

シンフォニー

地域と医療が奏でる♪

NO.
63
May

年3回発行(1月・5月・9月)



2026年度
新入職員
83名

今年度は総勢83名の新入職員が入職しました。
オリエンテーションを経て、各部署へ配属されています。
どうぞよろしくお願いいたします。

内訳

初期臨床研修医 … 8名
看護師 …… 39名
准看護師 …… 1名
薬剤師 …… 2名
放射線技師 …… 3名

臨床工学技士 …… 3名
理学療法士 …… 3名
作業療法士 …… 3名
言語聴覚士 …… 1名
管理栄養士 …… 2名

臨床検査技師 …… 3名
社会福祉士 …… 1名
事務 …… 14名

放射線科

放射線治療の精度は日々急速に向上、 体への負担が少ない、切らずに治すがん治療

// 放射線治療の紹介

放射線治療は、患部に放射線を照射することで病気を治療する方法で、手術、薬物療法とならぶ「がんの3大治療法」の1つです。放射線治療は、手術と同様に病気のある部分だけを治療します。からだへの負担が少ないので、ご年配の患者さんや合併症のために他の治療が難しい方でも治療を検討することができます。放射線治療では、病気の細胞が、正常の細胞より放射線に弱いことを利用して治療をしています。少しの量の放射線を繰り返して患部に照射することで、病気の細胞は傷ついてやがて死んでいきますが、正常な細胞は放射線の傷を修復する力が強いので生き残ります。結果的には、病気の部分は死滅しても、正常な部分はほとんどダメージを受けないで済みます。



ほとんどの放射線治療は、外来通院による治療が可能です。照射時間は1回あたり15～30分程度です。治療回数は患者さんの状態に合わせて1回から数回(多い場合には20回以上)であり、放射線治療は、一般的に治療中の仕事との両立に適しています。

また、当院では通常の治療に加え、高精度放射線治療 (IMRT、定位放射線照射) も実施しており、放射線治療医および医学物理士が最適な治療計画を作成いたします。

また、当院では通常の治療に加え、高精度放射線治療 (IMRT、定位放射線照射) も実施しており、放射線治療医および医学物理士が最適な治療計画を作成いたします。



日本放射線腫瘍学会 発行・監修「がんは放射線治療の時代へ」パンフレットより引用

// 第三者出力線量評価認定

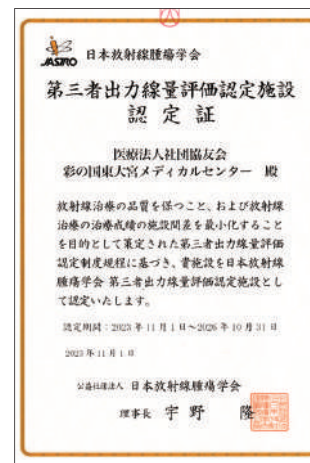
当院では、毎日の始業前に放射線治療装置の出力線量の測定を行い、放射線治療における品質を担保しています。適切で精度の高い放射線治療を提供できるよう、医学物理士、放射線治療品質管理士の専門資格を有したスタッフが責任を持って品質管理に努めております。

2000年代初頭に国内で発生した複数の放射線治療関連事故の教訓も踏まえて、近年では各施設での出力線量測定に加えて第三者による客観的な検証が重要視されています。当院の放射線治療装置は2023年3月に公益財団法人 医用原子力

技術研究振興財団による第三者評価を実施し、適切な出力線量であるという評価を受けました。出力線量が一定の精度を満たしていることが客観的に証明されています。

当院では更に放射線治療装置やその測定機器の精度管理方法まで含めた審査を受け、日本放射線腫瘍学会による第三者出力線量評価認定施設も取得しております。

これは『放射線治療の品質を保つこと、および放射線治療の治療成績の施設間差を最小化すること』を目的として2023年に開始された認定制度で、現在埼玉県内の認定施設は当院を含めた2施設のみとなっています。



