

特集&トピックス

乳腺診療に特化した
ブレストセンター
(2021.4.1 開設)

■ 新入医師紹介

連載

- Dr. コラム
(検診センター：飯田 陽子)
- とくする お薬の話
(佐々木研究所：大谷 道輝)
- 入院中の食事紹介
(栄養管理科)



杏の花にメジロが
遊びに来ました。

撮影：2021年3月9日

新年度のご挨拶

公益財団法人佐々木研究所附属

杏雲堂病院

院長 相馬 正義

令和2年度は、新型コロナウイルス感染症に翻弄された一年間でした。当院は、自院内でのPCR法やNear

法（PCRと同等な精度）による検査体制を充実させ、積極的に発熱外来を行うと同時に院内感染対策の徹底を行い、院内クラスターの発生を防いできました。その間、患者様やご家族の皆様に変なご不便を掛けたにも拘らず、ご理解ご協力を頂けたことに心から感謝いたします。

令和3年度は、本格的にwithコロナの時代になると予想されます。幸い、有効なワクチンが開発され5月中には医療関係者等への接種が終了する予定です。これにより、病院や高齢者施設などでのクラスターの発生はほぼ防ぐことができると思います。次に高齢者への接種が順調に進めば、重症者や死亡者数が激減すると期待されます。この段階になれば、面会禁止などのお願いは徐々に取り下げしていく予定です。今秋までには、合併症を持つ方々に続いて一般の

方々の接種も進みますが、その後もずっと新型コロナウイルス感染症の散発的な流行は続くと考えられます。当院は、皆様に安心して療養していただけるよう引き続き感染予防対策を徹底してまいります。

新年度には、遺伝子診療科とブレストセンターを開設しました。近年、癌は遺伝的素因と生活習慣などに影響された遺伝子の変異によって発生し、その遺伝的素因を決定している遺伝子の変異も多く見つけられてきました。遺伝子診療科は、癌の遺伝カウンセリングを中心に行い、患者様やそのご家族様に安心して検査や治療が受けられる環境を提供します。ブレストセンターは、乳腺外科を中心に、腫瘍内科、遺伝子診療科、放射線科、病理診断科が一つのチームになって乳癌患者の診療にあたり、最良の治療を提供します。

