

かけはし

VOL.118

2023年6月

ご自由にお持ちください



—message— 院長就任のご挨拶

—特集—
副作用が少なく短期治療が可能
サイバーナイフ
医療あるある「天気痛」



理念

患者さんの立場で
考える

VOL.7



治療で髪が抜けちゃう… どうしよう !!

がんと診断され、治療のために「髪が抜けます」と言われた。
髪が抜けるって、どうしたらいいの？



A子さん
40代 女性

誰に相談してよいのか
わからない

髪が抜けるって、
想像できない

とても悲しいのに、周りからは
命のためそのくらい我慢と言われてしまった

がん相談支援センターでできること

病気や治療に向き合いながら、 自分らしく過ごせるようにサポートしています

「がんになったことは仕方がないけど、脱毛するということが何より辛い」「いつ頃から抜けるの?また生えてくる?」「ウイッグはいつどんな物を用意したらいいの?」

がんと診断され、治療により髪が抜けると聞いた時には、このような不安を感じる事があります。そんな時、がん専門相談員があなたをサポートいたします。

似合うウイッグや帽子を選ぶことはもちろん、病気、治療に向き合う心の準備ができるように一緒に考えます。そして、あなたに合ったアドバイスを臨機応変に行います。外見の形だけを整えるのではなく、家族を含めた人間関係の中で、その人らしく過ごせるように支援します。

副作用はあってもカバーする方法はいろいろあります。

悩んだら、がん相談支援センターに連絡してください。



認定がん専門相談員
ほぞ かわ きよ こ
細川 清子



がん相談支援センター

(南館1階 集学的がん診療センター内)

0776-28-1212
受付時間／8:30~17:00
月曜日~金曜日(祝祭日を除く)
相談時間の目安／電話相談:20分、面談:30分



かけはし vol.118 2023年6月

[発行] 福井県済生会病院
〒918-8503 福井市和田中町舟橋7番地1
TEL: 0776(23)1111 (代)
[責任者] 天谷 健 [編集] SQMセンター

福井を良く知る、 地域に優しい病院へ



済生会の二つの使命

令和5年4月1日、福井県済生会病院の院長を拝命いたしました。この誌面をお借りしてご挨拶を申し上げます。

私達の使命は二つあると考えています。一つ目は「施薬救療」(無償で治療すること)を使命とした済生会の理念のもと生活困窮者支援を行うことです。この事業は多岐に渡りますが、主な活動としては低所得者などの医療費を免除もしくは減額する「無料低額診

療(無低)事業」、刑余者など様々な事情で生計困難な方々に医療・福祉を提供する「なでしこプラン」が挙げられます。また、昨今増加傾向にある性犯罪・性暴力の被害に遭われた方々へのケアに関する「性暴力救済センター・ふくい(ひなぎく)」の活動にも力を入

院長
笠原 善郎

れています。特に近年では、生活困窮者という枠にとらわれず「社会的支援を必要とする人々」にあまねく総合的に支援を行うことを目指しています。

二つ目は、地域の公的病院として、地域の皆様に最も良・最適な医療を提供することです。我々が目指すのは単に高額な機器や薬剤を用いたのみの医療ではなく、患者さんの身体(Physical)、心(Mental)、生活(Social)の全てを包括した患者さんの立場に立った医療です。「弱者を支え、地域で一番優しい病院」を目指し、地域に貢献する病院であり続けてまいります。

高齢化社会が進めば
最適な医療も変化する

明治天皇による「済生勅語」の精神を発展させたもので、地域全体を見据え、誰も取り残さない・排除しない・包み支え合うという理念を表しています。

そのために、福井県済生会病院では次世代に向けた構想を練り始めました。肉体的な侵襲を最小限に抑え、健康寿命を延ばす。その取り組みの一環として口腔ケア外来を始めました。これは、口腔ケアがきちんとされている方は誤嚥性肺炎が少ないというデータに基づいています。他にも新型放射線治療装置「サイバーナイフ」(詳しくはP.4参照)を導入するなど、元気に社会復帰できる治療を行う病院を目指し、動き始めています。

