

健やかライフスタイルを応援！

第93号

社会医療法人  
**恵和会**  
西岡病院

発行：社会医療法人恵和会 西岡病院  
編集：広報委員会  
〒062-0034 札幌市豊平区西岡4条4丁目  
TEL (011) 853-8322 西岡病院 (代表)

# にしおか小町

2023年  
秋季号

恵和会理念

●地域に密着した良質な医療の提供 ●地域住民の健康を守る一助となる

## 西岡病院、西岡水源池通りクリニックの インフルエンザワクチン、 新型コロナワクチン(秋接種)について

西岡病院、西岡水源池通りクリニックでは、  
インフルエンザワクチン、新型コロナワクチン(秋接種)を行っています。  
※来院時は不織布マスク着用をお願いします。

### ❀❀ インフルエンザワクチンについて ❀❀

西岡病院・西岡水源池通りクリニックで対応中です。  
インフルエンザワクチン接種希望の多い時期(10~12月)は待ち時間がある場合があります。

### ❀❀ 新型コロナワクチン接種について ❀❀

西岡病院・西岡水源池通りクリニックともに事前予約制です。  
(西岡病院)平日10時~16時に電話で受け付けます。  
(西岡水源池通りクリニック)診療時間内に電話で受け付けます。  
※西岡水源池通りクリニックは10月中旬~12月中旬頃までは新型コロナワクチン接種は実施しません。  
新型コロナワクチン接種の供給等の関係にて、西岡病院、西岡水源池通りクリニック  
に受診歴のある方より予約を行っています。



詳しくは  
ホームページで  
ご確認ください

西岡病院



☎011-853-8322

西岡水源池通りクリニック



☎011-584-5512



### ❀❀ 発熱等の受診について ❀❀

西岡病院・西岡水源池通りクリニックともに事前にご相談の上、受診ください。

# 病気のお話

## 第83回 大腸がんについて

### 1.はじめに

大腸は長さ1.5~2mほどの臓器で、結腸(盲腸、上行結腸、横行結腸、下行結腸、S状結腸)と直腸に分けられます。大腸の主な役割は水分を吸収して便を形作ることであり、栄養素の消化吸収作用はほとんどありません。

大腸がんは大腸(結腸・直腸)に発生するがんで、腺腫という良性のポリープががん化して発生するものと、正常な粘膜から直接発生するものがあります。大腸のどこの部位にもがんができる可能性があります。特に日本人の場合はS状結腸と直腸にがんができやすいと言われています。2019年のデータでは、大腸がんになった人は男性8万7872人で2位、女性6万7753人で1位となっています。

### 2.症状

早期の段階では自覚症状がほとんどありませんが、進行すると症状が出てくる場合があります。代表的な症状として、便に血が混じる(血便や下血)、便の表面に血液が付着する、下痢と便秘を繰り返す(交替性便通異常)、便が細くなる(狭小化)、便が残る感じ(残便感)、腹痛、嘔吐などがあります。がんのできる位置によって症状が異なることもあり、硬い便が通る下行結腸やS状結腸、直腸では腹痛、嘔吐が起こりやすく、血便や便の狭小化も認めやすくなります。一方、便がまだ水様で硬くない盲腸、上行結腸、横行結腸では進行しても腹部症状が目立たないことも多く、貧血や腹部のしこりといった症状で発見されることもあります。

### 3.大腸がん検診

一般的に便潜血検査(2日法)が行われており、2日間の便を容器に取って、便中に含まれる目に見えない血液の有無を調べます。2回のうち1回でも陽性になれば大腸ポリープや大腸がんの可能性が考えられるため、精密検査が必要となります。ただ、便潜血が陰性だったからといって大腸に何も異常が無いということを保証してくれる訳ではありませんので、この点については注意が必要です。



西岡病院  
消化器科部長 大平 典明

略歴:

1998年 札幌医科大学医学部卒業。  
札幌医科大学第四内科入局  
1999年 市立美唄病院内科  
2001年 斗南病院消化器内科  
2003年 国立函館病院消化器科  
2006年 洞爺協会病院内科  
2010年 新札幌恵愛会病院消化器内科  
2011年 10月より現職

