

こんにちは せいてつ病院です

ご自由に
おとりください

Vol.140

2025 SPRING

特集：乳がんについて知ろう

◎病院の舞台裏①「細菌は眠らない-臨床検査技師の知られざる日常-」

◎新しい食事の指標「ナトカリ比」

◎病院管理栄養士が考える野菜レシピ「アルモンデ⑤じゃがいも・いちご」

◎ここでしか読めないリレーコラム⑫「八幡東区自治総連合会 会長 畠中聡之さん」





特集

乳がんについて知ろう

～基礎のポイントから最近の情報まで～

日本では乳がんの罹患率が年々、増加傾向にあります。国立がん研究センターのデータによると、2020年には91,531人が乳がんと診断され、女性のがん罹患率の第1位となっています。乳がんとは診断される人は40歳代から急激に増加し、70歳代がピークです。29歳以下は0.5%、30～34歳が1.2%、35～39歳が3.2%で、40歳以上で95%以上が発症しています。

当院の治療実績（2024年）

【乳がん手術118例】

内訳

- 乳房切除術：56例
- 乳房部分切除術：50例
- その他：12例

【良性腫瘍手術15例】

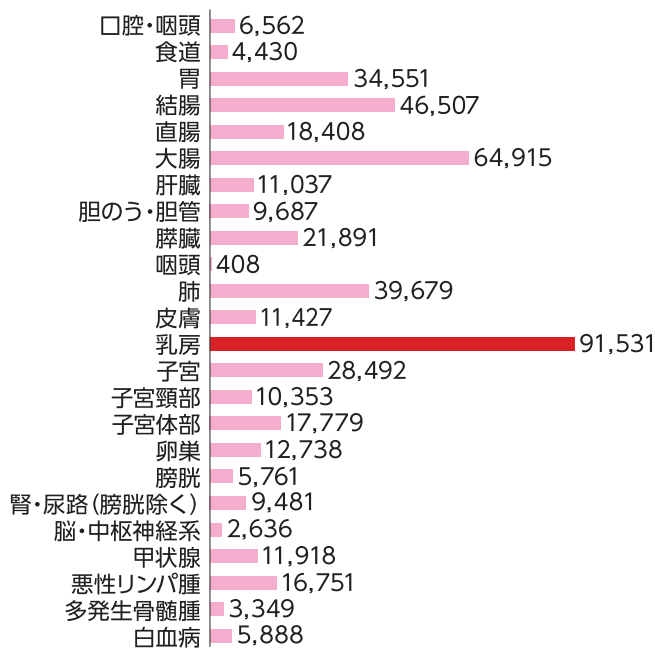
八幡東区という地域の特性から直近5年間の集計では75歳以上の後期高齢者の手術が24.3%を占め、80歳代の方の手術も決して珍しくありません。

乳がんの大切なポイントを押さえよう！

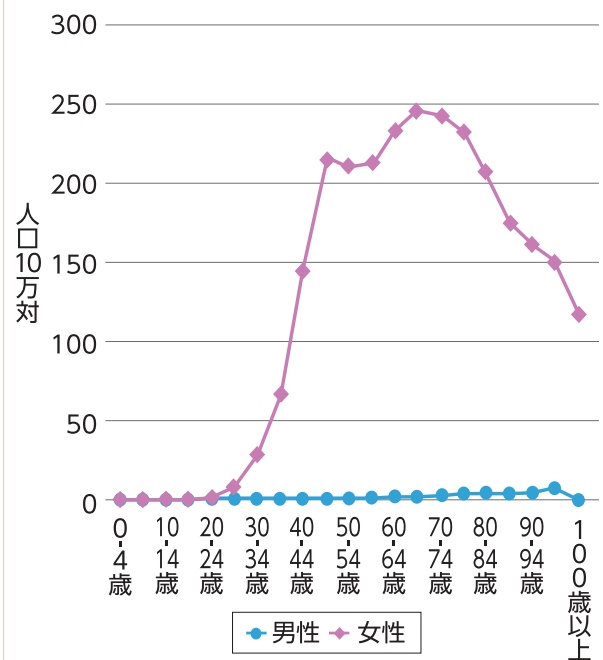
① 乳がんの特徴

乳がんは、乳腺組織に発生するがんです。早期の乳がんは自覚症状がないことが多く、進行するとしこりや乳頭からの分泌物、皮膚の陥没などが現れることがあります。ほかのがんと同様、

部位別がん罹患数
(女性2020年)



