

CONTENTS

- 01 Cure 病気のおはなし
- 02 Health Care 健康管理のおはなし
- 03 新任医師紹介
- 04 連携病院・診療所紹介
- 05 耳鼻咽喉科でできることQ&A
- 06 感染管理チーム (ICT)
- 07 REPORT 60周年病院祭開催

サツキ 晴れ

Satsuki
bare



院長
メッセージ

病気の早期発見には、精度の高い検査が欠かせません。当院の診療放射線技師たちは、高い技術力と責任感を持って日々の検査に取り組んでいます。本特集では、マンモグラフィ検査の技術向上に励む技師の挑戦や、市民の健康を守るための放射線技術課の取り組みについてご紹介します。ぜひご覧ください。



ご自由
にお持ち
ください

SPECIAL REPORT

リンクト
**LINKED
plus+**
病院を
知ろう

高精度の検査で
市民の健康を支える。

診療放射線技師特集

みよし市民病院
Miyoshi Municipal Hospital

REPORT

笑顔あふれる体験の場— みよし市民病院 60周年病院祭

2024年11月10日、みよし市民病院の60周年病院祭を開催し、約2500名の皆さんにご来場いただきました。
ステージイベントや医療体験を通じ、
病院の役割を身近に感じていただく機会となりました。
ご来場いただいた皆さんに心より感謝申し上げます。



病院祭開催レポートは、ホームページ掲載の
BLOG〈やわやまの日記〉でご紹介しています。



みよし市民病院の理念 みよし市を愛し、みよし市民の健康に寄与することを誓います。

基本方針

- 1 患者さんの尊厳を重視し、公正な医療を行います。
- 2 思いやりと、心のふれあいを大切にした医療を行います。
- 3 常に医療の進歩に目を向け、質の向上に努めます。
- 4 市民の皆さんに信頼される医療を行います。
- 5 地域医療の向上を目指し、保健・福祉との連携を図ります。



病院広報WEBマガジン



サツキ
晴れ

みよし市民病院からの最新TOPICSや
病気の基礎知識・検査・ケアに関する
情報などをお届けします。
ぜひご覧ください。

こちらから



みよし市民病院
Miyoshi Municipal Hospital

〒470-0224 愛知県みよし市三好町八和田山15番地
TEL 0561-33-3300
<https://www.hospital-miyoshi.jp/>

サツキ
晴れ

発行責任者／院長 伊藤 治
発行／みよし市民病院 広報グループ
記事提供・編集協力／プロジェクトリンク事務局
発行日／2025年3月

SPECIAL REPORT

高精度の検査で 市民の健康を支える。

診療放射線技師特集

病気の早期発見こそ私たちの使命。
高い志をもって検査に取り組む診療放射線技師たち。



CHAPTER 01 繊細な技術が求められる マンモグラフィ検査。

昨年の晩秋、みよし市民病院・放射線技術課にうれしい知らせが届いた。放射線技師の吉田美香が、マンモグラフィ画像のコンテスト(第34回日本乳癌検診学会学術総会企画 マンモグラフィポジショニングコンテスト)で優秀賞を受賞したという知らせだった。このコンテストはマンモグラフィの撮影技術向上を目的に毎年開催されているもので、高精度の撮影に欠かせないポジショニング(乳房の向きや位置を調整すること)の技術を評価する貴重な機会となっている。吉田に話を聞いた。「もともと放射線技術課では、マンモグラフィ検査施設・画像認定施設(※)の取得をめざしていて、その過程で自分たちが撮影した画像についても問題点や改善策を検討してきました。その成果として、提出した画像が思いがけず表彰されて本当にうれしかったですね。仲間と喜びを分かち合いました」。

マンモグラフィは乳房専用のX線撮影で、複数の方向から乳房を板で圧迫し、薄く伸ばした状態で撮影する。とくにむずかしいのは、乳がんのごく早期に生じる、乳腺の石灰化(小さなカルシウムの沈着)を見つけることです。小さく淡い石灰化を見逃さないために、やはりポジショニングの高い技術が問われます。装置の性

CHAPTER 02 市民の生活を守るために 病気を決して見逃さない。

吉田が入職したのは13年前。以前は2つの施設で勤務していたが、診療放射線技師の責任ややりがい、強く認識するようになったのは、ここに来てからだという。吉田の意識を変えた要因は何だろうか。「多分、患者さんの生活に思いを向けるようになったからだだと思います。当院は市民の健康や生活を守るという強い信念があり、それが院内のスタッフ全員に浸透しています。そうした環境に身を置くことで、自然と患者さん一人ひとりに寄り添って、病気の早期発見に貢献したいと思うようになりました」(吉田)。

