

お元気ですか？

ogenkidesuka

第79号

公立富岡総合
病院ニュース

- 乳がんについて(外科)
- あなたにも出来る、命のリレーをつなぐ8分間～一次救命処置(BLS)について～
- 夏休み病院探検を開催しました ● 知って得する健康教室 ● 職場紹介 医療情報課
- 70歳以上の高額療養費自己負担限度額が変更になりました ● 地域医療連携だより



「アンドロメダ大星雲」撮影者：佐藤尚文(16cmε望遠鏡：吾妻観測所)

秋の夜空といえばこのアンドロメダ大星雲です。私たちの天の川銀河の兄弟で230万光年のかなたに浮かんでいます。徐々に私たちの銀河に近づいていて遠い将来合体して一つの銀河になるといわれています。

発行

富岡地域医療事務組合

公立富岡総合病院

〒370-2393 群馬県富岡市富岡2073-1

☎ 0274-63-2111 📠 0274-64-1406

✉ tomihp@mail.gunma.med.or.jp

🌐 <http://www.tomioka-hosp.jp>

乳がん

について

外科 五十嵐清美



最近、芸能人の乳がん報道などをはじめ目にするようになり、乳がんへの関心が高まっています。

それもそのはず、日本では年間約9万人が乳がんにかかり、女性のがん罹患数においては第2位の大腸がん(6万2500人)をおさえダントツで第1位となっています。つまり、日本の女性が一番かかる可能性の高いがんであると云えます。ただ、死亡数では第5位で、かかる人は多いけれど、早期発見して適切な治療を行えば治る人も多いがん、とも言えます。

ところで、みなさん、乳がん検診を受けていますか？

市町村が行っている対策型検診は、40歳以上、2年に一度のマンモグラフィ検診(土視触診)となっています。これは、乳がんによる死亡数を減らすために有用であるという科学的根拠をもとに推奨されているものです。

もちろん、マンモグラフィでは見え

ないがんもありますし、最近話題になっている「高濃度乳房(乳腺濃度が高く全体的に乳腺が白く写る)」の方では病変があっても見つけづらく、マンモグラフィ検診で乳がんを100%見つけられる訳ではありません。

しかし、最も問題なのは、その検診受診率の低さです。我が国の受診率ほどのくらいだと思えますか？実は30〜40%しかないのです。欧米諸国では80〜90%という高い受診率の結果、乳がん死亡率はすでに減少に転じています。日本はまだまだ増加の一途です。

「マンモグラフィって痛いんですよ!」「忙しくて検診に行く時間がないのよ!」「なんか、めんどくさくて!」などと言って、検診に行っていない方がたくさんいらっしゃるのではないのでしょうか?女性の11人に1人が乳がんにかかる今、もはや人ごとではないのです。

また、せっかく検診を受けたのに、届いた「要精査」のお通知をそのまま放置している方、いませんか?検診では、乳がんの可能性を否定できない所見がある方が「要精査」の対象となっており、必ずしも「乳がん」である訳ではありません。むやみに恐れることなく、また、自己判断で「触っても何もないから異常ないだろう」などと考えず、ぜひ受診してください。乳がん

を見つけるチャンスを逃さないようにしましょう。

外来や検診の場で、「乳がんの予防のために」氣を付けることはありますか?と聞かれることがよくあります。乳がん発症との関連がわかっているリスク因子には、次の様なものがあります。

- 早い初経、遅い閉経
- 出産経験がない
- 授乳経験がない、授乳期間が短い
- 初産年齢が高い
- 喫煙
- アルコール摂取
- 肥満

この中で氣を付けることができるのは、喫煙、アルコール摂取、肥満です。それ以外は、今さら自分ではどうすることもできないですよ。

特に近年、女性の喫煙者や肥満傾向の方が増えているということはとても大きな問題です。

肥満は、大腸がんなど他のがんのリスク因子にもなりますし、糖尿病や高血圧、高脂血症などの生活習慣病の原因です。また、肥満や喫煙があることで、全身麻酔がかげられなかったり、術後合併症が生じたり、再発予防のために

必要な術後治療が十分に施せなかったり、と治療方針や予後に影響を及ぼすこともしばしばあります。さらに、乳がんに関して言うと、治療開始時のステージ(病期)が同じでも、肥満患者の方が、がんの再発・死亡のリスクが高いことが確実であるとわかっています。

