

# こんにちは せいてつ病院です

Vol.  
**126**  
2021  
AUTUMN

特集：がん薬物治療の今。腫瘍内科の役割は

- ◎アニサキス症にご注意を！ ◎フレイル予防③
- ◎おひとり暮らしの時短・カンタンレシピ③「カボチャ・きのこ料理」
- ◎九州を識るシリーズVol.12「黒崎・寿通り商店街」



社会医療法人 製鉄記念八幡病院



【表紙シリーズ】北九州に伝わる昔ばなし・民話

## いのししと和気清麻呂

むかしむかし奈良時代のお話。天皇に仕える貴族の和気清麻呂は、権力を持つ僧侶の道鏡から恨まれ、足を傷つけられて大隅国（鹿児島県）に流刑にされました。

清麻呂を乗せた船が大隅へ行く途中、宇佐国（大分県）の海岸に着くと、猪の群れが突然現れ、清麻呂を乗せ、宇佐神宮に駆け込みました。清麻呂が神前にひれ伏すと「豊前国企救郡湯川郷の山の麓の湧き水に足を浸せば治る」とお告げがありました。

湯川郷の池にたどり着いた清麻呂が毎日足を浸すと、二十一日目に怪我は治り、清麻呂はその山の頂上に駆け上がり、「足が立ちました！」と宇佐神宮に向かい拝みしました。その山は「足立山」と呼ばれるようになりました。

清麻呂ゆかりの神社は「足立山妙見宮」「葛原八幡神社」「水神社」などがあり、銅像や石碑・狛いのししなどが建立されていて、足を浸すと治るとお告げがあります。

イラストレーター  
黒田マリコさん（北九州市在住）

### 診療科目

腫瘍内科	肝臓内科	消化器内科	循環器内科	糖尿病内科
腎臓内科	呼吸器内科	脳神経内科	消化器外科	呼吸器外科
乳腺外科	血管外科	脳神経外科	整形外科	リウマチ科
リハビリテーション科	形成外科	小児科	産婦人科	皮膚科
泌尿器科	眼科	耳鼻咽喉科	緩和ケア内科	緩和ケア外科
放射線科	麻酔科	歯科・口腔ケア科	病理診断科	

消化器病センター／乳腺センター／循環器・高血圧センター／糖尿病センター／脳卒中・神経センター／腎センター／内視鏡センター／がん診療支援センター

予約センター：093-671-5489  
夜間休日急患受付：093-672-3111

全科予約制

予約受付時間／8:00～16:00  
当日予約／10:30まで  
休診日：土曜、日曜、祝日



使命 住民の暮らしを支え、健康長寿をめざした地域づくりに貢献します

理念 皆さまが納得・安心する最良・最適の医療を提供します  
職員が誇りと自信を持つことができる職場づくりを追求します  
地域における役割を認識し、住民から信頼される病院をめざします

こんにちは  
せいてつ  
病院です

社会医療法人 製鉄記念八幡病院 〒805-8508 北九州市八幡東区春の町1丁目1-1 TEL.093-672-3176  
https://www.ns.yawata-mhp.or.jp 編集・発行責任者：理事長 土橋 卓也  
●広報誌に関することはこちらまで/koho@ns.yawata-mhp.or.jp ●地域医療連携のお問い合わせ/TEL.093-671-9700  
◎発行日：2021年10月1日 ◎発行部数：3,500部



# がん薬物治療の今。 腫瘍内科の役割は



がんの治療法には「手術・放射線治療・薬物療法・緩和ケア」があります。このうち、薬物療法を担当するのが「腫瘍内科」＝「がんを診る内科」です。

悪性リンパ腫などの血液がんは薬物療法で根治が狙えますが、多くの悪性腫瘍は手術ができなければ、延命目的での薬物療法が選択肢のひとつとなります。また、多くのがんは手術後、ある一定期間の薬物療法を行うことで再発予防につながることが証明されています。