### 大平 典明医師 外来診療日



西岡病院 ☎ 011-853-8322

午前 木曜日 / 金曜日 午後 火曜日 / 水曜日

### 4.検査

大腸がんが疑われた場合、まずは下部消化管内視鏡検査(大腸内視鏡検査)を実施することを検討します。内視鏡で大腸の内部を直接観察できることが最大の長所で、病変が見つかった際に組織を採取したり、小さなポリープの場合はその場で切除したりすることも可能です。内視鏡が入らない場合や、病変の部位および長さを評価する場合には注腸造影検査やCTコロノグラフィーが行われることもあります(但し、これら2つの検査については現在当院では行っておりません)。

### 5.治療

深さがごく浅くとどまる早期のがんについては内視鏡で切除するだけで治療が見込める場合が多いですが、一定以上に深く進行したがんについては外科治療(手術)が必要となります。手術が困難な場合や、手術後の再発予防の補助的な治療として、化学療法(抗がん剤)や放射線療法などが考慮されます。

### 6.おわりに

大腸がんの死亡数は食事の欧米化の影響もあって年々増加傾向にあり、今後もしばらくその傾向は変わらないものと予測されています。しかし、早期に発見して治療すればほぼ治癒が見込めるため、積極的に検診もしくは大腸内視鏡検査を受けていただくことをお勧めします。

# 嚥下調整食のご紹介

西岡病院 管理栄養士 山口 有希

食べる機能が低下した場合、その機能を考慮し物性(かたさ、べたつき、まとまり)などの食形態を重視した食事が必要となります。今回は「歯ぐきでつぶせる固さ」と「噛まなくてもよい」、2種類の嚥下調整食をご紹介します。

## 歯ぐきでつぶせる固さの嚥下調整食

### 🍎 主食

軟飯→米:水=1:2で炊く。もしくは器に米飯に水を入れて混ぜ、ふんわりとラップをかけて電子レンジで5分ほど加熱する。

### 🍎 副食

適した食材や調理法→豆腐、卵、ミートボールやハンバーグなどの挽肉料理、煮物、缶詰

\*柔らかくならない根菜類、山菜類、こんにゃく類は避ける。



## 噛まなくてもよい嚥下調整食

ピューレ状、ペースト状。固形物を含まない均質でなめらかな状態で、スプーンですくって食べることが可能なもの。

### 🍎 調理方法

調理済みの食材+水分(だし汁、煮汁、水など)⇒1分程度ミキサーにかける⇒トロミ剤を入れて再度ミキサーにかける



## Caféにしおかの輪 のご案内

月1回定例開催のcaféにしおかの輪(ボランティアグループにしおかの輪の運営)を定例開催しています。毎月第4火曜14:00から15:00です。毎回ミニ講演会を開催しています。



過去の開催の様子



ボランティアグループ  
にしおかの輪ホームページ  
<https://www.keiwakai.jp/volunteer/index.php>

2023年	10月24日(火)14:00~	11月28日(火)14:00~	
2024年	1月23日(火)14:00~	2月27日(火)14:00~	3月26日(火)14:00~

場所はSPACE0034(スペース0034)(札幌市豊平区西岡4条4丁目/羊ヶ丘通り沿い)です。参加は無料(事前申込制)ですので、お誘いあわせの上、お越しください。

お問い合わせ 西岡病院 医療ソーシャルワーカー 田附・平川まで ☎ 011-853-8322

## 職員紹介コーナー

第67回



# 小町な人

今年2月より療養病棟の看護師長として着任いたしました。恵和会の皆様には、入職時よりあたたかく受け入れていただき大変感謝しております。

これからも皆様と協力し合いながら、患者様の健康と幸福につながるより良い医療環境、そして、職員が健康で安心して働き続けられる職場環境をつくることに貢献していきたいと思っております。



療養病棟 看護師長 田熊 裕美 西岡病院 ☎011-853-8322(代表)



# 摂食嚥下支援に関する取組みについて

西岡病院 医療介護相談センター 医療ソーシャルワーカー 横田 法律

みなさんは誤嚥性肺炎という病気をご存じでしょうか。肺炎でお亡くなりになる方の多くが65歳以上の高齢者と言われ、その原因の多くが「誤嚥性肺炎」とされています。特に70歳以上では70%以上、90歳以上では95%近くが誤嚥性肺炎と言われています。

