

いつも健康であるための地域医療情報誌

観光町

メディカル通信

Vol.11
2012.10

発行/NTT西日本 高松診療所 予防医療センター 高松市観光町649-8 TEL087-839-9620(代) FAX087-861-7079
ホームページ <http://www.ntt-hospital.jp/>

審査12-1923-2



平成24年度 高松市各種検診(健診)のご案内

検診(健診)名	自己負担金	記事欄	実施期間
特定健康診査	1,000円	70歳以上自己負担金なし	7月1日
後期高齢者医療健康診査	なし		
長寿はつらつ検診	なし		10月31日
大腸がん検診	500円	70歳以上自己負担金なし	
大腸がん無料クーポン券検診	無料	(平成24年4月1日現在) 40・45・50・55・60歳の方	
肝炎ウイルス検診	なし		
前立腺がん検診	1,200円 600円	50~69歳 70歳以上・後期高齢者医療制度に加入している方	7月1日
乳がん個別検診	2,500円 2,000円	40歳代 50歳以上・70歳以上自己負担金なし	
乳がん無料クーポン券検診	無料	(平成24年4月1日現在) 40・45・50・55・60歳の女性の方	平成25年 2月28日
子宮頸がん個別検診	2,200円	70歳以上自己負担金なし	
子宮頸がん無料クーポン券検診	無料	(平成24年4月1日現在) 20・25・30・35・40歳の女性の方	

※検診(健診)の対象者には、受診券が送付されています。必ず受診券をお持ちください。
※検診(健診)【精密検査含む】の結果については、実施主体である高松市に報告されますので、ご了承ください。
※受診当日にすぐ医療を受けることもありますので、保険証をご持参ください。

高松市が行う各種検診が7月1日から実施されています。
当施設では、メタボリックシンドロームの予防に重点をおいた特定健康診査のほか、大腸がん検診(便潜血)や男性の前立腺がん(P
SA)、女性の乳がん、子宮がん検診など全ての検診を受診いた
けます。
各受診券は対象となる方に6月末ごろにまとめて送付されてい
ますので封書のまま当院にお持ちいただくと対象になっている検
査を同時に受診していただくことができます。
年に一度の健康診断の機会です。病気を早期発見、治療するた
めに、ぜひ受診してください。

内科外来担当医



所長
福井 敏樹

出身大学：大阪市立大学医学部
 専門分野：高血圧 循環器 生活習慣病一般 予防医療
 香川大学医学部 臨床教授
 日本人間ドック学会認定専門医および指導医
 日本高血圧学会 高血圧専門医および特別正会員(FJSH)
 日本人間ドック学会 評議員、学術・図書編集委員会委員、特定健診・特定保健指導
 対策委員会副委員長
 日本内科学会認定医
 日本抗加齢医学会認定専門医 評議員など

趣味・特技：テニス どこでも眠れる

一言：私たちは「予防医療のデイズニー」を目指しています。受診して頂いた方には、繰り返し受診して頂けるような、また受診したいと思えるような、そして施設のスタッフは、担当と役割を越えて、楽しく誇りを持って、共通の目標に向かって仕事ができるような施設でありたいと思っています。
 個人的にはいつかウインブルドンのセンターコートに立ちたいです(立つだけでも)。



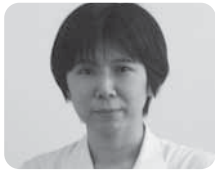
主任医長
山内 一裕

出身大学：愛媛大学医学部
 専門分野：一般内科・消化器内科・
 日本内科学会認定総合内科専門医・
 消化器内視鏡学会専門医・人間ドック学会認定医・検診マンモグラフィ読影医

趣味：読書、囲碁(最近始めました)

最近のお気に入り：インターネット囲碁に挑戦しています。

一言：高松に来て丸4年、この間大勢の方々にお世話になり深謝しております。今後も病気の診断や治療はもちろんです、予防医療も勉強していく所存です。今後ともよろしく願います。



