの手術後にリハビリをする場合や、放射線治療や抗がん剤治療を行い、自宅退院や社会復帰を目指す患者様に対してもがんのリハビリテーションを行います。

当院では、平成26年よりがんリハビリを開始し、現在に至るまで全がん患者様へのリハビリテーションの提供は難しいものの、がんリハビリテーションの充実化を図ってまいりました。現在、主に乳がん・肺がん・消化器系がん・脳腫瘍などの手術前後の患者様や抗がん剤治療や放射線治療中・後の患者様に対して、痛みや副作用の症状に応じてがんリハビリテーションを行っています。また、多職種での情報交換も行いながら、がん患者様が可能な限り自立して日常生活を送ることができるように努めております。

今後もリハビリスタッフ一同、がんでもその人らしい生活が送れるように患者様一人ひとりにあったがんリハビリテーションを目指していきます。

（文責：リハビリテーション部 田野 雅宏）



カンファレンス風景



リハビリ室





## 産婦人科

### 産婦人科の取り組み

我が国における出生数は人口動態統計年間推移をみると、2016年より100万人を下回り、2019年には過去最低の86万4千人になりました。また、15歳から49歳の女性の一人が、一生の間に生む子供の平均数を示した合計特殊出生率をみると、ここ数年間は大きな変動はありませんが、人口維持に必要な出生率2.07には遠く及ばず、2019年は1.44でした。合計特殊出生率が変化しないのに、出生数が減少する最も大きな原因は、出産年齢の女性の数の減少と言われています。実際に年代別の女性数をみると、40代は907万人、30代は696万人(23%減)、20代は578万人(36%減)であり、徐々に、減少していることがわかります。このため、我が国は保育所の拡張、育休の推進や保育料の無料化を決定し実行に移し、分娩数増加に努力しております。奈良県においても、合計特殊出生率は1985年を境に大きく減り、都道府県における低い10番以内には必ず入っております(昨年:奈良県1.37)。このような状況下において、地域における分娩数の増加に向け当院でも努力が必要と考え3つの方策を立てました。第一に、当院における分娩料を昨年7月から約7万円値下げしました。その結果、普通分娩は約48万円、帝王切開分娩は約46万円になりました。

次に、安心して分娩をして頂けるように、小児科と小児外科の協力体制のもと、昨年より当院に受診中の妊婦様は、妊娠32週前後から当院でお産できるようになりました。その結果、早産で分娩となった新生児でも、当院のNICUに入院し、毎日新生児の状況を分娩後ご自身で確認できます。最後に、妊婦様に健康と安産を与えるため、当院助産師を中心にマタニティヨガ(写真)の実施を計画中であり、本年度中にはスタート出来る状態です。当院産婦人科は、この様に、高リスクから低リスクの分娩を、安心安全を中心に考え皆様に提供しております。



(文責：産婦人科教授 大井 豪一)



洗心庵(当院施設)での  
プレヨガ風景です

被ばく線量の  
少ない



# 最新鋭CT装置が 近大奈良に登場!!

高機能全身用 256slice-CT装置が稼働

放射線部 上村 正信

4月の医療法施行規則の一部改正により、患者様の医療被ばくの防護を踏まえてCT検査、血管造影等の線量が高い検査で線量管理及び線量記録が義務化されます。今や放射線治療における医療被ばくの低減は社会的要請と考えなければなりません。

近畿大学奈良病院では、2020年1月より高速256スライスCT装置を導入しました。この装置は、従来のCT装置と比較して圧倒的なスピードと高出力・高画質を有し、患者様への負担軽減と共に大幅な被ばく線量の低減が可能という特徴があります。特に心臓CT検査では、高心拍、不整脈、心拍数変動の症例にも幅広く対応可能です。また、従来のCT装置が苦手としている体内金属によるアーチファクト(障害陰影)は、まさに診断上の大きな障害となってきました。しかし、この装置は手術によって体内に金属(インプラント)を持っている患者様でも、より精度の高い画像を撮影することができます。さらに、人工知能(AI)による画像再構成法が、被ばく線量や造影剤量を大幅に低減し、検査の適応範囲の拡大を可能としています。多彩な高機能を搭載した本装置の導入は、患者様の負担



