

医療法人弘英会
琵琶湖大橋病院

2024.04

春号

vol.7

Biwako Ohashi Hospital

患者さまに笑顔をお届けする
琵琶湖大橋病院 広報誌

え
ご
こ
ろ

笑
心

【特集】教えて！田中先生

大腸がん何でもQ&A

TAKE FREE

広報誌「笑心」について
ご意見、ご要望をお聞かせください
▽アンケートフォームはこちら



田中's Answer

大腸がんのこと何でもお答えします!



これだけは知っておきたい!

大腸がんQ&A

Q 内視鏡を使った検査って痛いんでしょう?

A 痛みを最小限に抑える工夫をしています。大腸内視鏡検査では、できるだけ苦痛を感じないよう細心の注意を払って検査をしています。大腸の形は一人おひとり違うため、内視鏡の挿入が難しい方は痛みやつらさを感じる場合があります。軽い睡眠導入剤を使用して(鎮静)、眠っている間に検査をするなど痛みや不快感を軽減する工夫を行っていますので、不安な方は担当医にご相談ください。

Q 医師に「大腸ポリープ」と言われた。大腸がんってことですか?

A 必ずしもがんとは限りません。「大腸ポリープ」とは正式な病名ではありません。粘膜からイボ状に隆起した病変のことを全て「大腸ポリープ」と呼びます。大腸ポリープは腫瘍ではないものから良性腫瘍・悪性腫瘍までさまざまな病変が含まれ、大腸ポリープの中の悪性腫瘍のことを「大腸がん」と呼びます。初めは良性だった腫瘍が大きくなると悪性になります。「大腸ポリープ」と言われたら、必ず主治医に組織検査の結果を確認するようにしましょう。

Q がん家系でなければ、大腸がんにはなりませんか?

A がんになる可能性はあります。大腸がんの多くは、遺伝だけでなく食生活や運動などの生活習慣が原因とされています。また、高齢になると誰でも大腸がんになる可能性が高くなります。血縁者に大腸がんの人がいるかどうかにかかわらず、生活習慣に気を配り、定期的な検査を受けることが大切です。

Q 大腸がん検診を受けた方がいいですか?

A 必ずがん検診は受けましょう!さらに節目には「大腸内視鏡検査」や「大腸CT検査」を受ける事をお勧めします。大腸がん検診は40歳以上から推奨されていますが、なかには大腸がん検診(便潜血検査)をすり抜けるがんもあります。できれば「大腸内視鏡検査」や「大腸CT検査」といった大腸そのものをみる検査をおすすめします。

Q 検査は毎年受けなければいけませんか?

A 大腸がん検診(便潜血検査)は年に1回、「大腸内視鏡検査」や「大腸CT検査」は2~3年に1回受けましょう。大腸がんはゆっくりと進行するという特徴があるので大腸内視鏡検査や大腸CT検査は2~3年に一度で大丈夫です。直接的な予防法がないため、定期的な検査で早期発見をすることが最大の予防法です。各自治体で40歳以上の方を対象にがん検診(便潜血検査)を実施しています。便潜血検査は検査精度が低いので必ず毎年受けるようにしましょう。がん検診を受けて異常がみられた場合や医師に相談したいことがある場合は当院消化器内科へ。



自信を持っておすすめしています!

大腸CT検査Q&A

Q 大腸CT検査ってどんな検査?

A お尻からカメラを入れずに、大腸の中を観察する検査です。大腸を風船のように膨らませた状態でCTを撮影し、コンピューターで大腸の3D画像を作成し、大腸の中の病変(大腸ポリープなど)を見つける検査です。大腸内視鏡検査に比べて痛みや不快感も少ない検査です。

Q 大腸CT検査にはどんなメリットがあるの?

A 検査時間が短く、体への負担を軽減できます。大腸カメラを入れないので痛み・不快感が軽減されます。検査時間は5~10分程度で、検査前に飲む下剤もわずか400ml。これまで大腸内視鏡検査が難しかった方でも検査が可能です。

Q 大腸CT検査を受けたい!