丸山 美江

出身大学：岡山大学医学部
 専門分野：一般内科 当院では甲状腺疾患、乳がん検診も担当しています。
 人間ドック学会認定医・日本内科学会認定医・
 検診マンモグラフィ読影医

趣味：読書(好きな作家 東野圭吾)

最近のお気に入り：「梅ちゃん先生」

一言：丁寧な診療とわかりやすい説明を心がけています。よろしくお願いします。



岡田 紀子

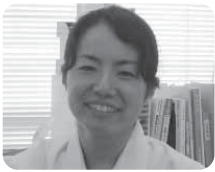
出身大学：山形大学医学部
 専門分野：一般内科

趣味：美術館巡り お酒

最近のお気に入り：沢木耕太郎 深夜特急シリーズ 久しぶりにワクワクしました。

一言：高血圧、糖尿病、喘息、脂質異常症等の慢性内科疾患を初め、気になる体の不調、不安に思われることは何でもご相談下さい。

皆様のホームドクター(家庭医)としてお役に立てましたら、と思います。
 喧噪な社会とは対照的な、ゆったりとした診療に努めてまいります。



森脇 久美子

出身大学：香川大学医学部
 専門分野：腎臓内科

趣味：映画鑑賞(特にアクション)

最近のお気に入り：溪流探し

一言：検尿異常といわれたら、受診して下さい。



西島 陽子

出身大学：香川大学医学部
 専門分野：腎疾患、透析、高血圧

趣味：お寺めぐり 八十八ヶ所を全てまわりました。

最近のお気に入り：「西島秀俊」が好きなので、「ストロベリーナイト」の映画化と来年の大河ドラマを楽しみにしています。

一言：内服(薬)だけでなく、食事や運動も病気をよくするためには重要です。気になる事は何でもおっしゃってください。



深田 陽子

出身大学：旭川医科大学
 専門分野：内分泌科

趣味：夫婦で旅行

好きな言葉：七転び八起き

一言：今年4月より水曜日午後の外来を担当しています。大分県別府市出身で大学卒業後、別府医療センター、九州大学病院を経て、現在は香川大学病院に勤めています。宜しくお願い申し上げます。

治験外来担当医



安部 陽一

出身大学：大阪市立大学医学部

専門分野：循環・腎臓薬理

趣味：ゴルフ、囲碁、麻雀など遊ぶことは何でも

最近のお気に入り：最近、家内とクイズ番組「Qさま」を楽しんでいます。家内は漢字が得意で、負けてばかりですので、負かしてやろうと漢字本を買い込んだところでストップしています。

教訓：目指したことは完遂すること。

一言：平成18年からNTT西日本高松診療所で治験業務に携わっています。大阪市立大学卒業後薬理学を専攻し、香川医科大学を定年退官後現職です。高血圧症などの生活習慣病による循環障害、腎障害の発症機構を研究していました。同時に、新薬開発にも興味をもち、現職時代はコントローラーとして治験に参加していました。これらの経験からNTT西日本高松診療所治験センターでCRCの皆様の助けの基、治験業務を楽しんでいます。

婦人科外来担当医



黒部 来

出身大学：徳島大学医学部

専門分野：産婦人科

趣味：旅行(温泉) 勝負ごと全て

最近のお気に入り：「レッドオクトーバーを追い」

愛と永遠の青い空(辻仁成)

一言：医は仁であり、長く産婦人科にたずさわり、古希をすぎたが、なお、反骨の相手にされるならば残り人生を婦人科医として全うしたい。

人の一生はすべて勝負である。勝負は常に闘志と努力がすべてであります。自分もいよいよ最後の勝負にたてた心境である。以上



堤 康

出身大学：弘前大学医学部

専門分野：産婦人科

趣味：乗馬

最近のお気に入り：西行苑伝…2回目をじっくり、ゆっくり読んでいる。

一言：「もののあわれ」が感じられる人で居たい。

予防医療センター担当医

横井 英人

出身大学：香川大学医学部

専門分野：消化器内科・

医療情報システム

趣味：B級グルメ

最近のお気に入り：

「37歳で医者になった僕」は意外に面白かった。

一言：患者さんの健康増進に役立つような診療を工夫していきたいと思っています。

佐和 尚信

出身大学：日本大学医学部

専門分野：一般外科・消化器外科

趣味：スポーツ観賞(NBA等)、

JAZZ鑑賞(特にHard-Bop)

