

陽だまり

Vol.

27

2020.7

CONTENTS

ごあいさつ
理事長 大場 英樹

ごあいさつ
病院長 藤田 眞一 2

新任医師のご紹介
女性医師のご紹介 4

新入職員のご紹介
新人職員研修

人間ドック 10

協会けんぽの
生活習慣病予防健診 12

儘田医師のご紹介 14

入院患者様に提供する
行事食 15

腎臓病教室
糖尿病教室スケジュール 16



公益財団法人
丹後中央病院 広報誌

〒627-8555
京都府京丹後市峰山町杉谷158-1

TEL 0772 (62) 0791
<http://www.tangohp.com>



ごあいさつ

公益財団法人丹後中央病院

理 事 長 大 場 英 樹

この度、令和2年4月8日の理事会におきまして、藤井理事長の後任として公益財団法人丹後中央病院理事長の大役を仰せつかり誠に身の引き締まる思いがいたします。

私は、当法人の評議員を3期、理事を3期務めさせていただいたわけですが、その間前病院長西島先生が全身全霊をかけて地域医療に今日まで取り組んでこられ、ともに日々頑張ってきた先生方や職員の皆さんに感銘を受けておりました。そんな折、理事長のお話をいただき私にできるか悩みましたが、これもなにかのご縁だと思い引き受けさせていただきました。

医療の世界には全くの門外漢でございますので、皆様にはご指導ご鞭撻を頂きますよう何卒宜しくお願いいたします。

また、当院の理念である「安心、信頼、良質の医療」のもと、藤田病院長を中心に先生方をはじめ職員の皆さんが働きやすい環境を整えることで、地域の皆様に、より一層愛される丹後中央病院となりますよう微力ながら努めて参りたいと思います。

皆様には、引き続き当院に温かい御支援を賜りますよう心よりお願い申し上げます。



ごあいさつ

公益財団法人丹後中央病院

病 院 長 藤 田 眞 一

本年6月1日より西島直城先生の後任として、公益財団法人丹後中央病院の病院長に就任しました藤田眞一と申します。

丹後中央病院に赴任して、早いもので、もう16年目に入りました。15年も働いていると、いろいろなことがありました。

外科医の仕事は、

- 1、外傷の処置、縫合、膿瘍などの切開、爪周囲炎の抜爪、皮膚皮下腫瘍の摘出術
- 2、胃潰瘍、胆石症、胆のう炎、消化管穿孔、腸閉塞、ヘルニア、内痔核、裂肛などの良性疾患の手術を含めた診断、治療
- 3、胃、結腸、直腸、肝臓、膵臓、胆嚢、食道、乳腺の癌、後腹膜肉腫などの悪性疾患の手術を含めた診断、治療

があります。

特に、悪性疾患の患者様になると、消化器内科からの紹介でなければ、術前の診察、検査、診断、患者様への病気の内容、治療法、合併症の説明、手術、術後管理、術後化学療法、外来での経過観察。残念ながら、再発、転移したときの二次治療、緩和医療、看取りまで長い付き合いになります。乳癌以外の癌では5年、乳癌の患者様は、10年は外来で経過を観察させていただき、再発、転移なければ外科は卒業としていますが、5年以上たっても、高血圧、高脂血症、糖尿病などの病気を併せ持っている患者様は、ホームドクターとして、外来で通院治療を継続している方も多く、長い付き合いになります。

外科医として長年勤務しておりますと、田舎の病院では、癌などの大きな病気になりますと、大学病院などのいわゆる大病院への紹介を希望される方がおられます。当院でも、ご多分に漏れず、京都大学、豊岡病院、北部医療センターなどを希望される患者様やご家族がおられました。ただし、私は36年前に医師になってからずっと、地域完結型の医療を理想として働いてきましたので、胃癌、結腸直腸癌など当院で通常治療が可能な癌は、わざわざ、京都、大阪まで行かなくても地元で全く劣らない治療を受けることができることを目指して頑張ってきました。術後の化学療法、緩和医療ももちろん当院で受けることができます。膵臓癌、肝臓癌も15年前から当院で手術をしています。術後10年以上再発せずに元気に通院してくれる患者様もおられます。

最近では、外科では、荒深副院長が、腹腔鏡での手術を大幅に拡大していただき、胆嚢摘出術、ヘルニア修復術、早期癌だけでなく、進行癌に対しても腹腔鏡下手術を施行しています。

ただし、丹後中央病院では、術中迅速病理検査、FDG-PET検査、放射線治療、開胸手術など、できないこともまだまだたくさんありますので、患者様に不利益がないように、当院でできない検査、手術、治療については、積極的に、他院に紹介している現状です。

最近では、大きな手術をできる病院は地域で数を少なくして、1病院あたりの手術件数を増やすほうが、手術の技術向上、合併症の減少、医療経済的にも改善できるなどの理由で、良いという意見が広がりつつありますが、その先は、田舎では手術できない、救急でも医療施設にたどり着くのに時間がかかるなど、地域を切り捨てて中央集権にすることにつながります。マンパワー、医療資源などの理由からはやむをえないことかもしれませんが、可能な限り今まで通りに、生まれ育った地域で都会に負けない医療を受けられることを目指したいと考えます。

