



国立研究開発法人
国立国際医療研究センター

National Center for Global Health and Medicine

国府台

発行人 〒272-8516 千葉県市川市国府台1-7-1
国立国際医療研究センター国府台病院長 上村 直実
TEL:047(372)3501 FAX:047(372)1858



2015. 8月

第28号

いざなぎ
〔伊弉諾神社のハリギリ(針桐)〕

境内のハリギリ(写真中央)は千葉県内最大級で、市川市指定天然記念物となっています。

目次

◇最新C型肝炎治療法	2
◇職場紹介(整形外科)	2
◇第18回肝臓病教室の開催報告	3
◇地域医療連携病院のご紹介	4
◇乳がん 放射線治療の紹介	4
◇下肢静脈瘤の診断・治療について	5
◇第19回肝臓病教室のご案内	5
◇外来管理治療棟のオープンについて	6~7
◇認定看護師の活動紹介	8
◇市民公開講座のご案内	8
◇児童精神科病棟の行事	9
◇栄養一口メモ	10
◇編集だより	11

最新C型肝炎治療法

現在日本では肝臓がんでお亡くなりになっている方は約2万人もいると推定されています。その結果、男性の癌の死亡原因の第3位に位置しています。その肝がんの多くは肝臓に住み着く肝炎ウイルス感染によるものです。その肝炎ウイルスは、A, B, C, D, Eの5つの肝炎ウイルスに分類されますが、肝がんまで進展するのは、B型肝炎ウイルス(HBV)とC型肝炎ウイルス(HCV)のみです。そして、日本の肝がんの約70%がHCVによるものです。したがって、HCVを駆除しない限り日本での肝がんは減らないわけです。HCVは、感染力は弱く日常生活では殆ど感染しません。唯一つ輸血などの血液を介してのみ感染します。HCVは1989年に発見されましたので、それ以前には診断のしようがなく、1990年以前の手術や輸血などで感染した可能性が高いと考えられています。しかも、HCVは感染してもほとんど自覚症状を示しません。自覚症状を示した時はほとんど肝硬変や肝がん状態になっています。したがって、自覚症状にあるなしに関わらずHCVに感染しているかどうかの検査を是非受けていただきたいと思います。

肝炎・免疫研究センター長 溝上 雅史

す。この検査は採血するだけで、特別な侵襲的なことをする必要はありません。

なぜなら、HCVに対する治療はこの数年急激に進歩したからです。それまでは副作用の強いインターフェロン治療を一年も続けられないといけませんでした。画期的薬ができ、現在では副作用のほとんどない経口薬を

12週飲むだけでほぼHCVを完治させるまでになりました。その詳しいことは9月12日(土)に開催する第19回肝臓病教室でお話しますので、お時間のある方は是非おいでください。

今や、C型肝炎は恐ろしい病気ではなく、ちゃんと検査をして、そしてちゃんと治療をすれば治る時代になったということを知っていただきたいと思います。



職 場 紹 介 ～今回は、整形外科を紹介します～

ここ数年、整形外科は常勤医が1名となり、手術対応が困難なことが多くなっていました。また、外来も混雑し、お待たせする時間が長くなってしまい、地域の皆様には大変ご迷惑をおかけして参りました。

本年4月より、鈴木医師、佐藤医師の2名が加わり、ようやく3名体制となることができました。

新井および鈴木医師は腰椎疾患を中心に外傷、変形疾患など幅広く、また佐藤医師はリウマチ性関節疾患を中心に整形外科全般に対応しています。

そのためここ数年手術が困難であった外傷だけでなく、腰痛疾患で腰痛、下肢の神経痛を有する方に対し、仙骨ブロック、神経根ブロックなどの神経ブロックを施行し、治療に抵抗する場合には手術療法を行っています。また、頸椎に対する手術も検討しているところです。

今後は、リウマチ疾患では足の変形などに対する手術、膝の人工関節置換術などにも対応していく予定です。

また、リハビリテーション科と連携して、入院された患者さまの身体能力が低下しないように入院当初よりリハビリを施行しております。

高齢化社会を迎え、当科でも内科的な合併症を有する高齢の入院患者さまが多くなっており、当該科のサポートを受けながらより良い診療をしていけるよう努力して参りますので今後ともどうぞよろしくお願いたします。

整形外科診療科長 新井 元



第18回 肝臓病教室の開催報告

平成27年 6月13日（土）に国立国際医療研究センター 肝炎・免疫研究センター研修室Aにて第18回肝臓病教室を開催しましたところ、64名の方にご参加いただきました。