吉田が話すように、同院は市民の生活に密着した市民病院として、市民の健康づくりを支えている。高度な急性期医療に特化した大きな病院ではないし、外来機能だけのクリニックでもない。両者の間にある医療機関として、高度急性期医療と生活を

能に加えて、自分たちの腕がしっかりしていないという画像を撮影できない、すごく繊細な検査なのです」と、吉田は説明する。マンモグラフィで疑いが見つかれば、エコー検査や細胞診といった精密検査で、乳がんかどうか総合的に判断される。もちろん良性的なものもあるが、乳がんはごく初期に見つかれば90%以上完治する病気でもある。マンモグラフィはまさに、乳がん治療の入り口の役割を担っているのだ。吉田はこのマンモグラフィのほか、レントゲン、CT、MRI、エコー検査などを幅広く担当。それぞれの検査に求められる撮影技術を磨くために、勉強会や講演会、学会にも積極的に足を運んでいる。

※NPO法人日本乳がん検診精度管理中央機構がマンモグラフィ検査の撮影装置や写真、X線線量などを評価して認定している。

COLUMN

●国では、がん検診の受診率60%以上を目標に、がん検診を推進している。しかし、全国平均の乳がん検査の受診率は47.4%(40～69歳・2022年・過去2年間)にとどまり、みよし市の受診率はさらに低いと言われている。

●乳がんは早期に発見できれば10年生存率は90%以上で、ほとんどの人は完治が望める。みよし市民病院はマンモグラフィ検査の精度を高め、早期乳がん発見に貢献している。

繋ぐ役割を担う。たとえば、同院の検査で病気の疑いが見つかれば、より専門的な治療が必要と判断されれば、速やかに高度急性期病院へ紹介される。その一方で、クリニックから患者の紹介を受け、詳しい画像検査や診断を行うことも多い。医療と生活を繋ぐ病院だからこそ、検査部門の果たす役割は重要で、果たすべき責任もひととき大きい。「当院では、私たち技師は単に撮影するだけではありません。画像を見て何か緊急の疾患が疑われる場合、すぐ主治医に連絡するところまでの役割を担っています。それだけ大きな責任を感じています」と吉田。万が一、精密検査で病気を発見することがあつては、患者さんのこれからの人生にリスクを与えることになる。だからこそ、高いモチベーションをもって、医師も診療放射線技師も日々の検査・診断に取り組んでいるのだ。「市民の皆さんに市民病院で早めに検査して、本当に良かった」と思っていたように、私たちはこれからも検査技術を磨いていきます」と吉田は語った。

BACK STAGE

市民の生活を守る病院における検査の重要性。

●みよし市民病院は市民の生活を守ると同時に、高度急性期病院とクリニックを繋ぐゲートウェイ(中継地)の役割を担っている。ここで重大な病気が見つければ、高度急性期病院へ。逆に、クリニックの依頼で、患者の検査・診断を行うことも多い。

●同院がその役割をしっかりと果たしているからこそ、市民は安心して地域医療ネットワークを活用できる。そして、その安心を担保しているのがハイレベルな検査部門なのである。



Cure 病気の おはなし

お酒の飲みすぎが 引き起こすおなかの病気。

アルコールは肝臓で分解される際に「アセトアルデヒド」という有害物質を生成し、さまざまな「おなかの病気」の原因となります。体内の解毒を担う肝臓は、アルコールの影響を特に受けやすく、過剰な飲酒が続くと、脂肪肝からアルコール性肝炎、さらには肝硬変や肝がんへと進行するリスクが高まります。膵臓もまた影響を受けやすく、過剰な飲酒は膵炎や膵がんのリスクを高めます。さらに、飲酒によって消化管の粘膜が傷つき、食道がんや大腸がんの発症リスクも上昇します。特に赤ら顔になりやすい人はアセトアルデヒドを分解しにくく、がんのリスクがさらに高まるため注意が必要です。

早期発見が健康を守る鍵。 異常がないうちに健診を。

アルコールの悪影響を防ぐには、適正な飲酒を意識することが大切です。一般的に、1日の純アルコール摂取量は男性20g、女性10g程度までがリスクの少ない範囲とされています。目安として、ビール500ml、日本酒1合が20g

に相当しますが、高齢者はアルコールの分解速度が遅くなるため、さらに控えることが望まれます。また、定期的な健診を受けることも重要です。アルコール性疾患は自覚症状がないまま進行することが多く、早期発見が健康を守る鍵となります。「異常を感じてから」ではなく、「異常がないうちに」健診を受けることを習慣にしましょう。

依存症を頂点にしたアルコールの〈有害な〉使用



純アルコール20gに 相当するお酒の量

- ビール(5%)—ロング缶1本(500ml)
- 日本酒—1合(180ml)
- ウイスキー—ダブル1杯(60ml)
- 焼酎(25度)—グラス1/2杯(100ml)
- ワイン—グラス2杯弱(200ml)
- チューハイ—缶1本(350ml)(7%)

