

厚生連はより



2024
No. 134

富山県厚生農業協同組合連合会

PET/CT検診のすすめ



厚生連高岡病院

放射線科診療部長待遇 絹谷 啓子

2人に1人が罹患して、3人に1人が命を失うがん。

元気な時には健康の大切さを忘れがちですが、がんに対処するために早期発見・早期治療が大切です。

がん細胞は、正常細胞と比較して約3-8倍のブドウ糖を摂取する性質を持っています。

この性質を利用してがんの部位や広がりを調べるPET検診を受けてみませんか？

頭部から大腿部までの写真を一度に連続して撮影します。待機時間があるので帰宅までに約3時間かかりますが、広く明るい場所で撮影する、痛みの少ない検査（静脈注射のみ）です。

ただし、PETは万能ではありません。がんの種類によって数センチの病変でもPETの薬が集まらないことがあります。おとなしいがん、密度が低いまばらながん、だれでも薬が集まる臓器（脳・肝臓・腎臓・膀胱など）に発生したがんなども見つけにくいとされています。ほかの検診と組み合わせて体の状態を調べるのが重要です。炎症にも薬が集まることがあるので、別の検査を追加して病気の診断をする場合もあります。

- ・ 検査当日は6時間前から食事を控え、糖分が含まれる飲み物も飲まないでください。
- ・ 糖尿病の方は、検査当日の朝からインスリン注射や糖尿病の内服薬の中止が必要となります。
- ・ 詳しい注意事項は検査前に対面にて説明を聞くことができます。

この機会にご自分や大切なご家族のお体を一度PETで調べてみませんか？

水曜日または金曜日の午後1時30分からPET検診を受けることができます。

一般の方は93,500円（税込み）、JA組合員、職員は88,000円（税込み）となります。

申し込み窓口は厚生連高岡病院3階、健康管理センターとなります。平日の午後にお気軽にお問い合わせください。

☎0766-21-3930（内線3913）



軽度認知障害（MCI）の予防について

認知機能（物事を正しく理解・判断し、適切に行動する機能）は年齢とともに低下していきますが、軽度認知障害（MCI）とは認知機能低下の自覚があるが、日常生活は問題なく送ることができる状態で、健常な状態と認知症の中間の状態をいいます。

MCIから認知症を発症する確率は1年で約5～15%といわれていますが、逆に健常な状態に戻る確率は1年で約16～41%といわれており、早めの対策が大切です。

食事・栄養

食事は主食・主菜・副菜で旬の食材を取り入れ、彩りを鮮やかに、四季を通して変化に富んだ食事を楽しみましょう。食事で不足している栄養は、果物・ナッツ・乳製品などで補いましょう。

運 動

定期的な運動（週3回・週2時間以上）の運動は認知症になる危険性を低くします。無理のない範囲で運動を続けましょう。

生活習慣

- ・喫煙している人は禁煙を！
- ・飲酒は1日1合（ビールは500ml）
- ・難聴は認知症になる危険性が高いといわれています。聞こえにくい人は耳鼻科を受診して下さい。
- ・不眠は認知症になる危険性を高めます。自分に合った睡眠時間をとりましょう。

生活習慣病などのコントロール

糖尿病・高血圧・肥満・脂質異常症などの病気が悪化しないよう治療を心掛けましょう。



厚生連高岡病院市民公開講座のお知らせ

みんなで考えましょう

厚生連高岡病院
総合がん診療センター
市民公開講座

高齢者のがん治療

2024 入場無料
10/26 土
(14時00分～)

会場 厚生連高岡病院 3階 講堂

● 講座スケジュール ●

13:30～	開場 受付開始
14:00～14:10	開催のあいさつ
14:10～14:40	高齢者の診療 総合診療科 / 狩野 恵彦
14:40～15:10	がん治療 病院長 / 柴田 和彦
15:10～	特別講演 人生の先達への応援歌 ～がんになったとき、思い出してほしいこと～ 緩和ケア内科 / 本間英之
16:00～16:20	質疑応答
16:00～16:20	閉会のあいさつ 謝辞
16:30	終了