今年5月、当院で腫瘍内科が診療を開始しました。瀧井康腫瘍内科部長・緩和ケア内科部長にインタビューしました。



なぜ不足している？  
腫瘍内科医

腫瘍内科医に治療を受けている

方は、まだ日本では必ずしも多くないのが実情です。「がん薬物療法専門医制度」が発足したのは

2006年と歴史が浅く、本来わが国には3,000名の腫瘍内科医

が必要とされています。しかし2021年7月末時点で、専門医

は1,530名（うち福岡県81名）とまだまだ少ない状況です。

これは従来、日本では外科医が診

察、手術、薬物療法、緩和ケアなどすべてを担当してきたことが背景

にあります。近年、がん治療薬は目まぐるしく進化していて、次々に良

い薬が出ています。「分子標的治療薬」や「免疫チェックポイント阻害剤」など、これまでなかった新薬も

## がん薬物療法の目的と役割

役割	主目的
根治的薬物治療	治癒を目指す
術前・術後薬物治療	治癒率の向上 臓器温存率の向上
切除不能転移・再発がんに対する薬物治療	延命、症状緩和 生活の質(QOL)の向上



化学療法室スタッフ(看護師・薬剤師)

開発されています。

瀧井康腫瘍内科部長は「最近の創薬スピードはめざましく、特にこの5年の進化には驚きます。新しい薬物の登場で、今までとは異なるタイプの副作用も現れたりしています」と話します。薬物療法はかなりの専門性が求められる時代となり、外科医と腫瘍内科医とが協力しながら進められています。



### がんの特徴を、 遺伝子レベルで調べ、 薬物治療する時代へ

がん薬物療法は近年、がんの遺伝子発現パターンによって治療法を選択する時代に突入しています。がんの発生に関わる複数の遺伝子変異を、一度で解析できる「がん遺伝子パネル検査」は（制約はありますが）保険適応になっています。当院では適応のある方は、検査可能な施設（九州大学病院、九州がんセンター、産業医科大学病院、北九州市立医

療センターなど）へ、速やかに紹介を行っています。

また、検査を行っても遺伝子変異が見つからない場合やこれまでに例が少ない遺伝子変異の場合は、適切な治療法が限られることがあります。これまでの研究から、がん遺伝子パネル検査から実際の治療に結びつく方は10%程度といわれていますが、将来的には主流になってくると考えられています。



### 腫瘍内科医の役割は？

薬は全身投与されるため、がん細胞以外の正常な細胞にも影響を及ぼします。個人差はあるものの、多かれ少なかれ副作用がつきものです。ピンポイントでがん細胞をやっつけるとされる分子標的治療薬も、残念ながら副作用は免れません。

しかし、症状を和らげる薬も進歩し、患者さんの体への負担は以前に比べて軽減できつつあります。

「私たち腫瘍内科医の重要な役割は、患者さんの価値観に合った薬物投与と副作用マネジメントだと考えます。薬のせいで、患者さんが『自分の生活の質が保てない』と感じるのなら、それは治療ではないと思います。その方の価値観や治療目標を共有しながら、薬の投与量、投与間隔の調整、副作用対応を可能な範囲で行うことが、専門医に最も求められています。そのために、患者さんやご家族とのコミュニケーションが重要になってきます」（瀧井部長）。

物治療をしながら、仕事や趣味を続けられる方も多いです」と瀧井部長は話します。

「外科系医師、内科医、がん化学療法看護認定看護師、看護師、薬剤師、管理栄養士、リハビリスタッフ、医療ソーシャルワーカーなどいろいろな診療科やスタッフと協力して、常に患者さんに寄り添い、患者さんやご家族が『よい方向』に向かうチームを構成していきたい」。瀧井部長の言葉に力が入ります。



### 入院から外来治療へ 薬物療法の流れから

昔も今もがんは深刻な病気であることは変わりません。しかし、以前ほどがんを告知された時点で、絶望感に陥る方は多くありません。「たとえば、がんを根治できなくても、抗がん剤治療で患者さんが『いい時間』を過ごせるようお手伝いしたいです。今は短期入院や外来で薬