A 当院の消化器内科へご相談ください! 県内で大腸CT検査を実施している医療機関はまだ少ないですが、当院では自信を持って大腸CT検査をおすすめしています。大腸内視鏡検査との違いや検査方法について丁寧に説明を行っていますので、ぜひ当院消化器内科へお越しください。



教えて!田中先生

がん患者数 NO.1

大腸がん

大腸がんは日本で死亡人口が一番多い病気です

日本人が一生のうちのがんと診断される確率は、男性が65.5%、女性が51.2%と男女とも2人に1人の割合です。なかでも「大腸がん」は日本人で最もなりやすいがんのひとつで、罹患者数、死亡者数ともに上位となっています。

たなか のりこ

田中 順子 先生

役職: 消化器センター医師

専門領域: 消化器内科、健診

卒業大学: 徳島大学医学部医学科

医師免許取得年: 平成19年

資格: 日本内科学会認定内科医

日本消化器病学会専門医

日本消化器内視鏡学会専門医

日本消化器がん検診学会総合認定医

日本消化管Virtual Reality学会理事

人間ドックアドバイザー



◇部位別 罹患者数・死亡者数

	罹患者数 (2019年)	死亡者数 (2021年)
1位	大腸 155,625人	肺 76,212人
2位	肺 126,548人	大腸 52,418人
3位	胃 124,319人	胃 41,624人

※出典: 国立がん研究センターがん情報サービス「がん統計」(全国がん登録)

◇男女別 罹患者数・死亡者数

	罹患者数 (2019年)		死亡者数 (2021年)	
	男	女	男	女
1位	前立腺	乳房	肺	大腸
2位	大腸	大腸	大腸	肺
3位	胃	肺	胃	膵臓

※出典: 国立がん研究センターがん情報サービス「がん統計」(全国がん登録)

大腸がんは治る病気!

自覚症状がなくても、定期的な検査を受けましょう。日本人のなかで最もかかる人が多い「大腸がん」ですが、治る可能性が高いがんでもあります。治る病気なのに、がん検査を受けていないために発見が遅れ、亡くなってしまうケースが多いのです。がんは自覚症状がなく進行するので、「自覚症状がないから検査は必要ない」と考えるのではなく、自覚症状がなくても定期的に検査を受けることが大切です。また、大腸がんは予防法がないので、検査を受け、病変を早期発見し治療をすることが最大の予防法です。定期的に検査を受けることで助かる命がたくさんあるのです。

医師 **山本剛司** 先生
 消化器内科

これまで以上に質の高い
 検査・処置・診療を行っています

2023年4月に、琵琶湖大橋病院消化器内科に赴任しました。基本的には消化器全般を診ておりますが、主に内視鏡診療（中でも最近は胆膵内視鏡）を得意としています。当院消化器内科の常勤医はこれまで川原先生おひとりでしたが、昨年から私を含めた3人体制となりました。3人体制になり約1年、内視鏡での検査や処置の数も増え、新しい機器も導入されたことで診療の幅や質も向上していると感じています。しかし、単に医師が増えたからといって、私たち医師だけが検査や処置、診療を行っているわけでは
 ありません。看護師や各専門技師などコメディカルの方々のサポートは、内視鏡検査・処置を安全かつ円滑に行うためには不可欠です。設備や環境が整っていないとできないこともありますが、それ以上にマンパワーが足りなくてできないことも多いからです。



プロフィール
 免許取得年：2008年
 出身大学：滋賀医科大学
 専門領域：消化器一般
 認定資格：がん緩和ケア講習会修了 指導医講習会修了

職員 **林田龍夕**
 地域連携課

フットワークの軽さは弘英会NO.1です！

地域の中核病院様や開業医様と連携し、外来の患者様の受診、入院や転院の受付などを行っています。入院される患者様や他の医療機関から転院される患者様、当院からより専門的な医療機関へ転院される患者様の最初の窓口となる立場なので、「人の命がかかっている」ということを念頭に置き、確実性とスピード感を心がけています。
 母が看護師、祖父が患者様の送迎ドライバーとして琵琶湖大橋病院に勤務していた影響で、私も誰かの役に立つ仕事をしたいと思い、この仕事に就きました。たくさんの方の職員のおかげで、親子3代で働いているのは私たちが誇りに思っています。
 プライベートでは週に数回フィットネスジムに通っています。体を動かすことが好き！という建前で、「最近少し太った？」と言われたときに「あ、これ筋肉なんですよ」と返すための口実です。またフットワークの軽さは弘英会NO.1です。特にお酒のお誘いは出席率100%。たくさんの方の先方のお話を聞いて成長していきたいです。