杏雲堂病院は、職員一丸となって、皆様の健康を守るよう最善を尽くしますので、今後ともよろしくお願い申し上げます。





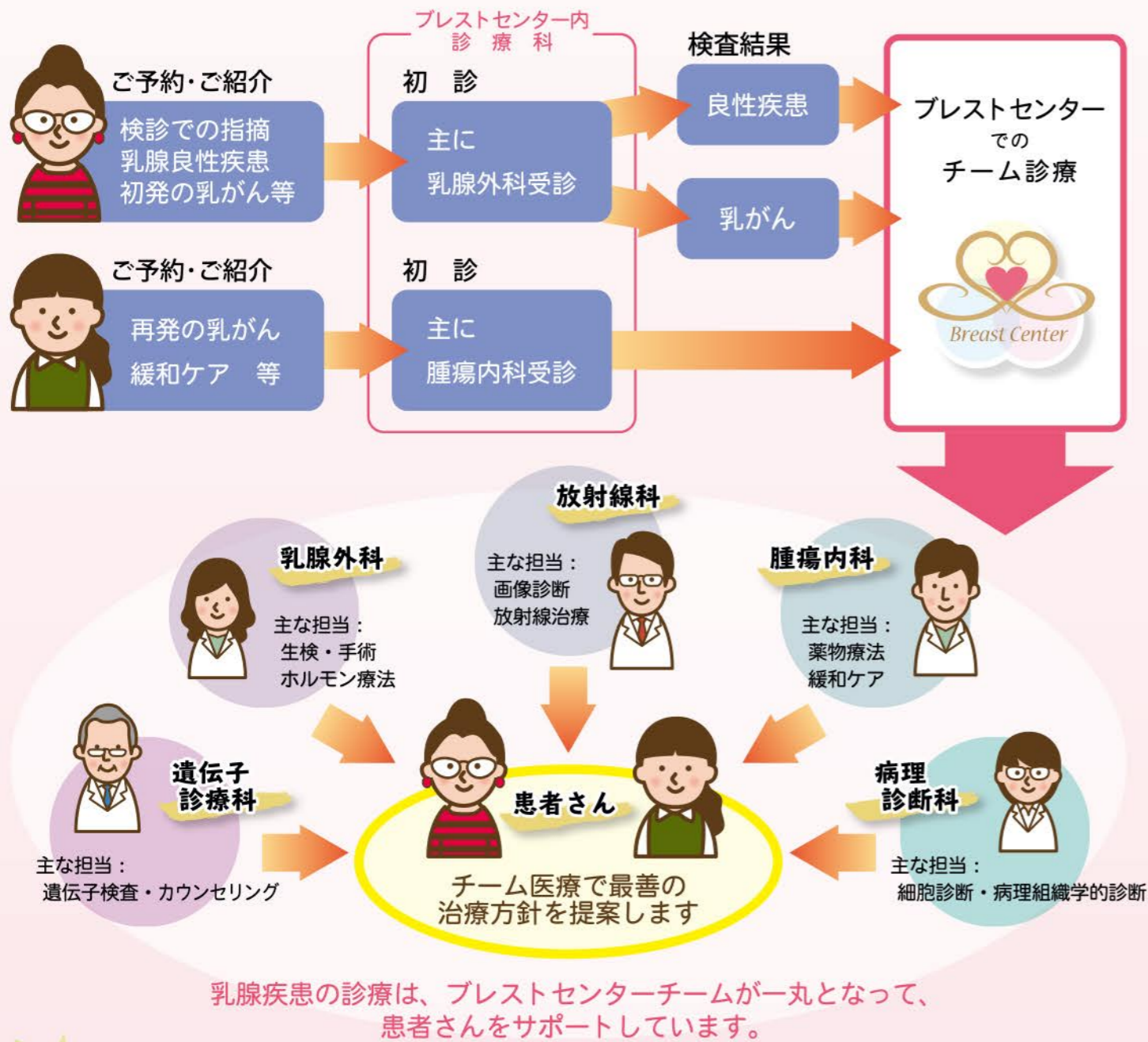
乳腺診療に特化した

プレストセンター

2021.4.1
開設



当院ご受診の流れ・サポート体制



杏雲堂病院は神田駿河台で140年の歴史を持つ病院です。当院が歴史的にも特に注力し続けている分野の1つとして婦人科領域があり、現在も多くの患者さんをお受け入れています。昨今、婦人科疾患のみならず女性が多くの抱える乳腺疾患についてもその診断技術、遺伝学的要素の検査、治療法の変革が進んでいます。杏雲堂プレストセンターは刻々と進歩する科学的根拠を大切にしながらも、乳腺診療に関わる各分野の専門家が個々の患者さんの病態を的確にとらえ密に連携し、お一人おひとりに合った最善の医療を考案、提供していくことを目的として設立されました。

杏雲堂プレストセンターは日本の乳腺疾患・がん医療の中枢施設や地域のがん医療の中核を担う医療機関でトレーニングや診療実績を積み、また新薬開発などにも携わってきた専門スタッフが所属する5つの診療科で構成されています。乳腺外科は乳腺疾患の検査、診断、手術療法、乳がんの術後ホルモン療法を担当します。病理診断科は乳腺疾患の組織・細胞学的性質の評価、特に乳がんでは近年非常に細分化され治療方針に大きな影響を与える病理学的性質について評価する役割を担っています。腫瘍内科は特に乳がん患者さんの根治手術前後の抗がん剤や分子標的薬なども含む薬物療法、および転移・再発乳がん患者さんの薬物療法、疼痛緩和なども含めた緩和ケアを担当します。放射線科は主に乳がん根治手術後の再発予防のための放射線治療を担当します。遺伝子診療科は乳がん患者さんの遺伝的背景について検討し、遺伝力ウンセリングや遺伝子検査を担当します。現在の乳腺診療で必要不可欠なこれら5診療科の連携からお一人おひとりの病態に合った最適な治療を提案していきます。

そしてプレストセンターの医療は患者さんの治療をともにお支える杏雲堂のメディカルスタッフの力が融合して初めて形となります。乳腺疾患の中でも特に乳がんは病気のものへの不安は勿論ですが、治療に際しての妊孕性への影響への不安、治療に伴う外見上の変化に対するストレス、手術後のリハビリテーションのこの日常生活上の心配など患者さんには大きな不安やご不明な点をお持ちと私たちは考えています。院内にはがん看護専門看護師が療養に関する心配事の相談に乗らせていただく「がん相談支援室」をはじめ、当院の規模だからこそできるメディカルスタッフとの顔の見える医療環境ならではのいつでも何でもご相談のしやすい雰囲気も広がっているのも1つの特徴です。また特に長期にわたる治療の際は診療の効率もより大切な要素になってきます。患者さんには様々な都合やご家庭、生活環境があることは勿論です。日々の診療もできる限り丁寧さを担保しながら効率的に進めることも大切に考えています。例えば連日の通院となる乳がんの術後放射線治療は院内平均在院時間短縮を特に意識した診療形態を心掛けています。