特別講師
新潟県立がんセンター新潟病院
緩和ケア内科部長
本間 英之

講師
厚生連高岡病院 総合診療科
診療部長
狩野 恵彦

講師
厚生連高岡病院
病院長
柴田 和彦

司会
フリーアナウンサー
重原 佐千子

●主催/厚生連高岡病院 ●後援/富山県・高岡市・北日本新聞社
●お問い合わせ/厚生連高岡病院 総合がん診療センター内 がん相談支援室 TEL.0766-21-3930 (内線 2822)

厚生連高岡病院総合的がん診療センターが、毎年開催しています市民公開講座についてお知らせします。

富山県は3人に1人は65歳以上、5人に1人は75歳以上になると見込まれています。また、日本人の2人に1人が生涯でがんになるといわれています。

高齢者のがん診療において、若年者に比べ治療の選択肢が多いという特徴があります。さらに、どの治療をするかによって、その後の生活やQOLが大きく変わる点もあります。それだけに、患者さんや支える家族等が納得して治療を進めることが大切といわれています。

今回は、「高齢者のがん治療」をテーマに高齢者の方はもちろん支える家族のみなさまにも、「もし、がんになったら」を考えていく機会になればと思い計画しました。

特別講師に新潟県立がんセンター新潟病院緩和ケア内科本間英之先生をお迎えして「あらかじめ考えておいてほしいことや、がん患者の長い旅路の中での心構え」などについてお話をさせていただく予定になっています。



参加無料で予約も必要ありませんので、是非この機会にご参加ください。

お問い合わせは、
厚生連高岡病院 がん相談支援センター
☎0766-21-3930 (内線2822)
✉gansoudan@kouseiren-ta.or.jp

★ 厚生連滑川病院 ★

ふれあい看護体験

6月8日（土）、地域住民とのふれあいや、看護体験を通して、病院や看護の仕事に興味を持ってもらうことを目的とした「ふれあい看護体験」を開催しました。

今年度は、職員とその子供さんの他、子供さんの友人とその保護者の方まで参加者を拡大し、総勢34名の方々が参加されました。

メイン会場の会議室では、認知症高齢者の対応について、寸劇やクイズで学びました。これからは『認知症サポートキッズ』として、優しく高齢者にかかわることができるのではないかと考えています。

その後、ポイントカードを持ち病院を探索しながら様々な体験をしていきました。手術室では、手洗い体験や滅菌器具に実際に触れ、真剣な表情で目を輝かせていました。リハビリ室では理学療法士の協力を得ながら、豆つまみ、松葉杖や車いす体験、メガネや手袋を使用した高齢者体験を行いました。そして、今年初の体験内容として、心臓マッサージやAEDの取り扱いをビデオや音楽に合わせて体験しました。はじめは恐々でしたが、アンパンマンの曲が流れるとそれに合わせて一生懸命心臓マッサージを行う姿が印象的でした。

参加された保護者の方へのアンケートには、「子供たちが楽しそうに体験できてよかった」、また全体の85%が「病院の仕事に興味を持ちそう」と回答がありました。

今後もこのような活動を通して看護の心を伝え、将来看護師を目指す人が増えることを願います。



★ 厚生連滑川病院 ★

訪問看護ステーション 開設1年を迎えて

令和5年2月に厚生連滑川病院内に事業所を開設し、関係職種の方々のご指導・ご協力をいただきながら活動して1年半が経過しました。看護師3名で24時間対応体制をとり、月の利用者数は35名ほどになりました。初年度の利用者は半数ががんの方でした。がん治療中・治療後の状態観察や医療処置、あるいは終末期で「家で最期を迎えたい」と望まれるケースがありました。病院からの往診による着取り体制を整え、5名の在宅着取りをさせていただきました。家族との暮らしの中で人生を終えていく場面に立ち会い、悲しみの中にも温かく満たされた気持ちを家族と共有し、訪問看護の意義を体感できました。現在は、開業医との連携も進め着取りのニーズに応えています。今年度に入り、がんの他にも慢性疾患の治療支援、認知症、健康状態の確認のため月2回程度予防的に関わる方が増えています。