Message

適正飲酒を心がけ、健康な体を守るために。

アルコールは、おなかの病気だけでなく、脳や心臓など全身に影響を及ぼします。アルコールの害を防ぐためには、まず正しい知識を身につけることが大切です。そして、日々の飲酒量を適正に管理し、飲みすぎを防ぎましょう。特に高齢の方は、若い頃と同じような飲み方は危険です。アルコールの分解能力は加齢とともに低下し、少量でも影響を受けやすくなります。

また、飲酒と喫煙を併用すると、がんのリスクが大幅に上昇することも忘れてはいけません。さらに、定期的な検診を受けることで、肝臓や膵臓の異常を早期に発見できます。自分自身の健康のため、そして大切な家族のために、今一度、お酒との付き合い方を見直してみましょう。

副院長・総合診療科内科部長・
消化器科
神部隆吉



運動のススメ①

1日20分のウォーキングで健康維持を心がけましょう。

Health Care 健康管理 の おはなし

入浴がもたらす健康維持に 重要な7つの作用。

入浴には「温熱・浮力・水圧・清浄・粘性(抵抗性)・香り・開放」の7つの作用があり、これらが相互に働きかけることで、心身の健康に良い影響を与えます。温熱作用によって血行が促進され、新陳代謝が向上。浮力の作用で身体が軽くなり、関節への負担が軽減されます。さらに、水圧による適度な刺激がむくみを解消し、清浄作用で肌を清潔に保ちます。水の粘性によりストレッチ効果が上がり、香りのリラックス作用や入浴中の開放感が心を落ち着かせます。毎日の入浴は、脳卒中や心疾患のリスクを軽減し、糖尿病のコントロールにも良い影響を与えるとされ、健康維持において重要な役割を果たします。

適切な温度と時間、水分補給を 心がけ安全な入浴を。

入浴の健康効果を最大限得るためには、適切な温度と時間を守ることが重要です。理想的なのは40度のお湯に首まで10分浸かること。これにより、体の芯から温まり、血行が促進されます。一方、42度以上の熱湯は交感神経を刺激し、血圧が急上昇する可能性があるため注意が必要です。

また、入浴前後にはコップ2杯ずつ



画像提供: PIXTA

(合計で約800ml)の水分補給を行い、脱水を防ぎましょう。特にアルコールは利尿作用があり、血管内の脱水を引き起こすため、入浴前の摂取は避けるべきです。さらに、高齢者や心疾患のある方はみぞおちまでの半身浴を推奨し、長時間の入浴を控えることが大切です。冬場は脱衣所と浴室の温度差がヒートショックを引き起こすため、脱衣所の温度を22〜23度に保つと良いでしょう。安全で快適な入浴習慣を身につけることで、健康維持につながります。

Message

シャワーでは得られない、入浴がもたらす本当の健康メリット。

入浴は、ただ体を清潔にするだけでなく、健康を維持し、心身を整えるための大切な習慣です。湯船に浸かることで血行が促進され、筋肉がほぐれ、ストレスの軽減にもつながります。シャワーだけでは得られないこれらの効果を、ぜひ日々の入浴に活かしましょう。さらに、好きな入浴剤やアロマを取り入れることで、リラックス効果を高め、自分に合った入浴時間を楽しむ

ことができます。入浴は、単なる日常習慣ではなく、生活の質(QOL)を向上させる時間でもあります。家族との団らんや、温泉旅行、ゆっくりと自分と向き合うひとときとしても活用できます。正しい入浴法を意識しながら、自分に合ったスタイルで楽しみ、心も身体も健やかに保ちましょう。

総合診療科部長・
日本温泉気候物理医学会 温泉療法医
白井量久



運動のススメ②

軽い運動でも継続が健康への近道です。



新任医師をご紹介します!

田中医師に
インタビュー!



耳鼻咽喉科 田中 史子
(耳鼻咽喉科部長)

生活に直結する感覚器を診る耳鼻咽喉科。
皆さんの健康を支えます。

このたび、2024年10月から、当院の耳鼻咽喉科に赴任した田中史子と申します。これまで大学病院や市民病院で診療を行い、「めまい」や「補聴器相談」を専門として経験を積んできました。

耳鼻咽喉科は、耳・鼻・喉・首をはじめ、聴覚・嗅覚・味覚・嚥下など、生活に直結する感覚器を診る診療科です。地域の皆さんが「どこに相談すればよいかわからない」と思われる症状も、実は耳鼻咽喉科で診ることができるといえます。少しでも気になることがあれば、お気軽にご相談ください。特に「めまい」は耳や自律神経、脳など原因が多岐にわたります。適切な診察・検査を行うことで、症状の原因を明らかにし、最適な治療につなげることができます。また、補聴器の相談も承っており、ご高齢の方の聴力低下に関するお悩みにも対応します。患者さんのお困りごとを丁寧にお聞きし、安心して診察を受けていただけるよう努めてまいります。どうぞよろしくお願いいたします。