どの年齢層で多いか
年齢階級別罹患率(乳房 2020年)



出典：がん情報サービス(元データ：全国がん登録罹患データ)

進行すれば骨や肝臓や肺など全身に転移します。

②自分で気付ける唯一のがん

乳がんは自分の目や手で異変を感じることができます。定期的な乳がん検診に加え、些細な変化にも気付けるように、ご自身の乳房に日頃から関心を持ちましょう。

③マンモグラフィ検査と乳腺エコー検査の違いは

日本では、40歳以上の女性に2年に1度のマンモグラフィ検査が推奨されています。マンモグラフィ検査は、乳房を圧迫してX線撮影する検査です。エコー検査より微細な石灰化を発見するのに優れています。痛みとを感じる方がいますが、検査機器の進歩によりその割合は減少しています。当院では女性の放射線技師（MMG撮影資格取得者5名）が検査を行います。

乳腺エコー検査は超音波を使って、乳房の内部を観察する検査です。放射線被ばくの心配がなく、高濃度乳腺の方でも診断しやすいというメリットがあり、40歳未満の女性に推奨されています。ただし、検査者の技量に左右されることやマンモグラフィと比べて検査時間が長くなる傾向があります。当院では日本乳がん検診精度管理中央機構に認定された女性の臨床検査技師（JABTS認定検査技師3名：A判定2名、B判定1名）が検査を行います。

④乳がん検診で「要精密検査」が出たら

「要精密検査」と判定された場合は、精密検査を受ける



⑤治療に関するトピックス

近年、乳がん治療は大きく進歩しています。その一つが「ラジオ波焼灼術」です。これは、1.5 cm以下の小さな乳がんに対して、針を刺して高周波電流でがん細胞を焼き殺す治療法です。外科手術に比べて身体への負担が少なく、早期乳がんの治療選択肢の一つとして期待されています。1.5 cm以下の乳がんを発見するためには一層、乳がん検診の役割が重要になります。当科でも早期導入に向けて検討・準備を進めています。

必要があります。精密検査では、追加の画像検査（造影MRIなど）や組織検査（針生検など）を行います。その結果、乳がんと診断された場合は、さらに追加の画像検査（造影CT検査、骨シンチ検査など）を行い、治療法について医師と相談します。



また、これまでの抗がん剤や内分泌療法、分子標的治療に加えて新たに抗体薬物複合体（ADC：Antibody-Drug Conjugate）という種類の薬物が次々と使用できるようになりました。従来の治療法で効果が得られなかった患者さんや特定のタイプの乳がん患者さんにとって、新たな治療選択肢となる可能性があります。これらの治療法は、患者さんの状態に合わせて選択されます。

まとめ

乳がんの早期発見・早期治療は、予後を大きく左右します。定期的な乳がん検診とブレストアウェアネス（乳房を意識する生活習慣）を心がけ、ご自身の乳房の健康を守りましょう。

当院では、乳がんに関する専門的な知識と豊富な経験を持つ専門医、指導医が複数在籍しており、患者さん一人ひとりに合わせた最適な治療を提供しています。不安なことや心配なことがあれば、お気軽にご相談ください。

私たちが検査します

乳腺ドックのご案内はこちらから！

乳腺センター長・乳腺外科部長
緩和ケア外科部長
高浪 英樹 たかなみ ひでき

attention
アテンション!