以上、外科の話ばかりしましたが、丹後中央病院に関して考えることは、もう1つあります。それは、丹後中央病院が、地元の人に信頼されている病院であるということです。

西島先生、佐古先生、今井先生、田中先生、上古先生、みんな、私が当院に赴任したときから病院におられます。皆さん、外来患者数は多いです。患者様、ご家族と医師の関係も、やはり人と人との関係で、相性のいい人、悪い人があります。そのなかで、15年以上も、外来を続けていて、受診患者が減らないということはすばらしいことです。当院の基本理念は、安心、信頼、良質の医療です。同じ場所で医療を継続して、多くの患者様に来ていただけるということは、まさしく地域の住民に信頼されているということです。

みなさんに、丹後中央病院で診察、治療をしてもらったら間違いない、安心だ、と思っていただける病院だということです。

でも、長いということは、私を含めて皆、年を重ねたということです。体力的には若かった頃のようなわけにはいきません。根気もなくなります。しかし、どの先生も経験だけにすがるのではなく、毎日、最新の医療情報に注目して、常に新しい治療法、新しい薬も取り入れておられます。

現在、京都大学、桂病院、関西電力病院などからたくさんの学生、研修医、専攻医にきていただき、医療教育もできる環境を整えてきました。将来的には、多くの若い先生に丹後に来ていただきたいものです。

これからも地域医療が時代遅れにならないように、丹後の皆様に、安心、信頼、良質の医療を提供できるように頑張る病院であり続けるようにがんばります。

令和2年6月

新任医師のご紹介

さ か え
酒江けんじ 医師 ・日本脳神経外科学会認定 脳神経外科専門医

はじめまして、脳神経外科の酒江と申します。

平成3年に京都府立医科大学を卒業し、その後、関連病院を転々とし、脳神経外科疾患、主に脳血管障害や頭部外傷の患者さんを診察させていただいてまいりました。

このたび、西島先生の御高配により昨年12月より丹後中央病院でお世話になることとなりました。

実はすでに京丹後市のホームページには私の名前が載っておりますが、けっして悪いことをしたわけではなく・・・ふるさと納税で京丹後市に納税したことがあるからです。

私はカニの多く獲れる、雪深い鳥取県岩美町出身ですが、京丹後市はとても類似点が多く、実家に戻った感覚で生活させていただいております。

以前より地域医療については少なからず興味は持っておりましたが、なかなか携わる機会がなかったのですが、今回その好機を得ることができました。

今後は京丹後市の地域医療に微力ながら尽力させていただく所存でございます。

脳卒中は発症後少しでも早く治療を開始することが必要であることは啓蒙が進んでまいりましたが、実はその後のリハビリの努力の度合いによって最終的な到達度は大きく変わってきます。

そのあたりも含めて、急性期～慢性期にかけて、一人一人の患者さんの病状に合わせて診療し、少しでもよい転帰を得られれば、と考えております。

どうぞ、よろしくお願いいたします。

午前診療

毎週月・水・木曜日

※第4土曜日の翌週月曜日は休診

外来診療

脳 神 経 外 科

こ た に と も や
小谷友弥 医師 ・日本整形外科学会認定 整形外科専門医

この度、4月より着任させていただきました小谷友弥と申します。

琉球大学を卒業後、西神戸医療センターにて研修し、京都大学附属病院、福井赤十字病院を経て当院に参りました。元々、実家は舞鶴であり、京都北部は慣れ親しんだ土地であります。

今までは主に骨折などの外傷の治療をメインに人工関節、関節リウマチの治療などに携わってまいりました。当院での整形外科の治療は他の病院でも中々経験できないほど幅広い治療が可能であり、着任後も驚くことが多くあります。

今まで経験してきた医療を、また、当院で経験したことを1つでも多く、地域の皆様に還元できるように邁進していきたいと思いますので、今後ともよろしくお願い申し上げます。

外来診療

整 形 外 科
リ ウ マ チ 科

午前診療：毎週月・火・金曜日

※火曜日は初診のみ、制限あり

夜間診療：毎週水・第2・4金曜日

※夜診第2・4金曜日は初診のみ



女性医師のご紹介

当院では以下の診療科にて女性医師（非常勤）による診察を行っています。
お気軽にご相談下さい。

内科・消化器内科（予約制）・循環器内科・小児科・泌尿器科・眼科・皮膚科

今回、消化器内科、循環器内科、小児科、眼科の先生より寄稿をいただきましたので紹介します。

な か の え り

中野絵梨 医師

眼科

眼科医にとって外来診療は毎日繰り返している日常です。しかし、多くの患者様にとって、外来受診は非日常で、緊張や様々な思い、聞きたいことを胸に足を運んでくださっているとします。このことを忘れず、寄り添えるよう「一期一会を大切に」とモットーに日々外来に臨んでいます。丹後中央病院に勤務し始めて3年目になります。2回経験した冬は、いずれも記録的な暖冬で買っていただいたスノーブーツは一度も使われずロッカーで眠っています。

●経歴

2013年 京都大学医学部医学科 卒業
2013年 京都大学医学部附属病院 初期研修医
2015年 京都大学医学部附属病院 後期研修医
2016年 大津赤十字病院眼科
2018年 京都大学大学院医学研究科眼科学 大学院生

●専門

眼科一般・神経眼科

外来診療

午前診療：木（診察9:45～）金・土曜日（第2のみ）

夜間診療：金曜日（受付17:30終了 診察16:00～）

え ん ど う し ょ う こ

遠藤聖子 医師

小児科

第2・4土曜日午前とその前日金曜日午後の小児科外来を担当しております、遠藤聖子です。体調不良はもちろんのこと、日々の生活の中でも子どもに対する心配は親にとって何歳であろうが尽きないものです。乳児期には乳児期の、小中学生にはその時の心配事、困りごとがあります。子どもたちにとっても親御さんたちにとっても親しみやすい小児科医であるよう心掛けて診療しております。お気軽にご相談ください。

