

# かなえ

第46号(平成27年12月)

医療法人社団鼎会 三和病院 ・ 八柱三和クリニック

千葉県松戸市日暮7-379 047-712-0202 松戸市日暮1-16-2 047-312-8830

<http://www.sanwa-hsp.or.jp> <http://www.y-sanwa-cl.com>



9月のある日21世紀の森公園を訪れた。

正面入口から左手の蕎麦屋に行くのがいつもの散歩道である。今回は植物園のコースに行く。

小さな橋があり、彼岸花が咲いている。アカメガシワの木と、立ち入り禁止用の柵がある。

小径にはピンクの花がありミズソバか、アキノウナギツカミか。

紫色の花はツリフネソウ(水辺によく生える花で、花の形が帆掛け船を吊り下げた風に見える事による)

紅ミズヒキ白ミズヒキもあり、道端にも楽しみがある秋の一日であった。

2015年10月12日

絵と文 : 松戸市在住 水彩画家 菅谷功 氏

今回はいくつかの話題を選んでお話ししたいと思います。

～【 話題 1 】～  
5年生存率 50%??

北斗晶さんが5年生存率50%と公表して話題になりました。噂によるとステージIIということなので、これが本当ならば統計的にステージIIの5年生存率は90%以上です。主治医の説明を聞き間違えたか、勘違いしたかと思われます。乳がんの患者さんがとても不安になって「自分も生存率50%なんですか？」と何人もの方に聞かれました。北斗さんのおかげで乳がん検診を受ける方が急増して、大きな啓蒙効果になったことは間違いありませんが、不確実な情報から多くの方が不必要な不安を感じるようになってしまったのは残念なことでした。



～【 話題 2 】～  
乳製品の摂取は  
乳がんを増加させる??

乳製品を摂ると乳がんになりやすいと噂が広まっているようで、診察室でもよく聞かれます。高脂肪性乳製品の摂取による乳がんリスクの増加が報告されていますが、乳製品全般の摂取は乳がん発症のリスクを減少させる可能性が示されており、むしろ摂取することをお勧めしています。一方、乳がん患者さんにとって乳製品の摂取はどう影響するかということは様々なデータがあり、はっきりしたことは分かっていません。

しかし、高脂肪乳製品の摂取は分が悪いデータが多く、2014年にWorld Cancer Research Fund (WCRF)が出した報告書では、総脂肪摂取量と乳がん患者の全死亡リスクの増加の可能性が示唆されているため、高脂肪乳製品の摂取は控えた方がいいでしょう。

～【 話題 3 】～  
太ると乳がんになりやすい?

これはどうやら本当のようです。特に閉経後の方では肥満と乳がんリスクの増加は確実で、特に20歳以降に体重が増加しその後肥満に陥った60歳以上の女性では乳がん発症リスク増加が顕著であったというデータがあります。閉経前の方でも最新の精度が高い日本人データでは、やはり肥満と乳癌リスク増加が示されているので気を付けた方がいいですね。一方、乳がん患者さんでも診断時よりも太ってしまった場合、再発リスクが高くなることがわかっています。その理由はわかっていませんが、ホルモン治療薬や抗がん剤の効果が十分発揮されない可能性が考えられています。体重増加はがんに対してだけではなくて様々な病気に対してもいいことではないので適度な運動と食事コントロールで適正体重維持を心掛けたいですね。



～ 【 話 題 4 】 ～  
マンモグラフィでの被ばくが心配？

マンモグラフィには被ばくという問題があり、その安全性について時々患者さんから質問をお受けします。私たちは、まったく知らない間に年間約**2.40mSv**の自然放射線を浴びています。また、東京からサンフランシスコまで飛行機で移動する間に受ける自然放射線は**0.038mSv**というデータもあります(Tips & Traps 2001 Sep)。マンモグラフィによる被ばく量は**0.05～0.15mSv**といわれており、自然放射線や飛行機旅行と比べてもその線量は多くなく、ほとんど問題ないことがわかると思います。もちろん、だからといってむやみに撮影していいということにはなりません、恐れすぎる必要はないのです。