知っていますか? 新しい食事の指標「ナトカリ比」

良塩くん ©2017 日本高血圧学会 カリ菜ちゃん ©2021 日本高血圧学会

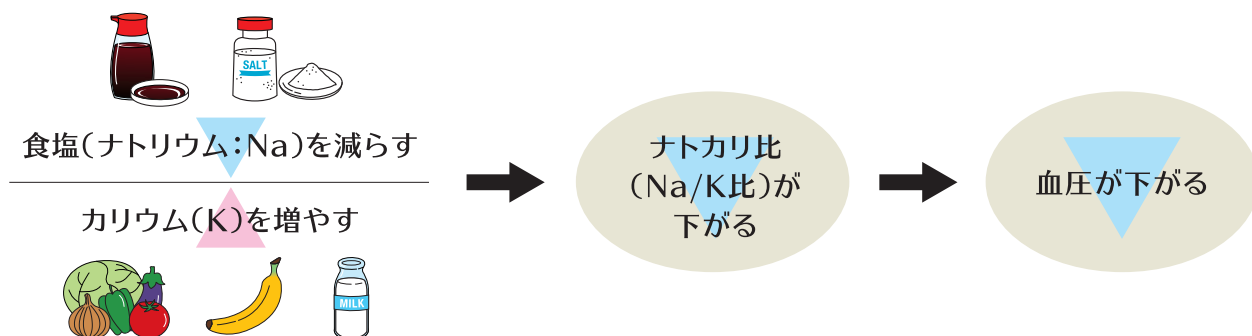
高血圧の食事療法

高血圧は日本に4,300万人いると推定されているもっとも多い生活習慣病です。高血圧の食事療法として減塩がもっとも重要であることは、みなさんもよくご存じだと思います。令和5年の調査によると、日本人の1日の食塩摂取量の平均は、男性10.7g・女性9.1gですが、一般人の目標は男性7.5g・女性6.5g、高血圧の方は6gですので、国民全体で減塩を推進する取り組みが必要です。

一方で血圧を低下する効果が期待できるカリウムは、野菜や果物に多く含まれますが、日本人の摂取量は不足しており、健康日本21(第三次)では、1日あたり野菜350g、果物200gを摂取するよう提唱しています。

ナトカリ比ってなに?

食塩(ナトリウム:Na)は血圧を上昇させ、カリウム(K)は血圧を低下させるので、ナトリウムをカリウムで割った数値をナトカリ比(Na/K比)と呼んで評価する意義が強調され、NHKでも取り上げられました。つまり、同じ食塩を摂っていてもカリウム摂取が多いほど、高血圧や脳卒中などになりにくいということです。最近、尿を用いて簡単に測定できる機器も登場しましたので、より評価しやすくなりました。もちろん減塩することが優先ですが、その上でいかにカリウム摂取を増やしてナトカリ比を下げるかが、ポイントとなります。1日分の尿で測定した場合、ナトカリ比2未満が理想的、4未満が許容範囲とされています。高血圧で治療を受けておられる方は、主治医の先生に「ナトカリ比を測れますか?」と聞いてみてください。



ナトカリ比を下げるために気を付けること

野菜や果物を食べるとカリウムを摂取できますが、野菜を調理する過程で食塩が増えるように注意する必要があります。カリウムは水に溶けるので鍋料理など煮ると、スープの中に出てしまいます。なまで食べるか蒸す、電子レンジで加熱するなどがお勧めです。また糖尿病や肥満の方は、果糖を多く含む果物の食べ過ぎには注意しましょう。牛乳・乳製品、お茶・コーヒーにもカリウムが含まれているので、食塩を増やさずにナトカリ比を下げる手法として有効です。みなさんも是非、「ナトカリ比を下げる食事」を心がけてください。

注)腎機能が低下している方など、カリウムの摂取が勧められない場合がありますので、主治医にご相談ください。



顧問 土橋卓也

減塩でもおいしい!カリウムもとれる!／

アルモンデ5

今回の
主役

病院管理栄養士が考えるバランスの整った食事

「今日はアルモンデ(あるもので)いい?」。

冷蔵庫に残っている食材を片付けたい日にこのフレーズ、よく使いますよね。

残りがちな食材を使ったアイデア料理!ぜひ参考にしてください。

[1人分] エネルギー555kcal たんぱく質26.3g 塩分2.2g カリウム952.4mg 野菜量:110g

ポケットサンド(辛子マヨチーズ・いちごヨーグルト)



■材料(1人分)

【辛子マヨチーズ】

- ・食パン(4枚切り)…半切れ
- ・じゃがいも…1/4個
- ・卵…1個
- ・マヨネーズ…大さじ1/2
- ・練りからし…少々(1cm)
- ・チーズ…適量
- ・パセリ…少々

【いちごヨーグルト】

- ・食パン(4枚切り)…半切れ
- ・いちご…小粒2個
(大粒なら1個)
- ・プレーンヨーグルト…大さじ1
- ・はちみつ…適量
- 【付け合わせ】
- ・ブロッコリー…2房
- ・ミニトマト…2個

粒マスタードも◎

■作り方

- 1 じゃがいもを1cmのさいの目切りにし、溶いた卵と一緒に耐熱容器に入れ、600Wで1分加熱
- 2 ①とマヨネーズ、練りからしを混ぜ合わせる
- 3 食パンを半分に切り、真ん中に切れ目を入れてポケットを作る
- 4 ②の具材を入れ、チーズをのせる
- 5 倒れやすいのでアルミホイルで包み、トースターで3分ほど加熱
(焦げやすいので注意)
- 6 パセリをかけて完成