訪問看護は、ご自宅での療養上の問題に対し理想ではなくご本人がやりやすいように手助けすることによって「住み慣れた場所」で安心して暮らし続けることを叶えられます。そのためには、病院や地域スタッフとの情報交換や話し合いを重ね、多職種が連携することの大切さをあらためて感じています。とりわけ健康面については病院スタッフに相談できることが病院併設である強みであり、良質なサービス提供につながっています。一方で「在宅の底力」も感じます。病院では食べられない、動けない状態で再入院を覚悟していても、家に戻ると食べたいものを食べ、庭を散歩するなど予測できない力を引き出せることに驚いています。

超少子高齢社会において認知症や複数の健康や生活の課題を抱え療養する方が増え、また自然災害や新興・再興感染症が流行する不安定な社会の中、訪問看護の役割は重症化予防から予防的な関わり、そして多様化するニーズへの対応へと拡大しています。誰もが安心して暮らし続けられる地域づくりのため、まだまだ経験不足ではありますが、多角的な視点を持ち医療と介護をつなぐ役割を果たせるよう努めていきたいと思っております。

★ 厚生連高岡病院 ★

がん専門薬剤師が4名体制へ

当院のがん専門薬剤師の人数が県内病院の中で最多となりました。今回、新たに認定されたのは薬剤師の野尻雅人さんと八幡静香さんです。当院のがん専門薬剤師はこれまで高瀬美咲枝さんと清水雅子さんの2名でしたが、新たに2名が加わり、4名体制となりました。

がん専門薬剤師は日本医療薬学会が設けた制度で抗がん剤に対する深い知識を持ち、がん病棟での臨床経験を重ねた薬剤師が認定されます。5年間の研修や筆記試験、症例記録の審査を経て、資格を取得されました。野尻さん、八幡さん、おめでとうございます！



★ 厚生連滑川病院 ★

小児科「成長／体格・発達／心身の気がかり外来」

2024年4月より、毎週月曜／木曜13：30～16：00 一般小児外来診療に加え、上記外来を開設致しました。

対象となるお子様

1. 身長発育・体型（肥満／やせ）などの気がかり
2. 学校検診で血液異常を指摘された
3. 二次性徴が早い・遅い？
4. 発達の気がかり（主に未就学で、ことば・対人関係など）
5. 登校渋りがある 朝なかなか起きられない…など



何なりとご相談ください。詳細は予め小児科外来看護師までお問い合わせいただき、ご予約ください。



社会に学ぶ「14歳の挑戦」

厚生連滑川病院では、社会に学ぶ「14歳の挑戦」事業に賛同し、市内の生徒を受け入れています。

7月1日から5日までの5日間、6名の生徒が当院で職業体験を行いました。新型コロナウイルスが5類での対応となったため、感染に注意しながら、病棟では入院患者さんと触れ合う場面を設けました。患者さんの足を洗ったり、七夕の飾り物を作製したりする中で、患者さんから「ありがとう」と感謝の言葉を頂き、コミュニケーションの重要性や、生活を支援する事の大切さを理解できました。

また臨床検査部、画像診断部、薬剤部、リハビリテーション部での院内体験や、訪問看護師、臨床工学士、管理栄養士、施設管理担当者、救急インストラクターからの講義や説明を受けました。ほとんどの生徒が将来は医療分野で働いてみたいという希望があった中、初めて知る専門職もあり、貴重な体験ができたようです。

最終日での意見交換会では、「働く事の大変さを実感できた」「医療への思いが更に強くなった」などの意見が聞かれました。

人間としての成長、将来の夢の実現に向けた一歩に貢献できるように、今後も病院全体で協力していきたいと思えます。



高校生の一日看護見学

厚生連高岡病院において、7月4日と8日に富山県と富山県看護協会が主催する県内の高校生を対象とした「高校生の一日看護見学」を行いました。看護業務と看護に対する理解を深め、看護職への進路選択の参考にする事を目的に、両日共に40名ずつ計80名の1年生から3年生までの将来看護師を目指す生徒、医療関係の職業に興味を持つ生徒が集まりました。