野球はヤクルトFanです。

最近のお気に入り：推理小説、警察小説

一言：平成3年に高松に移住して以来、乳癌検診のお手伝いをさせて頂いています。乳癌は、最近、増加傾向です。積極的に検診を受けましょう。

野間 聖子

出身大学：香川大学医学部

専門分野：放射線診断

趣味：読書、料理

最近のお気に入り：

湊かなえ、東野圭吾の本

一言：まだまだ力不足を日々感じていますが、よろしく願います。

筒井 邦彦

出身大学：香川大学医学部

専門分野：消化器内科

趣味：バドミントン

最近のお気に入り：

スーパープレゼンテーション

ホンマでっか!?TV

一言：「これなら毎年受けてみよう」という内視鏡検査になるようスタッフとともに工夫を重ねています。

野村 真由子

出身大学：香川大学医学部

専門分野：腎臓内科

趣味：家族旅行

最近行ったところ(祖谷温泉)

八十八ヶ所めぐりもあと5ヶ所をのこすのみ

最近のお気に入り：片付け

一言：子育て中でいろいろと大変な事もあり、仕事の上でも迷惑かけることもあるかと思いますが、よろしく願います。

戸上 太郎

出身大学：早稲田大学、香川大学医学部

専門分野：放射線治療

趣味：水泳

最近のお気に入り：体を鍛えること

一言：信頼性の高い医療を目指して頑張ります。

伊藤 保憲

出身大学：岡山大学医学部

専門分野：外科(15血管・小児・呼吸器・

消化管・肝胆膵と、ひと通り修

業しました。)現在は、診察および、健診結果の説明を担当

しています。

趣味：剣道

最近のお気に入り：

ここ10年、司馬遼太郎の作品にハマっています。

一言：毎火曜日の午前中、診察および健診結果の説明を担当しています。よろしく願います。

三好 健司

出身大学：広島大学医学部

専門分野：消化器内科

趣味：仕事

最近のお気に入り：流行には疎いです。

一言：内視鏡検査でお役に立てればと思います。

野上 浩子

出身大学：徳島大学医学部

専門分野：腎臓内科

趣味：旅行、パズル

最近のお気に入り：タイ古式マッサージ

一言：一生懸命患者様と向き合い、日々向上していきたいと思っています。

低線量肺がんCT検診について

日本人のがんによる死亡者数のうち、肺がんによる死亡者数は男性、女性ともに死亡者数は第1位になっています。都道府県ごとでは、香川県民の肺がんによる死亡数は全国第5位です。(独立行政法人国立がん研究センター2009年統計)。

肺がんの大きな発生原因として喫煙があります。男性で約68%、女性で約18%と推計されています(独立行政法人国立がん研究センター2006年統計)。また、肺がんが発生する可能性は1日の喫煙量と喫煙期間に比例して増大します。喫煙をやめることで肺の損傷は修復され、肺がんの発生可能性は減少します。煙の中にも発がん性物質が含まれます。その煙を吸うことにより口、喉、肺、唾液、また消化管から血液中への移行・排出経路となる血管、肝臓、腎臓、尿路などにもがんが発生する可能性が増加します。



早期肺がん(全日本民医連資料)

低線量肺がんCT検診の特徴として

- ①胸部X線検査では描出困難な小さい病変(数mm)、すりガラス状の淡い陰影などといった早期肺がんの所見も描出できます。
- ②良性・悪性の鑑別もできます。
- ③心臓や肋骨などといった他の臓器と重なっていても描出できます。
- ④肺がんの危険因子となる肺気腫、肺繊維症などの慢性疾患も診断可能です。
- ⑤被ばく線量も胸部CT検査と比較して4分の1以下です。