●経歴

2010年 金沢医科大学卒業
医療生協さいたま埼玉協同病院で初期研修修了
その後千葉県、大阪府で小児科診療に従事

●専門

日本小児科学会 小児科専門医
小児科一般

外来診療

午前診療：土曜日（第2・4）

午後診療：金曜日（診察がある土曜日の前日のみ）

や ま も と え り か

山本絵里香 医師

循環器内科

毎週水曜日の循環器内科外来を担当しています。

息が切れる、胸がしんどい、歩くと足がだるいなど症状がある方はお気軽にご相談下さい。

●経歴

2006年 滋賀医科大学卒
滋賀県立成人病センター（現 滋賀県立総合病院）初期研修医
2008年 兵庫県立尼崎病院（現 兵庫県立総合医療センター）後期研修医（専攻医）
2012年 京都大学大学院医学研究科 循環器内科学
2015年 Massachusetts General Hospital
2018年 京都大学医学部附属病院循環器内科

●専門

循環器内科
資格 日本循環器内科学会認定 循環器専門医
日本内科学会認定 総合内科専門医

外来診療

午前診療：水曜日

と く ば や し ゆ う み

徳林佑美 医師

消化器内科

4月から半年間、京都桂病院から連携施設研修させていただくことになった徳林と申します。実は2018年10月にも2週間研修で丹後中央病院にお世話になり、丹後という地域に魅了され、ここでの研修を希望しました。専攻は消化器内科で、第2・4火曜日の隔週ではございますが、外来も担当しています。まだまだ未熟ではございますが、地域の皆様のお力になれるよう、日々精進したいと思います。今後ともよろしくお願い致します。

外来診療

午前診療：第2・4火曜日（予約制）



新入職員のご紹介

看護部



4月から1病棟配属になりました。看護師の蘇理瞳です。まだまだ分からないことも、たくさんありますが、今まで学んできたことも活かしつつ、さらに成長できるように日々精進していきたいと思っています。4月から職場・生活環境も変わり不安もありますが、楽しんで過ごしていきたいと思っています。よろしくお願いします。

看護師 1病棟 蘇理 瞳



4月からお世話になっている看護師の大江佑香です。患者様との関わりを大切に、その人らしく生きることを支える看護師を目指しています。新人看護師だからこそ心配を恐れることなくチャレンジし、様々な経験を積んで医療従事者としても1人の人としても成長していきたいです。ご指導よろしくお願いします。

看護師 1病棟 大江 佑香



今年度から看護部でお世話になります看護師の小谷直道です。まだ分からないことも多くありますが、仕事に早くなって、患者様に寄り添った関わりをさせていただけるよう一生懸命取り組んでいきなと思いますのでよろしくお願いします。

看護師 2病棟 小谷 直道



幼い頃の入院経験から看護師に憧れ、大阪の大学で4年間看護を学び地元に戻ってきました。今までに身に着けた知識を活かし、また日々勉強することを忘れず、理想の看護師になれるよう努力していきたいです。よろしくお願いします。

看護師 3病棟 野村 美帆



まだまだ、わからないことがたくさんありますが、一日でも早く仕事を覚え、患者様に寄り添い、患者様の療養生活を援助できるように頑張ります。よろしくお願いします。

看護師 5病棟 木崎 裕苗



これから看護師として、多くの患者様と関わっていきます。気持ちを新たに一人ひとりの方と向き合う時間を大切に、その人の望む生活は何か、自分には何ができるのかを常に考え続け行動していきたいです。

看護師 6病棟 藤本 美咲



4月から看護師としてお世話になります。田中理央です。患者様のニーズを把握し、心身ともに寄り添える看護師を目指しています。そのためにも、1つ1つの学びを大切にし、笑顔で一生懸命頑張ります。よろしくお願いします。

看護師 7病棟 田中 理央



年齢は大きいですが、まだまだ無知な点が多くスタッフの方々のお力も借り技術・知識の向上に努力してまいります。又丹後中央病院の一員として、より安全・安心な医療提供に努めて生きたいと思っています。よろしくお願いします。

准看護師 救急・中央部門 山崎 由美子



4月から5病棟で勤務している井上琴絵です。1日でも早く仕事に慣れ、お役に立てるように精一杯頑張ります。どうぞよろしくお願い致します。

看護補助 5病棟 井上 琴絵



3月からお世話になっている看護補助の山口ゆり子です。まだ分からないことがたくさんありますが、仕事を早くしっかりと覚え少しでも患者様の力になれるように頑張りたいと思いますので、どうぞよろしくお願いします。

看護補助 8病棟 山口 ゆり子

リハビリテーション部



4月からお世話になります、理学療法士の井口菜摘です。患者様が安心してリハビリを受け、退院後に充実した生活を送って頂けるよう支援が行える理学療法士を目指しています。そのために、日々コツコツと学び続け、丹後中央病院の一員として一生懸命頑張りますので、ご指導よろしくお願いします。

理学療法士 井口 菜摘



4月からリハビリテーション部でお世話になっております理学療法士の杉山美緒です。まだまだ勉強不足なところもありますが、患者様に安心してもらえる理学療法士を目指して頑張りますので、よろしくお願い致します。

理学療法士 杉山 美緒



4月からお世話になっている理学療法士の中西歩夢と申します。趣味はスポーツ観戦と身体を動かすことです。現在も社会人チームでサッカーをしています。理学療法士の先輩方に1日でも早く近づけるように精一杯がんばりたいと思います。よろしくお願いします。