福井に生まれ育った私の約40年にわたる医療者人生もまた、大半が福井と共にあり続けてきました。その中で強く感じているのは、医療に求められるものの変化です。ひと頃は最先端の医療がベストであるという風潮でした。しかし今は一人ひとりに最適な医療を行うことが最重要視されています。

「少子高齢化社会」は言葉を変えれば「働き手減少社会」です。人口に対する高齢者の割合が顕著に高まり続ける福井で、私達

地域とも深く関わり 生きがいある福井へ 「ソーシャルインクルージョン」

近年、全国済生会では「ソーシャルインクルージョン」を大きな柱として掲げています。



治療の開始スケジュール

サイバーナイフによる治療は下記のスケジュールにて実施してまいります。

5月15日～ 頭蓋腫瘍・転移性脊椎腫瘍

6月5日～ 前立腺がん

7月3日～ 前立腺がん以外の体幹部・頭頸部腫瘍
かかりつけ医からのご紹介による治療(頭部腫瘍)

9月5日～ かかりつけ医からのご紹介による治療(頭部腫瘍以外)

サイバーナイフの特徴

- 小さな腫瘍にピンポイントで集中照射
- 呼吸によって動く腫瘍を追いかけて狙い撃ち
- 治療効果の高い放射線量で治療期間も短縮
- 1～5日の通院での治療が可能

適応疾患

頭蓋内(脳)、頭頸部(耳・鼻・咽喉・口腔内)、肺、肝臓、脾臓、前立腺、脊椎・脊髄、骨転移 など

※適用の有無は専門医の診察により検討します

さらに患者さんに優しいがん治療へ 副作用が少なく短期治療が可能 サイバーナイフ 福井県内初導入

放射線治療は、患者さんの身体への負担が少ない治療法で、正常な組織の機能や形態を温存できることが特徴です。「患者さんに優しいがん治療」を目指す当院は、2009年に北陸で初めて放射線治療装置「トモセラピー」を導入し、多くの診療実績を重ねています。

この度、福井県で初めて最新の放射線治療装置「サイバーナイフ」を導入しました。サイバーナイフは、小さな腫瘍によりピンポイントに治療効果の高い放射線量での照射ができるため、さらに患者さんに優しいがん治療が期待できます。

様々な角度で腫瘍にピンポイント照射

放射線治療は、治療効果の高い放射線量を腫瘍に照射しつつ正常な組織への影響をできるだけ少なくすることが重要です。サイバーナイフはロボットアームに取りつけられた放射線装置が、様々な角度から集中的に放射線を照射します。さらに呼吸などによる腫瘍の動きに合わせて自動的に追尾して照射することで、腫瘍以外の正常な組織への影響を軽減します。



季節の変わり目の体調不良、実は片頭痛のせいかも？

春から夏に向かうこの季節は体調を崩す方が増える時期でもあります、「気象病」とも言われています。中でも多いのが、頭痛に悩まされる方。「季節の変わり目はいつものことだから仕方ない」と諦めている方もいらっしゃるのではないでしょうか。実は、片頭痛が「天気痛」を引き起こしているかもしれません。



自分の体質が分かれれば上手な付き合い方が見えてくる！

「頭痛日記」をつけましょう

まずは「頭痛日記」をつけて、どういう時に頭痛が起きやすいか自分で理解することから始めましょう。傾向が分かれれば、対策も立てやすくなりまし、治療が必要な際にも役立ちます。

（記録内容例）

- ▶ 日付
- ▶ 天気、気温、湿度
- ▶ 生活中の変化
例：会議があった
運動会に参加した
ケンカした など
- ▶ 女性は生理に関する事柄

自分でできる天気痛の緩和策

耳周りを温める、マッサージする

東洋医学では、耳周りには「氣」を整えるツボが多いと言われています。またリンパ節があるため、余分な水分を排出し、むくみを解消してくれる効果も期待できます。



自律神経を整える

- 日光を浴びる
 - 適度な運動を行う
 - ゆっくりと入浴する
 - 良質な睡眠をとる
 - バランスの良い食事をとる
- など

それでもつらい時は頭痛外来へ！

頭痛によって仕事や学校を休む、家事ができないなど日常生活に影響が出ている場合は、治療が必要です。片頭痛などの慢性的な病気が、気候の変化により「天気痛」として表れている可能性もあります。