今後も継続して、適切で質の高い放射線治療を皆様に提供して参ります。

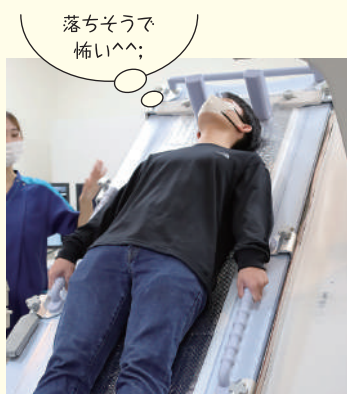
放射線科 中学生体験

昨年、中学生を対象とした放射線科体験会を実施しました。普段はめっただに入れられない検査室や患者さんの検査・治療を実際に模擬体験することができ、大変好評でした。今後も地域の皆さんに当院の放射線科を知っていただくために、近隣の中学生を対象とした体験会を随時実施していく予定です。



重い…、暑い…。

検査時の放射線から身を守るための鉛プロテクターも試着。



落ちそうで怖い^^;

本物の透視台で検査体験。



金属クリップが勝手に浮いていく!?

MRI室へ入って磁場体験。



実際にCT撮影された画像を参考に… 真実はいつもひとつ!!

CT室では段ボールの中に入っているモノが何かをあてるクイズを実施。



放射線治療では精度の高い照射を行うために患者さん用の固定具を体験。



「う、動けない…」

放射線治療では精度の高い照射を行うために患者さん用の固定具を体験。

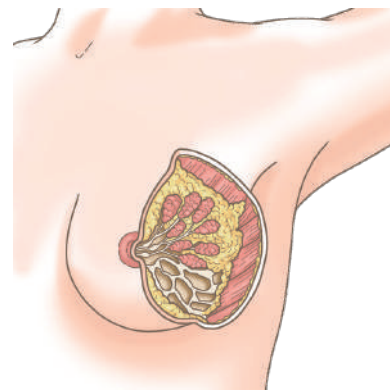
女性が安心して相談できる、一人ひとりに適した治療を

乳腺外科 医長 金 直美医師

乳腺外科 空閑 陽子医師

乳癌について

乳癌は日本人女性が罹患する部位として第1位であり、年間約98000人(9人に1人)の方が新しく乳癌と診断されています。一方で5年相対生存率は90%を超えており、早期発見・早期治療介入がとても大切です。乳癌診療は日々アップデートされており、特に薬物療法(内分泌療法、化学療法、分子標的薬など)の発展は非常にめざましいものがあります。ひとことで乳癌といっても、その方の年齢や月経の状況、Stage、組織型やサブタイプ(乳癌の性質)、遺伝子検査の結果によって治療方針は大きく異なります。各患者さんに適した治療を受けていただくことが非常に重要です。一般的に乳腺外科を受診いただくきっかけとして、しこりや乳頭分泌を自覚される方、検診/健診で要精査となった方などがおられます。



当院の乳癌診療体制

乳腺専門医の資格を持った常勤女性医師2名で診療にあたっています。さいたま市内で医師も含め全て女性スタッフで対応できる医療機関は多くありません。女性医師診察希望の方もぜひ、お気軽に当科を受診いただければと思います。

治療方針については乳腺外科だけではなく、腫瘍内科医師・放射線治療科医師・看護師・薬剤師・臨床検査技師との合同カンファレンスを行い、乳癌診療ガイドラインに沿った治療を提供しています。病状によっては腫瘍内科での治療をお勧めさせていただくこともあります。



◀乳腺外科 医長 金直美医師

▼乳腺外科 空閑陽子医師



※乳房再建については常勤形成外科医師不在のため、当院では対応できません。

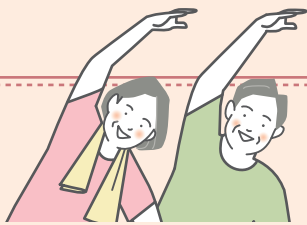


※症状の内容によってはまずは近隣クリニックを受診いただき、精査の必要があれば改めてご紹介いただくこともあります。



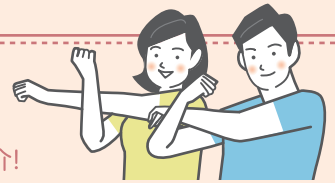
現在初診の方も予約なしで受診いただける体制ですが、予約の方と並行して診察しています。当日の状況によっては待ち時間が長時間となる可能性や、予約をとって改めて後日受診いただく可能性もありますのでご了承ください。





健康たいそう講座

当院リハビリテーション科スタッフがおすすめの体操をご紹介します!