N T T 西日本高松診療所予防医療センターでは人間ドック、検診のオプションとして低線量肺がんCT検査を選択できます。費用は10,500円(税込)です。咳、痰などが続く方、家族にがん歴のある方、喫煙者、または同居人が喫煙者の方に特におすすめします。



治験センターからのお知らせ

当院では主に生活習慣病の治験を行っています。

当院では生活習慣病、特に2型糖尿病や肥満症の治験について多く実績を積んできました。その他にも、今までに下記の治験を行っています。

当院の治験実績

治験数 34 件 登録患者数 291人(のべ)

*製造販売後調査を含む

疾患	治験数	登録数(のべ)
2型糖尿病	10件	80例
境界型糖尿病	1件	19例
高血圧症	4件	50例
肥満症	10件	64例
脂質異常症	5件	43例
高尿酸血症	1件	16例
気管支・呼吸器系	2件	13例
睡眠障害	1件	6例

(2002.7~2012.5 現在)

当院では、治験担当のスタッフが常駐しています。表にあるような疾患をお持ちで治験に興味のある方、何か質問のある方は、是非主治医に相談してください。



治験Q&A

Q10. いつでも治験に参加できますか？

治験はスケジュールが決められ、参加できる人数も決まっているため、いつでも参加できるわけではありません。また、多くの場合、ある治験に参加されて、次に新たな治験に参加するには一定期間をあけることが必要とされています。

Q11. プラセボとは何ですか？

治験では、有効成分を含まないプラセボ(偽薬)を服用していただくことがあります。治験薬とプラセボを比較することで治験薬の効果を科学的に証明することにつながります。プラセボを内服していたとしても、治験中に多くの方が生活習慣を改善することで症状の悪化を防ぐことができます。

高松市 子宮頸がん 乳がん 検診中

～H25.2.28

1～2年に1度の検診を利用して、
大切な生命・妊娠や出産の機会をがんから守りましょう

HPV ワクチンご存知ですか…？

子宮頸がんは、HPV(ヒト・パピロマウイルス)により起こるがんです。

HPVは主として、性行為により、感染します。しかしHPVは、身体のどこにでも居るありふれたウイルスであるため、自然感染が起こります。

ただし、自然感染では、抗体は得られません。そこで、HPVワクチンにより抗体をあげることで、感染を予防します。

HPVワクチンは、人工的に遺伝子組み換えで合成された、ウイルス様粒子DNAを含まない非DNAワクチンです。

その為、副作用は殆どありません。子宮頸がんは、近年若年層に(20歳以上)多く見られます。

特に、HPV16型・18型より発生するものが、約80パーセントを占めます。

今の予防ワクチンは、この16型・18型に対する予防ワクチンです。

性交渉の経験のない女性・すでに経験のある女性・子宮がん検診で異型性と診断された女性等もワクチンの接種対象となります。

女性のがんでは、近年乳がん死亡率は、子宮がん死亡率を超えています。よって、年に1度は、乳がん検診を含め子宮がん検診を行うことが大切なことです。

NTT西日本高松診療所予防医療センターでは、**子宮頸がん**と**乳がん**検診を同日に受けることができます。子宮頸がんのみならず、エコー検査も基本項目と考えて隠れた病気がないかの意識をもって、検診させていただいています。

婦人科外来担当医表

受付時間 (診療時間)	月	火	水	木	金
午前8:30～11:30 (9:00～)	黒部・堤	黒部	堤	黒部	堤
午後1:00～4:00 (1:30～)	黒部・堤	黒部	堤	黒部	堤