高機能全身用256slice-CT装置

軽減と同時に診断フローの改善・効率化の実現に大いに役立つものと考えています。また、当院は医療被ばく低減施設認定を取得しており、患者様からの医療被ばくに対するご質問にもしっかりと対応出来るよう心掛けています。お気軽にお声がけください。



## 近畿大学奈良病院の災害対策報告!!



令和2年2月22日にBCPにもとづく災害対策訓練を実施しました。BCPとは「業務継続計画」のことで、災害発生時に損害を最小限に抑え、業務を継続できるようにするために準備や計画を作成しておくことです。当院は西和医療圏で唯一の災害拠点病院であり、その社会的責任は重く、災害発生時には地域でも中心的な役割を担い医療行為を継続しなければなりません。

今回の訓練は、災害時の「情報」の重要性を認識することを目的としました。院内に設置する災害対策本部で情報を集約し、その情報をもとに病院全体の方針を決定、仮に設定した課題をどう解決するかをシミュレーションしました。参加人数は約70人。

実際に訓練を行ってみると見えてくる課題が多くあり、それを今後の災害対策、BCPの更新につなげていきたいと、当院のDMAT災害対策委員会のメンバーであらためて認識を共有しました。



### 私たちの災害対策の取り組み発表が学会で表彰されました。

当院DMAT災害対策委員会の災害対策の取り組み発表が、令和2年2月1日に開催された日本医療マネジメント学会第15回奈良支部学術集会において表彰されました。当院で実際に発生した全館停電時、災害対応をした結果、停電復旧までの業務を混乱なく乗り切れたことを発表したものです。これを励みに今後も災害対策に取り組んでいきます!!



(文責：DMAT災害対策委員会 亀田 啓介)

## 病院照明のLED化について



この度、病院内設備の1つである、熱源システム(コージェネレーション設備等)の更新に伴い、病院棟地下1階・1階・2階の照明器具をLEDに交換しました。

LED照明は、皆さんもよくご存知でしょうが、従来の白色電球に比べ、高輝度で長寿命、消費電力が従来よりも約「1/2以下」となり、省エネや環境への配慮にも貢献します。

そして、今回の病院照明のLED化を行った事で、何よりも嬉しかったのは、患者様や職員の皆様方から「病院全体の雰囲気は凄く明るくなったね!どこか、別の病院に来たみたい!」というお声を掛けて頂いた事です。これをきっかけに、今までのイメージを払拭し、いつも明るく、元気一杯、地域の中核病院として、患者様から愛され・信頼され・尊敬される病院になれるよう、全力で業務に取り組んで参りたいと思っておりますので、引き続きご協力下さいますよう、宜しくお願い致します。

(文責：事務部総務課 川田 和延)





# 栄養だより

★野菜を1日350g食べましょう★

厚生労働省が推進する健康づくり運動である「健康21(第二次)」では、野菜を1日に350g食べることが目標とされています。これは生活習慣病を予防し、健康な生活を維持するための目標値の1つです。平成28年度の奈良県県民・健康食生活実態調査では、1日あたりの野菜平均摂取量は、成人男性で約225g、成人女性で約230gでした。全国と比較しても奈良県は野菜摂取量が不足している人が多い結果となりました。

## 野菜分量の目安、手ばかり法



**生野菜**  
両手1杯 = 約120g  
※一日両手3杯 = 約350g

**加熱した野菜片**手一杯  
= 生野菜120g分

## 野菜摂取量を増やすために

小鉢1皿分で野菜は約70gあります。

1日の平均野菜摂取量からの不足を補うために小鉢1~2皿をプラスするようにしましょう。



主食、主菜、副菜をそろえた  
バランスのよい食事をすることを心がけましょう。

当院の入院食では、近畿大学農学部の学生が栽培した玉ねぎやじゃがいも、平群町で栽培された奈良のいちご(古都華)などを使用し、地産地消の取り組みを推進しています。

地元で採れた旬の新鮮でおいしい野菜をたっぷり食べて、バランスのよい食生活が送れるといいですね。

(文責:栄養部 仲倉 風花)