「ストレッチ」10秒でやめていませんか?

実は皆さんが学校の体育等で教わっていたストレッチ、あれはバリスティックストレッチといって「反動をつけて筋肉を伸ばす方法」つまり走る前などに行うことで筋肉の能力を最大限引き出す目的で行われます。10秒の反動をつけるストレッチでは体は柔らかくならないんです!



どうしたらいい?

静的ストレッチングを行うことです。
(スタティックストレッチング)

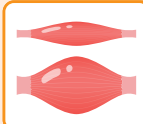
どのように行うのか?

反動を使わずゆっくりと深呼吸しながら
最終域で20秒ほど行うと良い

— そもそもストレッチはどんな効果があるのか? —



血液の
循環



筋肉の
柔軟性



痛みの
軽減

ストレッチを繰り返すことで筋肉にある末梢血管のポンプ機能が作動し、局所の血液循環が改善される。

運動療法学 改訂第2版には

▶▶▶ 代謝によって生じる老廃物を積極的に排出し、エネルギー源の酵素を取り込むことができ、筋疲労の回復が促進されると考えられる。とあります。

4つのストレッチを紹介

頭痛がある方はこれ

左右
20秒
3セット



パソコン作業が多い人はこれ!

左右
20秒
3セット

腕を壁に置いて腕から遠ざかるように反対方向を見て大胸筋を伸ばそう~



立ち仕事が多い方

左右
20秒
3セット



腰痛に悩んでいる方やお尻の筋肉が硬い方

左右
20秒
3セット

足を組んで体を前に倒すお尻が伸びるのを感じて



イタ気持ちい範囲でストレッチをすると良いでしょう。病院の待ち時間にもぜひ!



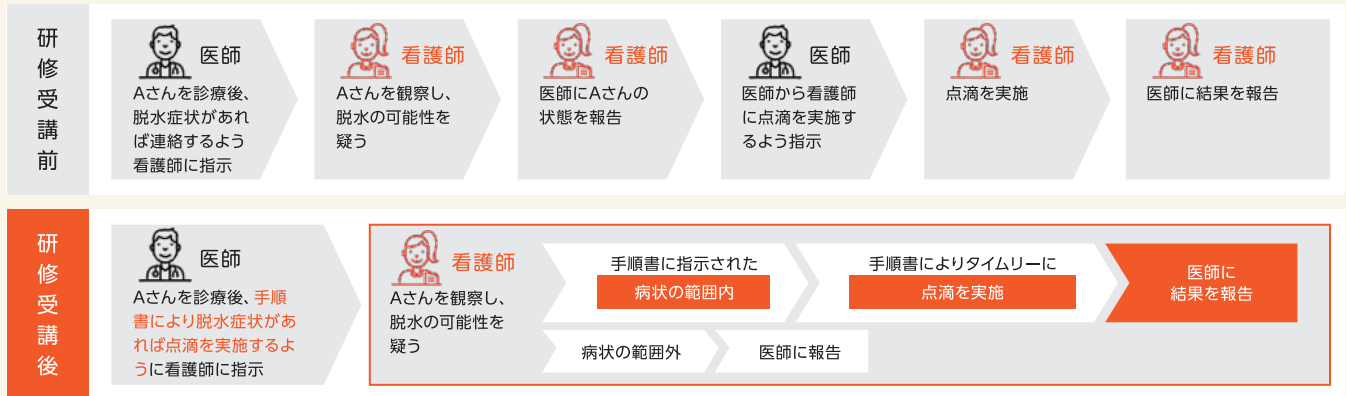
新しい役割分担やチームの一員として参画しながら、
看護と向き合っていきたい!

特定看護師 早川 雅樹

私は2024年度および2025年度に複数の指定研修機関で特定行為研修を受け、現在は6区分9行為の特定行為を修了しています。

修了した「栄養及び水分管理に係る薬剤投与関連」区分の知識と技術を活かし、現在は栄養サポートチーム (NST: Nutrition Support Team) の一員として活動しています。病棟に入院されている患者さんの栄養状態の確認を行ない、医師や薬剤師、理学療法士、言語聴覚士、管理栄養士ら多職種のメンバーと連携しながら、点滴の種類などについて積極的な提案を行なっています。

習得済みの特定行為については、指導医の下でより安全かつ確実に実施できるよう研鑽を積んでまいります。また、次年度も引き続き研修を受講し、実施できる特定行為の幅をさらに広げていきたいと考えています。



薬剤師のつぶやき..