電子レンジ・
トースター・マグカップで、
短時間&簡単に
作れます!
カリウムもしっかり
とれますよ。

栄養管理部
よしだ みほ
吉田 美歩



マグカップで作るミルクスープ

■材料(1人分)

- ・じゃがいも…1/4個
- ・水…30ml
- ・牛乳…120ml
- ・冷凍ホウレン草…30g
- ・コンソメ…0.5g
- ・玉ネギ…20g
- ・ham(ベーコンでも可)…10g

ご自宅にある
お好みの野菜で◎

■作り方

- 1 じゃがいもと玉ネギを1cmのさいの目切りにする
(小さいとより火が通りやすい)。hamは1cmの短冊切りにする
- 2 少し大きめのマグカップに、①+冷凍ホウレン草+水を入れて軽く混ぜ、600Wで2分加熱
- 3 牛乳、コンソメを入れ、さらに600Wで1分加熱。じゃがいもが硬ければさらに10~20秒加熱



細菌は眠らない！

—臨床検査技師の知られざる日常—



臨床検査技師
宮原 望

ある日の昼休み。臨床検査技師の宮原さんと一緒にになりました。ゴールデンウィークの予定を聞くと、意外な言葉が返ってきました。

【宮原】「私、休めないんです。」

だって細菌は眠らないので」

【広報】「えっ…細菌が眠らない?!それ、どういうことですか?」

【宮原】「まあまあ(笑)。興味があるなら、細菌検査室に来てみませんか」

翌日、細菌検査室にお邪魔すると、次々に患者さんから採取した血液や尿、痰などの検体が届きます。ここでは病気の原因となる細菌を見つけ、どんな薬が効くかを調べる検査が行われます。尿に含まれる細菌検査を見学しました。

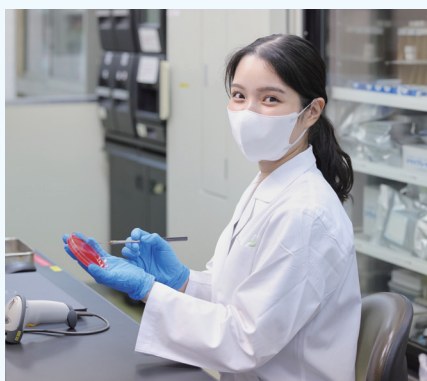
細菌検査の流れ

【1日目】 検査開始

【宮原】初日は検体(尿)をスライドガラスに塗って、顕微鏡で観察します。見た目だけでは細菌が特定できないので、同時に「培地」に菌を植えて約35℃の環境で一晩寝かせます。

【広報】菌を植える? なんだか怖いですね。

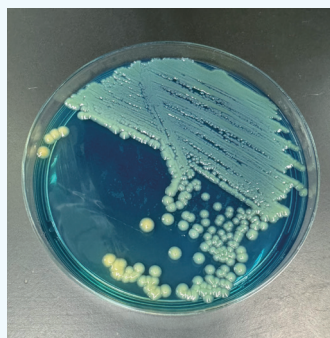
【宮原】怖くはありません。ただ、ほかの菌が混ざってはいけないので、慎重に作業します。



【2日目】 培地の観察

【宮原】一晩たつと、培地から栄養を吸収して細菌が生えてきているはずですよ。

【広報】おお! 生えてますね。



尿培養検査で生えてきた菌

【宮原】この段階では、まだ菌名は確定できません。さらに新しい培地に植え替えて、半日ほどかけて菌を増やします。菌名を確定させる試験を行うためです。

【広報】徐々に菌の正体が見えてくるんですね。

【宮原】菌が成長する様子を確認するのは、パズルが解けていく感じでワクワクするんです。

【3日目】 菌名確定

【宮原】ついに菌の全貌がわかりますよ。菌名が確定するのと合わせて、薬剤感受性[※]といて、どの薬が効くかもわかります。これらの情報を医師に知らせ、医師は治療方針を立てます。

【広報】重要なお仕事ですね。

【宮原】細菌は眠らないことがわかりましたか? 私たち臨床検査技師も日々、一生懸命、菌と向き合っています。患者さんの回復につながると思うと頑張れます!

あらためて医療現場はいろいろなスタッフの地道な仕事で成り立っていると思いました。病院にはまだまだ多くの縁の下の力持ちがいます。次回は、どんな仕事の舞台裏でしょうか? お楽しみに!

