

いこま

近畿大学奈良病院 広報誌



ご自由にお取り下さい。

2026年 1月発行 Vol.29



近畿大学奈良病院

公式SNSも
ご存知ですか?



当院では、昨年度より公式SNSとして
Instagramと**YouTube**を運用しています!

Instagramでは



@KINDAI_NARA_HOSPITAL

- 医療現場の取り組み
- 地域に向けたイベントや研修会の案内などを配信

近畿大学奈良病院 @kindai_nara_hospital

YouTubeでは



- 各科ごとの紹介などを配信

近畿大学奈良病院 公式チャンネル

<https://www.youtube.com/channel/UCCx41aiotTdZ2PXMpimOubA>



今後もさまざまな情報発信を動画や写真で分かりやすくお伝えしていきます。
皆様のフォローとご視聴をお待ちしております。



CONTENTS

- | | | |
|---------------------------------|---|---|
| p1 近畿大学奈良病院
公式SNSをご存知ですか? | p4 感染制御部 感染について | p7 栄養部だより / 薬剤部コラム |
| p2 診療科案内 / 内分泌・代謝・糖尿病内科 | p5 日本国際博覧会協会および
大阪市消防局から
感謝状をいただきました! | p8 イベント開催のお知らせ
● がん患者サロン いこま
● がん地域連携ケースカンファレンス |
| p3 産婦人科 子宮がんに対する
センチネルリンパ節生検 | p6 栄養ブースを設置しました | 編集後記 |

診療科紹介

内分泌・代謝・ 糖尿病内科

診療部長 森 克仁



本年7月に着任いたしました、内分泌・代謝・糖尿病内科の森克仁と申します。

当科では、糖尿病・高血圧・脂質異常症といった生活習慣病から、
比較的稀な内分泌疾患まで、幅広い疾患を対象として診療を行っております。

糖尿病は有病率の高い疾患であり、周術期や高用量ステロイド使用時には、安全な医療
を提供するうえで血糖管理が不可欠となります。当科では院内他科と連携し、インスリン
療法を中心とした適切な血糖コントロールを行い、安心して治療を受けていただける体制
を整えております。

また、糖尿病は慢性疾患で自覚症状に乏しいことから、患者さまご自身の理解と自己
管理が非常に重要です。当科では最新の薬物療法に加え、専任の管理栄養士・看護師と
協力し、多職種連携による包括的な医療を目指しております。現在、初診外来の再開に
向けて鋭意準備を進めております。

今後とも密な地域連携を築き、
地域の皆さまに貢献できるよう努めてまいりますので
何卒よろしくお願い申し上げます。



産婦人科



子宮がんに対する センチネルリンパ節生検

診療科長 | 関山 健太郎



早期子宮がんに対する低侵襲手術(腹腔鏡手術やロボット支援手術)が普及し、周術期の合併症の軽減、早期の社会復帰が期待されています。

低侵襲手術に加えて近年ではセンチネルリンパ節生検を併用することで、更なる合併症の軽減が試みられるようになっていきます。



Q センチネルリンパ節(SLN)とは? ※sentinel:「見張り番」

がんの原発巣からのリンパ流(リンパ液という体液の流れ)が最初に到達するリンパ節のことです。

子宮がんは主にリンパ流に乗って、骨盤リンパ節に転移(リンパ行性転移)しやすいことが知られています。リンパ行性転移を起こしやすいがんにおいては、**まずSLNに転移してからその他のリンパ節に広がると考えられます。**



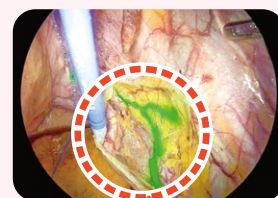
SLNの臨床的意義は、以下の2点です。

1 SLNに転移がなければ、その他のリンパ節に転移が無いと考えて骨盤リンパ節郭清(広範囲な切除)の省略が考慮できる

子宮がん手術で標準治療として行われてきた骨盤リンパ節郭清が省略できれば、下肢リンパ浮腫(むくみ)をはじめとするリンパ節郭清に伴う併発症を大幅に減らすことができます。

