

すこやか

神戸百年記念病院広報誌

INDEX

- がん診療連携拠点病院に準じる病院
- 地域でも活動する神戸百年記念病院
- 乳がん検査 受けてみませんか
- ロンドンパラリンピック出場
- 診療日カレンダー
- 名誉院長の炫き ●医師紹介
- お知らせコーナー ●漢字クイズ



日本医療機能評価機構

当院は平成11年より(財)日本医療機能評価機構の認定を受けております。

がん診療連携拠点病院に準じる病院

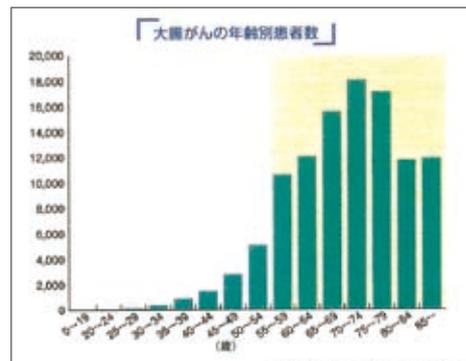
—大腸がんについて—

外科病棟部長 西尾 吉正

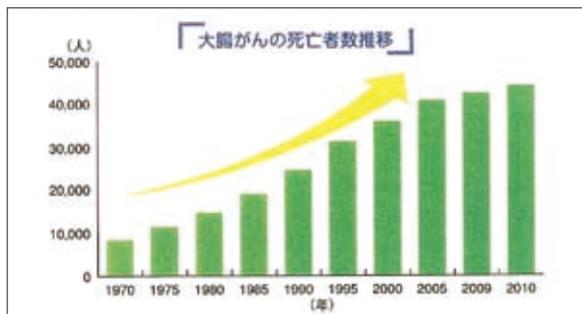
2人に1人が、がんになる時代を迎えています。その中でも大腸がんは、肺がん、胃がんに次いで多く、三大がんと呼ばれています。大腸がんは食生活の変化や高齢化に伴って増え、今後患者数は増え続けると予想されています。しかし、大腸がんは早期発見・早期治療を行えば、ほぼ完治します。またリンパ節に転移していたり、臓器に飛んでいたりしても、手術で取りきれれば、治る可能性が十分にあります。大腸がんの手術というと、以前は大きくおなかを開いていましたが、最近ではおなかを大きく切ることなく、へその小さな傷からカメラを体の奥深くに入れて、モニターを通して細やかな手術を行う腹腔鏡手術ができるようになってきました。われわれの外科チームは、昨年の年間手術件数389件のうち、114件ががんの手術で、大腸がんは4割以上の48件。そのうち19件に、腹腔鏡手術を行いました。さらに早期の大腸がんなら、内視鏡によ



チーム一丸 外科スタッフ一同



る切除が可能です。ところが、早期での自覚症状は乏しく見過ごしがちなのが現状です。そこで有効なのが大腸内視鏡検査です。この検査は患者さんの負担が比較的軽く、とても有効です。検査の前処置の腸管洗浄法も、多量の液体を飲むタイプばかりでなく、錠剤とお茶を飲むだけでできる方法もあり、定期的に大腸内視鏡検査を受けて、大腸がんの早期発見・早期治療に努めて下さい。最後に大腸がん予防の10か条を記しておきます。尚、8項目目のビタミンB6はたんぱく質や脂質の代謝をサポートする働きがあり、にんにく、レバー、まぐろ、かつおなどに多く含まれていますが、ビタミンB6は腸内の細菌によって作られるため普通の食事をしていれば、不足する事はあまりないそうです。



大腸がん予防の10か条

- | | |
|-----------------|------------------|
| ① 大腸がん検査を受けましょう | ⑥ 肉中心の食生活をやめましょう |
| ② 糖尿病を予防しましょう | ⑦ 肥満防止に努めましょう |
| ③ 飲酒を控えましょう | ⑧ ビタミンB6を摂りましょう |
| ④ タバコをやめましょう | ⑨ 日光に当たりましょう |
| ⑤ 食物繊維を摂りましょう | ⑩ 身体を動かしましょう |

地域でも活動する 神戸百年記念病院

当院は医療以外にも、
さまざまなシーンで地域に貢献しています。



+ えべっさん

毎年20万以上の人が参加される兵庫区最大のイベントです。その救護所には当院の看護師を2交代で派遣し、皆様の怪我や急病に備えています。



+ 育児相談会

近隣の幼稚園、保育所で小児科部長の芳本医師による育児についての講演を開催しています。いろいろな育児のお悩みを質問して頂き毎回活気のある相談会になっています。



+ 健康講座



婦人会館でおこなわれる「健康ぽっくり講座」をはじめとして年20回以上の健康講座を各地域で開催しております。当院の医師がそれぞれの専門分野で様々な疾病の原因やその予防と対策を分かりやすく解説させていただきます。どうぞご参加ください。



