

大文字

京都民医連あすかい病院
広報誌

vol.40

2023年 11 月

病 院 理 念

1. 患者・利用者の人権を尊重し、安全で質の高い保健・医療・介護活動を行います。
2. 地域住民、地域の医療・福祉機関、諸団体に開かれた活動を行います。
3. 学習につとめ、日々成長する組織であり続けます。



公益社団法人信和会 京都民医連あすかい病院



放射線課「的確な診断ができるよう、最新の機器であらゆる診療のニーズに応えます」

特 集

女性向け外来 婦人科・乳腺外科

あすかい病院 Q



女性向け外来 婦人科

婦人科
藁谷 深洋子

あすかい病院の外来では、内科、精神科、整形外科など、様々な診療を行っています。今回はその中から、女性向けの外来を2つ紹介します。それぞれの担当の医師にお話を聞きました。





どのような疾患・症状の方が受診されますか？

健康診断で受診される方の他、定期通院では子宮や卵巣の良性腫瘍の方、月経不順や月経困難症の方など、いろいろな疾患の方が受診されます。患者さんの年齢層も、高齢の方から学生さんまで幅広く、症状も様々です。

どのような診察、検査をされますか？

問診、内診、超音波（エコー）検査、感染症の検査、がん検診などを行います。状況によっては、血液検査、MRI、CTなどの検査を行うこともあります。検査で悪性腫瘍などを疑った場合や、手術が必要と判断した場合には、大学病院などへ紹介し、手術後はまた当院の外でフォローさせていただきます。

診察時に気をつけていることはありますか？

診察時には必ず看護師さんが同席し、患者さんと1対1にはならないようにしています。とくに初めて婦人科を受診する方は、不安を抱えている方も多くいらっしゃると思いますので、その不安を少しでも減らせるように心がけています。

身体的・心理的な問題で内診台に乗ることができない場合には、無理に内診は行いません。内診台に乗れないということとはよくあることです。不安な方は遠慮せずにおっしゃってください。

先生の専門分野は何ですか？

私の専門は実は周産期です。大学病院では産科に所属していますが、お産を担当したお母さんが、産後当院の婦人科に通院され、ここで妊娠が分かってまた大学病院へ紹介する、ということもありました。

婦人科外来の強みを教えてください

先ほどの産科のお話に限らず、あすかい病院では検査設備が整っているのが、がんや子宮内膜症などの診断をして大学病院などへ紹介し、術後またこの外来で診ることが出来ます。検査・診断↓紹介↓逆紹介が非常にスムーズに行えるのは、あすかい病院外来の強みです。

先生のご趣味は何ですか？

プロ野球観戦ですね。阪神ファンです。なので、今年はとても気分が良いです（笑）

女性向け外来 乳腺外科

乳腺外科
名嘉山 一郎



どのような患者さんが 受診されますか？



健康診断で要精密検査と言われた方や、乳房に何かしら気になることがある方が来られます。ほとんどの方が乳がんの心配をされ、大きな不安を抱えて受診されます。その不安を受け止めて、がんであってもそうでなくても、少しでも安心できる答えをお返しできるようにと思って診察にあたっています。

乳がんについて 教えてください



日本人女性がかかるがんの中で一番多いんです。若い女性に多いというイメージをお持ちの方も多いと思いますが、かかる人の平均年齢は61歳、ピークは40代後半と60代後半、70代前半なんです。年間10万人近くがかかっているのに、9人に1人の方がかかる計算になります。10年生存率は80%程度と他のがんと比べても高く、早期になると90%以上です。つまり、「がん」と言っても治る病気、とくに早期発見が大切です。ですから、早期発見のために年に一度

は乳房のチェックを受けましょう。

乳腺外来ではどんな 検査を行いますか？



乳腺エコーやマンモグラフィが中心ですが、その結果によってはMRIやCTの検査、病理組織の検査を行うこともあります。乳がんの1割は遺伝性とも言われています。家族歴も重要な情報となりますので、血のつながった方でがんにかかった方があればおっしゃってください。

乳がんと診断された場合、 当院で治療はできますか？

できるだけ通いながれたあすかい病院で治療できるように努めています。残念ながら、手術や抗がん剤治療の間だけは京都市民医連中央病院などへ紹介し、治療後は再びあすかい病院でフォローさせていただきます。

先生のモットーを 教えてください



乳腺外来では、患者さんの不安に寄り添う力が求められていると思います。もしもがんだったらど

うしよう…手術？抗がん剤？仕事はどうしよう？生活はどうなる？…乳腺外来を受診される方は大変な不安を抱えて診察室に來られます。がんではないと分かって、ほっとした表情で帰ってもらえるのがいちばん嬉しいですが、もしもがんだった場合でも、患者さんの気持ちを伺いながら治療の道筋を立て、診察室を出るときには一つでも希望を持ってもらえるように心がけています。