まず、今村雅俊第二消化器科医長より「肝癌治療の最前線～当院における治療法とその経過～」の講演がありました。今村先生はラジオ波焼灼療法（RFA）で有名ですが、す



べての肝癌に対しRFAを行うのではなく、肝癌の大きさ、個数、そして肝臓の機能などすべてを考慮し、RFA、手術、肝動脈塞栓療法、肝動注化学療法など、その方に一番合った治療法を選択するというお話でした。また、先生が実際に治療された症例を提示していただきました。その中には肝癌の治療開始から20年経過している症例もありました。

次に、考藤達哉肝疾患先進医療研究室長より、「肝機能が悪いと言われたら～B型肝炎、C型肝炎の治療に活かす血液検査～」と題し、特に肝疾患における血液検査値の読み方を中心とした講演がありました。本講演で、それぞれの血液検査の詳しい意味、そして、それを診断や治療にどのように活用していくかが良く理解できたのではないでしょ



うか？講演の後半は、主にC型肝炎の治療の変遷、そして新しいインターフェロンを用いない経口薬の効果や効果と耐性ウイルス（治療抵抗性ウイルス）との関係などについての説明がありました。

過去のアンケート調査で、配布資料の文字を大きくして欲

肝炎・免疫研究センター 肝疾患先端治療室長 村田 一 素

1. 肝癌治療の最前線

～当院における治療法とその経過～

第二消化器科医長 今村 雅俊

2. 肝機能が悪いと言われたら

～C型肝炎の治療に活かす血液検査～

肝疾患先進医療研究室長 考藤 達哉

開催日時：

平成27年6月13日（土曜日） 14時～16時

開催場所：

肝炎・免疫研究センター研修室A
（当院敷地内）

※ 講演の終了後に肝炎肝硬変、肝癌を中心に個別相談を行いました。

しいとの要望が多かったので、今回はいつもより1.5倍大きな文字にしましたところ、好評でしたので次回からは、この大きさを資料を作りたいと思います。

その後、行われた個別相談会も盛況で、医師 4名の前は長蛇の列でした。各人がご自分の検査結果などの資料を持って相談を受け、次回の予約をされていく方もみえました。



次回、第19回 肝臓病教室を、平成27年 9月12日（土）に、今回同様、肝炎・免疫研究センター研修室Aにて開催いたします。I型C型慢性肝炎の新しい経口治療剤が始まりますので、治療の適応の観点から「簡易肝線維化測定の意義」を、治療についての詳しい話として「新しいC型肝炎治療～完全治癒を目指して～」を予定しています。次回も乞うご期待ください。

今後も皆様に役立ち、かつ病気に対する不安を解消させるような肝臓病教室を行ってまいりますので、どうぞよろしく願いいたします。

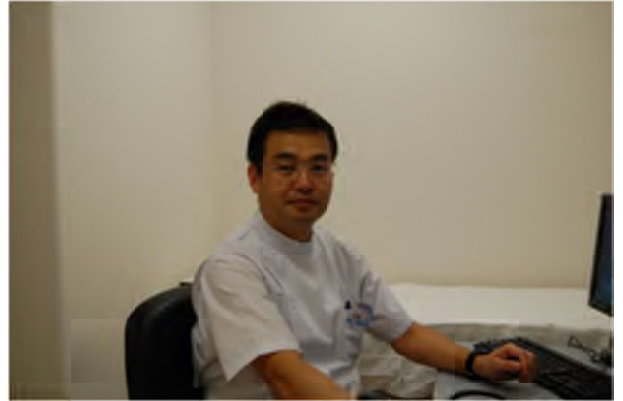
地域医療連携病院のご紹介

斎藤医院は平成22年7月に開院し、おかげさまで5周年を無事に迎えることができました。当医院では診療に來られた方のお話を丁寧にお聞きするということをモットーにしております。

私自身は日本循環器学会専門医であり、高血圧、心臓病、不整脈、糖尿病、高脂血症などの、いわゆる生活習慣病が専門です。その他風邪などの感染症も含めて地域の皆さまのお役にたてるように日々心がけて診療しております。

国府台病院には、病診連携で、入院や精密検査が必要な時、たいへんお世話になっており、病床を持たない医院としては毎回の適切な御対応、診療情報等頼りになる病院で助かっております。今後ともよろしくお願ひいたします。

