

し ょ う な ん め ー る



SHONAN

湘南鎌倉総合病院広報誌

Mail

Number  
2018 July

136



▶ 特集 ◀

井上・先端医療センター長が構想を語る

第3回マタニティ坐禅を開催しました

管理栄養師の簡単レシピ

がんサロン

高額療養費について

別紙

がん哲学外来のお知らせ

院内コンサートのお知らせ

七里ヶ浜の夕景 (鎌倉市)  
撮影者: 医事課 内海 貴大

# Interview

Shonan Kamakura

井上登美夫先生  
湘南鎌倉先端医療センター長



**私たち湘南鎌倉総合病院は、2020年のオープンを目指して「湘南鎌倉先端医療センター」の開設を計画しています。**

がん医療に関して化学療法や放射線治療の標準治療はもちろん、先進的な臨床・研究施設として、陽子線治療や BNCT(ホウ素中性子捕捉療法)、RI(放射性同位元素)内用療法、PET 創薬研究・支援などに取り組む方針です。4月に着任した井上登美夫・同センター長に構想などを伺いました。井上センター長は群馬大学医学部核医学講座助教授や横浜市立大学医学部放射線医学講座教授、医学部長などを歴任し、日本核医学会理事長を務めた経験をお持ちです。

# 井上・先端医療センター長が構想を語る

先端医療センターは湘南鎌倉総合病院の南西側の隣接地に建設します。計画では地下1階地上4階建てで、目玉となる陽子線治療装置やBNCTは1階に配置します。陽子線は体表面から深い位置でエネルギーが急速に高まり、その後急速に低下。狙った病変に強い線量を効率良く集中し、他の正常組織へのダメージを減らせるのが特徴です。

今年4月の診療報酬改定で保険適用が拡大され、現在、頭頸部がん、骨軟部がん、前立腺がん、小児がんの一部が保険診療となっています。一方、BNCTは、がん細胞に取り込まれやすいホウ素化合物を静脈注射し、中性子を照射すると反応して $\alpha$ 線を発生。がん細胞の内部から破壊します。国内では関西と東北地方の2カ所で治療が行われている段階です。陽子線治療は保険適用の拡大を受け、ますますニーズが高まっていくでしょう。当センターは保険診療、先進医療、治験、臨床研究と様々な切り口で、がんでお困りの患者さんに陽子線治療など先端的な医療を提供していきます。BNCTは当センターにとってチャレンジングな取り組みですが、患者さんの利益になる技術を他に先駆けて取り入れることは大きな意義があると考えています。

地下1階と地上1階にはPET（陽電子放出断層撮影）検査装置や、PET検査の診断薬（ブドウ糖にPET用放射性

物質を標識した診断薬＝FDGやその他様々なPET診断薬）を作製する設備を導入します。また、PET検査装置はがんの診断だけでなく様々な病気の治療効果の判定や治験参加者のスクリーニング（選別）などにも活用する予定です。

医薬品開発の早期の段階に、新薬の候補物質を低用量、ヒトに投与し、薬物動態を調べることをマイクロドーズ試験と呼びます。これは新薬として見込みのある物質を絞り込む試験です。また、PETを用いた同試験も視野に入れ、創薬研究・支援に取り組んでいきます。2階にはCT、MRI、マンモグラフィ、内視鏡室などを備えた健診センターを設置し、将来的には遺伝子診断も取り入れます。3階には医薬品・医療機器開発の第1相試験（フェーズ1）などを行う研究施設、外来化学療法室を配置。4階は幹細胞などを用いた再生医療設備を入れます。

このほか私たちが期待を寄せているのがRI内用療法です。同療法は、RI（放射性同位元素）を組み込んだ薬剤を選択的にがん細胞に取り込ませて攻撃する治療法であり、特に $\alpha$ 線核種を用いた同療法は、放射線のエネルギーが強く、がん細胞に大きなダメージを与えることができ、飛程距離が短いので他の細胞への影響を抑えられるなどのメリットがあります。当センターでは臨床・研究の両面から同療法に取り組む意向です。



先端医療センター完成予想図（赤枠部分が先端医療センター）

## 井上 登美夫 いのうえ とみお

専門分野は放射線医学・核医学・先端医科学。群馬大学を卒業後、アメリカにおけるがん治療の名門、テキサス大学 MD アンダーソンがんセンター留学や横浜市立大学医学部長を経て現在では湘南鎌倉総合病院先端医療センター長を務める。放射線医学、特に核医学における日本の第一人者であり、核医学のアウトリーチ活動も積極的に行っている。