片頭痛チェックリスト

- 2つ以上に当てはまつたら片頭痛の可能性があります。
- 頭の片側もしくは両側に痛みがある
 - 脈を打つような痛みを感じる
 - 自分にとって中等度以上の痛みである
 - 動くとつらい

片頭痛は治療ができます

「福井県済生会病院 頭痛外来」

場所／本館2階 Eブロック
診察日／月曜8:30～11:00(予約不要)
金曜8:30～11:00(予約制)
福井県済生会病院 頭痛外来



これから始まる梅雨の時期や台風の季節など気圧が変化する時期に体調を崩す方は「天気痛」かもしれません。

天気痛の大きな要因は気圧です。そのため季節の変わり目だけではなく、新幹線や飛行機での移動時やエレベーターの昇降時にも症状が現れることがあります。

- 季節の変わり目に体調を崩しやすい
- 雨が降る前に頭痛やめまいを感じることがある
- 新幹線や飛行機に乗ると耳が痛くなる



天気痛の人は、気圧の変化による刺激がストレスとなり、交感神経の働きが高まり自律神経のバランスが崩れます。その結果、脳が過剰に反応し、痛みを強く感じるようになります。

天気痛の症状は様々です。代表的なのが、片頭痛や緊張型頭痛などの慢性痛の悪化、肩や首、膝、腰の痛み、めまい、倦怠感、抑うつ症状などです。患者さんは、女性が7割を占め、平均年齢が40代と若いことが特徴です。

最近では、気圧の変化を調べることができる天気痛予報サイトやアプリなどもありますので、活用してみるのもよいでしょう。

天気痛予報

天気痛治療で肝心なのは、症状が出る前に対処できるようにすることです。それにより、「天気が悪くなても大丈夫」と思えるようになり、それも軽快の大きな要因になります。天気痛予報サイトでは地域毎に気圧の変化などから天気痛の発症リスクを「安心」「やや注意」「注意」「警戒」の4段階で示します。薬を飲むタイミングや、旅行などの対処にも活用できます。

雨の日に
「頭がズキズキ」「気分が落ち込む」などの不調はありますか？

福井市 目の前の患者さんを大切に

八代皮フ科クリニック

〔皮膚科、形成外科〕

院長 八代 浩

外科も出来る皮膚科専門医が
皮膚に関わる疾患全般を広く診療

乳幼児からご年配の方まで世代を問わず受診していただけるクリニックを目指して、2023年3月に開業いたしました。にきびやかぶれなどの一般的な疾患をはじめ水虫や帯状疱疹、血管腫など手術やレーザー治療を必要とするものまで幅広く診療しております。北陸では数少ない皮膚悪性腫瘍指導専門医でもあり、皮膚科の腫瘍全般において安心してご相談いただけます。また月1回、美容皮膚専門医の診療もありますので、気になる方は一度お声かけください。

皮膚科の症状は“荒れ”と“疾患”的線引きが難しいものもありますが、不便・支障を感じたら“疾患”だと私は考えます。丁寧にお話を聞くことから始めますので、まずはお気軽にご来院ください。

福井市大宮2-3-32
TEL. 0776-22-2144
〔診療時間〕
平日 9:00~12:30 / 15:00~18:00
土曜 9:00~12:30
※平日14:00~15:00は特別外来・手術
〔休診日〕
木曜、土曜午後、日・祝日
〔京福バス 大和田大学病院線〕
〔すまいるバス 北ルート〕
宮前町バス停下車すぐ





大野市 地域医療のオールラウンダー

山川医院

〔内科、消化器科、外科、整形外科〕

副院長 山川 元太

専門外でもまずは診察から
日々のコミュニケーションが安心・信頼へ

院長である父と副院長である私の2人で、外来と訪問診療・往診を行っております。大野の山あいに位置し、遠方の病院への通院が大変なご高齢者が多い地域ということもあり、内科はもちろん外科や胃腸科、整形外科まで幅広く対応。どんな症状も必ず一度診て、お話を聞きながら、今後の治療や方針を決めていきます。また、診察の際には食事や運動のお話など、現在患っている病気とは一見無関係そうな話題を交えることで問題点を発見するなど、多角的なアプローチを行うよう心掛けております。長年のお付き合いからご家族皆様を診療しているケースも多いので、今後もこの信頼関係を大切にしながら、地域の皆様の健康を支えてまいります。