斎藤医院 院長 斎藤 功



住所	市川市曾谷6-24-26
電話	047-372-4532
診療科	内科 循環器科
診療時間	午前 9:00 ~ 12:00 午後 15:00 ~ 18:00
	※水曜、日曜祝日、土曜午後休診
その他	市川市健診、各種健診、予防接種各種 医院の場所 曾谷公民館すぐ

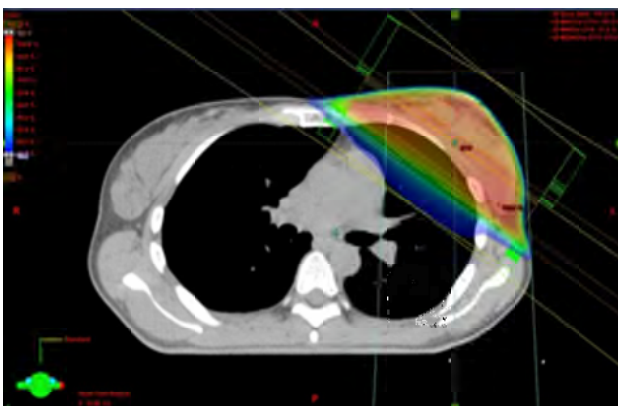


乳がん 放射線治療の紹介

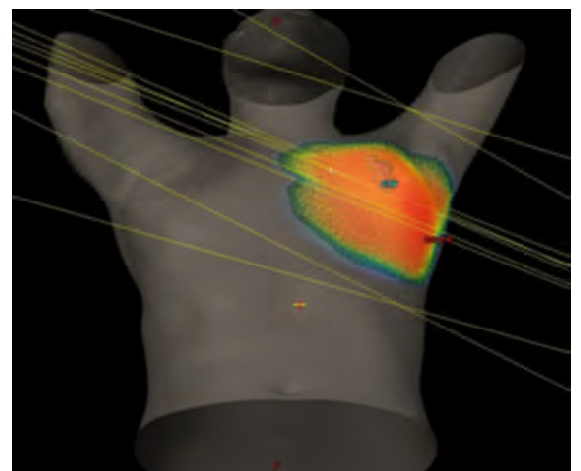
当院の放射線治療室では、さまざまな“がん”の治療をおこなっていますが、今回は“乳がん”の放射線治療を紹介させていただきます。乳がんの放射線治療は、乳房温存療法後の放射線治療と乳房切除後の放射線治療になります。どちらも外科的な手術の後に、顕微鏡でないと見えない小さな“がん細胞”を放射線で治療することにより、再発を

主任診療放射線技師 阿部 優

防ぐ治療です。CT画像から治療計画を立てます。治療は一ヶ月半ほどで、外来で出来る治療です。当院では女性の放射線治療医師が在職しております。放射線治療についてご相談を希望される方は放射線治療室、内野三菜子医師までご相談ください。



左乳がん 放射線治療計画画像 (CT)



左乳がん 治療計画画像

下肢静脈瘤の診断・治療について

国府台病院での下肢静脈瘤についての診断・治療を紹介します。

日常生活の中で、長時間の立位での仕事、下肢の運動不足、妊娠・出産後、遺伝などの原因で下肢静脈瘤になります。下肢静脈瘤とは、足の血管の病気で、静脈瘤はコブ（瘤）のように膨らんだ状態のことです。下肢静脈瘤の症状は、足のだるさ・重量感、むくみ、こむら返り（つり）、足がほてる・熱い感じ、むずむず・不快感、足のかゆみ・湿疹・色素沈着、足の潰瘍などです。

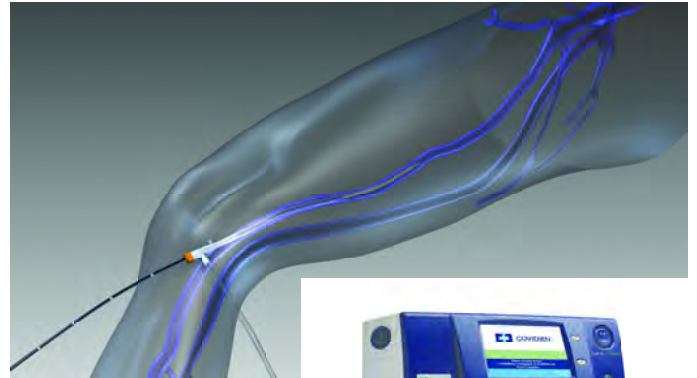
下肢静脈瘤の病態により治療法は違って来ます。下肢静脈瘤の治療法としては、弾性ストッキングの着用、高位結紮術、ストリッピング術（抜き取り術）、瘤切除術、注射による硬化療法、血管内焼灼術（レーザー治療・高周波治療）が行われています。患者様の下肢静脈瘤の状態により、最適な治療法を選択しています。