「乳がん」と診断された方は、みなさん、一人暗いトンネルに迷い込んだような心細い気持ちとたたかておられます。患者さんの生活に寄り添い、トンネルの中の灯りになれるような、そんな診療を目指しています。



しみとどう向き合うか

緩和ケア医の視点から



心と体の変化

当院には2018年12月に開設した緩和ケア病棟があります。がんで完全に治ることを目指す治療が難しくなった患者さんが入院されています。残念ながらご病氣によって亡くられる方も多い病棟ですが、患者さんが困難と直面しながらも、その人らしく過ごせるようにケアを行っています。また、家族ケアの一環として、緩和ケア病棟で大切な人をなくされた方のための相談室を開設しています。

このような経験から、大切な人をなくしたときの心や体の変化、ケアについてお話しさせていただきます。

人にはいつか、必ず死が訪れます。しかしそれが最愛の人や親しい友人など、大切な人であった場合、どれほど辛く悲しいことでしょうか。大切な人を失ったとき、人は「悲しみ」という感情だけでなく様々な心と体の変化を経験します。



緩和ケア医／公認心理師
木原 歩美

頭の中が真っ白な状態になったり、気が遠くなるような感覚におそわれたりします。時には攻撃的な気持ちになったりすることがあります。

ろうと思いついたり、あらゆることに自信をなくしてしまつかもしれません。また、睡眠の問題、疲れ、食欲や体重の変化（増加・減少）など、体の不

大切な人をなくしたとき…悲

「もし早くに気づいていたら」「なぜ死んでしまったのか」と悔やみきれない気持ちばかりが現れ、自分を責めてしまうこともあります。

これからどうしていったらよいのだ



**悲しみによって心や体が反応するとき、
どうすればよいでしょうか**

調がみられることもあります。その程度や表れ方は一人ひとり違うかもしれませんが、誰にでも起こり得る自然なことです。

無理に気持ちをおさえ込んだり自分を奮い立たせたりせず、気持ちを大切に誰かに話してみたり、日記やノートに書いたりするのもよいかもしれません。



休息を十分にとり、一人になる時間

や、思い出をゆったりと感じる時間もよいかもしれません。時には散歩や軽い運動、おいしいものを

食べるなど、ご自分にあった方法でのリラックスや気晴らしも大切です。

以前と同じようには、楽しめないことがあるかもしれませんが。それはとても自然なことなのです。そんなとき、身の回りにある小さな喜びを与えてくれるものを探してみてください。散歩の途中で出会った夕焼けの空や野の花の香り、あまいお菓子とあたたかいお茶をいただくひとときなど、気持ちをやわらせてくれることを大切にしてみてください。

少し勇気がいるかもしれませんが、周りからの援助を受け入れてみると良いと思います。



**大切な人をなくして
悲しみが深い方がそばにいるとき**

なんとか元気になってほしくて「大

思います。

往生ですね」「時が解決しますよ」「元気出して」と声をかけたくくなります。しかし深い悲しみを感じている人にとっては、励ましは辛く響いてしまいます。励ましよりも寄り添う大きな気持ちで関わっていただけたらいいなと

世界情勢や感染症・災害など、現代は大切な人をなくす悲しみが深く複雑なものになりやすい時代といえます。悲しみにあたたかく寄り添う社会であってほしいと願っています。

原水爆禁止世界大会に参加して



八木美郁里

言語聴覚士

8月7～8日に長崎県で開催された原水爆禁止2023年世界大会に初めて参加しました。3年ぶりの対面開催で、15か国、1万人以上が参加しました。

開会総会では被爆者の体験談、各国政府代表から核兵器禁止実現に向けた報告がされました。分科会では「核兵器のない世界を」に参加し、核保有国や核依存国である日本などをいかに核兵器禁止条約（TPNW）に参加させるか、TPNW第2回締結国会議に向け討論されました。

TPNWは明るい未来への条約である事、世界は核兵器禁止の意識に満ちており市民社会に協力を求めている事、TPNW参加を求めた署名で政府は動き出している事を知りました。日本は唯一の戦争被爆国としてTPNWに参加するべきであると感じ、署名活動など小さなことから平和につながる活動を実践していきたいと思います。



相馬法子

作業療法士

入職してから、憲法のことや軍備拡大に関して、耳にすることが多くなっていましたが、自ら行動することはこれまでありませんでした。今回、原水爆禁止世界大会への参加に声をかけていただき、良い学びの機会になると思い、参加を決意しました。