コロナ禍は続きますが、早期に治療が必要な疾患もあります。あらゆる感染対策を講じながら、小回りながら杏雲堂プレストセンターだからこその診療の質と、患者さんの生活環境に溶け込む診療の進め方を大切に、顔が見える安心の乳腺診療をモットーに患者さん、ご家族をお支えしていきます。

ご案内

プレストセンターへのご予約

初診時に、保険証・紹介状(画像データ等資料があれば一緒に)をご持参ください。



<外来予約センター>
TEL: 03-3292-2058
<受付時間>
月～金 9:00～17:00
第1.3土 9:00～12:00

放射線治療のご案内



当院の放射線治療は、「通いやすさ」の点で、大変ご好評をいただいております。

当院の放射線治療は、
▶ 乳がん術後照射
▶ 緩和照射
に力を入れています。



プレストセンター長 佐々木 政興

「プレストセンター」とは?

プレストセンターとは、乳腺に関わる病気を診療するところです。乳腺疾患の診療は診断技術や治療法の進歩、および遺伝学的要素の解明により非常に複雑化しています。当院では「乳腺外科・病理診断科・腫瘍内科・放射線科・遺伝子診療科」がチームを組み、科学的根拠と患者さんそれぞれの実際の病態を検討しながら、最善の治療法を提案していきます。

佐々木 政興(ささき まさおき) 杏雲堂病院 腫瘍内科医長
日本内科学会総合内科専門医 / 日本がん治療認定機構認定医 / 日本臨床腫瘍学会がん薬物療法専門医・指導医
緩和ケア研修会修了 / がんリハビリテーション研修会修了 / CATSICLS(日本救急医学会) / ICD(infection control doctor)

入院中の食事紹介

～ 栄養管理科PRESENTS ～
 今月の献立 PICK UP 第17回



2021年3月27日 夕食

献立

ごはん
 鰹の刺身
 茶わん蒸し
 はりはり漬け
 すまし汁
 たい焼き

栄養成分

エネルギー …… 518kcal
 たんぱく質 …… 26.4g
 脂質 …… 6.6g
 炭水化物 …… 84.3g
 食塩相当量 …… 3.1g



管理栄養士 楠山智美
 古内彩輝

新年度が始まりました。今回は春を感じていただける、初鰹の献立を紹介いたします。

春から初夏にかけて黒潮にのって太平洋岸を北上する鰹を「初鰹」と言います。日本では古くからその季節に初めて収穫された作物等を初物と呼び縁起がよいとされ珍重されてきました。初鰹は脂が少なくさっぱりとした味わいです。栄養素としてはビタミンB群や鉄が多く含まれており、貧血を改善、予防したい方にぴったりの食材です。

初鰹の食べ方としては、刺身やたたきがおすすめです。また醤油・みりん・酒で漬けて、お好みでんにくやごま、三つ葉を散らしても美味しくいただけます。

このようなご時世ですがしっかりとたんぱく質やビタミンを摂って夏に向けて栄養強化をしていきましょう。

飯田 陽子 (いいだ はるこ)

杏雲堂病院 検診センター センター長 医学博士
 日本内科学会総合内科専門医 / 日本循環器学会循環器専門医
 心臓リハビリテーション学会心臓リハビリテーション指導士
 人間ドック学会人間ドック認定医 他

多動のすすめ

検診センター：飯田 陽子

昨年「三密」や「五つの小」など感染対策の標語が耳に残った年でした。気を付けなければならない数字と漢字一つで人々に浸透させる都知事の言葉の力はさすがです。

さて、健康的な生活習慣についても、「二無、二少、三多」という言葉があります。「二無」は無煙、禁煙、「二少」は少食、少酒、「三多」は多動、多休、多接です。一月二十三日はその記念日となっています。

新型コロナウイルス感染症の流行下、多動、多接は困難になりました。多接はネット上でなんとか保たれています。多動はどうでしょうか。

昨年の調査によると、テレワーク導入で、働く人々の歩行や運動が減りました。世界的にも都市封鎖で歩数が減っています。

歩数と死亡リスクは密接に関係し、一日四千歩の人に比べ、八千歩の人の死亡リスクは半減します。可能な方は八千歩を目標に歩きましょう。今より一千歩増やすだけでもリスク軽減効果があります。