花粉症! 早めの対策が重要です。

スギ・ヒノキのシーズンが終わり、ホッとしたのも束の間。まだ鼻のムズムズや目のかゆみが続いていませんか? 実は5月は、カモガヤなどの『イネ科花粉』が勢いを増す時期。長引く症状を放置せず、スッキリとした初夏を迎えましょう。

大切なのは「初期療法」です。鼻がムズムズし始めたら、症状がひどくなる前に抗ヒスタミン薬を飲み始めることが重要です。炎症が強くなる前に対処することで、ピーク時の症状をぐっと抑えられます。

現在の主流は「第2世代抗ヒスタミン薬」です。従来の薬に比べ、口の渇きや眠気といった副作用が軽減されています。また、鼻詰まりが気になる方には、血管収縮剤や、炎症を抑えるステロイドが含まれた点鼻薬も有効です。

持病や飲み合わせ、ライフスタイルによっても最適な薬は異なります。近頃は、市販でも多くの薬が売られています。どれが良いか迷ったら、医師や薬剤師にご相談ください。



栄養 アラカルト

当院では、毎月季節に沿ったメニュー「四季彩食」を提供しています。



お正月



春の七草

春に起こりやすい不調(春バテ)を感じたりしていませんか？

春は、寒暖差や生活環境の変化が大きいことなどが原因で自律神経が乱れ、疲れを感じやすい時期です。



自律神経を整えたい、と思った時にぜひ摂りたい栄養3選

GABA

交感神経を抑制して緊張やストレスを軽減させ、睡眠の質を高める働き。また、高めの血圧や中性脂肪を低下させる働きも期待できる。

…トマト、メロン、発酵食品、玄米など



オメガ3脂肪酸 (DHA・EPA)

脳内伝達物質のセロトニンの分泌を促し、緊張やストレスを軽減させる働き。

…青魚、胡桃、エゴマ・アマニ油などの油脂類



トリプトファン

覚醒させるセロトニンと睡眠を促すメラトニンを調整し、睡眠の質を高める働き。

…バナナ、ヨーグルト、鯖・マグロ(缶詰をフル活用!)



GABAたっぷり トマトと鯖の Pasta

材料 (1人分)

- オリーブオイル・・・大さじ1
- にんにく・・・1/2片
- 生姜・・・1/2片
- なす・・・1/2本
- 鯖の水煮缶・・・100g
- パスタ麺・・・100g
- カットトマト・・・150g
- A ケチャップ・・・大さじ1.5
- コンソメ・・・小さじ1
- 塩胡椒・・・適量
- 粉チーズ・・・適量



作り方

- ①オリーブオイルとみじん切りにしたにんにく・生姜を中火で炒める。
- ②香りがたったら、角切りにしたなすを入れ、火が通ったら水切りした鯖を入れて炒める。
- ③パスタを茹で、湯切りする。
- ④③にAを入れ、ひと煮立ちさせる。
- ⑤④にパスタを混ぜ合わせる。
- ⑥器に盛り付け、粉チーズをかける。

近隣施設紹介



グレースデンタルメディカルクリニック 大宮分院

当院は歯科の外来診療だけではなくご通院が難しい方を対象に内科の訪問診療も行っているクリニックです。

医師がご自宅や施設に伺い、持病の管理や体調変化への対応、必要に応じた検査、処置まできめ細やかな医療を提供させて頂いております。お薬のご相談や歯科との連携による口腔ケアまで、トータルでサポートさせて頂きます。今後も地域の医療機関と連携しながら、地域の皆さまにとって安心できる身近な医療を提供させて頂きます。