理学療法士 中西 歩夢



4月からお世話になっておりますリハビリテーション部理学療法士の佐々木悠輔です。趣味はスポーツ観戦で、学生時代は野球・バドミントンをしていました。患者様のこれからが、よりよいものになるよう患者様の目線に立ち、一生懸命頑張りたいと思いますので、よろしくお願い致します。

理学療法士 佐々木 悠輔



今年度よりリハビリテーション部でお世話になります横田秀人です。患者様主体のリハビリテーションを提供できるように心がけていきたいと考えています。まだ分からない事が多いですが、コツコツと学んでいき、少しでも早く仕事を覚えたいです。そして患者様に貢献できる理学療法士になれるように努力していきますので、どうぞよろしくお願いします。

理学療法士 横田 秀人



4月からお世話になります作業療法士の長壁仁美です。まだまだ慣れない事ばかりで緊張の毎日ですが、患者様やご家族の方に寄り添い、笑顔忘れずに精一杯頑張りたいと思います。どうぞよろしくお願い致します。

作業療法士 長壁 仁美



4月からリハビリテーション部でお世話になります寺尾澄子です。歯科衛生士として一人ひとりの患者様に合わせた口腔ケアを探索し、又、口腔機能の向上に貢献できるように、日々努めていきたいと思っています。もし何かお口のことで疑問や気になることがありましたら、部署に関係なく、お気軽にお声掛けくださいますようお願いいたします。

歯科衛生士 寺尾 澄子

院内保育所



4月よりたぶの木保育所でお世話になります。認定こども園や他の保育所勤務はありますが、院内保育所の小規模での勤務は初めてです。新たな気持ちで、職員の皆さんに色々教えて頂き報告、連絡、相談の連携をとりながら業務にあたったり、また自身の保育経験を活かし、役に立てられるよう頑張りたいです。地域の病院として、医療を支える職員の皆さんの力になるよう微力ではありますが、子ども達が笑顔で安心して過ごせるような保育をしていきたいのでよろしくお願いします。

保育士 平岡 恵

臨床検査部



臨床検査技師

由良 優花

4月から入職いたしました臨床検査部の由良優花です。趣味はドライブや音楽鑑賞を始め沢山あります。仕事もまだまだ分からない事が多いですが身につけるため日々学んでいます。先輩方のような一人前の検査技師になれるよう少しずつ着実に成長していけるよう頑張ります。よろしくお願いいたします。



視能訓練士

安見 尚海

4月から眼科外来でお世話になっております安見尚海です。眼の病気で困っておられる方の助けになれるように、精一杯頑張りたいと思います。そして院内のスタッフの方々と協力して、患者様が安心して生活できるような環境作りが出来るようにしたいです。よろしくお願いいたします。



視能訓練士

坪倉 鮎輝

2月から眼科でお世話になっている視能訓練士の坪倉鮎輝です。出産・育児でしばらく仕事から離れていましたが、夫の地元である京丹後市で仕事復帰することになりました。患者様に寄り添い、丁寧な検査を心がけ、安心して受診していただけるよう、努めたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。



地域連携相談部



社会福祉士

辻 悠人

4月からお世話になります。社会福祉士の辻悠人です。患者様のことを考え、他職種との連携を図り、安心していただけるように精一杯取り組みたいと思います。まだまだ勉強不足が目立ちますが、知識・技術を向上しお役に立てるように頑張りますので、どうぞよろしくお願いいたします。



調理師

藤村 好恵

4月16日より入職しました藤村好恵です。高校卒業後は、調理の専門学校に入学し、免許を取得しました。今まで飲食店で働いた事はありませんが、病院内での仕事は、初めてで至らないこともあると思いますが、早く仕事に慣れ、いろいろ覚えていきたいです。よろしくお願いいたします。

施設課



施設管理

瀬戸 忍

4月より、施設管理でお世話になっております。年の大きい新人ですが、患者様の送迎、施設の管理など、笑顔で親切、丁寧を心掛け、日々努力で頑張ります。よろしくお願いいたします。



清掃

廣瀬 佳明

この春与謝の海支援学校を卒業して丹後中央病院の清掃のお仕事をさせてもらえることになりました。まだまだ不慣れですが一生けんめいがんばりますのでよろしくお願いいたします。



清掃

木村 由紀子

初めましてこんにちは。新型コロナ拡大、外出自粛の中、入職しました。初めてだらけで右往左往していますが優しい先輩方の指導で一人前になれる様日々努めています。気分だけは若いですが、身体はそれなりにガタついています。笑顔で楽しく過ごせる様に頑張ります。



清掃

井上 千穂

清掃の仕事は初めてです。いたらぬところがあると思いますが、よろしくお願いいたします。

事務



看護部長室

酒井 友佳子

3月から看護部長室でお世話になっております酒井友佳子です。昨年京丹後市に引っ越してきました。丹後地域での生活に初めは戸惑いもありましたが、地域の皆様の暖かさに触れながら今は楽しく生活させていただいています。医療機関での仕事も初めてで勉強ばかりですが、少しでも皆様のお役に立てるよう頑張ります。どうぞよろしくお願いいたします。



医療クラーク室

上谷 紀美子

第一整形・受付クラークとしてお世話になっております上谷紀美子です。今はまだ、1日の業務を覚えることに精一杯ですが、早く仕事に慣れ患者様のお役に立てるよう、また、スタッフから信頼されるように、日々努めて参りますので、よろしくお願いいたします。