2 SLNを詳細に調べることでリンパ節転移の検出精度を高めて、治療の最適化につなげることができる

SLNを検出するためには、子宮がんの周囲に「トレーサー」という薬物を投与します。**リンパ節へ流出するトレーサーを検出することでSLNを同定します。**トレーサーとして使用される薬物の種類には、色素、ごく微量の放射線を放出する薬物である放射性同位元素(RI)、特殊なカメラで見ることができる蛍光色素があります。子宮がんに対しては、2023年3月よりRIトレーサーが、2025年8月より蛍光色素トレーサーが保険診療として使用可能となりました。日本においては諸外国と比較して子宮がんに対するSLN生検が普及していませんでしたが、**患者さまのQOL向上に寄与し鏡視下手術との相性が良い**ため、今後の発展が期待されます。



子宮からのリンパ流を
蛍光色素で確認することで
センチネルリンパ節を
同定します



感染について

世間ではインフルエンザが大流行していますが、世の中にはたくさんの風邪を引き起こすウイルスや細菌があります。それぞれの特徴によって注意すべきことが変わってきます。新型コロナウイルスの流行でアルコール消毒の効果が広まりましたが、アルコールが効きにくいウイルスもあり、注意が必要です。

感染防止の特徴をまとめてみましたので参考にしてください。

1 感染予防に最も大切なのは“手の清潔”



アルコールが効く

- 新型コロナ
- インフルエンザ
- RS
- マイコプラズマ
- 溶連菌

アルコールが効きにくい

- ノロウイルス
- ロタウイルス
- アデノウイルス(プール熱や結膜炎、胃腸炎など)
- エンテロウイルス(手足口病)
- コクサッキーウイルス(手足口病)

石鹸での手洗いまたはアルコール消毒

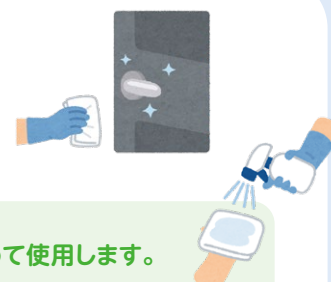
石鹸での手洗い

ポイント

石鹸での手洗いとアルコール消毒の場合、菌がより多く減るのはアルコール消毒なんです。しかし、アルコールは「汚れ」があると効果が落ちてしまいます。アルコールが効きにくいウイルスや汚れがある場合には石鹸での手洗いを優先して行ってください。おむつを替えた後、痰や鼻水を拭いた後、自分の顔に触る前、食事の前などに行うことを意識してみてください。

2 “手が触れる場所”をよく拭きましょう

ドアノブやスイッチなど家族が共通してよく触れる場所を拭きます。



アルコールが効く

アルコールが含まれているワイプで効果が得られます。

- 手の消毒用のアルコールは保湿剤が入っており、ベタベタしたり白く残ることがあるので物品を拭くのに適しません。

アルコールが効きにくい

次亜塩素酸ナトリウムを水で薄めて使用します。換気しながら行う必要があります。

- ペーパータオルやタオルなどに消毒液を含ませて拭きましょう。
- 金属は腐食するため、10分ほどしたらその後水拭きします。

3 “衣類”などの取り扱い

基本は通常の洗濯で十分ですが、ノロやロタウイルス、アデノウイルスの場合には、他の衣類の汚染を避けるために別に洗ったり、洗濯前に消毒するとよいです。

注意 よく塩素系漂白剤(次亜塩素酸ナトリウム)での消毒が検索するとでてきますが、色が抜けたり、布がとっても傷みます…そんな時はスチームアイロンを使うと代用できます。汚れを取り除いた後、その場所の周囲を含む広い範囲に、濡れタオルなどを当てた上から1~2分ほどアイロンをかけてから洗濯するとよいでしょう。



当院の看護職員2名が 日本国際博覧会協会および大阪市消防局から 感謝状をいただきました！

2025年10月13日、プライベートで訪れていた大阪・関西万博の会場で、心肺停止状態の来場者に遭遇しました。私たちは**その場で胸骨圧迫を行い、AEDによる救命処置を実施し、救急隊に引き継ぐまで懸命に対応**しました。

この行動が功を奏したのかは分かりませんが、心肺停止状態であった男性の方は命を吹き返したと伺いました。その後、10月28日に、公益社団法人 大阪・関西万博消防センターより、2025年日本国際博覧会協会および大阪市消防局から感謝状をいただきました。



感謝状贈呈式では緊張もありましたが、感謝状に印刷された大好きな公式キャラクター“ミャクミャク”の笑顔を見て、思わずこちらも笑顔になりました。

今回の経験を通して、「目の前で倒れている人を助けたい」という気持ちだけでなく、**的確に、迷わず行動できたのは、日ごろからICUでチーム医療を大切にしている成果**だと感じました。また、病院の外での初めての救命対応ということで不安もありましたが、信頼できる同僚と一緒にだったことで落ち着いて行動できたと思います。

