



聖母ニュース



編集・発行
社会福祉法人聖母会聖母病院
〒161-8521
東京都新宿区中落合2-5-1
TEL03-3951-1111
<https://www.seibokai.or.jp>

2019年1月1日
当院最初の赤ちゃん



聖母病院基本理念

愛をもって病める人を癒されたキリストにならい、国籍、信仰、貧富を問わず、心の通う医療を提供して病める人々の身体的、精神的、社会的、霊的ニーズをみます。

聖母病院基本方針

1. 生命を尊重し、最善の医療をおこないます。
2. 地域医療機関と連携し、安心できる医療をおこないます。
3. 病院の理念に基づいて質の高い医療人を育成します。

聖書のことば

何事も心配せず、すべてにおいて感謝をこめて祈り、かつ、願い、あなたが望んでいることを、神に打ち明けなさい。・・・わたしに力を与えて下さる方に結ばれていることによって、わたしは、どんなことでも出来ます。

フィリピ 4:6,13

Dismiss all anxiety from your minds. Present your needs to God in every form of prayer and in petitions full of gratitude. ...In him who is the source of my strength I have strength for everything.

PHILIPPIANS 4:6,13

働き方改革について思う

副院長・産婦人科部長 樋口 泰彦

まだ私が高校生だった頃に観た、あるフランス映画の話です。

主人公は病院に勤める青年医師です。研修医の恋人がいて、彼女との夏の休暇に、受験に失敗して失意の弟も連れ3人で、地中海周遊のヨット旅行に出かけます。訪れる様々な町とそこでの出来事、ヨットの風景、そして美しいテーマ曲が印象に残る青春映画でした。

さてここからが本題です。映画を見



たとき、「将来医者になったら、この映画のように僕も1ヶ月近い夏休みが取れるようになるのかな？仕事は忙しくて当直もいっぱいありそうだけど、決まった休みはしっかり取れる。」と期待に胸が膨らんだものでした。

で、今の現実は何と言えど40年前とほとんど何も変わっていません（少なくとも医者の仕事に関しては）。

改善は必要です、効率化も大事です。日本はそれで一流の国になりました。でもそろそろ一休みしても良いのではないかと、思います。ヨーロッパの国々がベストと言っているのではありません。でも彼らは50年も前からこのような休暇を取りつつ、その多くは一流国を維持しているのも事実なのです。これから日本が目指すべき「働き方改革」はこれじゃないかと思う今日この頃です。

142号の内容

働き方改革について思う	1	お知らせコーナー	3
放射線科通信 第4回	2	外来診察表	4
乳腺外科通信 第4回	2	面会時間	4



放射線被ばくについて その3

原発事故と放射線被ばく

放射線科 大和 実

3月の声を聞く時期になると3.11を思い出される方も多いかと思います。原発事故の当時は福島からかなり離れた地域に住んでいる方々も放射線被ばくを心配されたことと思いますが、今一度冷静に振り返ってみましょう。

原発事故では環境中に放射性物質が放出されました。主体は放射性ヨード、放射性セシウムでした。これらの放射性物質が水や食料に混在すると体内に取り込まれ、内部被ばくの原因となります。放射性ヨードは特に問題でヨードは甲状腺ホルモンの材料となるので甲状腺に集積し、長期間とどまることで甲状腺癌の原因となります。チェルノブイリ原発事故では政府が正しい情報を住民に伝えなかったため汚染された食物を摂取した住民、特に小児に甲状腺癌が発生しました。福島では水や食料のモニタリングが行われ、汚染された食物の

出荷制限を行った結果内部被ばくを阻止することができました。環境中に放出された放射性物質は風に乗ってかなり広い地域に拡散しました。空気中の放射性物質量がモニタリングされ、新聞に掲載されるなどしたため不安が募りましたが、新宿区やその周辺地域では健康に害のあるレベルの放射線は検出されませんでした。