医事部

稲本 美穂子

4月から医事部でお世話になっております。結婚を機に京丹後市に移住してきました。いち早く仕事を覚え、即戦力になれる様頑張りますので、ご指導よろしくお願いいたします。



庶務部

嶋田 亜由満

事務（庶務部）でお世話になります。嶋田亜由満と申します。丹後中央病院では患者様、来院者様、職員の皆様笑顔で過ごされていて、私もその一員として働けることを嬉しく思います。慣れない事も多いですが、一日も早く皆様のお役に立てるよう努力してまいります。どうぞよろしくお願いいたします。



医事部

夜警 西岡 富夫

今年入職した西岡富夫です。未経験の職種ですが、今までの経験を活かしながら1日も早く貢献できるよう頑張りたいと思います。どうぞ宜しくお願い致します。



庶務部

吉浪 満子

4月より庶務部のパート職員としてお世話になっております吉浪満子と申します。これまで事務職を中心に勤めて参りました。また好きな仕事に従事でき、うれしく思っております。慣れない事もたくさんあると思いますが、1日も早く皆さんのお役に立てるよう頑張っていきたいです。よろしくお願いいたします。

医用品ショップたぶの木



井上 由起子

今年3月2日より「売店たぶの木」でお世話になっております井上由起子です。医療現場でのお仕事は初めてなので、初日から緊張の連続ですが、医療用品取り扱いのノウハウを先輩方から教えて頂き、頑張りたいと思います。よろしくお願いいたします。



新人看護師 集合研修

今年度は新型コロナウイルス感染症への感染予防に留意し、日程を縮小し実施しました。研修では指導職員より、病院の理念・歴史をはじめ、基本的な知識や技術について講義を受けました。参加者は熱心に担当者の話に耳を傾け、緊張しながら実技研修も受けました。新入職員の皆さんの成長を、全職員で見守り支えていきます。



検 診 室 便 り

地域の皆様の健康増進に役立つよう、情報を発信してまいります。
人間ドック健診専門医に聞く 当院の人間ドック Q&A

丹後中央病院 循環器内科
革嶋 恒明
日本循環器学会 循環器専門医
日本内科学会 総合内科専門医
人間ドック健診専門医・指導医
京都大学医学博士

Q1 人間ドックとは？

元気そうでも、病気が潜んでいることがあります。医療には「予防医学」と「治療医学」があります。現在注目されているのは「予防医学」です。糖尿病・高血圧・高脂血症などの生活習慣病は、かなり進行しないと自覚症状がありません。がんも、何年もかかって進行するケースが多いです。これらの病気を早期にみつけ治療を開始すれば、治癒させることができます。そのために必要なのが人間ドックであり、病気を早く発見できます。

がんは自覚症状が現れた段階で治療が極めて困難であると言わざるをえません。人間ドックは検査を多項目にわたり行い、多くの病気の早期発見に効果的です。これまで受けたことのない人も、ぜひ人間ドックを受診してください。

ちなみに「ドック」は一般的には船を点検・修理するためのドック（dock）に由来すると言われています。船が長い航海のあと点検・修理のためにドックに入るように、人間も定期的にドックに入る必要がある、という考えから生まれた言葉と思われます。

Q2 どのオプションにするか迷っている方は、どうすればいいのでしょうか？

選び方1 身内に病気になった人がいる

冠動脈 CT 検査・心臓超音波検査、頭部 MRI・MRA 検査は、身内に心臓・脳疾患になった人がいる場合におすすめです。

選び方2 年齢別に追加するオプション検査

●30代

30代は病気になる可能性が低い年代ですが、女性のがんは早い年齢で発症することがあります。30歳を過ぎたら定期的に乳がん検診を受けましょう。

●40代

40代は生活習慣病や慢性病の症状が現れ出します。飲酒や喫煙をする方は、肝臓や肺への負担が現れます。女性の場合、閉経を迎えると女性ホルモンの低下に伴い骨の量が急激に減少します。若いうちに自分の骨の状態を知っておくことが重要です。

男女共通：胸部 CT 検査

女性：マンモグラフィ、乳房超音波検査、子宮頸部細胞診、骨密度測定

●50 代以降

50代以上になると、定期的に検査を受け続けるのが重要です。特に、がん、脳卒中、心臓病についてチェックしましょう。男性は前立腺がんが増える時期で、PSA（腫瘍マーカー）検査をおすすめします。

男女共通：胸部 CT、冠動脈 CT 検査、心臓超音波検査、頭部 MRI・MRA 検査

男性：PSA 検査（前立腺がん）

女性：マンモグラフィ、乳房超音波検査、子宮頸部細胞診、骨密度測定

選び方3 部位別に気になる人

●頭部 MRI・MRA 検査

50歳以上の方は、一度は受けられることをおすすめします。脳断面や脳血管を診断できます。

●乳がん検査

女性のがん罹患率1位であり早期発見のためにマンモグラフィ検査とエコー検査があります。40歳未満の方は乳腺が発達しており乳腺エコーをおすすめします。

●子宮がん検査

子宮がん検査で、経膈超音波検査を実施しています。（水曜日）

人間ドック・各コースの種類

日帰りコース

- 実施曜日：月～木曜日
- 生活習慣病、消化器の悪性疾患の早期発見、早期治療に
- 胃カメラあり（胃透視 / 胃カメラ選択）44,000円
- ABC検査 36,670円