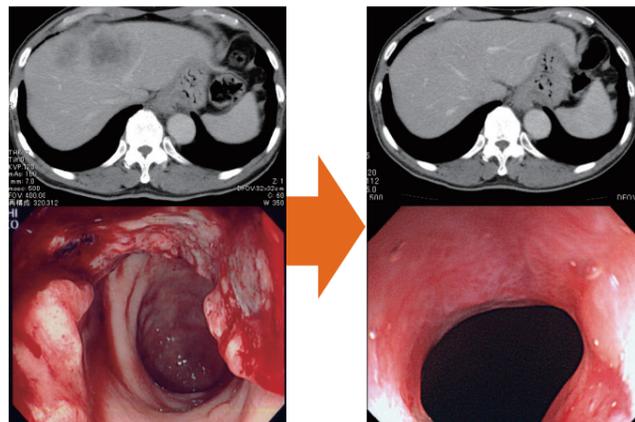
腫瘍内科部長・  
緩和ケア内科部長  
**瀧井 康**  
たきい やすし

日本臨床腫瘍学会がん薬物療法専門医・  
日本緩和医療学会緩和医療認定医・  
日本内科学会総合内科専門医など



がん化学療法看護認定看護師

### 大腸がんに対する薬物療法



### 最新のがん治療

#### 分子標的治療薬

近年の分子生物学の進歩により、がん細胞の増殖、浸潤、転移にかかわる様々な分子（タンパク質）が分かってきました。この分子をピンポイントで攻撃する薬剤です。残念ながら、特有の副作用があることがわかっています。

#### 免疫子エックポイント阻害剤

私たちには「免疫」という、体に入ってきた異物を排除する働きがあります。がん細胞は自分自身の細胞で、この免疫を逃れて増殖していきます。「がん細胞」がなぜ免疫から逃れるのか。その働きがわかってきたことで、この薬が生まれました。適応のある患者さんに対して、使用可能となっている薬剤です。

#### がんゲノム医療

がん細胞と正常細胞の遺伝子を比較し、変異を明らかにすることで、一人一人の体質、病状に合わせて治療を行います。現在、がんゲノム医療中核拠点病院、がんゲノム医療拠点病院、がんゲノム医療連携病院の限られた施設で実施可能で、実際の治療に結びつく方は検査を受けた方の10%程度です。今後、遺伝情報を元にした薬物療法が主流になると予想されています。

# おひとり暮らしの時短・カンタンレシピ

旬の食材を使った料理

## カボチャ・きのこ(エリンギ)

カボチャは種とワタを取って、ラップをして電子レンジで3分ほど加熱すると、包丁で簡単に切れます。調理時間も短縮できます。



管理栄養士 福田 陽子



エネルギー 148kcal

たんぱく質 5.1g

塩分 1.0g

エネルギー 243kcal

たんぱく質 10.5g

塩分 0.8g

### カボチャスープ

材料(1人分)

- カボチャ……………50g
- 牛乳……………100ml
- シチュールウ……………1/2個
- 粉パセリ(飾り用)……………少々

動画はこちら



作り方

- 1 耐熱容器にカボチャを入れ、ラップをして電子レンジ(500W)で3分加熱し、スプーンでつぶす。
- 2 1に牛乳、シチュールウを混ぜ入れ、ラップをして電子レンジで1分加熱する。
- 3 2をよく混ぜて、さらに2分加熱する。
- 4 3をザルでこし、器に入れる。飾り付けに粉パセリをふって、完成。

### カボチャとエリンギの肉味噌かけ

材料(1人分)

- カボチャ……………80g
- エリンギ……………40g
- 油……………4g(小さじ1)
- ブラックペッパーまたはコショウ……………少々
- 豚ひき肉……………40g
- かいわれ大根……………2g(飾り用)

動画はこちら



- 味噌……………6g(小さじ1)
- 酒……………5g(小さじ1)
- 砂糖……………6g(小さじ2/3)
- みりん……………4g(小さじ2/3)
- しょうゆ……………2g(小さじ1/3)
- おろししょうが……………1g(チューブ2cm)
- おろしにんにく……………0.5g(チューブ1cm)

比率は  $\left[ \begin{matrix} \text{味噌} \\ 3 \end{matrix} \right] : \left[ \begin{matrix} \text{酒} \\ 2 \end{matrix} \right] : \left[ \begin{matrix} \text{砂糖、みりん} \\ 1 \end{matrix} \right] : \left[ \begin{matrix} \text{しょうゆ} \\ 1 \end{matrix} \right]$

作り方

- 1 薄切りにしたカボチャとエリンギをクッキングシートの上に並べる。油を回しかけ、トースターで焦げ目が付くまで焼きあげる。
- 2 耐熱容器に①の調味料を入れ混ぜる。
- 3 2に豚ひき肉を入れ混ぜ、ラップをして電子レンジ(500W)で1分加熱する。
- 4 1をお皿に盛り、ブラックペッパーまたはコショウをふりかけ、3の肉味噌をかける。飾り付けにかいわれ大根をのせたら完成。

attention

アテンション!