※月曜日は交代での診療



《婦人科では…》子宮がん検診・卵巣がん検診・女性習慣病・不妊症等のご相談を
随時お受けしております。

トピックス

香川大学医学部消化器・神経内科同門
会栗山賞を4年連続受賞しました。

香川大学医学部消化器・神経内科同門会「栗山賞・学会部門」を当施設所長の福井が平成20年から3年連続で受賞させていただきました。この賞は、大学内外の関連施設の中で最も対外的に価値のある学会報告などをしたと認められた者に授与される賞であり、日頃の積極的活動が認められ、厚く信頼をいただいているものとスタッフ一同さらに研鑽を積んでいこうと心を新たにしております。また、昨年、平成23年度は「栗山賞・



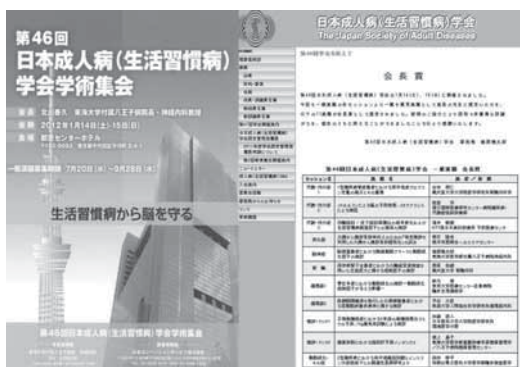
論文部門」を受賞させて頂き4年連続の受賞となりました。

尚、大学以外の施設でこの賞に選ばれたのは当施設所長の福井のみということでもあり、非常に光栄に感じております。

第46回日本成人病(生活習慣病)学会学術集会(於：都市センターホテル東京)での内臓脂肪に関する演題発表で会長賞を受賞しました。

2012年1月14日(土)・15日(日)、第46回日本成人病(生活習慣病)学会学術集会が「生活習慣病を脳から守る」をメインテーマとして、東海大学付属八王子病院院長・神経内科教授 北川

泰久先生を会長に都市センターホテル(東京)で開催されました。



所長の福井が「内臓脂肪／皮下脂肪面積比の経年変化および生活習慣病関連因子との関係の検討」というタイトルで

内臓脂肪について発表し、会長

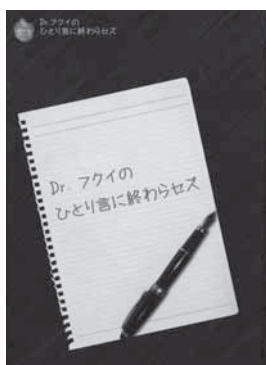
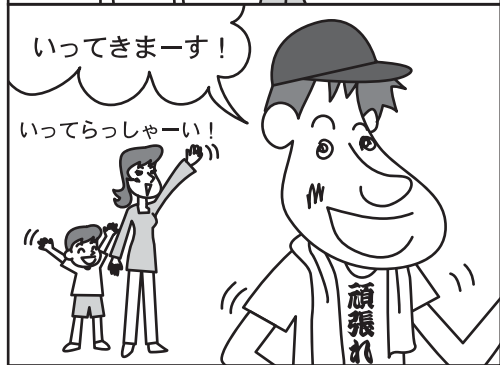
賞に選出されました。我々の施設における生活習慣病への取り組みの成果を評価して頂いたものと感謝しています。

ドコモ四国支社社内報「ちゃれんじ」に掲載されていたコラム「ドコフクイのひとり言に終わらせず」が書籍として発行されました。

所長福井が、NTTドコモ四国支社の社内報「ちゃれんじ」に5年間寄稿していたコラム「ドコフクイのひとり言に終わらせず」が、ドコモ四国支社のご好意で製本されました。

医療だけでなく、時事問題からスポーツやテレビドラマまで、幅広いジャンルについて独特な語りで綴っています。健康診断や人間ドック、日々の診療に來られた際の待ち時間にも是非読んでみてください。

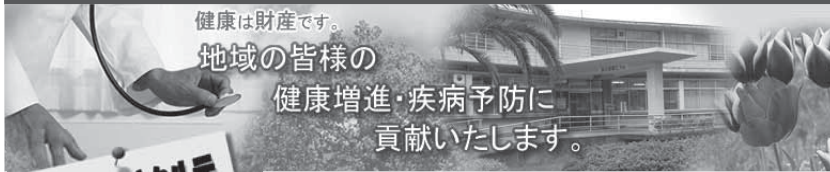
ケン あっぱれ 健ちゃん Vol.11



健康は財産です。

地域の皆様の

健康増進・疾病予防に
貢献いたします。



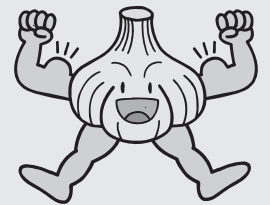
おしゃべりカルテ Pickup!