地域連携課

林田さんの所属する地域連携課をご紹介します！

地域連携課は比較的若い職員が多く、元気いっぱいでの外務の医療機関、関係機関とのやり取りが多いため、正確な情報伝達と丁寧な伝え方を心がけております。患者様の為に、部署が一丸となって業務に取り組み、「琵琶湖大橋病院の地域連携課は頼れる！」と言っていただけるように日々励んでいきます。



プロフィール
 職種：事務
 入社年度：令和3年11月

医療法人弘英会の
 介護施設や介護サービスをご紹介
心ある介護

「ウィズ・ハート」の取り組みをご紹介します



居宅介護支援事業所
 ウィズ・ハート 所長
 松田雄次

ウィズ・ハートでは、ご利用者様がご自宅で自立した生活を送るための支援を行っています。今回は、居宅介護支援事業所の仕事や取り組みなどをご紹介します。

昨年12月、アル・プラザ堅田
 2階へ移転しました！

居宅介護支援事業所「ウィズ・ハート」は、医療機関や関係機関と連携し、ご利用者様が安心して自宅で生活できるように支援を行っています。当事業所では、すべてのケアマネジャー（以下：ケアマネ）が介護福祉士の資格を有しています。様々なケースに対応できる知識と経験が豊富なスタッフがご本人の望む暮らしをサポート致します。昨年12月、アル・プラザ堅田の2階に事務所を移転しました。地域住民の方々にとって利便性の高い立地を活かし、これまで以上に気軽に医療介護についてご相談いただける事業所を目指し、より一層邁進してまいります。

未来のケアマネジャーを
 積極的に育成しています

地域によってはケアマネ不足が深刻な問題となっています。その理由に、資格取得が難しいことや資格の維持が大変であること、さらにケアマネの高齢化と課題が山積みです。こうした課題は各事業所だけの問題ではなく、地域や業界全体の課題であると考え、当事業所では実習生の受け入れを積極的に



▲実習生の指導を通して事業所全体の成長を目指します

実習生を積極的に受け入れ
 未来のケアマネジャーを育てる

行っています。実習生がこれまで学んだケアマネジメントの理論を実際の現場で体験することで、高齢者の多様な生活の実態を知り、実践に結びつける貴重な機会となります。また、実習生の指導を行うことで、私たちもケアマネジメント過程を一から見直すことができるので、事業所としてより質の高いサービスを提供できるようになるはず

です。「ケアマネは大変そうだからやめておこう」ではなく「私もケアマネの仕事がしたい」と思う方が一人でも増えるよう、ケアマネという仕事の重要性や魅力を伝えて未来のケアマネを育成し、地域貢献に役立ちたいと思います。

ご利用者様の入退院
 支援の事例をご紹介します

訪問介護事業所から、お一人暮らしのご利用者様が体調不良を起こしておられるとの連絡を受け訪問しました。食事・水分が摂取できておらず腹痛もみられたため、救急搬送を要請。琵琶湖大橋病院にて検査を受けられ、そのまま入院・手術となりました。後日状態が落ち着かれてからご本人と面会し、これからの生活についてのご希望と、医師や看護師、相談員等からの情報を共有し、退院後も切れ目なくサービスが受けられるよう調整を行いました。

医療や福祉のサービスが必要とする人は、病气や障がい、経済的困窮、社会からの孤立などの困難を複合的に抱えているケースもあります。適切な判断と他職種同士のスムーズな連携により支援につながった事例でした。



▲入退院支援のご利用者様と

居宅介護支援事業所 ウィズ・ハート

経験豊富なケアマネジャーとヘルパーが多数在籍し、在宅利用者が一番近い存在としてその人らしい暮らし方と生活の質向上に日々取り組んでいます。

主な特徴

- ご利用者様やご家族様に対して、介護に関する情報提供や相談支援を行います。
- 医療依存度の高い方、ターミナルの支援も対応しています。
- 医療機関や関係機関と連携し、ご利用者様が安心して自宅で生活できるように支援します。