核兵器の恐ろしさ、当時の惨状を写真や被爆遺構から肌で感じ取り、二度とこのような惨事を起こしてはならないと改めて感じたとともに、未だに世界には1万発以上の核兵器が存在していることを知り、恐怖を覚えました。被爆者の高齢化もあり、語り継ぐ人が減少しているという現状ですが、唯一の戦争被爆国として、核兵器の恐ろしさを世界に伝えることが日本人としての使命であると感じました。そして、核兵器のない世界に向け、日本の核の傘からの脱却、核兵器禁止条約への参加を強く願うきっかけとなりました。

地域のチカラ

「いつまでも元気で住み慣れた地域で暮らしたい」
そんな思いを、介護・福祉・医療と、地域のネットワークの力でかなえたい！ 今回は、「銭湯の魅力」を紹介します。



銭湯の魅力

百万遍にある「東山湯」さん。御主人の四郎さんと奥さんの廣子さんが営んでおられます。実は四郎さんは昔、音楽プロデューサーをされていて、矢沢永吉のキャロルを京都に招いた経験をお持ちです。そんな影響もあって、銭湯内にはビートルズが流れており、脱衣所にもマリリン・モンローやジョン・レノンのポスターが、また四郎さんデザインのTシャツも作成されるなど斬新な取り組みをされています。

京大の学生さんや、外国人のお客様さんからも人気があり、浴槽の掃除には京大や立命館の銭湯サークルからも手伝いに来られるそうで、いつ



も清潔に気持ちよく保たれています。サウナの温度が高いのも人気です。昔ながらの渋い雰囲気もあり多くの雑誌などにも取り上げられ、あのnews 23の筑紫哲也さんも足しげく通っていたとか。

奥さんの廣子さんはボイラーが古くなっており、故障したらもう終わりかなと考えておられるようですが、四郎さんは100年も続いている銭湯の火を消したくないと、腰を痛めながらも懸命に頑張っておられます。みなさんも東山湯で、ひとつぶる浴びてみてはいかがでしょう。

営業時間

15時～24時30分
定休・金曜日

職場探訪



健診センター 一同

あすかい病院 健診センター

健診センターは南館の地下1階にあり、医師1名、保健師2名、看護師1名、事務6名で働いています。同じフロアのレントゲン室や生理検査室、1階の内視鏡室や婦人科・眼科などの外来とも連携を図り、スムーズに健診を受けていただけるよう努めています。

どんな健診が受けられるの？

特定健診・青年期健診・生活習慣予防健診・事業所健診・半日ドック・オプション健診を受けることができます。

京都市がん検診は前立腺がん・大腸がん・胃がんリスク階層別化（ABC検診）の3つ、その他、肝炎ウイルス検査、風しん抗体検査も実施しています。また、雇用時の健康診断など診断書作成も行っています。

健診後のフォローもやっています。

あすかい病院で健康診断を受けられた方には、医師による無料結果相談や、保健師・看護師の保健指導を受けていただくことができます。

第2・第4の金曜の午後には禁煙外来をしています。新たな取り組みとして節酒支援も始めました。

いずれも予約が必要となりますので、まずはお気軽にお問い合わせください。

あなたの健康づくりのサポーターとして健診センターでお待ちしています。

●健診センター

075-712-9160（直）

電話受付時間

月～金 8時40分～16時30分
土 8時40分～12時20分

	月	火	水	木	金
午前 8:40～11:30	●	●	●	●	●
午後 14:00～15:30	●	●	—	—	—

完全予約制

※検査内容により実施曜日が異なります。

※診断書および健診結果は後日郵送します。当日お渡しはできません。

まちづくりセンター通信

健康保険証なくさないで



政府は現行の健康保険証を2024年秋に廃止し、マイナンバーカードに一本化する法案を提出・可決しました。しかし、この間の報道にもあるように、医療機関でのシステム障害や誤登録、情報漏洩、「資格無効」と表示され医療費を全額負担させられる、子ども医療費公費助成が受けられない等々、マイナンバーカードでの受診によるトラブルが続出し、「マ

