

# あけぼの

医療法人社団曙会 佐々木外科病院  
〒753-0076 山口県山口市泉都町9番13号  
TEL (083)923-8811 FAX (083)932-2477  
URL <http://sasaki-geka.jp/>

## 申年2016



### がん10年生存率が初めて公表されました

1月19日、国立がん研究センターなどの研究グループは、県立のがんセンターや国立病院機構など全国16のがん専門病院で1999年から2002年にがんと診断されたがん患者約3万5千人を10年間追跡して集計した10年後の生存率を初めて公表しました。初期から末期までのすべての進行度合い（ステージ）が含まれています。

がん生存率とは、診断されてから一定期間後に生存している確率をいい、がん医療を評価する重要な指標のひとつです。通常は治療後5年経過した時の生存率を治癒の目安としています。部位により10年生存率を用いることもあります。信頼性の高い生存率を算定するためには来院情報だけにたよらずに、診断から5年（10年）後における患者の生死を把握する生存確認調査（予後調査）が必須です。

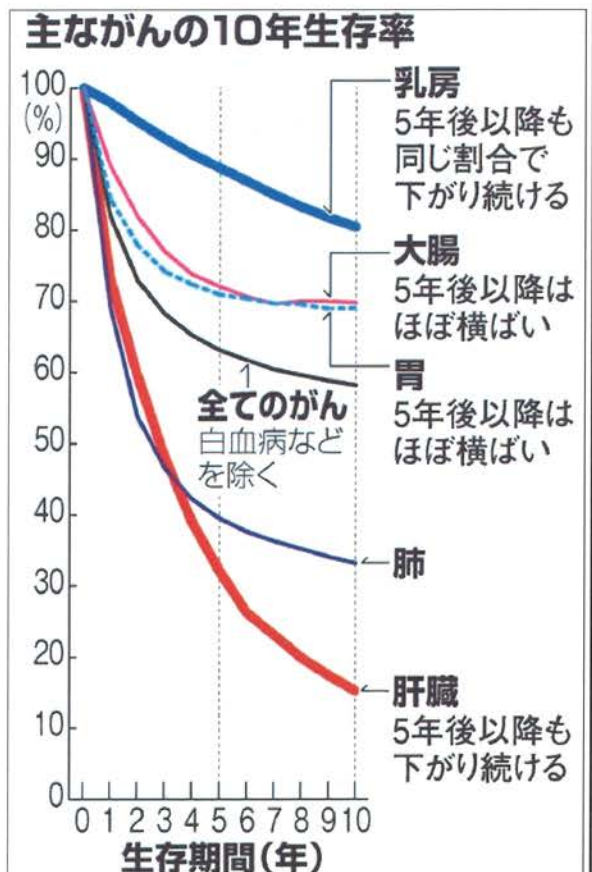
すべてのがんの10年生存率は58.2%で、5年生存率より5ポイント近く低くなっています。

5大がん（胃、大腸、肝臓、肺、乳房）のうち、胃と大腸は5年生存率より比べて2ポイント前後しか変わらずほぼ横ばいとなっていますが、乳房は5年生存率は9割近くとなっていますが、5年後以降もほぼ同じ割合で生存率が下がっています。肝臓は、3割の5年生存率が1割台に落ちこんでいます。

ただ、今回の調査の対象となったのが10年以上前のがんと診断された患者で、研究グループでは「医療の進歩で、現在の生存率は向上している」としています。

診断と治療の進歩により、一部のがんでは早期発見、そして早期治療が可能となってきました。がん検診はこうした医療技術に基づき、がんの死亡率を減少させることができる確実な方法です。

毎年実施されるがん検診などを利用して、積極的に検診を受診しましょう。



## 1月から診療体制が変更となりました (整形外科が常勤医師2名体制となりました)

平成28年1月より、山本健志（やまもとけんじ）医師が着任し、整形外科が2名体制となりました。

午前、午後とも、山中医師と交代で整形外科診療を行います。（但し、午後は手術を行なっているときがあります。そのときは、午後の診療はできかねますので、午後の診療を希望される場合は、事前に当院医事課までお問い合わせください。）

山本医師は、日本整形外科学会の認定リウマチ医であり、これまでも積極的に、関節リウマチの診療に携わってまいりました。関節リウマチでお困りの方がいらっしゃいましたら、診療を受けていただきますようよろしくお願いいたします。



関節の腫れ  
・痛み



発熱



手指、手首の  
痛み・こわばり

### 整形外科診療担当医師紹介

山本 健志（やまもと けんじ）

広島市出身

平成5年 山口大学医学部卒業

同年 山口大学整形外科学教室に入局

済生会山口総合病院、津和野共存病院、  
社会保険徳山中央病院、光市立光総合病院などに  
勤務した後、平成28年1月より佐々木外科病院に勤務。



#### 【専門】

整形外科 リウマチ科 リハビリテーション科

#### 【資格】

日本整形外科学会専門医・脊椎脊髄病医・リウマチ医・運動器リハビリ医

日本リウマチ学会専門医

日本リハビリテーション医学会認定回復期病棟専従医

#### 【趣味】

野球観戦（広島東洋カープファンです）、旅行



#### 【診療に際して】

本年1月より佐々木外科病院で診療させて頂いております。

これまで整形・外傷外科一般を診療するほか、脊椎疾患（特に坐骨神経痛）や関節リウマチ（MTX\*や生物学的製剤を用いた治療）の診療に積極的に取り組んでまいりました。これからは近隣の先生方と連携して、この地域の整形外科診療に微力ながら携わっていきたいと考えておりますので、宜しくお願い申し上げます。