病棟での看護体験では、看護師と共に患者さんの体を拭いたり、足を洗ったりして、実際に患者さんと触れ合うことができました。緊張しながらも真剣に看護師に習いながら行っていました。患者さんから「ありがとう」や「頑張ってる看護師さんになってね」と言われ、はにかみながら笑顔で対応していました。また高校生同士で血圧を測ったり、車いすの操作方法を学んだり、初めての体験に生き生きとした表情が見られました。



交流会では、「やっぱり看護師になりたい」「看護師になった気分になれた」などの参加できてよかったとの声が多く聞かれました。

今後も当院として未来を担う看護師の育成への一助になるよう、地域に貢献できる活動が続けていきたいと考えております。



先月幕を閉じたパリオリンピックは、野球ファリンにとつて少し寂しいオリンピックだった。前回(2021年)の東京オリンピックで日本は37年ぶりの金メダルを獲得。昨年のWBCでも14年ぶりの世界一に輝いた「侍ジャパン」をパリオリンピックでも見たかったファンは多かったと思う。私の気持ちはすでに2026年のWBCと野球が追加種目として復活する2028年のロスオリンピック！野球界に新しいヒーローが誕生する、今から楽しみです。
(野球人)

編集後記

表紙写真



(写真 赤羽 仁諭氏)

神通川緑地

神通川緑地は立山連峰と飛行機を一度に見ることができる場所のひとつ。対岸にある富山空港(富山きとぎと空港)は全国で唯一、河川敷に滑走路を持つ。飛行機が飛ぶその時、その瞬間の自然の風景により違う光景を見ることが出来る。河川敷の草花が見守る中、暑い夏から待ちわびた秋風を受け、颯爽と飛行機が飛ぶ。

厚生連高岡病院

高岡市永楽町5-10 TEL(0766)21-3930
<http://www.kouseiren-ta.or.jp>

厚生連高岡病院
 外来診療受付時間



理念
 患者さんと職員が信頼・安心・満足でき、
 幸せになれる病院を目指します

* 午後の診療受付は、変更になる場合がありますので事前に各科へご確認ください。

診療科	午 前	午 後	
内 科	総合診療科・感染症内科	月・水・金 11時30分まで	月 13時30分～15時30分 感染症外来（予約制）
	糖尿病・内分泌内科	月～金 11時30分まで	完全予約制 月、火 13時30分～15時30分 高齢者・認知症外来（予約制）
	腎・膠原病内科	月～金 11時30分まで	
	呼吸器内科	月～金 11時30分まで	
	血液内科	月～金 11時30分まで	完全予約制
循環器内科	月～金 11時30分まで	完全予約制	
腫瘍内科	月～金 11時30分まで	完全予約制	
緩和ケア外科	月・水・金 11時30分まで		
消化器内科	月～金 11時30分まで		
脳神経内科	月～金 11時30分まで		
精神科	月～金 11時30分まで	月、水～金 予約制 新患（13時～15時）※事前連絡、予約制 再診（13時～15時30分） 火 予約制 再診のみ（13時～15時30分）	
小児科	月～金 11時30分まで 子どもの心外来（予約制） 初診：火・木 再診：月・水・金 （金曜日は、第1・3・5週のみ）	月 14時～16時 循環器外来（第2・4週 予約制）、こどもの心外来（予約制）、アレルギー外来（第4週のみ 予約制） 火 12時30分～13時30分 健診受付、15時～16時 予防接種（予約制） 水 14時～16時 こどもの心外来（予約制）、アレルギー外来（第4週 予約制） 木 14時～16時 成育フォローアップ外来（予約制）、神経外来（第1・2・4週 予約制）、慢性疾患（予約制） 金 14時～16時 循環器外来（予約制）、こどもの心外来（第1・3・5週 予約制）	
外科・消化器外科・乳腺外科	月～金 11時30分まで		
整形外科	月～金 11時30分まで		
形成外科	月～金 11時30分まで		
脳神経外科	月・水・金 11時30分まで	午後なし	
皮膚科	月～金 11時30分まで	月、水、木 14時～16時 再診のみ	
泌尿器科	月～金 11時30分まで	火、木 腹腔鏡手術、ロボット手術、レーザー手術外来 14時～16時（予約・再診・処置患者のみ 初診不可）	
産婦人科	月～金 11時30分まで	月、金 14時～ 助産師外来（予約制） 火 12時30分～ 1ヵ月健診（予約制） 火、水 14時～ 2週間検診・すくすく外来（予約制） 月～金 母乳外来（予約制） 金 13時～ 女性漢方外来（第1・3・5週 予約制）	
眼科	月～金 11時30分まで 予約制	水、金 14時～16時 予約制（再診のみ）	
耳鼻咽喉科	月～金 11時30分まで	火、木 14時～16時 予約制	
放射線科	月～金 11時30分まで	予約制	
放射線治療科	月～金 11時30分まで	予約制	
麻酔科	月～金 11時30分まで		
胸部外科	呼吸器外科	完全予約制 初再診：月・木	午後なし
	心臓血管外科	完全予約制 初診：月 再診：水・金	午後なし
歯科口腔外科	月～水、金 11時30分まで、木 11時まで	月、火、水、金 予約制（再診のみ）	
リハビリテーション科	月～金 11時30分まで		