1泊2日ドック

- 62,650 円



脳ドック

- 実施曜日：月・火・金曜日
- 『脳梗塞』『脳腫瘍』『脳動脈瘤』等の早期発見に 38,500 円



＜ご予約・お問い合わせ＞

公益財団法人 丹後中央病院 検診室

TEL 0772-62-7725（検診室直通）
FAX 0772-62-5897
メール http://tangohp.com

人間ドックオプションのお知らせ

人間ドックのコースに下記のオプション検査をお申し込み頂けます。
コースによってお申し込みできないオプション検査もございますので、ご注意ください。

検 査 項 目	料 金	検 査 の 説 明
前 立 腺 が ん 検 査	3,300 円	血液中の PSA（腫瘍マーカー）の値を調べる検査です。初期症状が現れない前立腺がんを発見するには、この PSA 検査が最も有効です。
乳 が ん 検 査	6,600 円	マンモグラフィ検査と乳腺エコー検査の2種類から選んで頂けます。それぞれ、視触診とセットになっています。マンモグラフィ検査は乳房を上下・左右から挟んでレントゲン撮影をして検査を行います。乳腺エコー検査は超音波によって検査をします。
子 宮 が ん 検 査	3,300 円	子宮口（頸部）の分泌物を採取して、がん細胞の有無を調べる検査です。初期の子宮がんにはほとんど症状がなく、気づいたときには既にかんが進行している場合が少なくありません。2 年に 1 回は検査を受けられることをおすすめします。
骨 塩 定 量 検 査	4,500 円	大腿骨と腰椎をレントゲン撮影して骨密度を測る検査で、骨粗鬆症を調べます。
動 脈 硬 化 検 査	1,570 円	両手・両足首の血圧を測り、血管のしなやかさと血管の詰まりを確認する検査です。血管年齢も分かります。痛みもなく簡単に検査ができるので、おすすめです。
頭部 MRI・MRA 検査	27,500 円	強力な磁石が埋め込まれた装置を使い、脳の断面・血管を撮影します。自覚症状が現れる前の小さい脳梗塞や脳腫瘍、脳出血などを発見することができます。
胸 部 C T 検 査	16,500 円	胸の断層を CT で撮影します。胸部レントゲン検査だけでは分かりづらい影になって写りにくい部分ははっきり確認できるため、病変の発見が容易になります。喫煙歴のある方や副流煙を吸う環境におられる方におすすめの検査です。
腹部 CT 検査（上腹部）	16,500 円	おへその横断面を CT で撮影し、皮下脂肪と内臓脂肪の面積を測定します。細身の方でも、隠れ肥満（内臓脂肪型肥満）になっている場合があります。また、肥満は生活習慣病のもととなるので要注意です。
心 臓 超 音 波 検 査	10,000 円	超音波を使って心臓の形態・心臓の動き・血流に異常がないかを調べます。痛みのない検査なので、苦痛無く受けることが出来ます。この検査では、虚血性心疾患や心筋症・弁膜症などの多くの心臓疾患が分かります。
冠 動 脈 C T 検 査	44,000 円	造影剤を注射し、X線を用いて検査をします。冠動脈（心臓をとりまく動脈）に狭窄や石灰化がないかなどを調べます。狭心症や心筋梗塞、突然死につながるような重要な心疾患の発見に役立ちます。

セットオプション		
検 査 項 目	料 金	検 査 の 説 明
前 立 腺 超 音 波 検 査	5,500 円	前立腺がん検査（PSA）と前立腺超音波検査のセット検査です。前立腺超音波検査はお腹に超音波をあてて検査します。前立腺肥大やがん等がないかを調べます。
甲 状 腺 超 音 波 検 査	11,000 円	甲状腺ホルモン（FT4）と甲状腺刺激ホルモン（TSH）の血液検査と甲状腺超音波のセット検査です。ホルモン量に過不足がないか、甲状腺に腫瘍がないかを調べます。
頸 動 脈 超 音 波 検 査	7,330 円	動脈硬化検査と頸動脈超音波検査のセット検査です。頸動脈は体表近く、超音波で容易に観察できます。頸動脈に超音波を当て、動脈硬化の進行度・血管のつまり具合・プラーク（壁隆起の有無）を確認する検査です。頸動脈で全身の動脈硬化の程度を推測する事ができます。

生活習慣病予防健診(協会けんぽ)のご案内

全国健康保険協会(以下、協会けんぽ)の生活習慣病予防健診は35歳以上の被保険者(ご本人)の方が対象です。

年度中(4月～翌年3月)お一人様1回に限り、協会けんぽが健診費用の一部を補助します。

協会けんぽ 人間ドックコース(差額ドック)のご案内

年に一度の健康診断です。せっかく受けるのなら検査項目を追加して人間ドック(通常44,000円/税込)にしませんか? 協会けんぽの補助を利用し、人間ドックをご受診いただけます。

- 一般健診から人間ドックへの変更……………32,300円(税込)
 - 付加健診(40歳、50歳)から人間ドックへの変更……27,500円(税込)
- 詳しくはお問い合わせください。

生活習慣病予防健診の「お得ポイント」

①定期健康診断として利用できます!

協会けんぽの生活習慣病健診は、労働安全衛生法で事業主様に義務付けられている定期健康診断の検査項目が含まれているため、**定期健康診断**としてご利用いただけます。そのうえ、**検査項目が、定期健康診断より「がん検診」など8項目以上多くなっています!**

②健診費用の約6割を協会けんぽが補助します!

協会けんぽの生活習慣病予防健診は、1名につき、約11,000円の補助が受けられ、**実質の健診費用は約7,000円になります。**定期健康診断の一般的な費用が、約7,000円～約8,000円なので、**定期健康診断をお得に受診できます!**

③各種がん検診を含む充実した内容です!