さくらんぼの会 が開催されました

11月28日に「さくらんぼの会」という乳がん治療を受けた方の会が開かれました。参加される方々の情報交換の場としても好評で多くの方が会合を楽しみにしてくださっており、今回の会にも多数の方が参加されました。



新しく参加された方も加わり、たくさんの会話と笑顔で元気をもらったの散会となりました。

～ 防犯講習会(クリニック) ～

三和病院に続いて八柱三和クリニックでも防犯講習会を開催しました。



～ 職員研修会 ～

「経営管理 活動とリーダーシップ(フォロアーシップ)」というテーマで職員研修会を開催しました。



三和病院・八柱駅間シャトルバス運行予定表

	八柱駅発	三和病院発
8時	40	50
9時	00, 20, 40	10, 30, 50
10時	00, 40	30, 50
11時	00, 20, 40	10, 30, 50
12時	00, 40	30, 50
13時	00, 20	10, 30*
	昼休み	※土曜日のみ運行の最終便
14時	30	15, 45
15時	00, 30	15, 45
16時	00, 30	15, 45
17時	00	20

\*最終便は利用状況によって時間が変更される場合があります。  
\*交通状況等によって時間通りに運行できないことがあります。



現在、下記の方々を募集しております。  
看護師、介護福祉士、栄養士  
理学療法士、言語聴覚士  
診療放射線技師、薬剤師  
当直事務、日直事務(日祭日)  
私たちと一緒に働いてくださる方、ぜひご応募ください。

連絡先 医療法人社団 三和病院  
総務課採用係 047-712-0203

## 八柱三和クリニック外来担当表

		月	火	水	木	金	土
内科1	午前		齊藤		齊藤	齊藤	齊藤
	午後			竹島			
内科2	午前	渡辺聡枝		渡辺聡枝		渡辺聡枝	天野
	午後	渡辺聡枝	鈴木隆弘	渡辺聡枝	高林	渡辺聡枝	
内科3	午前	鈴木明子	鈴木明子	神崎	鈴木明子		松岡
	午後	鈴木明子	鈴木明子	神崎 2,4	鈴木明子	鈴木明子	
皮膚科	午前			東竹			
	午後						

## 三和病院外来担当表

		月	火	水	木	金	土
内科1	午前				渡辺聡枝	鈴木明子	渡辺聡枝
	午後			高林			
内科2	午前	李	李				李
	午後			藪下	李	李	
内科3	午前	高林		竹島	稲葉	砂金	高林 2,3,4
	午後		平井				
内科4	午前			齊藤			
	午後	齊藤					
整形外科	午前						早田 2,4
	午後	小酒井 2,4		櫻井	小林 1,3,5 吉田 2,4		
皮膚科	午前					川添	
	午後					川添	
乳腺外科1	午前	渡辺修	渡辺修	(手術)	渡辺修	渡辺修	渡辺修
	午後		渡辺修	(手術)	渡辺修	(手術)	
外科・乳腺外科2	午前	阪口	阪口	(手術)	大久保	阪口	阪口 1,2,3,5 平野 4
	午後			(手術)	大久保	(手術)	
消化器外科	午前		渡辺英二郎	渡辺英二郎			渡辺英二郎
	午後		(手術)	渡辺英二郎			
形成外科	午前	植村				(手術)	
	午後	(手術)				浜永	
内視鏡	午前	渡辺英二郎	横溝	鈴木明子	渡辺英二郎		島崎 1 浅香 3
	午後	渡辺英二郎	横溝	鈴木明子	渡辺英二郎		
泌尿器科	午前						
	午後			窪田			

受付時間： 午前 8:30～12:00 午後 1:30～5:00

12月19日(土) [整形外科] 浅野 医師 が診療を行います

### 休診のお知らせ

#### 三和病院

- 12月29日(火) [乳腺外科] 渡辺 修 医師 休診
- 12月29日(火) [乳腺外科] 阪口 志帆 医師 休診
- 1月20日(水) [整形外科] 櫻井 晃 医師 休診
- 1月21日(木) [整形外科] 小林 洋平 医師 休診

#### 八柱三和クリニック

- 1月19日(火) [内科] 鈴木 隆弘 医師 休診