厚生連滑川病院

滑川市常盤町119 TEL(076)475-1000
<http://www.kouseiren-namerikawa.jp>

厚生連滑川病院
 外来診療受付時間



理念
 安全で安心な医療を提供し、地域住民から
 信頼されるアットホームな病院を目指します

* 午後の診療受付は、変更になる場合がありますので事前に各科へご確認ください。

診療科	午 前	午 後
内 科	月～金 11時30分まで 水 禁煙外来（予約制）	電話にて診療の可否を確認 呼吸器外来 水、木 13時30分～16時（予約制） 予約診療 第2水曜日のみ 16時～18時
精神科	月～金 11時30分まで	月（13時30分～15時30分） 火、木 もの忘れ外来（13時30分～15時30分）※精神科の診察時間でも可能
小児科	月、水、木 8時30分～11時まで 火、金 8時30分～11時30分まで 予防接種（予約制）、乳児健診（予約制）	月、木 一般外来 成長/体格・発達/心身の気がかり外来（予約制） 13時30分～16時 火、金 一般外来 13時～14時30分 予防接種（予約制）、乳児健診（予約制）
外科／消化器外科	月～金 11時30分まで	救急患者のみ（電話にて診療の可否を確認）
整形外科	月～金 11時30分まで	救急患者のみ（電話にて診療の可否を確認） 第1・3火曜日 リウマチ外来 13時30分～15時（予約制）
脳神経外科	月～金 11時30分まで	電話にて診療の可否を確認
皮膚科	月～金 11時30分まで	火 13時30分～14時 木、金 13時30分～15時 水 午後手術
泌尿器科	月～金 11時30分まで	月、火、木 予約制（再診のみ） 水、金 午後手術
産婦人科	月～金 11時30分まで（予約可）	救急患者・予約検査のみ（電話にて診療の可否を確認） 月～金 骨盤ケア外来（予約制） 水 母乳外来（予約制）
眼科	月、水、金 8時30分～11時まで（予約制） 火 9時30分～10時まで（予約制） 木 9時～11時まで（予約制）	火（不定期） 角膜・感染症専門外来 13時30分～15時30分（予約制） 第4水曜日 緑内障専門外来 13時30分～15時30分（予約制）
耳鼻咽喉科	午前診療なし	火、木、金 13時30分～16時30分 第1・3火曜日 補聴器相談外来
放射線科	月～金 11時30分まで	13時～17時
リハビリテーション科	月～金 11時30分まで	