大野市伏石12-46
TEL. 0779-67-1313
〔診療時間〕
平日 8:30~12:00 / 14:00~18:00
木・土曜 8:30~12:00
※平日14:00~15:00は訪問診療
〔休診日〕
木曜午後、土曜午後、日・祝日
〔乗合タクシー 森目・阪谷線〕
伏石停留所下車すぐ




福井県済生会病院は各地区の医療機関と連携し、地域連携医療を推進しています。

敦賀市 気軽に訪れてメンテナンスを

たけの子歯科

〔一般歯科、小児歯科、矯正歯科、歯科口腔外科〕

院長 高橋 らら

思いやり方針の相違がないよう
コミュニケーションを重視して診療

先代の開業から40余年、幅広い世代の方々から「口と歯のかかりつけ医」として親しんでいただき、現在は女性医師2名で診療にあたっております。技工士が常駐しており、入れ歯や詰め物などの製作、調整等にも迅速に対応でき、より自然で理想に近い仕上がりが可能です。院内は、小児用の歯科診察室やお体の不自由な方用のクッションチェアも設置し、皆様に安心して治療を受けていただける環境を整えています。口腔内だけでなく、からだ全体との関係といった幅広い知識や技術を日々アップデートし、患者さんに寄り添った適切な提案や予防医療に繋げるとともに、地域の“歯や口に関する意識や関心=デンタルIQ”の向上に貢献していきたいと考えています。

敦賀市木崎20-15-1
TEL. 0770-24-0418
〔診療時間〕
平日・土曜 9:00~12:00 / 14:00~18:30
〔休診日〕
水曜、日・祝日
※祝祭日がある週は水曜も診療
〔診療時間は同上〕

〔敦賀市コミュニティバス 中央線、金山線、中郷木崎線、若狭線〕
北木崎バス停下車 徒歩1分





敦賀市 地域の皆様と共に歩む

泉ヶ丘病院附属かなわクリニック

〔整形外科、内科、脳神経外科、リハビリテーション科〕

院長 神谷 敬一郎

2040年問題を視野に入れながら
目指すは「ほぼ在宅 時々 入院」

整形外科とリハビリを中心に内科、脳神経外科まで診療を行う当院では、CTやエコーを活用し、正確な診断からの確な治療に繋げる体制を整えております。リハビリでは、運動療法をメインに理学・作業療法士が適切なプログラムを作成。必要に応じて物理療法も行うなど、患者さんの立場に立った診療・提案を心掛けています。今秋からは、変形性膝関節症のPRP療法を検討。これは血小板を多量に含む組織をご自身の患部に注入する再生医療で、人工関節とは異なり手術をしないので、身体的負担が少なく済みます。今後も治療の選択肢を増やし、ご家族も含めたチームで患者さんを支えられるよう、泉ヶ丘病院はもとより福井県済生会病院はじめ各基幹病院との連携も強化してまいります。

敦賀市鉄輪町1-2-55
TEL. 0770-22-4874
〔診療時間〕
平日 9:00~12:00 / 14:00~17:00
土曜 9:00~12:00
〔休診日〕
土曜午後、日・祝日

〔敦賀市コミュニティバス 中郷木崎線、粟野沓見線、愛発線〕
プラザ萬象東バス停下車 徒歩3分




4月1日より医療機関等において、オンライン資格確認システムの導入が原則義務化となりました。

オンライン資格確認とは、マイナンバーカードの一〇チップまたは健康保険証の記号番号等により、オンラインで資格情報の確認ができる 것입니다。

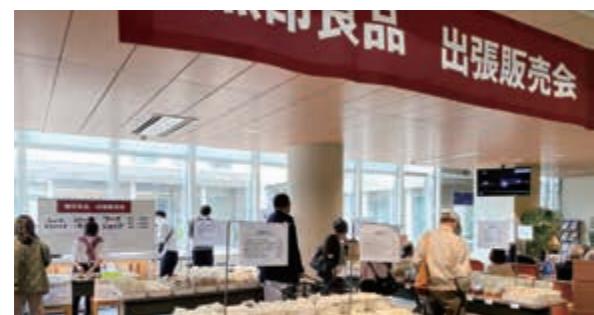
オンライン資格確認を導入している医療機関では、マイナ保険証の使用がない場合（従来の保険証を使用した場合）、およびマイナ保険証を使用しても情報提供に同意しなかった場合は、次のように医療費が加算されます。