自覚症状のない初期の段階で「がん」を発見するためには、「がん検診」の受診が欠かせません。協会けんぽの生活習慣病予防健診は、**胃がん・肺がん・大腸がんを早期発見、早期治療するための項目**を含んでいます。また、女性のみ、子宮頸がん検診、乳がん検診も補助の対象です。(各検診には対象年齢があります)。

「生活習慣病予防健診」=定期健康診断+がん検診と覚えましょう!

生活習慣病予防健診の検査項目

健診の種類	主な検査の内容	対象年齢	自己負担額
一般健診	・診察等・身体計測・血圧測定 ・尿検査・便潜血反応検査 ・血液検査・心電図検査 ・胸部レントゲン検査 ・胃部レントゲン検査(胃カメラへの変更可)	35歳～74歳の方	7,169円 (胃カメラの場合 11,569円※1)
子宮頸がん検診 (単独受診)	・問診・細胞診	20歳～38歳の 偶数年齢の女性	1,039円

※1: 胃カメラが苦手な方へは経鼻カメラや、鎮静剤を使用し眠った状態で検査を受けることができます(別途費用2,000～2,500円 申し受けます)。なお、鎮静剤を使用して検査を行った場合、車の運転は危険を伴うため、公共交通機関や付き添いの方の送り迎えでご来院いただく必要があります。

一般健診に追加して受診する健診

(単独受診はできません)

健診の種類	主な検査の内容	対象年齢	自己負担額
付加健診	・尿沈渣顕微鏡検査 ・血液学的検査 ・生化学的検査 ・眼底検査 ・肺機能検査 ・腹部超音波検査	・40歳の方 ・50歳の方	4,802円
乳がん検診	・問診・視診・触診 ・乳房エックス線検査	40歳～74歳の 偶数年齢の女性	50歳以上 1,086円 40歳～48歳 1,686円
子宮頸がん検診	・問診・細胞診 ※1	36歳～74歳の 偶数年齢の女性 36歳、38歳の方は単独受診可	1,039円
肝炎 ウイルス検査	・HCV抗体検査・HBs抗原検査	今まで肝炎ウイルス検査を受けたことがない方	624円
	・HCV核酸増幅検査	肝炎ウイルス検査で異常がみられた場合	0円

～小児科より～

儘田医師のご紹介

1 経 歴

1995年3月に京都大学医学部を卒業し京都大学病院小児科で研修医として勤務。その後市中一般病院小児科勤務を経て、2000年4月から4年間を京都大学大学院で小児内分泌分野の研究に従事する。大学院卒業後は京丹後市立弥栄病院小児科に赴任した。その後、医療経営を学ぶため会計の勉強をおこない、2008年に公認会計士の資格を取得、監査法人や医療コンサルタント会社に勤務し、病院の経営改善の指導を行う。2012年には日赤和歌山医療センター小児科に赴任し、小児科医療とともに経営企画室にて経営の立て直しに従事。2016年4月から丹後中央病院小児科に勤務。

2 自 己 紹 介

経歴にもある通り、京丹後市には二度目の赴任になり、合わせればかれこれ7、8年を丹後の地で過ごしています。自然豊かで四季の感じられる丹後は本当に住みやすく、東京生まれの自分にとっては第二の故郷となっています。仕事については小児科医として地域の宝である子どもたちの健全な発育を見守るとともに、小児内分泌という専門分野を活かし、本人やご家族の方から信頼される医療をお届けしたいと思っています。まずは気軽に何でも相談できるといった感じの外来にしていきたいですね。趣味はマラソンやトレラン、ロードバイクといった持久系スポーツで、車も少なくちょっと走れば坂や山といった丹後の環境はトレーニングには最高です。基本的には毎日どこかを走っていますので、見かけたらぜひ声かけてください。

3 成 長 発 達 外 来 に つ い て

背が低い、最近伸びが悪くなってきた、急に背が伸び始めたといった背の高さの相談、肥満ややせ、甲状腺が腫れてきた、成長が早すぎるとなかなか二次性徴が見られないといった思春期に関する相談、多飲多尿、おねしょなど様々な症状で少しでも気になることがありましたらぜひ気軽に受診してください。月曜から木曜の午後、予約制で行っています。ご予約は電話にて受け付けています。

4 ワ ク チ ン 外 来 に つ い て

最近、新型コロナウイルス感染症の心配があってお子様のワクチン接種を延期してしまうご家族がいらっしゃるようです。もちろん新型コロナウイルスを予防することも重要ですが、まだ免疫の弱い子どもたちはいろいろなウイルスや細菌から守ってあげる必要がありますので、しっかりと予定通り予防接種は進めるようにしましょう。当院小児科では毎日午後の時間をワクチンや成長発達外来の予約患者だけにあてており、十分な時間間隔をあけて多くの患者様が重ならないようにするとともに、発熱やかぜ症状の強い患者様との接触がないよう配慮しています。

ご予約は電話にて受け付けていますので、ワクチンの種類や希望日などお知らせください。また、ワクチン接種とともにお子様についての心配事の相談もしていただけて結構です。成長のこと、アレルギーのこと、生活環境のこと、いろいろと困ったことがあれば相談してください。

5 L I N E に つ い て

1) LINE配信の経緯

いまはインターネットで検索すればあらゆる情報に接することができる環境があります。しかしそれらは正しい情報ばかりではなく、誤ったものも数多く含まれ、それを見分けるのはご両親やお子様本人にとって容易ではありません。そんな中、小児医療の正しい情報を正確に伝えることの難しさ、大切さを痛感してきました。そこで医療者側からの「顔の見える情報提供」が最も身近で信頼される手段ではないかと思い、そのツールとしてLINEによる情報発信を思いつきました。