国府台病院・心臓血管外科での下肢静脈瘤の外科的治療は、主にストリッピング術・瘤切除術を行っていました。高周波（ラジオ波）アブレーションカテーテル（Radiofrequency ablation: RFA）による下肢静脈瘤血管内焼灼術が平成26年6月より保険適応となり、当院でも、平成27年7月からこの治療法の技術を導入して治療を行っています。

高周波治療は、静脈瘤の原因となっている下肢の表在静脈をエコーで観察しながら穿刺後、高周波のカテーテルを挿入し、静脈を内側から焼灼してつぶしてしまう方法です。傷は針穴（3mm弱）だけで済み、皮膚を切らずに治療できますが、当院では、術後合併症を減らすため、単径部を皮

心臓血管外科診療科長 賀嶋 俊隆

膚小切開し、高位結紮を併用することがあります。高周波治療は、従来のストリッピング術に比べ低侵襲性のため、術後の炎症や痛み、皮下出血などの術後合併症がより少なく、患者様の得られるメリットはとて大きなものとなります。



瘤切除術は、皮膚を切らないで下肢静脈瘤血管内焼灼術に加えて、スタブ・アバルジョン法（Stab avulsion）という方法で、非常に小さい傷（1-3mm）だけで静脈瘤を切除する方法を併用し、傷痕が残りにくく痛みも少ないとされている方法も行っています。

下肢の血管（静脈）は膨らんでいなくても、日常生活の中で、下肢の諸症状による悩みがある方々には、下肢静脈のエコー検査、治療方針の選択やアドバイスをさせていただきますので、一度当科へお気軽にご相談ください。

第19回 肝臓病教室のご案内

日時：平成27年9月12日（土）

14:00～16:00

場所：国立国際医療研究センター国府台病院
肝炎・免疫研究センター研修室A

プログラム

司会：肝疾患先端治療室長 村田 一素

1. 肝炎診療における肝硬度測定の意義
～簡易肝線維化測定 フィブロスキャン・VTOを用いて～
第二消化器内科医師 是永 圭子

2. 最新C型肝炎治療法
～完全治癒を目指して～
肝炎・免疫研究センター長 溝上 雅史

- ※ 予約は不要で、参加費は無料です。
- ※ 終了後に個別相談（肝炎、肝硬変、肝癌を中心に）も行います。
- ※ ご相談のある方は血液検査・CTなどの資料をお持ちいただくと、状態に応じた詳しい説明をお受けになれます。

お問い合わせ先

〒272-8516 千葉県市川市国府台1-7-1

国立国際医療研究センター

肝炎・免疫研究センター 村田 一素

TEL：047-375-4757（直通）



外来管理治療棟のオープンについて

管理専門職 荒井 英夫

平成27年7月21日に新外来管理治療棟がオープンしました。新しい外来管理治療棟は地上5階建て、延べ床面積は約1万4千平方メートルで、分散していた検査部門、放射線部門、手術部門、管理部門を新棟に集約し、一般病棟と各階で接続しているため、各部門と外来診療部門、病棟の連携が格段に向上し、迅速な医療の提供ができるようになりました。各科の診察室は患者さんのプライバシーを考慮した設計となっており、各科毎にゆったりとした空間の専用待合いと、新たに設置した診察表示モニターで快適にお待ちいただけるよう配慮したものとなっております。また、会計の待ち時間の短縮を図るため、自動精算機を導入しました。操作方法等でご不明な点があれば、ご遠慮なく病院スタッフにお問い合わせ下さい。国府台病院が地域の先生方と連携を図りながら、市川市をはじめとする地域の皆様の医療に貢献できるよう、職員一同力を合わせて邁進する所存でありますので、今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

フロアマップ

外来管理治療棟		一般病棟
5階	講義室 機械室	
4階	手術室 医局	4階北病棟 4階南病棟
3階	検査部門 管理部門	3階北病棟 3階南病棟
2階	心療内科 外科 糖尿病内分泌科 リウマチ科 消化器科 内視鏡 循環器科 歯科 耳鼻いんこう科 眼科 神経内科 中央採血 泌尿器科 婦人科 皮膚科 ペインクリニック	2階北病棟 2階南病棟
1階	総合受付 総合内科 呼吸器科 脳神経外科 放射線科 救急科 会計 整形外科 地域医療連携室	薬剤部 生理検査室 治験管理室 臨床研究支援室