食品の歴史や栄養などの豆知識から、お料理レシピまで、生活に役立つ「おしゃべり」が盛りだくさん。このコーナーで今までに掲載されたものの中から反響の大きかった記事をピックアップしてご紹介します。



夏バテ予防にはにんにくパワー!

連日のぎらぎらお天道様に参っているあなた!夏バテの解消に、にんにくはいかがですか?



にんにくパワーの秘密は、あの刺激的なおい成分であるアリシンにあります。アリシンには強力な殺菌作用があり、食中毒や風邪などの感染症から身を守ったり、胃液の分泌を促して食欲を増進させ、消化を助けたりしてくれます。

また、にんにくには、疲労回復に欠かせないビタミンB1も多く含まれています。ビタミンB1は余分に摂ると排泄されてしまうのですが、にんにく内では、アリシンと結合してアリチアミンという物質に変化しているため、血液中に長く留まることが出来ます。おかげで、長時間効果的にその威力を発揮することが出来るのです。

古代エジプトでは、ピラミッド建設に携わる労働者に日常的ににんにくを食べさせていたという記録が残っており、にんにくパワーが二千年以上も昔から利用されていたことがわかります。

近年では、抗血栓作用、抗酸化作用、発がん抑制作用、等も確認されており、生活習慣病やがんに対する予防効果も多いに期待されるようになってきました。

夏はもちろん、一年を通じて積極的に摂り入れたい食材ですよ。

ヘルシーレシピ。ピ。

おからと山芋のお好み焼き



《材料》(1枚分)

- おから … 100g
- 山芋(長芋) … 170g
- 卵 … 1個
- かつお節の粉 … 少々
- ねぎ … たっぷり
- 紅生姜、お好みソース



《作り方》

- ① 山芋は皮を剥いてすりおろし、ねぎは小口切りにする。
- ② ボールにおから・山芋・ねぎ・かつお節粉・卵を入れてよく混ぜる。
- ③ フライパンに薄く油を敷いて、②を流し込んで加熱。
- ④ 片面が焼けたらひっくり返して、両面をこんがり焼く。(片面5分くらい)
- ⑤ 皿に移して、お好みソース・かつお節・紅生姜を飾って出来上がり。

※やわらかい生地なので、小さく分けて焼いた方がひっくり返しやすいです。

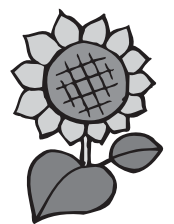
もちりとした不思議な食感と口の中で溶けるような感じ・・・でもおなかの中ではどっしりとした存在感があって、ダイエットにも活用できそうです。

キャベツ・干しエビなどお好みの具を混ぜて、トッピングも色々工夫すれば更に豪華になりますよ。

編集後記

今夏も暑さが一段と厳しい夏でしたが、皆さん、熱中症対策等万全でしたか?

「計画停電」の報道もあり、不安な日々を過ごしておりましたが、今夏はどうも大丈夫そうですね。当施設においても今回、非常用電力設備の接続箇所について再確認いたしました。「備えあれば憂い無」です。さて、高松市の各種検診も本格化してきました。まだ、今年度、健康診断を受診されていない方、是非ご予約を。早期発見・早期治療に心掛けましょう。



この情報誌のタイトルである「観光町メディカル通信」は、当院の所在地である「観光町」から、医療・医学の情報を発信し、皆様の健康を守っていききたいという思いを込めて付けられました。