ウィズ・ハート

〒520-0242
 滋賀県大津市本堅田5丁目20番10号
 アル・プラザ堅田 2階

・訪問介護・生活支援
 TEL 077-573-7201
 ・居宅介護支援
 TEL 077-573-2525



ウィズ・ハートHP

介護情報に関するご案内

介護インフォ
 KAIGO INFO
 HP、SNSも是非ご覧ください！

介護サービスの詳細はHPよりご覧いただけます



ホームページ

各介護施設のお知らせなどはこちら！



Instagram



癒しの猫姉妹

仕事で疲れた日でも、家に帰ると猫たちが待っていてくれます。もともと大派の私でしたが、猫を飼い始めてからメロメロになってしまいました。

うちのかわいい猫ちゃんたちを紹介！お姉ちゃん猫のスコティッシュフォールド「ジュリ」さんは現在3歳。生後3か月のときに会い一目惚れしました。1週間毎日ペットショップに会いに行き抱っこしているうちにかわいびー玉のような目が忘れられなくなり、「この出会いはもうないかもしれない」とすぐにお店に電話をし、中谷家に迎えしました。性格は甘えんぼで少し天然ちゃん。私が家に帰ると、足にスリスリしてきたり膝の上でくっついていたりしてくれます。妹猫の「チャチャ」さんは現在2歳。推定生後1か月半の子猫ちゃんのように雨の中震えながらミャア

オフの時、なにしている？
What's yourself



ミャア鳴いていたところを妻に助けられ、泥まみれでおうちにやってきました。おうちに来た瞬間から子どもたちのことが大好きで、姿が見えないと「マ〜オ」と心配してしまいます。

2匹はともども仲が悪く、トムとジェリーのごとく追いかけていて中谷家はいつも運動会状態です。いつか2匹仲良く一緒に寝てくれることを願いつつ、またの機会に2匹の近況をお伝えしたいと思います。にゃ〜。

私の休日をご紹介します！



琵琶湖大橋病院 臨床工学技術科 科長
中谷 晋資

透析治療、心臓カテーテル治療、内視鏡治療に携わっており、その他の医療機器の点検などに務めています。患者さんの笑顔に胸に、臨床現場で毎日頑張っております。

Q 私はこんな人！
臨床工学技士の学校を卒業してから琵琶湖大橋病院に入職して18年目！座右の銘は「生涯現役」。まだまだ若手には負けない気持ちで、初心を忘れずに邁進していきます。

毎日に毎日を過ごすための //

琵琶湖大橋病院
リハビリテーション科

身体に良い話

今回の担当は...

理学療法士 主任
原田 昌和
人との繋がりを大切に、温かい対応を心がけています。

作業療法士
成瀬 拓也
呼吸療法士の資格勉強中。学んだ事を患者様・ご利用者様に還元できるよう頑張ります！

理学療法士
山本 恵造
真面目に笑顔で元気よく楽しくリハビリを提供できるように頑張っています！

言語聴覚士
宗 麻里子
「笑う門には福来る」をモットーに笑いの絶えないリハビリを提供できるよう日々励んでいます。

言語聴覚士
三好 茉莉花
患者様に写真と実物が違ふとよく言われる天真爛漫な言語聴覚士です。

舌の筋トレで会話も食事も快適に！ 自宅で始める簡単“舌トレーニング”

最近食事の際にむせ込みやすい、家族と話していると「言葉が分かりにくい」と言われてしまった、ということはありませんか。噛んだ食べ物を喉の奥へ送り込んだり言葉をはっきりと話したりするのが舌の役割ですが、舌の動きが悪いと誤嚥(飲食物が気管に入ること)しやすくなったり、滑舌が悪くなりはっきりとした発話が難しくなってしまいます。

“舌トレーニング”で舌の筋力と柔軟性を高めることで、美味しく食事をとることができたり、楽しく会話することができたりと、心身の健康にも繋がります。少しの時間で簡単にできる“舌トレーニング”、さっそく今日から始めてみましょう。