\*MTX：関節リウマチの治療薬メトトレキサートのこと。メトトレキサートはリウマチと診断されたらまずはじめに使うべき薬剤の1つであり、免疫抑制作用を持つ抗リウマチ薬で、世界的に最もよく使用されている薬です。

## 今が旬！水菜



水菜はアブラナ科の越年草で、植物学的にはアブラナやカブなどと同じ種類になります。江戸時代の文献にも登場する伝統ある京野菜で、肥料を使わず、水と土だけで作られていたことから、「水菜」と呼ばれるようになりました。選ぶポイントは、先までまっすぐで葉の緑色が鮮やかなものがよく、水耕栽培より露地栽培のほうが風味が強くなります。



### ひじきの白和え風サラダ

材料（1人前）

長ひじき（乾燥）	5 g	塩	0.2 g
水菜	20 g	ごま油	2 g
人参	20 g	ごま醤油ドレッシング	8 g
木綿豆腐	70 g	すり胡麻	小さじ1



作り方

- ①ひじきを洗い、たっぷりの水に浸して戻します。戻ったら水気をきって、食べやすい長さに切ります。
- ②豆腐はちぎって熱湯で1分間茹で、ざるにあげて冷まし、水気を絞ります。
- ③人参は千切り、水菜は3cmの長さに切ります。
- ④フライパンにごま油を熱し、ひじきと人参を入れて炒め、塩を加えボールに入れて冷まします。
- ⑤④に豆腐、胡麻と水菜を加えてドレッシングで和えると出来上がりです。

### 冬の具材のおろし鍋（主食用）

材料（1人前）

水菜	80 g	大根おろし	80 g
人参	10 g	しめじ	15 g
丸もち	2個	絹ごし豆腐	80 g
すだち	1個	豚ローススライス	60 g

調味料	だし汁	250cc	酒	15cc		
	淡口しょう油	12cc	みりん	7cc	塩	1g



作り方

- ①水菜は4cmの長さ、人参は花型に切ります。しめじは茎を除いておきます。
- ②豆腐は4cm角、豚肉は4cmの長さに切ります。
- ③餅は4等分に切り、焼き目がつくまで軽く焼きます。
- ④土鍋に調味料を混ぜ合わせて煮立て、大根おろしを加えてから、①②③の具材を入れ、豚肉に火が通ったら出来上がりです。器に取り分け、すだち等を搾り、ご賞味ください。

### ☆管理栄養士のひと言アドバイス☆

☆食べ合わせのコツ☆

水菜はビタミンC、ビタミンEやカルシウムが豊富に含まれます。ビタミンEは、細胞を酸化から守るため、トマトのビタミンCと合わせて摂ると美肌効果がアップするので、水菜とトマトのサラダなどがお奨めです。水菜は刻んでから軽く塩もみし、しんなりさせると食感がよくなります。



## 研修会を行ないました

佐々木外科病院では、山口県より「在宅医療提供体制構築事業協議会開催等業務」を受託し、その業務に取り組んでおります。その一環として、昨年11月18日に「在宅医療の推進に向けて」と題して、(株)川原経営総合センター病院コンサルティング部副部長であられる長岡秀和氏を講師に招き「山口市における2025年に向けた医療体制の課題」と題して、ご講演いただき、また、当院院長より、「佐々木外科病院の概要」、当院医療ソーシャルワーカーより、「佐々木外科病院における地域連携の取り組み」について、話をさせていただきました。

当日は、地域の開業医の先生、看護師、介護支援専門員など、34名が参加されました。

佐々木外科病院は、開放病床をご利用いただくことや地域医療連携室の活動などを通して、今後も地域の医療機関などと連携し、微力ながら、山口地域の在宅医療の推進に、今後も貢献してまいります。



講演中の当院院長 佐々木明

## 患者相談窓口についてのお知らせ

患者相談窓口では、患者様や家族様からの様々なご相談やご意見をお受けし、その内容に応じて、関係部署と連携し、解決に向けてのご支援をさせていただきます。

相談窓口：佐々木外科病院 地域医療連携室 (TEL (083)923-8817)

### 曙会理念

地域の皆様の保健・医療・福祉のために貢献し、皆様に信頼され、地域とともに発展する組織をめざします。

### 佐々木外科病院理念

1. 消化器疾患を中心に、がん・外傷・整形外科領域の外科系専門病院として地域医療に貢献します。
2. 患者様から信頼される良質な医療を提供します。
3. 患者様の「病気」だけにとらわれず、「人」としてふれあう「やさしい医療」を実践します。

### 患者様の権利と責任

1. 個人の尊厳と平等  
尊厳ある個人として、生命・身体・人格を尊重されます。また、年齢・性別・人種・国籍・宗教・社会的地位等にかかわらず、平等かつ適切な医療を受ける権利があります。
2. インフォームド・コンセントと自己決定権  
検査や治療等に関して十分に説明を受け、納得と同意の上で、適切な医療を選択、あるいは拒否する権利があります。また、他の医師の意見（セカンド・オピニオン）を聞く権利があります。
3. プライバシーの権利  
医療業務に伴い知られた個人的な情報は、守秘される権利があります。
4. 情報開示の権利  
ご自身の病状や医療の内容に関して、必要な情報を知る権利があります。
5. 患者様の責任  
病院の定めた規則を守り、医療スタッフと協力して病気を克服していく責任があります。