原発周囲の放射線量の高い地域では避難が強制されましたが、その基準は科学的に見て厳しすぎたという批判が海外から寄せられています。すなわち自然放射線量よりは高いけれども健康に害のないレベルの放射線量であるにも拘わらず強制的に避難させることで逆に健康を害する方が増えたのではないかという指摘です。低線量放射線の健康への影響については解明されていない点が多々あります。むしろ健康に良い影響を与えるという説もあります。

以上、3回に分けて放射線被ばくの解説を行いました。現在の日本では放射線被ばくのあるなしに拘わらず3人に1人が癌で亡くなっています。これまで述べたように年に数回程度のCTでは健康に害を及ぼすことはありません。被ばくを恐れるあまり必要な検査を受けず癌で亡くなることがないように切に願います。



乳がんのリスクについて

乳腺外科 菊山みずほ

乳がんの発生には、エストロゲン(女性ホルモン)が重要な要因となっていますが、主に、食生活・飲酒・喫煙などの『環境要因』と、親から子へ遺伝する『遺伝要因』が関係しています。

○ 生活環境と乳がん

食生活では、肥満が閉経後の女性の乳がん発症リスクを高めるのは確実です。欧米諸国では、肥満は閉経前の乳がんのリスクを下げると報告されていますが、日本人の場合は、閉経前であっても肥満がリスクを高める可能性があります。アルコール飲料は閉経の有無に関わらず、乳がん発症のリスクを高めます。

喫煙は肺がんや多くの生活習慣病の原因ですが、乳がん発症のリスクも高める可能性があります。

出産の経験がないこと、授乳経験のないこと、初経年齢が早いことも乳がん発症のリスクを高めます。しかし、出産や授乳経験のある方が乳がんにならないわけではなく、一方で出産経験のない方が必ずしも乳がんになるわけではありません。

大豆製品やイソフラボンの摂取で乳がん発症のリス

クが低くなる可能性があります。イソフラボンはエストロゲンと構造が似ているため、乳がん発症のリスクが上がるのではないかと心配もありますが、食事によって摂取される程度の量であればリスクは上がらないことがわかっています。

閉経後では、適度な運動が乳がん発症のリスクを下げることはほぼ確実です。

○ 遺伝と乳がん

遺伝性の乳がんは、乳がん全体の5～10%であり、乳がんの患者さんの多くは、遺伝以外の環境要因が主に関与していると考えられています。血縁者にがんを発症された方が多い場合でも、すべてに遺伝的な要因があるとは限りません。しかし、遺伝性の乳がんであることが診断されると、血縁者の方々にもがんを発症しやすい体質が遺伝している可能性があり、健康を管理する上で大切な情報になります。遺伝性乳がんかどうかを調べるためには遺伝子検査(保険適応外)を受ける必要があります。当院ではおこなっていませんが、遺伝相談を受けられる病院は増えていています。

乳がんの原因は様々ですので、予防することは難しい要因もありますが、肥満に気を付け、飲酒は控えめにし、適度な運動を心がけるようにしましょう。

お知らせコーナー

インフルエンザ・胃腸炎の
流行期となりました。

面会時の
マスク着用に
ご協力を
お願い
します



- 風邪症状（発熱や咳）や胃腸症状（下痢や嘔吐）のある方は面会をご遠慮ください
- お部屋に入る前に手指消毒をお願いします
- マスクは1F売店、正面入口の販売機で購入できます