# 薬剤コラム

## 薬の基礎知識

- ジェネリック医薬品とは -

処方せんを持って薬局に行くと「ジェネリックを希望しますか?」と聞かれたことはありませんか? 医師が処方する医療用医薬品は、新薬(先発医薬品)とジェネリック医薬品(後発医薬品)に分けられます。今回はジェネリック医薬品について、簡単にご紹介いたします。



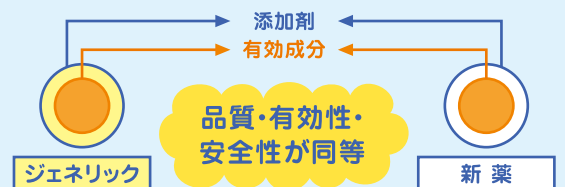
## ジェネリック医薬品ってどんな薬?

ジェネリック医薬品は、新薬と同じ有効成分を使っており、品質、効き目、安全性が同等なお薬です。厳しい試験に合格し、厚生労働大臣の承認を受け、国の基準、法律に基づいて製造・販売しています。

さらに、新しい技術により、味の改良や小型化、またOD錠(口腔内崩壊錠)等、より服用しやすいように改良したジェネリック医薬品もあります。新薬に比べ開発費が少ないために、新薬より低価格なお薬です。

## ジェネリック医薬品と新薬は何が違うの?

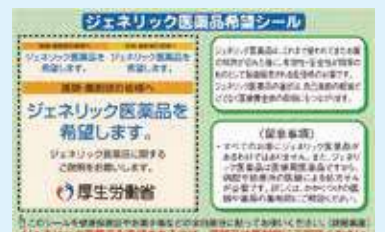
新薬と、色や形、味や香りなどの添加剤が異なる場合がありますが、有効成分の種類と量が同じであり、効き目に差はありません。



## ジェネリック医薬品を処方・調剤してもらうには?

かかりつけの医師や薬剤師にジェネリック医薬品を希望していることをお伝えください。また、すべてのお薬にジェネリック医薬品があるとは限らないため、医師や薬剤師にご相談ください。「ジェネリック医薬品希望カード」や「ジェネリック医薬品希望シール」を提示することも可能です。

参考:日本ジェネリック製薬協会ホームページ



(文責:村上 綾)

## 近畿大学農学部による新鮮野菜の販売!

令和2年2月10日(月)10時30分から、2階MACHIcafé前で、近畿大学農学部の学生が手塩にかけて栽培した野菜の販売を行いました。野菜販売日の早朝に収穫し、手洗いしたとても新鮮なお野菜です。

今回で3回目の販売でしたが、患者様からも大好評でいつも即完売しております。徐々に販売量も増やしていただき、**次回は7月頃に夏野菜の販売を予定しております**ので、是非一度足を運んでみてください。(文責:事務部総務課 東田 亜由美)



販売日の早朝に収穫した採れたて野菜です!



## 第5回 フォトコンテスト開催のご案内 PHOTO CONTEST

第5回フォトコンテストを下記の日程で開催予定です。1人2点までの応募とさせていただきます。今回もユーモア溢れる作品をお待ちしています。

1.応募期間 **令和2年 3月18日(水)～5月29日(金)**

2.応募資格 **一般の方および当院教職員**

募集要項の詳細はホームページに掲載予定です。皆様からのご応募お待ちしております。



▲第4回フォトコンテスト 最優秀賞作品  
「雲と近大」

### 編集後記

“病院”は英語では“ホスピタル(hospital)”といます。“ホスピタル(hospital)”の語源は“ホスピタリティ(hospitality)”です。“ホスピタリティ”とは日本語では“おもてなし”という意味になります。今回の近畿大学奈良病院広報誌『いこま』では近畿大学奈良病院の患者様への“おもてなし”を紹介させていただきました。これまでの院内コンサートやフォトコンテスト、市民公開講座、がん患者サロンいこま、HARTフェスとともに、あらたなおもてなしとしてMACHIcafé、近畿大学農学部による野菜の販売などを紹介しております。今後も“ホスピタリティ(hospitality)”=“おもてなし”の気持ちをもって、皆様が心地よくすごすことができる病院(hospital)を目指していきたいと思っております。

(担当:小児外科 米倉 竹夫)