配置図



上：自動精算機
左：総合内科待合



上：総合受付、エントランスホール
左：総合受付、エントランスホール（2階から撮影）

認定看護師の活動紹介

感染管理認定看護師の仕事は、医療を必要とする患者・家族・訪問者、現場で働く全ての人を感染源から守ることです。

今までは病院に入院している患者さんや院内で働いている職員を対象にした仕事为主でした。しかし、高齢化社会が進むにしたがって、自宅や施設で医療や介護を受けている方が増えてきたことで、病院の中だけでなく施設での講演の依頼や地域へ向けた仕事も役割となり、仕事の場が広がってきています。

では、『感染』と聞いてみなさんはどのような事を思い浮かべるでしょうか。これから夏場にかけて注意したいのが食中毒です。ノロウイルスが代表的な原因菌となる感染性

胃腸炎です。最近では、冬場が主役と思われていたインフルエンザも発生しています。

感染は、目に見えない菌が原因となるため施設内や学校などで起こると、院内感染や集団感染を引き起こします。感染から身を守るために一番重要なことは『予防』です。感染を予防する



感染管理認定看護師 奥寺 佳緒理

ためには、正しい知識を持ち予防行動を行うことが必要となります。例えば、夏場の調理器具はいつ・どのくらいの頻度で消毒方法すれば良いのか、どんな消毒薬を使うのが一番適切か、手洗いやうがいの正しい方法、手洗いやうがいはどのタイミングで行うことが必要なのか等、より具体的に知ることで予防行動をと

ることができるようになります。また、自宅や施設、病院での感染対策の違いを知ることによって手間や費用を削減する手段にもなります。ひとつひとつを皆さんと一緒に考えることで、少しでも問題や疑問を解決する手助けになればと思います。

私たち認定看護師は、病院だけでなく地域の皆様に広く活動していきたいと考えています。何かお困りのことや、相談がありましたらお気軽にご連絡ください。



市民公開講座のご案内

テーマ : 高齢者ではなく抗齢者になるために
～一緒に学ぶ糖尿病～

日時 : 平成27年9月26日(土)
13:30～15:30

場所 : 国立国際医療研究センター国府台病院
外来管理治療棟 5階 講義室

※ 予約は不要で、参加費は無料です。

※ 13:00受付開始です。

お問い合わせ先

国立国際医療研究センター国府台病院 看護部 関根、飯田
TEL: 047-372-3501(代)



国立国際医療研究センター国府台病院
市民公開講座

高齢者ではなく抗齢者になるために
一緒に学ぶ糖尿病

レッツトライ!
アンチエイジング

糖尿病予備軍も怖くない!
糖尿病でも若々しくいられる!

日時: 平成27年9月26日(土)
13:30～15:30

場所: 市川市国府台1-7-1
国立国際医療研究センター国府台病院
新外来管理治療棟 5階 講義室

講師: 内科医師・薬剤師・管理栄養士
理学療法士・看護師

参加費無料
予約不要

問い合わせ: 国府台病院
047-372-3501
担当: 関根・飯田・荒井

児童精神科病棟の行事

6月30日～7月1日、1泊2日の行程で、高尾山登山とプレジャーフォレストキャンプ場でのキャンプを集団活動療法として行ってきました。当日朝6時、子供たちは眠い目をこすりながら、楽しみにしていたキャンプがやってきたと元気に起きました。天気予報では雨でしたが、この日は嘘のように晴れ、登山には最適の気候となりました。まずは、バスで高尾山入口まで行き、ラジオ体操をして登山の準備に入りました。中学3年の男子グループが先頭をきって



出発。頼もしい後ろ姿に次々となついていき、おしゃべりしながら、時にはみんなで歌いながら山を登って行きました。

「もうすぐだよ」と先生が教えてくれましたが、そこから長い山道、なんと階段になり、かなり足ががくがくとなっていました。「やったあ、着いた」みんな笑顔になり、高尾山からの緑の木々、小さく見える街の風景に目を見張りました。中学3年男子グループはそこからまたさらなる挑戦、嵐山を目指しました。みんなで嵐山登山グループの