聖母病院 感染対策委員会



ミサで
ともに祈りませんか

★2月・3月のミサの予定★

日時：2019年2月20日（水）
13：00～

2019年3月20日（水）
13：00～

ミサに引き続き講話があります

場所：聖母病院 大聖堂

司式：谷津神父



患者さん・お子さんを守るために・・・❤️

ご入退院時の付き添いの方や面会者の方で
下記に当てはまる方は

付き添いや面会をご遠慮ください

この1週間以内に、

- ＊風邪の症状（発熱・咳など）があった
- ＊下痢・嘔吐があった
- ＊職場や学校、家庭内でインフルエンザや胃腸炎の人と一緒にいた



もともと病気をもちの入院患者さんや
抵抗力が弱い新生児が
流行性疾患にかかると
重症化してしまうリスクもあります。

＊入院中の患者さんの付き添いや
お見舞いをされた後に症状がでた場合
→入院されている患者さんの病棟スタッフへ
お知らせください

＊ご面会の際には、マスクの着用をお願いします＊



社会福祉法人聖母会 聖母病院
☎03-3951-1111（代表）

聖母お元気倶楽部 開催のご報告と次回のご案内

2018年度 第4回 聖母お元気倶楽部が1月23日行われました。
地域から33名の方が参加してくださいました。

プログラムは

- ① 理学療法士による介護予防運動
- ② 看護師による「終活のすすめ」・・・でした。

皆さんとお茶を飲みながら「もしものときに何を大切にしたいか」について、ゲームも交えながら考えたり話したりしました。
今年度4回のすべての講座を受講された方9名に表彰状をお渡ししました。



2019年度 第1回のお元気倶楽部は

2019年4月24日 水曜日 13:30～15:30

テーマは「新宿ごっくん体操のご紹介」を予定しています。

大勢の皆様のご参加をお待ちしています。

聖母病院 看護部

着任医師紹介

① 出身地 ② 卒業大学、卒業年度 ③ 専門 ④ 聖母病院の印象 ⑤ 今後の抱負 ⑥ 患者さんへ一言



さわだ かおり
澤田 佳織 医師

- ① 滋賀県
- ② 東京女子医科大学 2015年卒業
- ③ 皮膚科
- ④ スタッフ同士の連携がしっかりとおり、病院全体として温かい雰囲気だなと思いました。
- ⑤ 1年間と短い期間ではありますが、皮膚科医として多くのことを学び、成長できればと思っています。
- ⑥ 患者さんに寄り添った医療が提供できるよう、日々精進して参りたいと思っています。どうぞよろしくお願い申し上げます。

外来診察表

◇お知らせ◇ 平成30年7月から原則予約制となりました。ご予約のない患者さまは、お待ちいただく時間が長くなる可能性があることをご承知ください。(H31.2.1～)