この経験を通して、改めて「**いざという時にすぐに動ける看護師**」でありたいという思いを強くしました。今後も命の大切さを胸に、日々精進していきたいと思っています。



入院中の回復に欠かせないのが「**栄養**」です。栄養状態が低下すると、体力や免疫力が落ち、傷の治りが遅くなったり、治療効果にも影響が出ることがあります。

そこで当院では、**入院直後からの管理栄養士による栄養状態の把握と支援**を強化するため、2025年5月より「**栄養ブース**」を開設しました。



栄養ブースではこんなことを行います

予定入院の患者さんは、入院当日の入院手続き後、栄養ブースに寄っていただいてから、各病棟にお上がりいただきます。栄養ブースでは、国際基準である**GLIM基準**を用いた栄養評価を導入し、**低栄養リスクを早期に発見**、また、以下の内容を確認し**入院後早期からの病棟での栄養サポート**に繋がります。

- 主な内容 -

① 身長・体重・下腿周囲長（ふくらはぎ）の測定

現在の体格を測定し、体重減少率やBMI（体格指数）、筋肉の減少（サルコペニア）のリスクについて確認します。

ふくらはぎの周り

→男性30cm未満、女性29cm未満が筋肉量減少の可能性ありと判断されます。

② 食事摂取状況の確認

最近の食欲や食事量を確認します。栄養不足リスクがないか、急な変化がないかの確認のためです。

③ 飲み込み（嚥下）状態の確認

食べ物や飲み物を無理なく飲み込めるか、安全に食事をしていただけるかを確認します。

④ 食物アレルギーの確認

食物アレルギーについての確認をします。



⑤ 入院食の説明と食事内容の調整

食事の種類、食形態、提供スケジュールなどを案内します。必要に応じ、食事内容の調整も行います。

⑥ 栄養・食事に関するご相談受付

栄養や食事に対するご不安や疑問があれば、何でもお気軽にご相談ください。



場所：2階中央エレベーター前

時間：月曜～金曜 9:00～15:00

対象：予定入院の患者さん

担当：管理栄養士

ご入院後は、各病棟の病棟管理栄養士がサポートさせていただきます！

栄養ブースで私たちが目指すこと

- ✓ 治療や病状に応じた**最適な栄養**をご提供したい
- ✓ 食事形態が合わないことによる食事摂取不良や誤嚥を防ぎたい
- ✓ 必要に応じて専門チームや多職種介入に早期につなげたい
- ✓ 食事や栄養についての個別の不安を軽減したい などなど

最後に

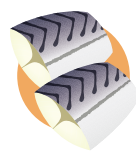
食べる力を支えることが、治療を支えることに繋がります。「食べにくい」「思うように食べられない」「体重が減ってきた」など、気になることがあれば、どうぞお気軽にお声かけください。



栄養だより

サバのパワーを味方に!
寒い季節を元気に

冬のサバは、脂がのってうま味も栄養価もアップ!「寒サバ」と呼ばれ、DHAやEPAなどの良質な脂が豊富に含まれます。寒い季節は身体が冷え、免疫力も弱まりがちです。そんな時こそ、旬の食材をしっかり取り入れたいものですね。



サバは、青魚の代表で、DHAやEPAの他にも、ビタミンB6やB2、骨や歯の健康的な発育に欠かせないビタミンDも豊富に含まれています。塩焼き、味噌煮、南蛮漬け、竜田揚げなど多様な調理法で美味しく食べることができます。また缶詰もあり、忙しい時でも取り入れやすいのが魅力です。

簡単!! サバの王道の食べ方 味噌煮レシピ

材料(4人分)

生サバ(切り身)..... 4切れ
ゴボウ(5cm長さ) ... 1本(180g)

A
おろししょうが... 小さじ1
みそ..... 大さじ3
砂糖..... 大さじ1.5
みりん..... 大さじ1.5
酒..... 大さじ1
しょうゆ..... 小さじ1/2
水..... 300cc
長ネギ..... 1/2本

作り方

- 1 フライパンにたっぷりの湯を沸かし、ゴボウを入れて歯ごたえが残る程度に5分程度ゆでる。サバもさっとゆでる。
- 2 フライパンにAを入れて混ぜてみそを溶かし、サバとゴボウを加えて火にかける。煮立ったら弱火にして落とし蓋をして10分ほど煮る。
- 3 サバを取り出した後、強火で煮詰めてとろみがついたら皿に盛ったサバにかける。
- 4 白髪ネギにした長ネギをのせて完成。