帰りをキャンプ場で待ちました。中学3年男子は脱落者を一人も出さず帰り、恥ずかしそうな顔をしていましたが、ひとまわり大きくなったようでもありました。



東3病棟看護師長 多田 時江

夜は、火の子、火の神によるキャンプファイヤー、フォークダンス、スイカ割りと笑い声が絶えることなく続き、楽しい思い出ができたようでした。夜はテントで友達同士で過ごすことになりました。しかし夜から大雨、テントに突き刺さる雨の音が響くなあと思いながらも、登山の疲れもあり、皆、熟睡の域に入りました。残念なことに次の日も大雨でしたが、子供たちは友達や家族にお土産を買い、元



気に病院に帰ることができました。夏の初めのこの行事、登山で得た自信、友達との関係など、これからの色々な場面で活かしてほしいと願うばかりです。



★★ 今回のテーマ： ゴーヤ（にがうり） ★★

みなさんは暑い時期にはどのような野菜を食べたくありませんか？ トマト、きゅうり、ナス、ピーマン、冬瓜…旬の食材は栄養価が高く、美味しさも増します。夏野菜は色鮮やかで食欲が出る色のものが多く、食べることで、ほてったからだを冷ます効果もあります。今回はそんな夏野菜の中から『ゴーヤ（にがうり）』を使った簡単レシピを2品紹介いたします。

ゴーヤに多く含まれるビタミンCは、紫外線で肌がダメ

ジを受けやすい夏には特に大切な栄養素です。また、ゴーヤの苦みはモルデシンという成分で、食欲増進効果や整腸作用などがあります。そろそろ秋の食材へ変わる季節ですがその前に、上手に夏野菜を食べて残暑を乗り切りましょう。



◆ レシピ 1 ◆

《 豚肉とゴーヤ味噌炒め 》

◇ 調理時間 30分程度

◇ 材料 (4人分)

豚肉(バラ) 150g、ナス 2本、ゴーヤ 1本、塩 小さじ1、サラダ油 大さじ3
A：味噌だれ：[味噌 大さじ4、酒 大さじ3、砂糖 大さじ3、みりん 大さじ2]

◇ 作り方

- ① Aを合わせ、味噌たれを作っておきます。
- ② ナスは乱切りにし、ゴーヤは縦に2つ切りにして種とワタを取り、3mm幅に切って塩をまぶし、しばらくおいてサッと水で洗い絞っておきます。
- ③ フライパンにサラダ油を熱し、豚肉、ナス、下処理(※1)したゴーヤを炒めます。火が通ったら、①を加え炒め煮にし、味が染みたら完成です。

下処理のポイント

- ・ゴーヤの苦みは、塩をまぶし少し置いておくと(10~20分程)和らぎ、食べやすくなります。
- ・2~3mm程の厚さに切ると食感も栄養も残り、美味しくなります。
- ・ワタはスプーンを使うと取りやすいです。



◆ レシピ 2 ◆

《 ゴーヤスムージー 》 注：ミキサーが必要です。

◇ 調理時間 5分程度(冷凍時間は除く)

◇ 材料 (コップ2杯分)

ゴーヤ 1/4本、バナナ 1/2本、牛乳(または豆乳)200ml、はちみつ 大さじ1

◇ 作り方

- ① バナナは輪切りにし、冷凍しておきます。
- ② ゴーヤは半分に切って種をとり、輪切りにし、冷凍しておきます。
- ③ ①、②と牛乳、はちみつをすべてミキサーに入れ1分程まわして完成です。



編集だより

編集部

いざなぎ “伊弉諾神社のハリギリをご紹介します”

いざなぎ
市川市堀之内の住宅街の中に伊弉諾神社があります。境内のハリギリは、他の樹木を圧するように立ち、大地に根を広げてゴツゴツとした太い幹が空へ伸びています。樹高約20m、幹周囲は226cmもあり、一般的な中部地方のハリギリと比較しても大きく、千葉県内では最大級のものです。名前の由来は枝が太く、鋭いトゲがあることから「ハリギリ（針桐）」と付けられ、一名センノキとも、ヤマギリ（山桐）とも呼ばれています。カエデのような手のひらの形をした大きな葉を付け、6月から7月には新しく伸びた枝の先に黄緑色の小さな花を咲かせます。



二の鳥居と神社本殿。中央にそびえ立つのがハリギリ。

空へ向かって力強く伸びるハリギリ。樹高は約20mあります。



いざなぎ
伊弉諾神社入り口と一の鳥居



交通 北総線北国分駅から徒歩約3分

地図データ©2015 Google, ZENRIN