2) 発信している情報について

毎月の外来担当表や感染症の流行状況、当院小児科の治療方針やご家族に知っておいてもらいたい小児科マメ知識、ワクチン情報など様々な情報を発信しています。

丹後中央病院 小児科



LINE ID @948utcyt

栄養部より

入院患者様向けに提供する行事食

患者様からの感想を掲載します。

1月7日 七草粥



- ・季節を感じさせていただきました。ありがとうございました。
- ・七草粥の由来を勉強させていただきました。

2月3日 節分



【献立】

- ・巻き寿司 ・いなりずし
- ・大豆の煮豆 ・赤だし
- ・節分和菓子（赤鬼）



- ・節分の鬼がかわいかったです。おいしくいただきました。ありがとうございました。
- ・関係者のご配慮に感謝致します。ごちそうさまでした。

2月14日 バレンタインデー



- ・今日はバレンタインデーだったんですね。思いがけずチョコケーキおいしくいただきました。
- ・美味しくいただきました。ありがとうございました。

5月5日 こどもの日



- ・久しぶりに和菓子をいただきました。甘い物をいただくと幸福な気持ちになりました。ありがとうございました。
- ・子供の日のあたたかなおもてなしを心もたせていただきました。

7月7日 セタ

【献立】

- ・ゆかりごはん
- ・鶏肉の梅しそ和え・冷やしそうめん
- ・冬瓜かにあんかけ・スイカ



- ・いつも季節感あふれるメニュー ありがとうございます。セタ楽しませてもらいました。
- ・今日はセタの日で色々ごちそうをよばれ有難うございました。短冊を読ませてもらって、とてもよい勉強をしました。今年初めて知りました。

7月27日 土用の丑



【献立】

- ・うなぎのかば焼き



- ・「うなぎ」が食事についてびっくりでした。
- ・いつも色々とその日の由来まで記して頂いて楽しく美味しく頂きました。

8月23日 地藏盆

【献立】

- ・ばらすし
- ・冷やし茶碗蒸し
- ・きゅうりとクラゲの梅しそ和え
- ・水羊羹



- ・丹後のばら寿司を久々に頂きました。冷たい茶碗蒸し・冷たい水ようかんもとても美味しかったです。有難うございました。
- ・子どもたちにとっても夏の終りの楽しい行事。今日の行事食おいしくいただきました。

10月12日 秋祭り

【献立】

- ・松茸御飯・盛り合せ
- ・茶碗蒸し・山紅葉饅頭



- ・思いがけず秋祭りのごちそうにとっても喜んで美味しく完食しました。ごちそうさまでした。
- ・お祭りを感じさせて下さって本当にありがとうございました。ごちそうさまでした。

12月2日 冬至

【献立】

- ・南瓜のミンチかけ



- ・かぼちゃは大好きなので美味しくいただきました。
- ・冬至の食べ物かぼちゃを食べることは知っていましたが運が付き事は知りませんでした。運が付いて早く元気になりますように。

12月25日 クリスマス

【献立】

- ・盛り合せ（ミートローフ、鮭タルタル）
- ・シチュー
- ・クリスマスケーキ



- ・院内でケーキをいただき思いがけず嬉しかったです。有難うございました。
- ・クリスマス料理美味しかったです。ごちそうさまでした。

糖尿病教室・腎臓病教室のごあんない

通院患者さんとそのご家族を対象に、健康教室を定期的を開催しています。
 当院の看護師、薬剤師、管理栄養士等が講師となり、参加者の皆さんに、正しく簡単に理解して頂けるよう、分かりやすくお話をしています。
 予約制（定員15名）となっておりますので、参加希望の方は、主治医、外来看護師にお声掛けください。

令和2年度糖尿病教室予定

講師：管理栄養士

日程		テーマ
	令和2年 4月28日 (火)	中止
第1回	 令和2年 5月26日 (火)	●甘味料のはなし
第2回	 令和2年 6月23日 (火)	●炭水化物の上手な摂り方
第3回	令和2年 7月28日 (火)	●糖尿病と災害時の危機管理
第4回	令和2年 8月25日 (火)	●飲み物の選び方
第5回	令和2年 9月29日 (火)	●高齢者糖尿病とサルコペニア

※4月はコロナ感染拡大防止のため中止となりました。

5月以降の糖尿病教室はテーマを繰り下げて行う予定です。

また、今後も状況を鑑みて教室開催を中止する可能性がありますのでご了承ください。

令和2年度 腎臓病教室予定

講師：看護師・薬剤師
管理栄養士 等

日程		テーマ
第1回	 令和2年 4月2日 (木)	① 慢性腎臓病について ② 腎臓病の食事について
第2回	 令和2年 6月4日 (木)	① 腎臓病の検査値の見方 ② 適塩の考え方
第3回	令和2年 8月6日 (木)	① 腎臓病の薬 ② カリウムについて
第4回	令和2年 10月1日 (木)	① 腎臓病の運動療法 ② たばく質の適切な摂り方
第5回	令和2年 12月3日 (木)	① 感染予防について ② 年末年始の過ごし方
第6回	令和3年 2月4日 (木)	① 造影検査時の注意 ② エネルギーの適切な摂り方

※新型コロナウイルス感染症の拡大状況を鑑みて教室開催を中止する可能性がありますのでご了承ください。