| マイナ保険証を利用 | |
|-----------|---------|
| ● 初診時 | 20円(6円) |
| ● 再診時 | 0円 |

| 従来の保険証を利用 | |
|-----------|----------|
| ● 初診時 | 60円(18円) |
| ● 再診時 | 20円(6円) |

()は3割負担の場合

マイナ保険証の利用については、本館1階総合受付にて手続きください。なお受診時に毎回マイナ保険証の認証が必要です。従来の保険証利用の場合は医療費が高くなりますのでご了承ください。



毎月開催!

済生会病院 無印良品の コラボ出張販売会

済生会では、ソーシャルインクルージョンを推進し、誰一人取り残さないインクルーシブな社会を実現するために、地域、行政、企業など協力してまちづくりを進めています。

その一環として当院では、「感じ良い暮らしと社会」の実現を目指している良品計画とコラボレーションし、無印良品の出張販売会を開催しています。本館1階の特設スペースに販売ブースを設けて、食品や生活用品の再利用していく、本来捨てるも簡単なモノづくりを体験できるワークショップも実施。毎月最終火曜日開催!! 機会がございましたらぜひお立ち寄りください。

第1回 SAISEIKAI ソーシャルインクルージョン

済生会では現在、「ソーシャルインクルージョン」を推進しています。「ソーシャルインクルージョン」とは、「社会的に弱い立場にある人々も誰一人取り残さず、すべての人が地域社会に参加し、共にいきたい」という理念のことです。済生会が未来につないで行きたい「新しい価値観」です。

福井県済生会病院のソーシャルインクルージョンへの取り組みについてご紹介します。



患者さんを対象とした就労支援

当院では福井公共職業安定所（以下「ハローワーク」）、福井産業保健総合支援センター（以下「産保センター」）と連携をとりながら患者さんの就労支援を行なっています。

「通院の必要があるけど働きたい」「自分の病状や体力にあった仕事を見つけたい」「雇用保険について知りたい」など様々な相談に対し、個々のニーズに合ったきめ細やかな対応を行っています。

2013年にがん患者さんを対象として支援を開始し、現在では、脳卒中・肝疾患・慢性腎疾患（透析）・指定難病・心疾患・糖尿病の患者さんへ対象を広げています。南館1階の「がん相談支援センター」「よろず相談外来」が窓口となり看護師や医療ソーシャルワーカーが対応。また、ハローワークの就職支援ナビゲーターが月2回、産保センターの両立支援促進員が月1回来院し、出張相談会も開催しています。

これまでに700件以上の相談に応じています。今後も、病院・ハローワーク・産保センターが協力し病気になつても生き



病院でも求人情報など閲覧できます

これまでの取り組み

- 2013年7月 がん就労支援開始 ハローワークと連携
- 2017年1月 産保センターと連携
- 2020年4月 脳卒中、肝疾患、慢性腎疾患（透析）、指定難病に対象拡大
- 2022年4月 心疾患、糖尿病に対象拡大



マイナ保険証の利用について



バス待合室では、画像と音声でお知らせします



大型モニターで
バスの到着をお知らせします

ご利用可能時間
平日 7時30分～21時まで

立体駐車場1階にあるバス待合室では、画像と音声でバスの到着をお知らせしています。壁に設置されている大型のモニターでは京福バスの現在地やお知らせなどが表示され、京福バスの運行状況が確認できます。また、バスが当院に近づくとモニターに行先の表示、さらには音声でバスの到着をお知らせします。

バス待合室は居心地もよく、一人掛けソファーの座り心地は最高で、リラックスしてバスの到着を待つことができます。
木の雰囲気が感じられ、夏は涼しく、冬は暖かいバス待合室をぜひご活用ください。