無理！という方はまず立ちこことです。日本人は一日平均七時間、世界一長く座っています。一時間座ると寿命が二十分短くなるという報告や、一日九時間以上座ると、時間に伴って死亡リスクが上昇するという報告もあります。長時間座ること自体「座りすぎ症候群」という病に罹っているようなもの。テレワーク等で歩数が減った方は、いっそのこと立位で仕事をしてみませんか。せめて、三十分一回は立ち上がりましょう。

歩く意欲の維持にはスマートフォンでの運動アプリや活動量計が有効です。これらの活用で、平均二千歩歩数が増えるというデータもあります。アプリには歩数により、ポイントやクーポンが当たるもの、励ましや助言がもらえるものもあります。

減量に成功した方々に伺うと、秘訣はやはり歩行のようです。私も、そうした方々に続くべく、歩数を測り、目標未達分を帰宅後のその場歩きでなんとか稼ぎ、ポイントと体重に一喜一憂する毎日です。運動不足を感じている方は、この春歩き始めてみませんか。受診中の方は主治医にご相談のうえ、始めましょう。

1 Fukushima N, et al. J Occup Health. 2021;63(1):e12212.
 2 Tison GH, et al. Ann Intern Med. 2020;73(9):767-770.
 3 Saint-Maurice PF, et al. JAMA. 2020;323(21):1511-1560.
 4 Bauman A, et al. Am J Prev Med. 2011;41(2):228-235.
 5 Veerman JL, et al. Br J Sports Med. 2012;46(13):927-930.
 6 Dempsey PC, et al. Circulation. 2020;141(13):1113-1115.
 7 Laranjo L, et al. Br J Sports Med. 2020;54(10):1829-1832.



とくするお薬の話

～第16話～

マスクによる肌荒れの注意点と対策

高温多湿の季節を迎えるにあたって、マスクによる肌荒れの注意点と対策について紹介します。

① 摩擦による肌荒れ
 新型コロナウイルス感染症予防には不織布のマスクが布に比べ効果が高いものの、皮膚への刺激は強くなります。不織布のマスクの下に綿ガーゼを挟むことで刺激を和らげることができ、洗って使えるマスクは、洗剤が残っていると肌荒れの原因となります。アトピー性皮膚炎の悪化原因もシャンプーや石鹸が最もリスクが高くなっています。

② 肌の乾燥による肌荒れ
 マスクは肌が潤うように感じますが、外すと入浴後のように過乾燥になります。手洗いや手指消毒の回数も増えることから、スキンケアをコロナ禍の「新しい生活様式」に取り入れ

てください。最新の研究では、1日2回の洗顔とスキンケア、2時間に1回15分程度マスクを外すことが推奨されています。スキンケアは、油分の少ないべたつきのない保湿剤を選びがちですが、油分は皮膚に残ることで保護作用を発揮し、刺激の軽減が期待できます。

③ 蒸れによる肌荒れ
 マスクや季節により皮膚の温度が1℃上がると、皮脂分泌は10%増加します。加えて、マスク内の水蒸気により細胞が膨み皮脂が詰まって、ニキビの原因となります。ニキビは家庭で治すことが困難なため、直ぐに受診して抗菌薬の飲み薬や塗り薬で治療を開始してください。ニキビを放置するとクレーターのようなニキビ跡が残ることがあります。

杏雲堂病院では、火曜日午後と水曜日午前が皮膚科受診日となっています。



大谷 道輝 (おおたに みちてる) : 佐々木研究所所属
 薬学博士 東京大学附属病院・東京通信病院を経て、杏雲堂病院診療技術部長・薬剤科長就任後、現在佐々木研究所勤務
 多数の書籍執筆や、TV 番組出演経験有

2021年春
 期間限定
 杏雲堂病院 検診センター
 人間ドックの
 ご案内

5月末までにドックを受診していただくと、検査終了後にささやかなプレゼントがございます。

4月～5月に人間ドックをご案内いたします。検査終了後にささやかなプレゼントがございます。

人間ドックコースのご案内
 料金は ¥47,900 (税込)

4月～5月に人間ドックをご案内いたします。検査終了後にささやかなプレゼントがございます。

検診センターの「新型コロナウイルス感染症対策」の取り組み
 ●検診1 検診入口で検診受付センター検診受付

公認検診施設 杏雲堂病院 検診センター
 予約受付電話：0120-132-051 または 03-3202-0501
 予約受付時間：(月～金) 13:00～16:00 (土・日・祝日) 休診
 〒100-0001 東京都千代田区千代田1-1-1
 第一ビル5階505号室 検診センター