仕事の顔とオフの顔

ON & OFF

ショット⑧

リハビリテーション部 作業療法士
吉川 美咲



病気やケガなどで起床、着替え、トイレ、洗面、食事、家事など日常生活が不自由になってしまった患者さんに、作業療法士はリハビリを行い、自立した生活を送れるようにサポートします。

主に脳、乳腺、整形外科疾患の患者さんの機能改善に取り組む吉川さんは「リハビリが体だけでなく心の支えにもなればいいなと思います」と、患者さんの笑顔を引き出す大切さも感じています。

そんな吉川さんは、小さい頃からイラストを描くことが得意。オフの日に4歳になる息子から「これ描いて！」



とリクエストされたり、同僚に頼まれて似顔絵を描いたり。つい没頭して、気付けば数時間が過ぎることもあるそうです。患者さんに骨や筋肉のイラストをサツと書いて説明すると「上手いですね。わかりやすい」と関心されることもしばしば。

「絵を描く活動は手を動かすので、脳への刺激にもなります。患者さんと一緒に絵を描くことがリハビリの一助となればうれしいです」と話します。ONとOFFの相乗効果で、リハビリの現場に豊かで優しい時間が流れています。



腎臓内科医師：腎臓の構造や働き、腎臓病について講義を行います



管理栄養士：クイズを交えながら、
楽しく腎臓病患者さんの食事療法について講義します



せいてつ病院の「腎臓病教室」

慢性腎臓病の治療は薬物療法に加え、「食事、運動、生活習慣」の改善などの非薬物療法が重要になります。当院では年4回「腎臓病教室」という少数制の勉強会を開催しています。

医師、看護師、薬剤師、管理栄養士、理学療法士による講義だけではなく、患者さんの相談にのったり、リハビリメニューの紹介や体力測定、血圧測定など実践的なことも行っております。多職種で一丸となって、皆さんの腎臓病治療をサポートしていきます。ご家族でお気軽に参加ください。

開催予定日

2025年5月9日・8月1日・11月7日
2026年2月6日 ※いずれも金曜日

講義プログラム(予定)

13:00 ~ 14:00	医師
14:00 ~ 14:20	薬剤師
14:30 ~ 15:30	管理栄養士
15:30 ~ 16:00	理学療法士
16:00 ~ 16:30	看護師

参加ご希望の患者さんご家族はお気軽に主治医にご相談ください。



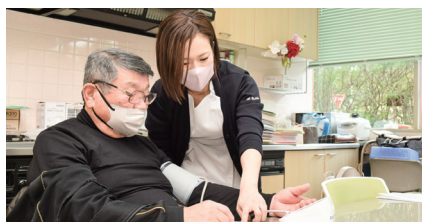
看護師：日常生活で気をつけることを中心にお話します



理学療法士：「握力測定」など簡単な身体チェックも行います



薬剤師：腎臓病のお薬について講義します



看護師：正しい血圧測定について、患者さんと一緒に実践！



理学療法士：実際に身体を動かしながら、運動療法について講義します

※撮影時のみ、マスクを外しています。

Chocoフィット どこでもできる健康づくり(公園編)

昨年、10年ぶりに厚生労働省が推奨する運動指針が変更されました。

「健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023」では、全ての国民が健やかで心豊かに生活できる活力ある社会とすることを目的に、身体活動・運動に関わる強度や量、頻度など推奨事項が示されています(図)。

皆さん、身体を動かす重要性は理解されていると思いますが、忙しい普段の生活の中でどのように実行したらよいか、わかりづらいと思います。今回のシリーズでは「Chocoフィット」と題して、身近な場所で行える健康づくり(生活活動や運動等)を紹介します。今回は公園編です。



作業療法士
しまぎ ゆうだい
島崎 雄大

《健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023 推奨事項一覧》

全体の方向性

個人差を踏まえ、強度や量を調整し、可能なものから取り組む
今よりも少しでも多く身体を動かす

今よりも10分多く、
動く意識を持ちましょう!!