Profile

新潟大学医学部卒業。名古屋市立大学大学院では、めまいを専門に研究し博士課程を取得。京都大学医学部附属病院、大阪赤十字病院、名古屋市立大学病院などの勤務を経て、2024年10月より現職。

資格・所属学会

日本耳鼻咽喉科頭頸部外科学会
耳鼻咽喉科専門医・補聴器相談医、日本めまい平衡医学会 めまい相談医

Our Partner 連携病院・診療所紹介

イトウ内科クリニック



糖尿病治療に精通したスタッフが
じっくりと患者さんのお話を伺い
一人ひとりに最適なケアを提案します。

愛知県豊田市にあるイトウ内科クリニックは、糖尿病診療を専門に、患者さん一人ひとりに寄り添う医療を提供しています。当院には糖尿病専門医2名、糖尿病看護認定看護師1名、日本糖尿病療養指導士10名、腎臓病療養指導士1名が在籍しており、個々の治療計画を慎重に検討。患者さんの話を1対1でじっくり聴き、その人に最適なケアを提案します。また、甲状腺疾患の治療にも注力しています。さらに、採血検査やエコー検査は即日結果が出るため、迅速に対応することが可能です。「明るく、強く、親切に糖尿病患者さんを支える」をポリシーに、患者さん一人ひとりの健康を全力でサポートしていますので、ぜひお気軽にご相談ください。



イトウ内科クリニック 外観

医療法人ころも会 イトウ内科クリニック
〒471-0875 愛知県豊田市下市場町6-1
TEL 0565-33-0505
URL <https://itonaika-clinic.com/>



運動のススメ③

適度な運動はストレス解消にも効果的です。

TOPICS

耳鼻咽喉科にまつわる質問に私がお答えします!

いびき・聞こえ・飲み込みの悩みも解決!
耳鼻咽喉科でできることQ&A



耳鼻咽喉科部長
田中史子

Q 睡眠時無呼吸症候群の検査は自宅でも受けられますか?

A 自宅でできる簡易検査があります。専用の検査機器を貸し出し、ご自宅で一晩装着して測定する方法です。より詳しい検査が必要な場合は、病院での精密検査を行うこともあります。まずは耳鼻咽喉科にご相談ください。

Q 補聴器相談医について
教えてください。



A 補聴器相談医とは、日本耳鼻咽喉科頭頸部外科学会が認定する資格で、補聴器の適切なフィッティングや、難聴の診断・治療を行う医師のことです。耳鼻咽喉科の専門医が、患者さんの聴力や生活環境に合わせた補聴器の選択・調整をサポートします。

Q 飲み込みにくさ(嚥下障害)は
耳鼻咽喉科で診てもらえますか?



A 耳鼻咽喉科では嚥下(飲み込み)機能の診療も行っています。特に高齢の方では、嚥下機能の低下による誤嚥性肺炎のリスクがあるため、早めの対応が重要です。飲み込みにくさを感じたら、嚥下機能検査やリハビリの相談が可能ですので、お気軽にご相談ください。

画像提供: PIXTA

みよし市民病院を支える チーム紹介

感染管理チーム (ICT)

感染管理認定看護師が活躍。
感染対策のプロが支え、チームで守る。

みよし市民病院では、安全な医療環境の提供を目的に、2024年4月に感染管理チーム (ICT) を発足しました。医師、看護師、薬剤師、検査技師、事務職など多職種が連携し、定期的な環境ラウンドや月例会議を実施。院内感染リスクの低減に向け、科学的根拠に基づく対策を徹底し、医療の安全性向上に努めています。

特に、2024年に感染管理認定看護師の資格を取得した新西美奈子看護師が中心となり、感染対策の指導や職員教育を強化。相談窓口を設置し、職員からの問い合わせに対応するほか、手指衛生、個人防護具 (PPE) の着脱、環境



管理の実践指導を通じて、感染対策の質を向上させています。さらに、耐性菌対策や抗菌薬適正使用の管理にも携わり、ICTチームが感染制御の中核を担う体制を整備。職員が主体的に取り組めるよう役割分担を明確化し、継続的な感染管理の改善を推進しています。

当院では、感染管理はすべての医療従事者が担うべき重要な責務だと考えています。今後も、確実で効果的な感染対策を実践し、患者さんが安心して治療を受けられる環境の維持に努めてまいります。



運動のススメ④

運動前の軽いストレッチでけがを予防しましょう。