



# くすの木

基本理念：地域に信頼され親しまれる病院を目指します。

野村病院だより「くすの木」は、管理栄養士による「ヘルシーレシピ」や病院スタッフの紹介など野村病院や健康に関する情報満載の季刊誌です。

## 外来診療担当医一覧

科目	時間	月	火	水	木	金	土
消化器内科	午前		宮本		森		石原
	午後	石原	宮本	石原		松本	
循環器内科	午前	落海		藤井		東	
	午後						
外科	午前	井上・伊藤	井上・伊藤	右近	井上・右近		井上
	午後		右近	伊藤		右近	
乳腺	午前	高永甲・木村	高永甲	高永甲	高永甲	高永甲	高永甲(第1・3・5)
	午後		高永甲	高永甲		高永甲	
整形外科	午前			作田			加藤
	午後	住井					
皮膚科	午前	野村(第1・3)	野村	野村		野村	野村
	午後	野村(第1・3)	野村	野村		野村(第1・3)	
神経内科パーキンソン専門外来	午前						森野(第2・4・5)
	午後						
脳神経外科	午前						
	午後		広島大学(16:00まで)			広島大学(16:00まで)	

## 外来診療のご案内

- 内科(消化器・循環器・呼吸器・内分泌・神経・内視鏡)
- 外科(消化器・肛門・乳腺・呼吸器)
- リハビリテーション科 ●皮膚科 ●麻酔科
- 脳神経外科 ●整形外科

**受付** TEL 082-875-1111  
 F A X 082-850-2825(地域連携室直通)  
 受付時間/午前8:30~12:00 午後13:00~17:00

午前中の診療は予約制です。ご予約のない患者様は担当医以外の診察となる場合がありますのでご了承ください。

### 総合診療科 診察時間

	月	火	水	木	金	土	日・祝
午前 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	休
午後 14:00~17:00	○	○	○	○	○	休	休

※ただし初診および急患は予約の有無に限らず随時診察いたします。

## アクセスMAP



- 広交バス「祇園出張所前」下車・徒歩6分
- 可部線「下野村駅」下車・ゆめタウン方面へ徒歩6分



Vol.88  
2020.9

## 「新しい運動機器の導入」

通所リハビリテーションでは「病院でのリハビリと同等のリハビリの提供」を目標に利用者様と1対1の個別リハビリを提供してきましたが、これまで個別リハビリの時間以外で利用者様が自主的に運動できる環境にありませんでした。そこで今年の5月より「ウォーキングマシン」と「エアロバイク」を導入し利用者様自ら進んで運動できる環境を整えました。導入後は利用者様から好評を得ており、特に男性の利用者様は自ら進んで運動に取り組まれる方が増えました。介護保険をお持ちの方で「ぜひリハビリがしたい、運動がしたい」と思われている方、一度試しに来てみませんか。職員一同でお待ちしております。



使用風景




## 放射線科だより ～乳がん検診を受けよう！～

日本人女性の\*部位別がん罹患率1位は乳がんであり、近年増加の一途をたどっています。しかし早期に発見し適切な治療を行えば良好な経過が期待できるため、日々のセルフチェックに加え30歳からの乳がん検診の受診をお勧めします。また40歳以上で対象の方は、広島市から送付される乳がん検診通知書を利用して頂くことも可能です。今回は乳がん検診のひとつであるマンモグラフィの撮影法について紹介します。

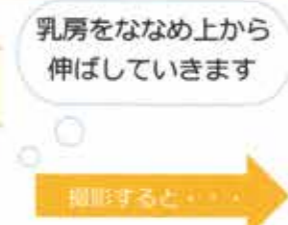
\*国立がん研究センターがん情報サービス 部位別がん罹患率 2017年集計より引用

○マンモグラフィ検査 市の検診通知書を利用する場合は年齢によって撮影方向数が異なります

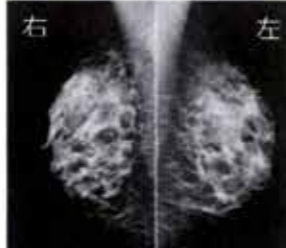


MLO撮影

乳房をななめ上から伸ばしていきます



撮影すると...