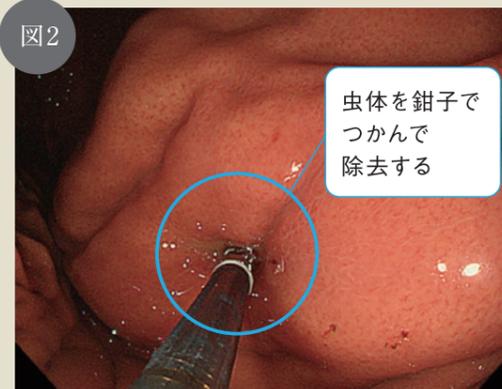
サバ、イカ、アジの美味しい福岡だから「アニサキス症」にご注意を!

アニサキスは寄生虫の一種です。海水中で卵がふ化し、プランクトンであるオキアミに食べられて幼虫となります。このオキアミをアジ・サバ・サンマ・イワシ・タラ・サケ・イカなどの魚介類が食べて虫体を体内に取り込みます。これらを人間が生で食べることによって症状をきたす病気を「アニサキス症」といい、特に多いのが胃に発症する「胃アニサキス症」です。福岡県はサバやイカなどの美味しい地域であり、これらを生で食べる機会も多いため、アニサキス症には十分注意する必要があります。

胃アニサキス症では魚介類を生食後、数時間で胃の痛み、吐き気などの症状が現れます。これらはアニサキス虫体が胃の壁に噛みついたことによって起こる直接的な症状ではなく、噛みついた虫体に対するアレルギーによって生じるものです。

治療は上部消化管内視鏡(胃カメラ)による虫体の除去(図1・2)が第一選択ですが、夜間や満腹時など緊急に内視鏡が行えない場合には、抗アレルギー剤により症状を緩和させて経過観察することもあります。

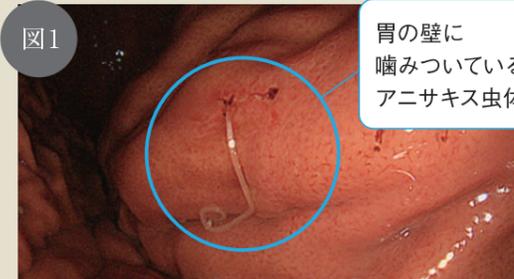
図2



虫体を鉗子でつかんで除去する

そのほか、虫体が胃を通過して小腸や大腸の壁に噛みつき、腹痛・嘔吐・発熱などを生じる「腸アニサキス症」、じんましんや血圧低下、呼吸苦をおこす「アニサキスアレルギー(アナフィラキシー)」などを発症し、まれに重症化することもあります。魚介類を摂取した後にこれらの症状が現れた場合は、単なる「食あたり」と軽視せず、すみやかに医療機関を受診することをお勧めします。

図1



胃の壁に噛みついているアニサキス虫体



文:消化器内科部長 中村 滋郎

リハビリスタッフが気になる!

# 自宅での転倒ポイント③

## 居室・リビング編

「教えてくれる人」



作業療法士 木部 貴子

高齢者の転倒が最も多い場所が「居室・リビング」です。

リラックスできて、慣れている場所であるはずなのに、意外ですね。

高齢になるにつれ、足の機能が低下して「すり足」で歩くことが多くなります。

わずかな段差やカーペットの1cmにも満たない毛足に足を取られて転倒する、なんてことも起こります。

居室にひそむ危険ポイントに気をつけて、転倒予防の対策を行いましょ。

電気コード、延長コードでつまづく

**改修ポイント**  
コードは壁をはわせたり、コードカバーなどを利用して、足下の邪魔にならないように

フローリングで滑る

**改修ポイント**  
滑り止め靴下をはくなどしましょ

座布団に足がつれる

**改修ポイント**  
使わないときは必ずしましょ

長い敷物にもつれる

**改修ポイント**  
カーペットはテープなどでとめましょ

床に置いた新聞紙やレジ袋で滑る

**改修ポイント**  
床に物を置かないように

靴下やスリッパで畳やフローリングの上で滑る

**改修ポイント**  
滑りやすい靴下やスリッパをはかない!

# リハビリスタッフ 総力全開! フレイルチェックをしてみましょう

フレイル(虚弱)は「年齢に伴って筋力や心身の活力が低下した状態」のことで、要介護状態になる1歩手前と考えられています。ご自分のフレイルの可能性はどの程度ですか?チェックしてみましょう。

質問	回答
チェック1 6か月間で2~3kgの体重減少がありますか?	1. はい 0. いいえ
チェック2 以前に比べて歩く速度が遅くなってきた?	1. はい 0. いいえ
チェック3 ウォーキング等の運動を週1回以上していますか?	0. はい 1. いいえ
チェック4 5分前のことが思い出せますか?	0. はい 1. いいえ
チェック5 (ここ2週間)わけもなく疲れた様な感じがする	1. はい 0. いいえ

1の回答数がいくつありますか?