旬のゴボウと一緒に煮ることで
食物繊維もとれる1品に



一人分の栄養価

エネルギー: 294kcal
たんぱく質: 21.7g 食物繊維: 3.6g
ビタミンD: 4.6μg 食塩: 2.0g

(文責: 栄養部 葉本 昌代)

薬剤コラム

薬品名を覚えよう! その1

~薬品名に付いているアルファベットの意味~

名前の最後にアルファベットが付いている薬品があるのをご存じでしょうか。今回はこれらのアルファベットの内、一部の意味について解説します。



● お薬の溶け方の違いを表現したもの

- お薬の中には「水なしで口の中で溶ける工夫」がされているものがあります。これらのお薬は「口腔内崩壊錠」と呼ばれ、Oral Disintegrateingの頭文字をとって、「OD」というアルファベットが付けられます。
- 「体の中でゆっくりと溶け長時間作用する工夫」がされているお薬には「長時間作用: Long Acting」の頭文字の「LA」、「放出制御: Controlled Release」の頭文字の「CR」などのアルファベットが付けられています。

● 薬効成分の違いを見分けるためのもの

- リンデロン®V軟膏とリンデロン®VG軟膏の「IV」と「VG」は、含まれる薬効成分の違いを表しています。リンデロン®V軟膏に含まれる薬効成分はステロイドである「ベタメタゾン吉草酸エステル: Betamethasone Valerate」です。VGはこのステロイドに加え、抗生剤である「ゲンタマイシン: Gentamicin」が含まれています。
- 内服薬では2種類の薬効成分が配合された「配合錠」に「HD」や「LD」などのアルファベットが付されている場合があります。これは「高用量: High Dose」と「低用量: Low Dose」の略であり、薬効成分の用量の違いを表しています。

横文字で、カタカナで、覚えにくい薬品名。ですが、災害時など、万一の時のためには覚えておくに越したことはありません。薬品名に興味や馴染みをもって頂けるよう、引き続き情報を発信していきたいと思います。

(文責: 薬剤部 島谷 悠里)



近畿大学奈良病院
のイベント

がん患者サロン いこま

参加
無料

がん患者さんやご家族がお互いの経験を語り合い、それぞれの悩みや不安な気持ちを語り合う交流の場です。どうぞ気軽にサロンへお越しください。

日程

1/21(水)・2/18(水)・3/18(水)

※毎月第3水曜日に開催しておりますが、予定は変更となる場合がありますので当院ホームページでご確認ください。

時間

14:00～16:00(最大2時間)

対象

がん患者さん・ご家族
ご遺族・パートナー・友人

場所

近畿大学奈良病院
5階 大会議室

●参加者のがんの種類や性別、年齢は問いません。 ●参加についてはマスクの着用を必須とします。

お問い合わせ

近畿大学奈良病院

●がん相談支援センター／吉村 ●患者支援センター／畑・中井

☎ 0743-77-0880(代表) 【受付】月～金／10:00～16:00

参加お申し込み方法

① FAXでのお申込み

「参加申込書」に必要事項を記載のうえ、FAX：0743-77-0902へ送信ください。

② 窓口でのお申込み

「参加申込書」に必要事項を記載のうえ、2階フロア11番受付前「がん相談支援センター窓口」までお持ちください。

「参加申込書」
はこちらから
ダウンロード



医療従事者
向け

がん地域連携ケースカンファレンスの 日時が決まりました

WEB
開催

日時

2/5(木) 18:30～19:40

お問い合わせ

がんセンター

編集
後記



今回の広報誌いこまVol.29は新しく着任されました代謝内科についてや婦人科での最新治療について、今年も大流行している感染症対策など盛りだくさんの内容になりました。今回、編集長を初めてさせていただきました、皆様のお力添えいただいたおかげで無事に発刊することができました。今後も広報委員会を筆頭に当院での取り組みや健康に役立つ情報をお届けしてまいります。最後までお読みいただきありがとうございます。

(担当：栄養部 堀田 彩希)



近畿大学
KINDAI UNIVERSITY

近畿大学奈良病院

〒630-0293 奈良県生駒市乙田町1248-1 TEL 0743-77-0880
E-mail: infonara@med.kindai.ac.jp https://www.med.kindai.ac.jp/nara/

発行日 令和8年1月
発行場所 近畿大学奈良病院
編集 広報委員会