お知らせ
 マンモグラフィが
 新しくなりました



乳房用X線診断装置
 Senographe Pristina 3D

▶ より高精細な撮影が可能に。
 ▶ 撮影時間が短くなり、
 受診者の負担軽減。

詳細はQRコードから
 ご覧いただけます
 (連絡先はご案内の下部参照)



2021年5月 外来担当医表

※ ★印は完全予約制
 ※ ▲印は代診医師の診察
 ※ 赤字は女性医師

科名	月	火	水	木	金	土(午前)	
内科	午前	横江 【総合内科・リウマチ科】	馬島▲ 【呼吸器】	相馬 【総合内科】	唐澤 【総合内科・リウマチ科】	清水 【総合内科・リウマチ科】	(第1,3)相馬 【総合内科】
	午後	横江 【総合内科・リウマチ科】	林 【総合内科】 (第1,3)根本 【糖尿病】	(第1,3)三浦 【血液】	本澤 【糖尿病】	(第1,2,4,5)橋本 【呼吸器】	(第3)根本 【糖尿病】
循環器内科	午前	大久保	大城	大久保	大城	(第3)大久保	(第1)浅田 (第3)大城
	午後	大久保	大城	大久保 浅田	大城 後藤	大城	
消化器外科	午前	<休診>	川本	<休診>	文	川本 【胆石症外来】 内	<休診>
	午後	<休診>	文	<休診>	内 ストマ外来(第1)★	内	
消化器・肝臓内科	午前	磯村 佐藤新平	<休診>	(第1) 佐藤新平	近藤	河井 ※10:00~	<休診>
	午後	佐藤新平	<休診>	磯村 (第4)小尾	<休診>	河井	
整形外科	午前	平井 【脊椎】	堀江 【膝・足関節・足部】	中村 【膝・スネ・足】 狩谷★ 【股関節】	歌川 【骨粗・脊椎】	星野 【股関節・リハビリ】	<休診>
	午後	堀江 【膝・足関節・足部】 山賀 【膝・足関節・足部】	歌川 【骨粗・脊椎】	中村 【膝・スネ・足】 狩谷★ 【股関節】	鈴木 【肩・肘・手】 松原 【股関節】	猪瀬 【骨粗・脊椎】	
泌尿器科	午前	斉藤	斉藤	<休診>	<休診>	<休診>	<休診>
	午後	<休診>	藤井	<休診>	<休診>	<休診>	
婦人科	午前	(第2,4)坂本★ (第1,3,5)馬屋原 松岡	坂本★ 松岡 麻生	坂本★ 鳴井 田中	馬屋原	馬屋原 滝川	(第1,3)坂本★ (第3)岩井 (第1)小屋松★
	午後	(第2,4)坂本★ (第1,3,5)馬屋原 松岡	坂本★ 岩井 麻生	坂本★ 鳴井 田中	馬屋原	馬屋原 滝川	
遺伝子診療科	午前	<休診>	<休診>	<休診>	<休診>	<休診>	(第1)菅野★
	午後	菅野★	<休診>	<休診>	<休診>	菅野★	
乳腺外科	午前	田辺	(第2,4)天野	佐藤隆宣★	佐川	小田	<休診>
	午後	田辺	<休診>	<休診>	佐川	小田	
腫瘍内科	午前	佐々木	河野	尾野村	佐々木	河野	(第1)河野 (第3)渡辺★
	午後	和泉 【緩和ケア外来】	河野	尾野村	佐々木	和泉 【緩和ケア外来】	
皮膚科	午前	<休診>	<休診>	落合	<休診>	<休診>	<休診>
	午後	<休診>	落合	<休診>	<休診>	<休診>	
放射線科	午後	<休診>	福田	茂松	<休診>	大橋	

<外来予約> TEL: 03-3292-2058 (外来予約センター直通)
 <患者さんご紹介等> TEL: 03-3292-2054 FAX: 03-3292-1300 (地域連携課直通)
 ■ 受付時間: (月~金) 9:00~17:00 (第1.3土) 9:00~12:00 ■