舌の筋トレ
舌をできるだけ前に突き出し、上下左右に動かす。
1日に3セット、各10回ずつ行いましょう。

-
-
-
-

発音練習
「ば」「た」「か」「ら」といった発音が難しい音を繰り返し発声する。
1日に3セット、各音なるべく速く、10回ずつ発声しましょう。

さくらテラス 施設長
西田 竜介

ご利用者様、ご家族様、職員、そして地域の方々が幸せになれるような運営を心がけています。ご利用者様や職員の生き生きとした姿を見ると元気をもらえます。

Q 私はこんな人！
ロックが好きで、大学時代はバンドを組みエレキベースに挑戦してみました。最近の音楽はわかりませんが、今でも当時好きだったビートルズやローリングストーンズの曲を聴いています。



今回の撮影者

立木観音 (立木山安養寺)

毎年大晦日に地元の友人とお参りをし、カウントダウンをしています。800余段の階段昇降が年々つらくなっていますが、続けていきたいです。

ACCESS
京阪バス 立木観音前より徒歩約3分



▲ この階段が、荒行のスタートです。

階段を登り切ったところで、いただくゆず茶は至福の一杯です。



弘英会のスタッフが滋賀のオスミスポットやお店をご紹介します。ぜひ足を運んでみてください！

私だけの滋賀バシヨ

GO! フレッシュチャーズ

B・O・Hケア・サービスセンター
作業療法士 **井手 愛美**

弘英会で活躍する若手スタッフをご紹介します！



Q 私はこんな人！
私は負けず嫌いな性格で、人の為に働くことが好きです。休みの日はよく映画鑑賞に行きます。

祖父母の影響により、医療に関わる仕事に就きたいと考えていました。初めは日常生活のお手伝いをする介護福祉士を目指していましたが、実習でリハビリの見学をする機会があり、病気によって生活に不安を持たれている方にこれからも楽しく暮らしていただくお手伝いができる作業療

法士の仕事に魅力を感じました。作業療法士は機能訓練に注目されていますが、それだけでなく、病気と向き合いながらその人らしく過ごすためにはどうすればいいのかと考えて日々の仕事に取り組んでいます。今後は、在宅の生活だけではなく社会や地域の方との交流も持っていたり、最期まで楽しい生活を送ることができたと感じていただけるよう、私自身も視野を広げていきたいと思っています。

旬の食材!

えいよう道場

栄養科直伝！旬の食材やおすすめの食べ方をご紹介します。今回は、春野菜の代表格「新玉ねぎ」です。

新玉ねぎ



主な栄養素
硫化アリル(アリシン)、ケルセチン、カリウムなど

春のおすすめ食材

柔らかくて甘い「新玉ねぎ」でアンチエイジング！

日本の玉ねぎには春物と秋物があります。通常の玉ねぎは日持ちを良くするために収穫後1ヶ月ほど乾燥させてから出荷されますが、新玉ねぎは温暖な地域で3〜4月頃に出荷される早取りの玉ねぎの総称。玉ねぎ特有の辛みやおいの元となる成分の「硫化アリル」(別名アリシン)は血液をサラサラにしてくれるため、コレステロールの代謝促進や血栓予防に効果があり、動脈硬化の予防になると言われています。ただし、水に溶けやすく熱に弱い特性があるので、生でも食べられる新玉ねぎがおすすめです。

アリシンは、豚肉や大豆、いわしなどに含まれるビタミンB1と一緒に食べると吸収が良くなり、疲労回復に役立ちます。また、ポリフェノールの一種であるケルセチンは、新玉ねぎや玉ねぎの外側の皮に近い部分に含まれています。ケルセチンには抗酸化作用があり、アンチエイジング効果のほか、動脈硬化の予防、免疫力の向上などが期待できます。



Q 私はこんな人！
趣味は高校の頃からずっと続けているスキーとスノーボードです。コロナ禍以降は行けておらず、身体が鈍る一方です。

今回の担当 琵琶湖大橋病院 診療技術課長/栄養科科長 **村松 典子**

診療技術部の管理業務、栄養科として在宅訪問栄養指導を中心とした栄養指導及び栄養管理、入院患者食の給食管理、栄養科内の衛生管理を行っています。特に、在宅訪問栄養指導の介入をさせていただくことで、入院せずに穏やかに在宅生活を継続される方が一人でも多く増えていることが、自身のやりがいに繋がっています。



BOH パートナークリニック

琵琶湖大橋病院と連携している
 医院や診療所をご紹介します！



ふくた診療所

内科 消化器科 (大津市八屋戸)