			月	火	水	木	金	土（第3週休診）
内 科	午前診療	①	濱松 永昌	松下 昌直	松下 昌直	宮本 大介	濱松 永昌	松下 昌直
		②	岡野 真弓	宮本 大介	勝木 俊臣	安藤 稔/第5交代制	小野 真理	市瀬 裕一
		③	庫川 恵理	宮田 由紀	森野美和子	岡野 真弓	北濱真理子	
		④	小野 真理	北川 賢	北濱真理子	伊藤 直人	非 常 勤	宮本 大介
		⑤	伊藤 直人	伊藤 直人	庫川 恵理	井上ゆか子	岡野 真弓	庫川 恵理
		⑥	宮田 由紀	(小野 真理)				
	午後診療	①	宮本 大介	北濱真理子	勝木 俊臣	安藤 稔/第5交代制	宮本 大介	
		②	交 代 制			交 代 制	交 代 制	
③		伊藤 直人	第2.4 岡野真弓	小野 真理	宮田 由紀	北川 賢		
④					宮本 大介			
内 視 鏡	午 前	松下昌直(内科)	濱松永昌(内科)	濱松永昌(内科)	松延修一郎(外科)	米田五大(外科)	交代制(外科)	
	午 後	松下昌直(内科)	松延修一郎(外科) ・宮野省三(外科)	濱松永昌(内科)	濱松永昌(内科)	山本 伸(外科) ・米田五大(外科)		
外 科	午 前	山本 伸	宮野 省三	松延修一郎	武市 智志	山本 伸	交 代 制	
乳腺外科	午 前	甲斐崎祥一	菊山みずほ	加藤 昌弘	菊山みずほ	甲斐崎祥一	加藤 昌弘	
	午 後	加藤 昌弘	神野 浩光	菊山みずほ	甲斐崎祥一/岩瀬 哲			
泌尿器科	午 後	長田 浩彦			丹羽 直也			
整形外科	午前	①	小林 亜里	小林 亜里	土岐 尋江	小林 亜里	三箇島吉統	交 代 制 (完全予約制)
		②	土岐 尋江	橋本 健史		桃原 茂樹		
		③				村越 薫		
産婦人科	午前	初 診	西澤 安澄	樋口 泰彦 小野あすか	内田 浩	増澤 利秀	高見 紀子	戸田 里実
		再 診	樋口 泰彦	山内 潤	増澤 利秀	山内 潤	樋口 泰彦	増澤 利秀
			山内 潤	片岡 典子	山内 美和	山内 美和	片岡 典子	片岡 典子
	午後診療		山内 美和	戸田 里実	戸田 里実	西澤 安澄	戸田 里実	交 代 制
小 児 科	①	第1.3.4 江崎奈緒子 第2.5 大塚素子	前田 由美	江崎奈緒子	大塚 素子	江崎奈緒子	非 常 勤	
	②	前田 由美	大塚 素子	新貝千賀子	前田 由美	高橋 美希	前田 由美	
	③	第1.2.4.5 山中聡子 第3 大塚素子			第2(神経)石田 悠 第4(神経)山中 岳		大塚 素子	
	④			前田由美(予防接種)	高橋美希(予防接種)	新貝千賀子(予防接種)		
	健 診		江崎奈緒子	山中 聡子	BCG(猪野)	大塚 素子		
	1か月健診	江崎奈緒子 交 代 制		猪野 雅孝 山中 聡子	前田 由美 大塚/(高橋)			
	専門外来	新生児フォローアップ/猪野雅孝 心臓/島田衣里子第2月検	アレルギー/前田由美 夜尿症/大塚素子 予防接種/非常勤	アレルギー/前田由美 新生児フォローアップ/猪野雅孝 新生児フォローアップ/山中聡子	神経(月1回)/大澤真木子	アレルギー/江崎奈緒子 予約/大塚素子 予防接種/高橋美希		
精 神 科		永富めぐみ	永富めぐみ	非 常 勤	永富めぐみ	永富めぐみ	永富めぐみ	
耳 鼻 咽喉科	午 前		中川 秀樹	中川 秀樹	中川 秀樹	齋藤康一郎	中川 秀樹	
			大石 直樹		第1.3.4.5 交代制 第2. 斎藤秀行		交 代 制	
眼 科	専門外来			音声外来	学童・小児(不定期)	音声外来		
	午 前		越智 正登	越智 正登	越智 正登	越智 正登	海田 千恵	越智 正登
皮 膚 科	午前	1 診	武藤 律子	武藤 律子	小林 里実	神田 憲子	第1.3.5 武藤律子 第2.4 小林里実	第1.5 浅野聖子 第2.4 武藤律子
		2 診	澤田 佳織	澤田 佳織	澤田 佳織	西山有希子	西山有希子	澤田 佳織
		3 診				櫻庭 一子		
	予約外来		川上 理子	小林 里実	川上 理子	(武藤律子)		
	午後	専門外来	小児/川上理子	乾癬・掌跖膿疱症 ・レーザー/小林里実	小児/川上理子	手術/小林里実・ 澤田佳織	乾癬・掌跖膿疱症/ 小林里実	
			手術/武藤律子 ・澤田佳織	ピーリング・レーザー/ 武藤律子・澤田佳織	光線・学童/澤田佳織 乾癬・掌跖膿疱症/ 小林里実	レーザー/武藤律子	光線・学童/澤田佳織	

* 休診日：日曜、祝祭日、第3土曜日、クリスマス（12月25日）、年末年始（12月30日～1月3日）

【面会時間】

	病棟 (2 階・3 階・4 階)	新生児室
平 日	14：00～20：00	15：30～16：00 19：00～20：00
休診日	10：30～12：00	11：30～12：00
	14：00～20：00	15：00～16：00 19：00～20：00

編集後記

待ち遠しい春の到来もあと少しですね！
立春を迎える2月は、暦の上では春の訪れを告げますが、一年で最も寒い時期です。暖かい南風、「春一番」が吹く一方、低気圧の通過で大雪が降ることもあり、寒暖の差の激しい月です。
まだまだ寒い日が続きます。くれぐれも体調に気を付けお過ごしください。
T.O