最新情報は
こちらを
ご覧ください

新入医師紹介 2021年4月入職者



※外来診察時間は、
2021年5月現在の
ものです。



遺伝子診療科【科長】 菅野 康吉 (すがの こうきち) **常勤医**

《日本人類遺伝学会・日本遺伝カウンセリング学会臨床遺伝専門医 / 指導医 他》
 外来: 月曜PM / 金曜PM / 第1土曜AM ※全て完全予約制

成人のがんの一部は生まれつきの遺伝子の異常により発症する遺伝性腫瘍です。
 既往歴や家族歴からあなたの遺伝的リスクを推定し、遺伝学的検査によってがん発症の原因となる
 遺伝子の異常を見つけます。血縁者の方についても、遺伝カウンセリングと遺伝学的検査を受けて
 いただき、ご家族のがん発症のリスクを知り、がんの発症を予防します。



放射線科【科長】 貞岡 俊一 (さだおか しゅんいち) **常勤医**

《日本医学放射線学会放射線診断専門医、日本IVR学会IVR専門医 他》
 担当: CT・MRIの読影

大学病院では放射線診断、IVRを専門として行ってきました。今後も各臨床の
 先生方の支援ができるように努力する所存ですので、よろしくお願いたします。



婦人科【医員】 岩井 信之介 (いわい しんのすけ) **常勤医**

《東京慈恵会医科大学産婦人科学講座》 外来: 火曜PM / 第1土曜AM

診療を通して、女性の健康・QOLの向上に貢献していきたいと思ひます。
 一緒に働けることを楽しみにしております。よろしくお願いたします。



消化器外科【医員】 文 陽起 (むん やんぎ) **常勤医**

《日本外科学会専門医・日本消化器外科学会専門医 他》 外来: 火曜PM / 木曜AM

患者様によりそった、ていねいな治療を心がけてまいります。
 がむしゃらに頑張ります。



院長挨拶は、
院長室からライブ配信

感染症対策のため、今年度の新入職員向け
 オリエンテーションは、Web会議システム
 を利用し、リモートで行いました。

2021年度 新入職員オリエンテーション



新入職員は、配属先の
PCやタブレットから視聴

ご寄附のお願い

‘がんとの共存を目指して’

「佐々木隆興・吉田富三がん研究募金」 (略称：がん研究募金)

【お問い合わせ先】

〒101-0062 東京都千代田区神田駿河台 2-2
公益財団法人 佐々木研究所 事務局

TEL：03-3292-8092

Email：head-office@po.kyoundo.jp



詳細は、ホームページをご覧ください <http://www.sasaki-institute.org/donation/>

～医療機関の皆さまへ～

患者さんをぜひご紹介ください
詳細は各種パンフレットをご覧ください

- 緩和ケア病棟のご案内
- 地域包括ケア病棟のご案内
- 放射線治療のご案内
- ブレストセンターのご案内

<https://www.kyoundo-hospital.jp/iryoukankei/siryoudl/>



郵送をご希望のご施設様は
地域連携課へご連絡ください

資料 DL

※当院受診中の患者さんへは、院内でお配りしております。

外来の ご予約

▶ 外来予約センター

TEL：03-3292-2058 (直通)

受付時間

【平日】9：00～17：00

【第1.3土】9：00～12：00

検診の ご予約

▶ 検診センター

TEL：0120-132-051 (フリーダイヤル)

TEL：03-3292-0551 (直通)

受付時間

【平日】13：00～16：00

患者さん ご紹介等

▶ 地域連携課

TEL：03-3292-2054 (直通)

FAX：03-3292-1300 (直通)

窓口時間

【平日】9：00～17：00

【第1.3土】9：00～13：00

杏雲堂
Vol.18



公益財団法人 佐々木研究所附属
杏雲堂病院
KYOUNDO HOSPITAL



最新情報は公式 HP をご覧ください
[URL] www.kyoundo-hospital.jp

杏雲堂病院

検索

〒101-0062 東京都千代田区神田駿河台 1-8 TEL：03-3292-2051 (代表)

発行：杏雲堂病院 広報委員会 発行日：2021年4月30日

ご意見ご感想は k-kouhou@po.kyoundo.jp までお寄せください



編集後記

新型コロナウイルスの感染拡大もまだまだ終息の兆しを見せず、今までにない生活を強いられ、溜まるストレスを皆さまは、いかにして解消していますか？ 私はストレスを食べることで解消しがちです。

そんな状況の中ですが、4月より我が子が幼稚園に入園しました。これまでと違う、親のいない環境で問題なく過ごせているか心配をしている毎日です。日々、口達者になる我が子に苦勞と成長を感じております。

(S.W)