+ まちの保健室

浜山地域福祉センターを活動場所とし、ボランティア看護師が健康についての相談や、血圧、体脂肪、骨密度測定などを無料で行っています。開催日は福祉センターの掲示でお知らせいたしますので、是非一度お越しください。



+ 訪問リハビリテーション

訪問リハビリテーションとは理学療法士が患者様のご自宅までお伺いしリハビリテーションを実施することです。生活環境下でのトレーニングの実施や介護に関する相談等で支援を図ります。日常生活を営む



中で患者様は様々な困難を抱え、また願望を抱かれています。私達はこれからも患者様が望む生活スタイルを可能な限り実現できるよう日々活動していきます。



+ トライやる・ウィーク

神戸市の中学校から職場体験をする生徒さんを受け入れています。昨年も事務作業や病棟での看護師業務など体験してもらいました。将来の夢を見つけるお手伝いが少しでもできればと思います。

+ 災害医療・防災活動

内科医長 水谷医師は阪神淡路大震災を期に、防災および災害医療の重要性を訴え続けて、毎年20ヶ所近くの病院や消防局などで講演活動を行っています。





多忙な平日を
お過ごしの方の女性の皆様

乳がん検査 受けてみませんか

日時: **10月21日**の日曜日

当院では、仕事・子育て・介護・家事など、平日は多忙で病院にいけない女性の皆様が、“乳がん検診”を受けられるようNPO法人 J・POSHと協力して、10月21日(日曜日)に**ジャパンマンモグラフィーサウンデー (J.M.S)**を実施致します。

乳がんは早期発見し治療すれば決して怖い病気ではありません。二十歳過ぎれば誰でも乳がん年齢。乳がんを命を失わない為に、そして貴女だけでなく愛する家族・友人・まわりの人たちも悲しい思いをしないですむよう定期的に検診を受ける事が大切です。

当院は、神戸市の検診委託機関としてマンモグラフィー検診を行っています。

J.M.S当日もその対象となり、無料クーポンの使用も可能です。

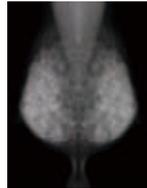
最近忙しくて検査を受けていない方、初めての方、日曜日に受診出来るこの機会に乳がん検診を受けてみませんか?



マンモグラフィー撮影装置

マンモグラフィー撮影は、乳房をなるべく平らにし、乳腺を押し広げて撮影します。少し圧迫感がありますが、小さな病変を見逃さない為にも必要です。

デリケートな部位の撮影のため、マンモグラフィー撮影は女性技師が担当しております。



マンモグラフィー

医事課 地域医療連携室 **078-681-6250** (直通)

予約/お問合せ: 当院のHPからも予約可能です。

London 2012 Paralympic Games

**パラリンピック(ロンドン)
出場いたしました**



野村看護師

皆さま、応援ありがとうございました



競泳出場

8月1日に当院で壮行会を開いて、野村看護師を送り出しました。この「すこやか」9月号が出るころには競技の結果がでてい

ます。もちろん良い成績であればうれしいですが、どんな結果であろうと彼女の戦う姿が我々に勇気と力を与えてくれたのは事実であります。サポーターを代表して、大きな拍手、そして「お帰りなさい。本当によく頑張ったね」という言葉を彼女に贈りたいと思います。



診療日カレンダー

9月	日	月	火	水	木	金	土
							1
	2	3	4	5	6	7	8
	9	10	11	12	13	14	15
	16	17	18	19	20	21	22
	23	24	25	26	27	28	29
	30						

: 休診日

10月	日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5	6
	7	8	9	10	11	12	13
	14	15	16	17	18	19	20
	21	22	23	24	25	26	27
	28	29	30	31			

休診日

診療日

9月の第4土曜日(22日)が休診となり、代わりに第5土曜日(29日)が診療日となりますのでご注意ください。

11月	日	月	火	水	木	金	土
					1	2	3
	4	5	6	7	8	9	10
	11	12	13	14	15	16	17
	18	19	20	21	22	23	24
	25	26	27	28	29	30	



9月19日(水)AM10:00-12:00

主催: 武藤千世子記念愛育会
協賛: 神戸百年記念病院

無料・育児健康相談

担当小児科医 芳本貴巳子

予約制ですので9月18日までに当院小児科にお電話ください。(座談会形式)

TEL:078-681-6111

サイセイ
名譽院長の
呟き



鳴門海峡を渡って、徳島自動車道の脇町インターチェンジを南行した吉野川沿いにある美馬市の脇町南町は梶(うだつ)で有名です。元々藍染めに用いる藍の生産地として繁昌している町で、その商家の切妻屋根の上に張り出す様に設けられたのが梶です。本来、梶は隣接する商家との防火壁として設置されたものでしたが、江戸中期頃より装飾的な意味で作られ、商家の財力を誇示するものとされています。それ故、その家が裕福であることから“梶が上る”、反対に社会的に経済的にもう一つ恵まれない場合、“梶が上らない”という慣用句が用いられます。この町の梶を紹介するテレビ番組の中で、診療所から、昔、徳島大学医学部の循環器科の教授をしておられた高名な先生が出てこられたのは驚きであり、生ある限り医療の現場でご高齢に拘らず頑張っておられる姿に感激しました。