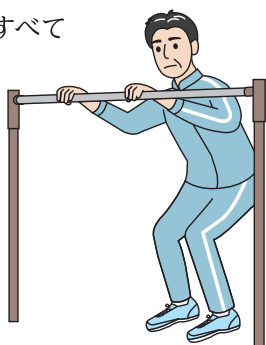
対象者	身体活動 (=生活活動+運動)	座位行動
高齢者	歩行又はそれと同等以上の身体活動を 1日40分以上 (1日約 6,000歩 以上) 運 動 有酸素運動・筋力トレーニング・バランス運動・柔軟運動など多要素な運動を週3日以上 【筋力トレーニングを週2〜3日】	座りっぱなしの時間が長くなりすぎないように注意する 立位困難な人も、じっとしている時間が長くなりすぎないように少しでも身体を動かす
成人	歩行又はそれと同等以上の身体活動を 1日60分以上 (1日約 8,000歩 以上) 運 動 息が弾み汗をかく程度以上の運動を 週60分以上 【筋力トレーニングを週2〜3日】	
こども	参考 ・中強度以上の身体活動(主に有酸素性身体活動)を1日60分以上行う	

〈参考文献〉厚生労働省：健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023より抜粋 ※一部内容を割愛

高齢者版(65歳以上)

例 スクワット・腕立て伏せ(鉄棒を使用)
+ウォーキング約30分

スクワットと腕立て伏せを各10回、2〜3セット(目安:各5分)。1日にすべて合わせて実施すれば1週間の推奨量の1/6に相当



成人版(18〜64歳)

例 子供と遊ぶ
(歩く/走る活発に)

1日60分実施した場合、1週間の身体活動推奨量の約1/4に相当



こども版(17歳以下)

例 サッカーであれば1日60分以上

激しすぎる運動やオーバーユース(使いすぎ)に注意



その時、MSWが動いた

MSW(医療相談員)や退院調整看護師は患者さんの抱えるさまざまなお悩みや相談にのり、一緒に問題解決を行う専門職です。患者さんからのSOSに、どうこたえるのか。シリーズでお届けします。

自宅で迎える最期の時間。その時、どうする？⑪

■今回の相談者／

山田さん(仮称・82歳女性)とご家族(夫・長男夫婦)

山田さんは胃がん末期と診断され、緩和ケア病棟に入院されています。主治医がご家族に余命が長くないことを説明すると、「最期は自宅で過ごさせてあげたい」と希望され、ご本人も「家族に迷惑をかけたくないが、自宅に帰りたい」と話されました。

院内緩和ケアから在宅緩和ケアへ

「在宅で緩和ケアを受けたい」という山田さん、ご家族の希望をかなえるため、院内の緩和ケアチームと協力しながら、在宅療養に向けた準備を進めていきました。入院中の限られた時間で山田さんとご家族の不安や戸惑い、ご希望を伺いながら、「もの」だけでなく在宅ケアサビスの調整を行いました。

退院前には、在宅ケアの中心となる訪問診療医、訪問看護師、訪問薬剤師、ケアマネージャー、当院の医師、スタッフなどが集まって、カンファレンスを実施。病状や治療方針の確認を行い、山田さんとご家族の思いを共有しました。

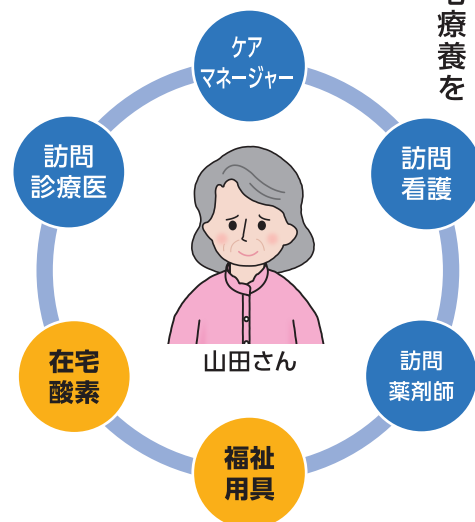
穏やかな在宅療養を
かなえる

退院後は毎

日、訪問看護師がご自宅
で医師の指示
による症状緩和
を目的とした
身体的ケア、

不安を少しでも軽減できるように心理的サポートを行いました。お風呂に入ることが大好きな山田さんの体調の良いときには、訪問入浴サービスも実施でき、とても喜ばれました。

その後、穏やかに日々を過ごされた山田さんは「ありがたいですね」と家族に声をかけ、眠るように息を引き取られたそうです。ご家族からは「自宅で看取ることができて本当によかった」と言葉をいただきました。多職種が患者さん、ご家族に寄り添いながら連携することが、穏やかな在宅療養につながる実感した事例です。



地域医療・情報センター
医療相談室
退院支援看護師
古賀 由美(こが ゆみ)