0個	健康
1~2個	フレイル予備軍
3個以上	フレイル

## フレイル改善にはいろいろな運動を組み合わせることが大切です!!

「教えてくれる人」

理学療法士 後藤 圭

**スロージョグ**

小股で歩くくらいのゆっくりペースで走るのがスロージョグです。足のつま先あたりで着地するように意識しましょう。15分以上を目標にしましょう。

**バランス練習**

必ず何かにつかまって、できるだけ長い秒数保ちましょ。

**バックランジ** 初心者 左右各20回 中~上級者 左右各20回×2セット

- 1 片足をあげる  
必ず何かにつかまって行いましょ。
- 2 右足を後ろに引く  
右足を後ろに大きく引きながら、腰を落とし、左ひざは直角に曲げる。重心は左足のかかとに。
- 3 前の足に重心をのせる  
左足のかかとで床を押しすようにしてお尻から立ち上がる。このとき、左のお尻からも裏に伸びを感じながら立つ。足を交互にかえながら20回を目標に行いましょ。

ひざがつま先より前に出ないように。ひざが内・外に出ないように気をつけましょ。

何かにつかまりながら行い。

余裕があればつま先を上げて。

足を大きく後ろに引きましょ。

背筋は伸ばしてお尻が上がらないように。



## 病院のかかり方⑥

### 救急受診するときは

当院は「救急告示病院」です。緊急を要する患者さんの対応は24時間365日、受け入れ体制をとっています。当院がかかりつけの方で救急受診される際は、まずお電話での連絡をお願いいたします。

緊急性があるかどうか、救急車を呼んだ方がよいのかどうか、迷ったときは「福岡県の救急医療電話相談窓口」にお問い合わせの上、判断を仰いでください。

当院の救急外来は初期対応として、専門知識を持った看護師が診察前に問診を行い、緊急度・重症度の高い方から優先的に診察を行います。常時、内科系医師、外科系医師が対応できる体制をとっています。

病院を受診することは、決して幸せなことではありませんが、医師、看護師が協力をして患者さんが安心して診察を受けられるよう、対応してまいります。

労働者や地域住民など年間約9万人の健康診断、健康支援を行う九州健康総合センター。2020年6月に理事長に就任された大久保浩司医師と人間ドック担当主任看護師の米田裕子さんにお話を伺いました。

**Q** 理事長は産業医として、これまで多くの有名企業で勤務されていたと伺いました。

**A** はい。長年、東芝やトヨタ自動車などで企業人の健康管理に努めてきました。当職に就いてからはコロナウイルス感染防止策を徹底しながら、健診前から健診後のフォローまで、受診される皆さまに満足いただけるセンターを目指し、職員一丸となり頑張っています。

**Q** とくに心を配っている点は

**A** 基本的に健診センターは健康な方の検査をするところですが、また毎年の受診が望まれますので「来年もここで受診したい」と思っていたできるように環境整備、接遇、迅速で正確な診断などに力を入れております。万一、何かの病気を発

見した際は、確実に医療機関での精密検査につなげられるように、健診後のフォローも徹底しております。健診を受けたから「いいことがあった」。そんなふうにも思っていただけではありません。



**Q** 米田さん、人間ドックはリピーター受診が多いそうですが、

何か特徴がありますか

**A** 午前中に健診結果のご説明まで行う半日ドックが人気です。スピーディーかつ画像診断はダブルチェックで精度を上げるなど、正確さも追求しています。また、「健診エスコートシステム」の導入で、各検査の混雑状況を判断して、お待ちいただく時間が少ないよう、スムーズなご案内が可能になりました。気持ちよく受診いただき、ご自分の健康状態を毎年、しっかりと把握していただければうれしいです。