タバコをやめ、お酒を控え、食事・運動に氣を配って適正体重を維持することで、病気になるづらい体・病気になることも打ち勝てる体を作ることがとても大切です。

そして、今晚、お風呂に入ったら、是非ご自分の乳房を見て、触ってみてください。乳がんは、ご自身でその兆候に氣付くことができる数少ないがんの一つです。実際、当科で乳がんと診断された方の65%が自覚症状にて受診されています。しこり、ひきつれ、分泌物など、何か気になる症状がありましたら、1人で悩んでいないで、まずは早めに外科乳腺外来を受診して下さい。

また、今年度、乳がん検診のお知らせが来ているのに受診していない方は、まだ間に合います!是非受診してください。当院健診センターにて富岡市個別検診等を行っておりますので、どうぞお問い合わせください。



あなたにも出来る、 命のリレーをつなぐ8分間

～Basic Life Support(一次救命処置)～

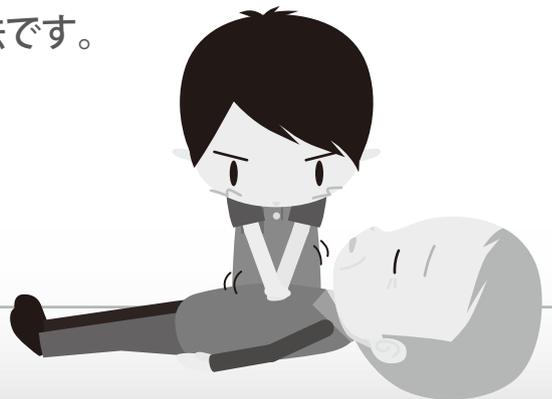
救急看護認定看護師 秋元 由紀

みなさんご存じですか？2011年8月4日、記憶に残っている方もいるかと思いますが、群馬県出身のサッカー選手『ミスターマリノス』とサポーター達から愛されていた松田直樹選手。練習中に突然倒れ、そのまま帰らぬ人となってしまいました。松田選手はわずか34歳でした。練習場所であった公園にはAEDが設置されていませんでした。松田選手の訃報は全世界に報道され、国内外でAEDを設置する動きが広がりました。

2010年以降、救急車の出動件数は7年連続増加し、今や救急車到着までの平均時間は8.6分と言われています。心停止から1分毎に救命率は7～10%下がります。時間が経つほど命が助かる確率は急激に低くなります。一般市民の皆さんによる迅速な救急通報、迅速な救急蘇生は救急隊や医療機関の処置に比べて、心停止患者の救命、社会復帰に大きく貢献すると言われています。目の前で突然人が倒れた時の救急蘇生法として一次救命処置(Basic Life Support)略してBLSと言う蘇生処置があります。

一次救命処置を行ううえで大事となるのがAED(自動体外式除細動器)です。AEDは正常に拍動できなくなった心停止状態の心臓に対して電気ショックを行い、心臓を正常なリズムに戻すための医療機器です。音声ガイダンスの指示に従えば、初めて使用する方でも簡単に操作出来るものです。現在は多くの公共施設に設置され、自動車教習所のカリキュラムにも盛り込まれていますし、医師会や日本赤十字社、消防署などでも講習を受ける事が出来るので、耳にした事がある方も多いのではないかと思います。当院でもBLS・災害対策委員会があり、看護師が中心となって院内のスタッフへの教育活動を行っています。

一次救命処置は一般市民の方にも出来る救急蘇生法です。
自分の大切な家族、友人、そして隣人が突然倒れた時、
命のリレーをつなぐ第一走者はあなたです。
あなたの勇気が命のバトンをつなげます。





第2回

夏休み 病院探検 を開催しました。



7月27日(木) 17時30分〜19時30分に小学生親子を対象とした「第2回夏休み病院探検」を開催しました。

この『病院探検』は、病院での仕事を見学や体験することで医療に興味を持ってもらい、将来医師や看護師をはじめとした医療界を支えていく人材になってくれたらという想いに加え、子供の頃から自分の健康について考えるきっかけ作りになればと昨年から始められた企画です。昨年好評だった為か今年も多数の参加申し込みをいただきました。