### 略歴

1977年	群馬大学教務員 医学部放射線医学講座	1995年	群馬大学助教授 医学部核医学講座
1980年	群馬大学医学部附属病院助手 中央放射線部		群馬大学医学部附属病院助教授 放射線部（兼任）
1981年	関東通信病院第1放射線科に勤務	2001年	横浜市立大学医学部教授 放射線医学講座
1984年	関東通信病院放射線科		横浜市立大学医学部附属病院部長 放射線部
1985年	群馬大学助手 医学部核医学講座	2008-11年	先端医科学研究センター センター長（兼任）
1989年	群馬大学講師 医学部核医学講座	2014-16年	横浜市立大学附属市民総合医療センター病院長（兼務）
1992年	群馬大学助教授 医学部核医学講座	2016年	横浜市立大学医学部長、医学教育センター長（兼務）
	群馬大学医学部附属病院助教授 放射線部（兼任）	2018年	横浜市立大学 定年のため退職
1994年	米国テキサス大学 MD アンダーソンがんセンター	2018年	医療法人沖縄徳洲会湘南鎌倉総合病院
	診断放射線部に留学		先端医療センター センター長

（Medical Note より引用）



# 3rd Maternity Zazen

北鎌倉 建長寺  
第3回  
6/8金

## マタニティ坐禅を開催しました!!

### 妊婦さんが坐禅 ... ?

当院のお産センターでは従来から女性の産む力と赤ちゃんの生まれる力を最大限に引き出す、WHOに基づいた『アクティブバース』のお産を目指しております。このような体制の中で最近では自分の内部に意識を向け、ゆったりとした呼吸でところを整える“坐禅”に着目しており、この度、建長寺の方々のご協力のもと、妊婦さん向けの新たなプログラムとして『マタニティ坐禅』を開催しました。

(アクティブバースとは)

### ★What's Active Birth?

アクティブバースと呼ばれる『自分で産む』という気持ちを尊重し不必要な医療介入を避け、分娩台でお産を行うのではなく畳の部屋で楽な姿勢での出産を行い、ご自宅にいるのと同じようなリラックスした環境で自分の望むお産が行える自然分娩、フリースタイル分娩のこと。



Letter From  
Dr. 井上

### お産の時に分泌される「オキシトシン」 というホルモンについて



産婦人科 主任部長  
井上 裕美 副院長

お産の時の陣痛をおこすオキシトシンが、実はそれ以外にも母子に大切な影響を与えるホルモンであることがわかったのは、スウェーデンの生理学者シャスティン教授の功績だった。その物質は母子関係だけではなく、子の将来の健康や他人を思いやる社会性を身につける人間形成にも大きな役割を演じる。今お産への過度な不安や恐怖が無痛分娩への選択に拍車をかけ、一方でそれを受け入れやすい環境が存在し、お産の時に分泌される大切なオキシトシンの恩恵にあずからない産婦さんが増えている。今まで多くの産婦が経験してきたお産（陣痛）を今の産婦さんたちが乗り越えられない理由があるのだろうか？高齢？不安を増長するSNS？どんなに時代が変化し、ライフスタイルが変わっても、またどんなに知性や理性が備わっても、昔から変わらない人類のお産がある。

シャスティン教授はこの陣痛と豊富なオキシトシンの環境が失われる現在を「人類の自然の遺産の喪失」として、その失われた後の人間の社会に危惧を抱いている。何とか自然体でお産にのぞめないのだろうか。この人類の大事な遺産を守るために、マタニティ坐禅の取り組みは今始まったばかりである。



## 1日のおおまかな流れ

- ① 建長寺正門前に集合。
- ② 説明を聞きつつ建長寺の歴史に触れます。
- ③ 静けさのなか、坐禅を組み自分と向き合う。
- ④ 音を立てず、話をせず、「食」と向きあう時間を過ごします。

## 第3回妊婦さんのための マタニティ坐禅レポート 助産師 堀内 敦子

2018年6月8日、3回目マタニティ坐禅会を建長寺にて開催しました。妊婦さん14名、ご家族4名、医療関係者16名、計34名の参加がありました。

当日は、春風が心地よい晴天に恵まれました。はじめに、境内を説明を受けながら散策したあと、長尾教学部長よりお話をいただき、坐禅を組みました。その後、参加者全員で精進料理をいただき、食と向き合う時間を過ごすことができました。

坐禅を組んでいる際、呼吸に集中することで、普段当たり前にしている息を吸って吐くということが、いかに大切か、生きていること・生かされていることや命のありがたさを実感し、自分自身と向き合うことができました。また、長尾教学部長のお話の中で、「『息』という字は、自らの心と書きます。息（呼吸）を整えていくことで、心も整っていくのです」という言葉にとっても感銘を受けました。お産の時は、不安や痛みから呼吸が不安定になることがあります。