医療機関名	グレースメディカルグループ 医療法人社団 慶実会 グレースデンタルメディカルクリニック 大宮分院
住所	埼玉県さいたま市大宮区宮町3丁目7-4 谷中ビル2F
電話番号	外来診療 048-662-9814 訪問診療 048-662-9914 外来歯科 048-644-1184 訪問歯科 048-662-9461
院長	櫻井 祐治
訪問診療医師	廣井 稔厚
外来時間	月～金曜日 9:00～18:00 (内科・歯科ともに完全予約制) ※歯科訪問診療は月～土及び祝日、9:30～17:30



患者さんに“優しい”放射線治療を目指して

当院は、放射線治療専門医・医学物理士・放射線治療品質管理士・放射線治療専門技師などの資格保持者が多数在籍しており、互いに連携しながら質の高い放射線治療を提供しています。

患者さんに、より良い放射線治療を提供できるように各治療部位ごとに工夫を凝らしており、今回はその一部をご紹介します。

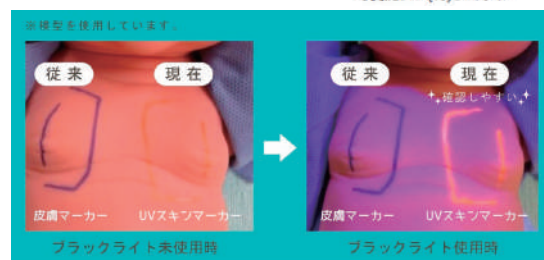
乳がんの手術後に乳房や胸壁へ放射線治療を行う場合、上半身は裸で行われることが多いですが、当院では右図のマンマウェアを着用し、肌の露出を最小限にして放射線治療を受けていただくことが可能です。



マンマウェアのイメージ図
写真提供：(有)クオリタ

また、放射線治療では、治療時の位置合わせのために皮膚に直接マークを書きことがあります。当院では、主に乳がんの放射線治療時にUVスキナーを使用しております。このマークはオレンジ色で日本人の肌の色に近く、従来使用していた紫色の皮膚マーカと比較すると、マークが目立ちにくくなっています。照射室でブラックライトを当てるとマークが浮かび上がり、しっかりと位置合わせが可能です(右図参照)。さらに色落ちしにくいので、マークが消える心配も少なくなっています。

さらに、放射線治療前に看護師によるオリエンテーションを実施し、治療期間中もサポートを継続することにより患者さんが安心して放射線治療を受けていただけるように努めております。



当院では、他院で手術を受けた方の放射線治療も実施可能ですので、ご希望の方は、かかりつけの医師にご相談のうえ、医療機関から病診連携室までご連絡いただきますようお願いいたします。

今後も地域の皆様に良質で安全な放射線治療を提供できるように環境づくりに努めてまいります。



病診連携室ホームページ
QRコード
病診連携室
放射線治療科

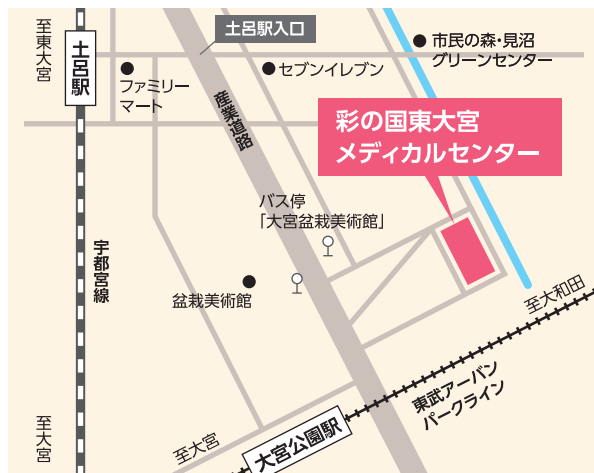
診療実績

(2025年12月～2026年3月平均)

入院稼働率	94.0%	救急搬送件数	506件/月
1日平均入院患者数	309.4人	手術件数	292件/月
平均在院日数	14.3日	紹介患者数	883件/月
1日平均外来患者数	457.8人		



交通案内図



JR	宇都宮線・湘南新宿ライン・上野東京ライン 「土呂駅」東口より 徒歩約11分
東武アーバンパークライン	「大宮公園駅」より 徒歩約9分
自動車	首都高速埼玉新都心線「さいたま見沼」ICより 約18分 東北自動車道「岩槻」ICより 約21分