当日は厳正なる抽選の上、みごと当選された小学校1〜6年までの児童とその保護者20組36名に

参加いただきました。

参加者には「ぐんまちゃんチーム」「お富ちゃんチーム」「かんらちゃんチーム」「ふつかちゃんチーム」と4つのグループに分かれてもらい、血液浄化室、医療機器管理室、放射線治療室、検査室の4つの部門を回り、探検隊として様々な見学や体験をしてもらいました。

血液浄化室では、コーヒー牛乳を人工腎臓に流し、濾過する実験を体験してもらいました。医療機器管理室では、様々なタイプの人工呼吸器を子供たちに付けてもらい、治療体験をしてもらいました。放射線治療室では、ネコの人形を模擬患者にして実際にX線撮影やCT検査を行い、人形の中がどのような画像になるかを見てもらいました。検査室では、超音波検査(エコー検査)の体験を行い、実際に

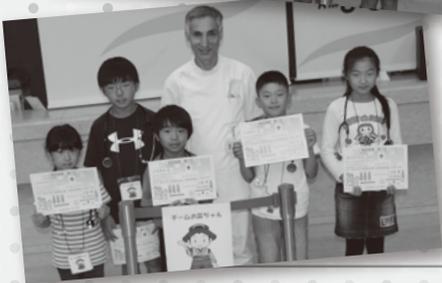
体の中のエコー画像を見てももらいました。

探検終了後には、院長より修了証の授与が行われ、グループごとに記念撮影を行いました。

普段目にするのではない医療機器や画像を見たり、各部門担当の医療技術者から話を聞きながら体験したりと参加した子供たちはもちろん、同行された保護者の方々からも好評をいただきました。「将来は医者になりたい。」「看護師になりたい」と思っています。「薬剤師になるにはどうしたら良いか?」などの声も聞かれ、すでに医療に興味を持たれているお子さんがたくさんいたことに驚かされました。

これからも、皆さんに楽しみながら学べる企画を実施していきたいと考えています。

放射線技術科 係長 清水祐浩



知って得する健康教室

～脳活のススメ～いつまでも、若々しく・元気で・健康に
「脳を活性化する食事・運動・睡眠・歯磨き」

開催日時 平成29年**10月29日**(日)
午前9時～午前12時

実施場所 健診センター

参加費 **無料**

定員 30名(申し込み順)

申し込み 10月1日からお申し込み開始

*当日は動きやすい服装・靴で来てください

*当日の血圧が高めの方、総入れ歯の方は一部できない検査があります



当日の予定

9時～10時

- ・受付 ・生活体力測定
- ・咀嚼力ガムチェック

10時～ 講座①

「脳活クイズQ&A」

10時30分～

おやつバイキング

10時45分～ 講座②

「脳活に役立つ
食事・運動・睡眠・歯磨き」

10時～ (希望者)

『健康相談コーナー』
保健師・看護師がお答えします
健診結果をお持ちください

申し込み・問い合わせ先

公立富岡総合病院 健診センター Tel.0274-63-2111 高橋まで

職場紹介 医療情報課

診療情報管理係

診療情報管理係は職員 5 名、会計業務委託 22 名、資料管理業務委託 6 名の大所帯です。

主な業務内容は病院の施設基準届出、各外来会計窓口、入院会計業務で皆様の会計の管理、保険請求、病院の統計を管理、紙媒体の管理等多岐に渡ります。その中でも診療費の請求は皆様の会計と保険請求がセットで成り立っていますので、毎月の保険証確認にご協力をよろしくをお願いします。



診療支援係



診療支援係は、医師の業務負担の軽減を図ることを目的として、医師事務作業補助業務を行っています。

主な内容は、診断書等の文書の作成補助や、入院患者さまの退院時サマリー（入院要約）の一部代行入力、がん登録などです。当院では平成 19 年 1 月から「がん診療連携拠点病院」として院内がん登録を行っています。また、平成 28 年 1 月からは「全国がん登録」制度がスタートし、がんと診断されたすべての人のデータを各医療機関で登録し、国で 1 つにまとめて集計・分析・管理する新しい取り組みが行われています。