医師紹介



今年の4月から整形外科で勤務しております。患者様の悩みを迅速に解決できるよう尽力いたします。まだまだ修行中の身分ですが、地域の皆様のお役に立てるよう頑張っておりますので、これからもどうぞよろしくお願い致します。

整形外科医師 森下 雅之

お知らせ
コーナー

糖尿病教室 午後3時30分～ 場所：本館3階ロビー
《開始時間が30分遅くなりました》

9月28日(金) **メタボリックシンドローム**
～あなたのウエストが要注意～

10月26日(金) **合併症 1 (動脈硬化)**
～あなたの血管大丈夫?～

☆参加費用は無料です。どなたでもご自由にご参加ください。

ミニコンサート 午後4時～ 場所：本館1階ロビー

9月21日(金) **L.V.Sハートフルコンサート**
出演 Ladies Vocal Society

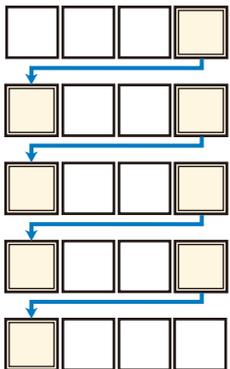
10月11日(木) **秋のマリンバコンサート**
出演 ウッドウン・エコー

☆どなたでもご自由にお越しください。
コンサートの日程は都合により変更になる場合がございますのでご了承下さい。

Quiz

漢字クイズ 前回の答えは「緑・雲・主・念」でした。多数のご応募をいただきありがとうございました。今回もふるってご応募ください。

リストにある漢字を4文字ずつ使い、右の意味に合うようにマス目に入れます。(色の付いたところで、矢印でつながったところは同じ文字です。)最後まで使わなかった(リストに残った)漢字で四字熟語を作ってください。



- 一つのことをがむしゃらにすること。
- 二つの事柄の、どちらか一方を選ぶこと。
- それまでの考えを改め、あることを成し遂げようと決意し、熱心に励むこと。
- 崩壊や敗北などの危機に直面した状態を、一気によい方向に立て直すこと。
- この世に生を受けた者は、必ず滅び死ぬものであるということ。



応募方法

はがきにクイズの答えと、郵便番号・住所・氏名・TEL・ご意見・ご感想をご記入の上、神戸百年記念病院「すこやか編集部」までお送り下さい。抽選で3名の方に図書カードを進呈致します。当選者の発表は、発送をもってかえさせていただきます。

応募締切り

平成24年9月30日
(消印有効)

解答記入欄

--	--	--	--

漢字リスト

一 線 一 回 無 念 二 死 起 者 二 発
二 必 百 折 遮 花 起 者 生 乱 滅 生

◆編集後記◆

残暑厳しいおり、節電が求められている中での熱中症や食中毒が気になります。暑さは我慢せず、心身共に涼くなる工夫を。そして、冷蔵庫を過信せず必要なものだけ保存。となると近所のスーパーは最高の憩いの場。涼しい我が家の冷蔵庫、上手に利用しましょう。9月・10月は季節の変わり目であり、体調の変わり目。身体の変調を感じたら無理せず、我慢せず医師に相談しましょう。

医療法人社団 顕鐘会
神戸百年記念病院 すこやか編集部

編集責任者 楠 徳郎
〒652-0855 神戸市兵庫区御崎町1-9-1
TEL (078)681-6111(代)
FAX (078)681-6118
<http://www.kobe-century-mh.or.jp/>

RESORT ISLAND - KOBE PORTOPIA HOTEL

Hospitality & MICE

国際都市・神戸のリーディングホテルとしてこれからも信頼のサービスをお届けしてまいります。

国際都市・神戸のコンベンションエリアの中核に位置するポートピアホテル。神戸国際会議場、神戸国際展示場などさまざまな施設が隣接。1702人収容のポートピアホールは、国際会議からコンサートまで幅広くご利用いただける最新の設備を備えた多目的ホールです。ホテル内の大小36の宴会場とのコーディネートによりあらゆる研修会・表彰式典・懇親会等に対応いたします。神戸空港に一番近く増々便利に。

ご予約・お問い合わせは…
Tel.078-302-1111



〒650-0046 神戸市中央区港島中町6丁目10番地1
東京Tel.03-3256-5005 大阪Tel.06-6203-6800
ホームページ <http://www.portopia.co.jp>

ホテル概要

- 客室745室 ■宴会場36室
- レストラン、バーなど12店
- 室内/屋外プール、テニスコート
- ジム、サウナ、エステティックサロン
- ショッピングアーケード
- 駐車場450台収容

ポートピアホール概要

- 〈客 席〉
- シアター形式 1,702席
- スクール形式 610席
- 〈ホール機能〉
- コンサートホール対応
- (残響可変装置・音響反射板設置)
- 6カ国語同時通訳設備