北九州のキラリ人^{びと}からの1,000文字。

八幡東区自治総連合会 会長 畠中 聡之^{はたなか やすゆき}さん

八 幡東区中央町で生まれ育ち、大学卒業後に就職したのは、冠婚葬祭関連の会社でした。当時、急成長産業でしたから、非常に忙しく、2年間、一日も休まずに働き続けたこともあります。沖縄、金沢、北海道などで、新規事業の立ち上げを任されたり、ホテルの総支配人なども経験しました。おかげで仕事で培ったプロジェクト管理のスキルやイベントの企画、人とのネットワークづくりなどは、地域活動を行う上で大いに役立っています。

60 歳を過ぎて、「地域に何かしら貢献したい」という気持ちが強くなり、地元に戻る決心をしました。私の父は中央町で行政書士をしながら、自治会活動にも長く携わり、町の人の相談に乗っていました。その影響もあつたのでしょうか、次第に私も地域の責任ある役割をいただくようになり、現在に至っています。



忘 れられないのは、2014年に開催した「全国餃子サミット in 北九州」です。「鉄の町」だけでなく、「食の町」という八幡の新たな魅力を打ち出そうと、八幡餃子をテーマにしたイベントを企画。全国から40店舗以上が

集まり、16万人もの来場者を迎えることができました。近い将来、中央区商店街、大谷球場などを活用したプロジェクトが実現できればと模索しているところです。

八 幡東区の皆さんは、何をするにも協力的で発想力、行動力に富んでいて「八幡を盛り上げよう」という熱意のある方が多いです。団結力も突出していますので、いろいろなプロジェクトを成し遂げてこられたと思います。

私 も70代後半になりましたが、毎日、いろいろな人から電話がかかってくるので、相談を受けたり、相談したりの連続です。とにかく、ぼーっとする暇がまるでありません(笑)。それが私の健康法かもしれないですね。大変なことも多いのですが、「どんな状況でも前向きに！」を心がけています。

若い世代へのバトンタッチも視野に入れながら、地域のお役に立てるように、もう少しがんばります。皆さんと共に八幡東区がよりよい方向に進むように、力を尽くしていきます。皆さん、一緒に八幡を盛り上げましょう。



今回のキラリ人

畠中 聡之(はたなか やすゆき)さん

地域のまちづくりに欠かせない中心人物。八幡東区自治総連合会会長、中央第一自治区会会長、八幡東区社会福祉協議会委員長、八幡大谷まちづくり協議会会長、市環境衛生協会連合会会長、八幡ぎょうざ協議会顧問など、多方面にわたる役をこなす。

循環器内科・高血圧センター

冠動脈インターベンション・アブレーション治療
2年連続ダブル200例達成しました!!

2023年に続き、2024年も冠動脈インターベンション・アブレーション治療とともに多くの治療に取り組むことができました。これもひとえに患者さん、ご家族の皆さまのご理解とご協力のおかげです。心より感謝申し上げます。2月から「パルスフィールドアブレーション」を導入し、心房細動に対する治療の選択肢がさらに増えました。

今年度も患者さん一人ひとりに合った適切かつより質の高い治療を提供できるよう、スタッフ一同、全力で取り組んでまいります。



循環器・高血圧センター長
竹本 真生



2024年の内訳

- ・カテーテルアブレーション242症例うち心房細動199症例
- ・冠動脈インターベンション228症例うちIVL29症例、
- ・ロータアブレータ8症例
- ・その他のインターベンション術8症例

脳卒中・神経センター

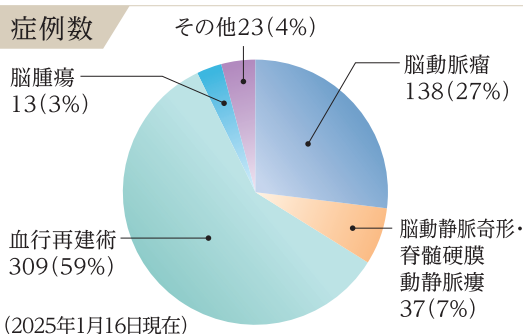
脳血管内治療の総症例数が500例を超えました!