電算係

病院内では、電子カルテを始めとした様々なコンピュータシステムを利用し、診療・業務が行われています。

そのコンピュータシステムの保守・管理が、電算係の主な業務になります。システムの中核となるサーバーのメンテナンス・修理はもちろんのこと、パソコンやその周辺機器のトラブルの対応も行っており、24 時間 365 日、診療・業務に支障が出ないように努めています。

また、院内職員向けの情報発信ホームページの更新や、統計・情報管理アプリケーション等の作成も行っており、IT を利用して、職員が効率よく仕事ができるような手助けをしています。



高額療養費自己負担限度額が変更になりました

平成29年8月より**70歳以上の方の高額療養費自己負担限度額が変更**になりました。

高額療養費とは、病院などで支払った1ヶ月の医療費のうち、自己負担の限度額を超えた分について加入している健康保険から支給される制度です。

所得区分が「現役並み所得者」と「一般」の人は、自己負担限度額が次の表のとおり変更されます。なお、**70歳未満の人の自己負担限度額は変更ありません。**

平成29年7月診療分まで

所得区分	自己負担限度額	
	個人で通院のみの場合	世帯の中で入院がある場合 (入院・通院合計)
現役並み所得者 (窓口負担3割の方)	44,400円	80,100円 + (総医療費 - 267,000円) × 1% 【多数回該当: 44,400円】
一般	12,000円	44,400円
住民税非課税	8,000円	24,600円
		15,000円



平成29年8月診療分から

所得区分	自己負担限度額	
	個人で通院のみの場合	世帯の中で入院がある場合 (入院・通院合計)
現役並み所得者 (窓口負担3割の方)	57,600円	80,100円 + (総医療費 - 267,000円) × 1% 【多数回該当: 44,400円】
一般	14,000円 【年間上限144,000円】	57,600円 【多数回該当: 44,400円】
住民税非課税	8,000円	24,600円
		15,000円

※太字部分が変更になったところとなります。

◎多数回該当とは過去1年以内に同じ世帯で4回以上高額療養費に該当した場合の4回目以降に適用される金額です。多数回該当は病院での支払額が変わる場合と、健康保険に申請して返金していただく場合があります。

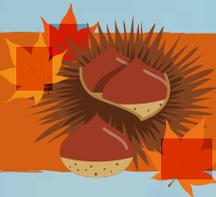
◎通院の年間上限とは今年8月から来年7月までの1年間の自己負担額の合算の上限額です。通院の年間上限額は健康保険に申請して返金していただく形となります。

◎いずれの場合も、領収書が必要ですので、診察後の領収書は大切に保管してください。また保険証の確認が取れていないと高額療養費の該当にならない場合がありますので、月1回必ず保険証の提出をお願いします。

☆詳しくはお近くの事務職員までお問い合わせください。



地域医療連携だより



がん診療連携拠点病院強化事業・群馬県介護支援専門員協会 富岡甘楽支部研修会

公立富岡総合病院 市民公開講座

『人生最期の迎え方』老衰死

～The Last Moment Life Welcomed the Day～ 穏やかな最期を迎えるには



場所 富岡市かぶら文化ホール
(群馬県富岡市上黒岩1674-1)

日時 2017年11月17日(金)
開演:18時30分

講師 石飛 幸三 先生

講師紹介

1935年 広島県生まれ
1961年 慶応義塾大学医学部卒業
1970年からドイツのフェルディナンド・ザウアーブルッフ記念病院で血管外科医として勤務。帰国後、東京都済生会中央病院に勤務。30年間に渡り血管外科の発展に寄与する。「老衰へどこまで医師が介入すべきか」を考え、2005年12月より特別養護老人ホーム芦花ホーム常勤医となり現在に至る。2010年刊行「平穏死のすすめ」(講談社)は発刊1年で4万5千部の超ベストセラー。

入場無料

どなたでも
ご参加いただけます

座長:佐藤 尚文(公立富岡総合病院院長)

主催:富岡地域医療事務組合 公立富岡総合病院・公立七日市病院 富岡市 甘楽町

共催:富岡市甘楽郡医師会 群馬県介護支援専門員協会富岡甘楽支部 甘楽富岡在宅ケアの会

お問い合わせ先

公立富岡総合病院 患者支援係(がん相談支援センター)

TEL.0274-63-2111 FAX.0274-64-1406

E-mail tomihp@mail.gunma.med.or.jp