### 来院時、持参していただきたい物

- ① 保険証
- ② お薬手帳
- ③ 現金

● 保険証は必ずお持ちください。忘れた場合は、自費請求となり高額になります。

● お薬手帳は、いま飲んでる薬がわかりますので必ず持参してください。

● 時間外・休日受診では、初診・再診・検査等に加算がつき、診療時間内にくらべ治療費が高くなります。

病院に行く？救急車を呼ぶ？迷ったときは

「福岡県の救急医療電話相談窓口」へ

電話で #7119

・受診に迷った場合の病気やケガに関する相談窓口です。

・救急医療機関での経験を有する看護師が対応しています。



医事課 大庭 範雄

## 出番です！自助具7

のびのびストローキャップ  
コップにかぶせるだけで簡易的なストローコップに早変わり。誤ってコップを倒しても中身がこぼれません。

デリカキャットチャイ  
お皿に縁がないと意外と不便です。最後の一口がうまくすすべなかつたり、食べこぼしたり。手の不自由な方、高齢の方はとくに不便かと思えます。お皿に取り外し可能で、視覚が弱い方のために、色もいろいろあります。ストレスなく、お食事を楽しめる自助具です。



[取材協力]  
北九州市立介護実習・普及センター  
福祉用具プラザ北九州  
北九州市小倉北区馬借一丁目7番1号  
総合保健福祉センター1階  
TEL.093-522-8721

開館時間 9:00~17:30

休館日 土曜日・祝日・年末年始

※販売・レンタルは行っていません。



**Q** 理事長から、ひとことメッセージを

**A** 従業員の健康を経営資源と考える「健康経営」という言葉も知れ渡ってきました。私たちが健康経営という切り口で、企業や働く人たちの役に立てればと考えております。ぜひお気軽に健診をお受けください。

健康診断、受けていますか？

## 一般財団法人九州健康総合センター

北九州市八幡東区平野1丁目11番1号

予約専用 / TEL.093-672-6210 (平日8:30~17:00)

受付時間 / 8:30~11:00、12:45~16:00

http://www.kyuken.or.jp/

※土・日・祝日は休業(但し、4~10月の第一土曜日は営業)



大久保 浩司 理事長

# ほっ!とスポット



## 和気清麻呂を祀る「葛原八幡神社」くすはら

葛原八幡神社は、足立山の麓に鎮座して約1200年の長い歴史があります。鳥居から境内まで約200m続く、通称「リハビリ参道」は木々に囲まれ、清々しい空気に満ちています。足の傷を癒やした清麻呂に由来し、「健脚やりハビリ成就の神」として、長年、地域の方に慕われています。

薬学にも長けていた清麻呂にちなみ、創建1200年行事の一つとして、2017年に「薬草百図天井画」が奉納されました。精密に描かれた、色とりどりの薬草画は138枚におよび、一見の価値あります。

「今年秋のお祭り(10月第4土・日)は、無観客で神楽奉納を予定しています。いにしえより、祭りには『疫病に静かに治まってもらう』という意味もあります。新型コロナの早い終息を心静かに皆さまと祈りたいと思います」と14代目宮司の福江國彦さん。

車で5分ほど行くと、清麻呂が足を癒やしたと伝えられる冷泉の湧く「水神社」もあります。遠く平安時代に思いをはせながら、心と身体を癒やせる場所です。



参拝前に足を清める



14代目宮司・福江國彦さん



清麻呂が足を癒やしたといわれる池(水神社)



薬草百図天井画



葛原八幡神社



葛原八幡神社  
小倉南区葛原4-3-1

### TOPICS

#### YouTube 「病院公式チャンネル」のご紹介

YouTubeにせいてつ病院の公式チャンネルを作成しています。当院医師による「生活習慣病予防チャンネル」、時短かんたんレシピを集めた「せいてつdeli」、「自宅でラクにできる体操」など、これからお役立ち情報をアップしていきます。チャンネル登録もお願いいたします。



コチラから



# 再来患者さんの受付方法が変わります

## 2021年10月1日より自動再来受付機を導入します

受診の際は「診察券」をお持ちください 保険証は会計時に確認させていただきます(保険証は原則、月1回確認しています)

### 【受付方法】



- 4 受診票を各窓口に提出してください
- ・採血室
  - ・外来
  - ・各種検査など

対象患者さん  
再来で当日予約のある方

### 下記の方は自動再来受付機をご利用になれません

- ①初診の方
- ②予約のない方
- ③他の医療機関からの紹介状をお持ちの方
- ④診断書依頼やお受け取りの方
- ⑤人間ドック、各種ドック受診の方
- ⑥診察券をお持ちでない方・忘れた方