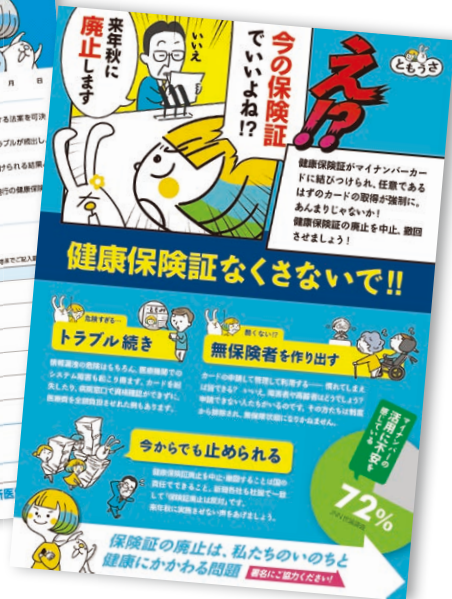
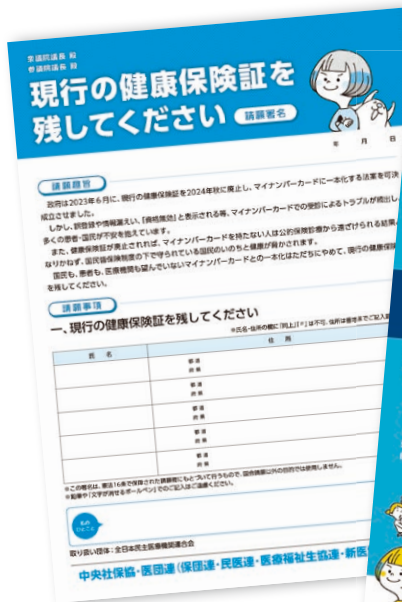
イナカード作ったけど一度も使ったことない」「不安過ぎて使えない」など多くの患者・国民が不安を抱えています。

医療機関の側でも、マイナンバーカード読み取り機の設置が義務付けられていますが、設備設置にお金がかかり設置できない、設置したけれど情報の紐づけが正しいか不安があり患者さんに使用をあまり勧められない、といった矛盾が広がっています。

また健康保険証が廃止されれば、そもそもカードの申請が困難

な方などマイナンバーカードを持たない人は公的医療保険制度から遠ざけられる結果となり、国民皆保険制度の下で守られていた国民のいのちと健康が脅かされかねません。

私たち民医連は患者の皆さんと一緒に、現行の健康保険証の廃止をやめさせ、誰でもどこでも医療にかかれる国民皆保険制度の存続を求めていきます。「健康保険証をなくさないで署名」などへのご協力をよろしくお願いいたします。



問い合わせ先

まちづくりセンター

TEL: 075-712-9088

スタッフ紹介

事務次長へインタビュー

京都民医連あすかい病院
事務次長

西田 関



2023年6月から事務長室に配属となりました西田関（せき）といいます。姓はありきたりですが名が「関」と個性的です。「関所」「大関」「玄関」など物事の要となるところに用いる字であり、人との関わりも大切にしてほしいという思いを込めて両親が付けてくれたようです。昔からあだ名はなくシンプルに「せき」とみんなから呼ばれてきました。

2002年大学卒業後に民医連職員となり、あすかい病院にお世話になってから既に15年が過ぎました。どちらかという患者さんと接する機会より医学生・研修医・医師と関わる部署で多くのことを学ばせてもらった時間は、正に私の名の通りたくさんの人との関わりがあってこそその20年でもありました。

事務長室では一番年下で全体管理者見習い中のひよっこですが、ひよっこなりの新しい視点と感覚、多くのつながり（関わり）を活かし新しい風を吹き込めたらいいなと希望を抱えつつ…日々悩みながらも頑張っています。とにかくどんな形でもいい、あすかい病院に貢献していきたい一心です。「事務次長のせき」を皆さんよろしくお願い致します。

返信ハガキ・メールからのお声を一部ご紹介します。

- あすかい病院に入院中、スタッフの声掛けが励みになりました。
- 受診の際に、マイナンバーカードを保険証代わりに受付横の対応機器に差し込んだのに、会計時に料金が安くならないのはつまらない。
- 「大文字」はとても身近な広報誌でいつも楽しみにしてます。
- 友の会！洛北でもお世話になっております。人間第一、優しさの貴院スタッフの皆様感謝いっぱいです(*^_^*)v
- 6月7月と入院でお世話になりました。入院中動けない患者さんをベッドごと移動して面会させてあげるのを見て、思わず涙腺がゆるみました。これからも患者に優しい病院であってください。

✧ ご意見、ご感想
ありがとうございました。

第34回 ふれあいクイズ

大問字



□□□□の思いで待つ

①～④の□に入る漢字を並び替えて□□□□にはいる4文字の熟語をつくってください。

- ①女心と□の空
- ②金環□食
- ③□目散
- ④□差万別



ご意見ご感想募集！

クイズの答えをハガキかEメールにて下記までお送りください。その際、余白に広報誌の感想や日頃感じておられることなどをご記入ください。次号で一部ご紹介させていただきます。メ切は、2024年2月末です。抽選で5名の方に、500円の図書カードを進呈します。どしどしご応募ください。

ハガキの場合

〒606-8226 京都市左京区田中飛鳥井町 89
京都民医連あすかい病院広報誌「大文字」
ふれあいクイズ係 寺尾宛

Eメールの場合

eggnurse@shinwakai-min.jp
※住所氏名が記載されていないことが
ありますのでお気をつけください。



第33回ふれあいクイズ 当選者発表

下記5名の方に図書カードを進呈いたしました。おめでとうございます。
(正解：SDGs)