当地に開業して25年が過ぎました。小さな診療所ですが、できるかぎりどんな病気にも対応しようと取り組んできました。内科、消化器科を掲げており胃カメラや腹部エコーを実施していますが、実態は「何でも診る科」です。当診療所では、開業当初から在宅診療を行っており、自宅まで最期まで過ごしたい方にはそのお手伝いもしています。また、人工呼吸器を使う患者さんや重い障害を抱えた子どもさんの訪問診療も行うようになりました。

旧志賀町エリアを中心とした大津市北部で、在宅医療、在宅介護にかかわる様々な職種の人たちが集まり、2か月に1回勉強会を開催しています。10年前に私の呼びかけで始まりましたが、毎回50名ほどの参加があり、地域の在宅療養を支えるために多くの人が熱心に勉強する姿に感動しています。認知症でも末期癌でも、その人が望むなら最後まで自宅で過ごせる地域にできるよう、力を合わせて頑張っていきたいと思います。

ふくた診療所 所長 福田章典



ふくた診療所

滋賀県大津市八屋戸971-5
 ※駐車場あり
 TEL:077-592-8003

【外来診療時間】

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00~12:00	●	●	●	△	●	●	△
17:00~19:30	●	●	●	△	●	△	△

【休診日】

木曜日、土曜日午後、日・祝祭日
 年末年始、お盆等
 ※現在、19時以降を発熱外来としており
 診療時間を変更しています。

**目標はオリンピック優勝！
 自分を信じてやり切りたい**

3歳からスキーを始め、6歳でアルペン競技を始めました。両親がスキー好きだったため、毎年冬に家族でスキーに行くことが恒例行事でした。アルペン競技は、自宅のすぐ近くにある『びわ湖ハレイス キー場』にレーシングチームがあったこと、兄が所属していたこともあり始めることになりました。

競技への思いが強くなったのは小学5年生の時でした。当時、全国大会出場を目指していたのですが、滋賀県予選で敗退し出場を逃してしまいました。それが本当に悔しくてたまらなかったことを今でも鮮明に覚えています。翌年から新潟県のチームに入り、夏の残



アルペンスキーヤー 田中 小晴 選手

地域自慢

聞いてほしい！



アルペンスキーヤー 田中 小晴 選手

2003年5月1日生まれ 滋賀県大津市出身
 6歳からアルペンスキーを始め、14歳で新潟県妙高市に単身移住。高校2年でインターハイ優勝。その後も全国大会で優勝、入賞。早稲田大学スキー部に所属し、日本代表として国際大会優勝を目標に活動中。

雪スキーや、冬にはできるだけだけ新潟に通い練習を重ねました。その結果、滋賀県代表として全国大会に出場することができました。中学2年生になり、より良い環境を求めて新潟県の学校に転校し、全国大会で勝利を重ねることに競技にのめり込んでいきました。

現在は、オリンピック優勝を目指し活動しています。高校生の頃から世界を目指してみたい気持ちは少しだけあったものの、自信がなく公言出来ずにいました。しかしその思いは年々大きくなり、自分でも無視できない思いになりました。たくさん葛藤があったものの、自分の気持ちに正直に、挑戦する覚悟を決めました。たくさんの方々の支えもあり、後援会も発足していただきました。今は、自分を信じてやれるところまでやり切ってみようと思っています。

一般外来診療のご案内(ご予約のされていない方)

各診療科の診療日・担当医については、
 当院までお問合せください。

TEL **077-573-4321**

詳細は当院ホームページでもご確認いただけます。

琵琶湖大橋病院

検索

<https://boh.or.jp/>

かかりつけ医がある方は紹介状をお持ちください



医療法人 弘英会

琵琶湖大橋病院

公財)日本医療機能評価機構認定病院

〒520-0232

滋賀県大津市真野五丁目1番29号



病院の
 詳細は
 こちら！



公式LINE

スマホでも
 広報誌が
 閲覧できます！



Instagram

病院の日常を
 発信して
 います！

広報誌「笑心」、次回は夏発行予定です。
 笑心では、BOHのファンづくりを目指して、様々な施設や取り組み、働く職員などを紹介していきます！ぜひ楽しみに！