脳卒中・神経センターでは、脳神経外科・脳神経内科の病気に対して、カテーテルを使った「脳血管内治療」を行っています。この治療は2014年11月にスタートし、2024年6月に治療件数500例を超えました。

なかでも「血栓回収療法」という、閉塞した血管を再び開通させる治療では、当院の成功率は「85%以上」で、年齢層の高い患者さんの回復にも取り組んでおります。これからも皆さまにより良い医療をお届けできるよう、スタッフ一同努めてまいります。



脳神経外科担当部長
山口 慎也



突然ですが、あなたは今日買い物をしましたか？ 買い物をした時、お金を支払った時、誰とどんな言葉を交わしましたか？

最近、セルフレジを設置する店舗が増えましたね。後ろの人を気にしながらピッピッてやって、エラーになったら店員さんが飛んでくる。なんかちょっと気まずい思いをすることもあります。効率化、コスト削減、人手不足…。時代の流れ」と言ってしまうえばそれまでですが、一言も言葉を交わさずに買い物成り立つことに、物足りなさを感じるアラフィフです。

私の祖父母は、市場で洋品店を営んでいました。市場が私の遊び場で、放課後は友達と駄菓子屋さんに行ったり、銭湯に行ったり。市場を歩くと声をかけてくれたいた大人たちは、年月とともに少しずつ減り、アーケードは解体されてマンションが建ちました。

原体験は「市場」。そんな私が八幡中央区商店街で働くようになって、ちょうど1年が経ちました。通りを歩くとお店の人に「おはよう」「忙しそうやね!」と声をかけられます。買い物をする、お釣りが多めに返ってくることもあれば、おかずが山盛りになることも。ヒト対ヒトのコミュニケーションが息づいている、そんな商店街の良さを肌で感じる毎日です。「全盛期に比べたら寂しくなった」と感じるかもしれませんが、店主さん一人ひとりに歴史があり、ストーリーがあります。

こちらのコーナーでは商店街の魅力を発信していきます。お楽しみに！



八幡中央区商店街事務長 中尾 真奈美
フリーランスのライター。空手「風林火山道場」
内弟子・インストラクター。バンドではベースと鍵盤を担当。人生の目標は「音武両道」。

Instagramは
こちら



家族連れでにぎわう「子ども祭り」。
今年は4月27日(日)に開催。

ホッと！ スポット



創業78年。

レトロ感あふれるお餅屋さん

尾倉町にあるノスタ

ルジックな店構え、「えびす餅 小家野商店」は1947年(昭和22年)創業。屋号は昔、尾倉町が「恵比寿町」だったことに由来。現在、2代目のご夫婦と娘さんが切り盛りしています。創業当初はかき氷屋として人気で、冬場に何を売るか悩んだ末、「餅」を始めたそうです。着色料・人工甘味料・保存料など一切、不使用で、北海道産の小豆や佐賀県産の餅米など、厳選した素材を使用しています。

安心・安全で素朴な味に市内外のファンも多く、夏に登場するかき氷には若者の行列ができます。「レトロが格好いい」とSNSで話題になることも。「材料高騰や時代に追いつけない部分もありますが、待つてくださるお客様のために、元気なうちは続けたい」とご夫婦。守り続ける味と温かい人柄に触れに、ぜひ一度足を運んでみてください。



えびす餅 小家野商店

八幡東区尾倉町1丁目5-17 TEL.671-4377 ●営業時間/8:00~17:00頃 ●定休日/水曜 ●木曜不定休

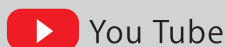
不整脈の新しい治療法 「パルスフィールドアブレーション」が スタートしました

2025年2月20日、当センターでは心房細動に対するパルスフィールドアブレーション(PFA)治療を開始しました。この治療は「不可逆的電気穿孔」と呼ばれる技術を、心臓のアブレーションに応用した治療で、心臓周囲にある食道や横隔神経、肺静脈といった組織を温存しながら、標的となる心筋組織に対してのみ、細胞死を引き起こす「組織選択性」という特長を利用しています。

PFA治療の最大の特徴は、従来の治療に比べて合併症が少ないことです。治療時間も短く、患者さんに優しい治療と言えます。不整脈でお困りの方は、まずはかかりつけ医にご相談ください。当センターでは、従来の高周波アブレーション、クライオアブレーションに加え、このPFA治療で患者さんに最適な治療を行ってまいります。



病院公式チャンネル



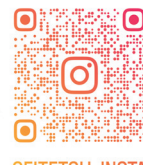
登録者数
2,400人突破!!



Instagram登録お願いします

スタッフの日常や病院イベントなどを
ご紹介しています。

フォロー&いいね♥をお願いします!!



SEITETSU_INSTA

表紙のテーマは「趣味で暮らしをゆたかに」。イラストレーターは栗須恵子さん(八幡東区在住)です

診療科目

脳神経内科	循環器・高血圧内科	腎臓内科	消化器内科	肝臓内科
呼吸器内科	血液内科	腫瘍内科	糖尿病内科	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

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>

●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:2025年4月1日 ◎発行部数:3,500部