当院がある豊平区西岡・福住地区の高齢化率は30%と高く、誤嚥性肺炎による入院相談が増加しています。

もし誤嚥性肺炎で入院し、治癒したとしても再発するリスクがあります。

医療機関や介護保険事業所等で提供される食事の食材の硬さや大きさ、嚥下調整食といわれる製品もトロミをつける増粘剤も販売メーカーによって分量が異なったり、「ゼリー食」「ムース食」「なめらか食」など呼び名が統一されていないのが現状です。

この現状を改善しようと8月10日(木)に近郊の医療機関、特別養護老人ホーム、介護老人保健施設、介護付き有料老人ホームなど計9事業所の医師、看護師、言語聴覚士、管理栄養士など多職種の方々にご参加いただき、北海道大学病院リハビリテーション科の小川真央医師か

ら摂食嚥下に関する講演と「ソフト食」「ミキサー食」の食べ比べをする「嚥下調整食試食会」を開催いたしました。

自施設で提供している「ミキサー食」と他施設で提供している同じ「ミキサー食」なのに硬さが違うことや口の中での離水のスピードなどの細かな違いに気が付くことが出来ました。

この“違い”を学ぶことが今後の生活の場で提供される食事を意識して行う評価やリハビリテーションに有効なものです。これは誤嚥性肺炎を予防することにも繋がります。

少しでも長く「口から食事を食べること」の楽しみを継続できる地域づくりに取り組んでいきます。



## 西岡病院職員募集



西岡病院では、看護師、リハビリ職、事務職員等の募集をしています。西岡病院ホームページ「職員募集」のページをご確認ください。

問い合わせ: 杉村 ☎011-853-8322

## 編集後記

つい先日まで、記録的猛暑で、「暑いですね」が挨拶代わりとなっていました。北海道はもう秋の気配を感じる日となり、もうすぐ冬を迎えます。

1年は早いですね。味覚の秋、スポーツの秋など、思い出に残ることを1つでも多く作りたいものです。

## 社会医療法人 恵和会 / 事業所案内

詳細はこちらからご確認いただけます。 <http://www.keiwakai.jp/>

- 西岡病院 TEL(011)853-8322
- 介護老人保健施設 アメニティ西岡 TEL(011)854-5510
- 札幌市豊平区第2地域包括支援センター TEL(011)836-6110
- 札幌市豊平区第3地域包括支援センター TEL(011)854-7777
- 西岡水源池通りクリニック TEL(011)584-5512
- 訪問看護ステーション 水源池すずらん TEL(011)584-6800
- アメニティ西岡水源池 ケアプランセンター TEL(011)584-0702

- アメニティ西岡水源池 ヘルパーステーション TEL(011)867-0477
- 札幌市豊平区介護予防センター南平岸 TEL(011)584-1325
- アメニティ西岡水源池グループホーム TEL(011)584-0668
- アメニティ西岡水源池デイサービスセンター TEL(011)584-1350
- 介護老人保健施設 ライフふくまつ TEL(011)853-5000
- 札幌市南区第1地域包括支援センター TEL(011)867-0710
- 札幌市南区介護予防センター澄川 TEL(011)589-1295
- 介護老人保健施設 アメニティ美幌 TEL(0152)75-2210
- 訪問看護ステーション 美幌すずらん TEL(0152)75-2310
- 美幌町地域包括支援センター TEL(0152)75-3220
- アメニティ美幌指定居宅介護支援事業所 TEL(0152)73-6119
- 恵庭第一病院 TEL(0123)34-1155
- 帯広中央病院 TEL(0155)24-2200
- サービス付き高齢者向け住宅おびこハウス TEL(0155)20-3101
- デイサービス スローライフ おびこ TEL(0155)20-3102
- ケアプランセンター 帯広中央 TEL(0155)20-5000
- グループホームどんぐり TEL(0155)43-4700
- グループホームかしわ TEL(0155)58-2002
- デイサービススローライフなごみ TEL(0155)32-5552
- デイサービス木野 TEL(0155)32-5558
- 三和医院 TEL(0146)36-3101