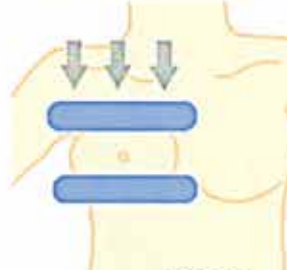


右 左

50歳以上  
1方向  
(MLOのみ)

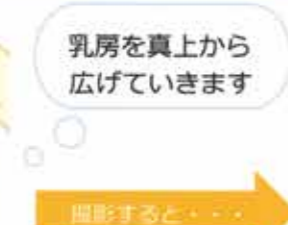
乳腺全体が最も広く見える撮影法です

---




CC撮影

乳房を真上から広げていきます



撮影すると...



右 左

40代  
2方向  
(MLO+CC)

MLOのみでは足りないところを観察します

### ○その他の検査について

小さな石灰化病変に強いマンモグラフィですが、実はマンモグラフィ単独では20~30%の乳がんを発見できないため(特に\*デンスプレスト)ご希望される方には視触診や超音波(エコー)検査を実施しています。

検診で精密検査を勧められた場合は、超音波検査やMRI検査、細胞診、針生検などの詳しい検査を行います。

\*デンスプレスト：高濃度乳腺のこと。マンモグラフィで乳腺が白く描出されるため腫瘍病変との判別が難しくなる。

### ★デジタルマンモグラフィ装置が導入されました★

2020年2月に新たに導入されました。従来の装置と比較し、

画質の向上、被ばくの低減、検査時間の短縮が可能となりました。



診療放射線技師

検査に対する不安を取り除くため、受診される方とのコミュニケーションを大切にしています。ご不明な点はお気軽に医師・スタッフへご相談ください！

妊娠中、豊胸術後の方は撮影できない場合がございます。あらかじめお知らせください。



CANON 社製 Pe·ru·ru DISITAL

野村病院

## いきいきヘルシーレシピ

### マグロとアボカドの丼

【材料(2人分)】 1人分:432kcal たんぱく質24.1g 脂質10g 食塩量1.4g

ご飯	300g	醤油	大さじ1
マグロ赤身(刺身用)	140g	わさび	適量
アボカド	1/2個	白ごま	小さじ1/2
レモンしぼり汁	小さじ2	刻みのり	適量

#### 【作り方】

- ①アボカドは皮と種を除き、一口大に切って、レモン汁をかける。
- ②ボールに醤油とわさびを入れて混ぜ、一口大に切ったマグロと①を入れてあえる。
- ③器にご飯をよそい、②を盛り付け、白ごまと刻みのりをのせる。



マグロはたんぱく質の中でも、筋肉の材料になりやすい良質なたんぱく質を多く含みます。アボカドは脂質が多いですが、含まれるビタミンEとの相性がよく、吸収が良いです。口当たりもまろやかになりますよ。



## 看護部・在宅部門の制服が変わりました！

長く看護師の象徴だったナースキャップも、1990年代に院内感染の防止、男性看護師の増加などの理由から、当院も約13年前に廃止しました。看護師の白衣も、時代や社会の変化に伴いデザインや色の多様化でさまざまに変化し、その変遷は清潔感や機能性が重視されるようになりました。

そこでこの度、私たち看護職員の白衣を一新させ、カラーも2色としました。ネイビー色は、「清潔」「誠実」「安心」、ターコイズグリーンは「心の平和」「穏やかさ」「自由(平等や博愛の精神も生み出す)」、といった印象を与えられています。どちらを選び着用するかは自由です。さらに看護補助者の制服も変わりエンジ色になりました。「優雅」「大人らしい」「情熱的」という印象となっています。白衣は変われど、患者さんに対する気持ちは変えることなくケアの充実をはかっていきたいと思っております。

看護部長 田村幸美



紫色は他事業所では中々見られないと思います。心機一転、新たな気持ちで仕事に取り組み、利用者様に喜んで頂ける様、頑張っていきたいと思っております！！