お産以外でも妊娠中・子育てや普段の生活の中でも、悩みや不安から心が乱れることがあります。そのようなときに、この言葉を思い出して胸いっぱい深く呼吸をして息（呼吸）を整え、心も整えることができるように、私自身の中でも助産師としても心がけていきたいと思います。



## 第4回 マタニティ坐禅開催します!!

日時：12月17日(月) 10:00～13:30  
会場：北鎌倉 建長寺

対象：体調のよい妊婦さん  
予約：湘南鎌倉総合病院 お産センター  
0467-46-1717 (代表番号)



# 1 夏に負けるな! 「なすとひき肉のピリ辛麻婆茄子」

## 材料(2人前)

- ・ナス 2本 ・ニラ 1/3束 ・トマト 大1
- ・ねぎ 1/3本 ・ひき肉 150g ・サラダ油 少々
- ・トマトケチャップ 小さじ2 ・ごま油 少々

- ・にんにく 少々 ・しょうが 少々
- ・豆板醤 大さじ1と1/2 ・水 1カップ
- ・酒 大さじ1 ・オイスターソース 大さじ1
- ・醤油 小さじ1 ・砂糖 小さじ2
- ・こしょう 少々 ・片栗粉 大さじ1 (水で溶く)

市販の麻婆ソースで代用可能

## < 1人前の栄養量 >

- ・エネルギー 320kcal ・たんぱく質 16.0g
- ・炭水化物 25.0g ・塩分 2.8g

## 🍴 作り方 <少し頑張って作る日は! >

- ①ナスは乱切り、ニラは3cm切り、トマトは1cm角、ねぎはみじん切りにする。
- ②サラダ油をひいて、ひき肉をよく炒める。
- ③にんにく、しょうが、豆板醤を加え炒める。
- ④香りがよくたったら、水、酒、オイスターソース、醤油、砂糖、こしょうを加える。
- ⑤トマトは半分量、ナス、ニラを入れ煮る。
- ⑥トマトケチャップで味をやや濃いめに調える。
- ⑦水溶き片栗粉でとろみをつける。仕上げに残りのトマトを入れ、ごま油を少々入れ、混ぜる。
- ⑧皿に盛り付けたら、みじん切りしたねぎを散らしたら、完成!

## <手軽に作る日は! >

※市販の麻婆ソースを使用する際、トマトは他の食材を加える時に入れるとよいです。最後にトマトケチャップも加えましょう。

**Point!** 肉の量は記載されている量より多めだと、更においしいです。

初夏の

管理栄養士の

簡単レシピ

Easy Recipe

For Early Summer



### 豆知識

なすの皮にはアントシアニン系色素である「ナスニン」というポリフェノールの一種が含まれています。ナスニンには抗酸化作用があり、眼精疲労にも効果があるといわれています。そのため、なすを調理するときは皮ごと使いましょう。



伊藤典子  
副主任  
管理栄養士



ピリ辛味と相性のよい旬の夏野菜がたっぷり摂れるメニューです。

## 2 野菜の甘味たっぷり 「かぼちゃと枝豆のスープ」

< 1人前の栄養量 >  
・エネルギー 124kcal ・塩分 1.3g  
・たんぱく質 4.4g ・脂質 5.1g

### 材料(2人前)

- ・かぼちゃ 100g
- ・玉ねぎ 100g (1/2個)
- ・冷凍むき枝豆 20g (30粒程度)
- ・ベーコン 20g (1枚)
- ・水 300ml
- ・顆粒コンソメ 小さじ1
- ・塩こしょう 少々

### 作り方

- ①玉ねぎは粗みじん切り、かぼちゃは1.5cm角に切り、ベーコンは小さく刻む。
- ②鍋に水と顆粒コンソメと①を入れて中火にかけ、沸騰したら弱火にする。アクを取り除き、かぼちゃが柔らかくなるまで3~4分煮る。
- ③冷凍むき枝豆を加えて、塩、こしょうで味を調え、火を止める。

### Point!

野菜の甘味が溶け出た和洋中の献立に合うスープです。冷やしても美味しく召し上がっていただけます。

### 豆知識

かぼちゃはビタミンEの含有量が野菜の中ではトップクラス。強力な抗酸化作用があり生活習慣病やがんを予防するほか、肩こりや冷え症にも効果があります。また、食物繊維も豊富に含まれており、腸内環境を整え、便秘の改善、動脈硬化の予防に役立ちます。



今井聡美  
管理栄養士

### Select!

ずっしり重いもの。ヘタがコルク状に枯れているものが完熟。

# がんサロン

7/21(土) 14~16時

〈最初の30分に〉  
布谷 玲子 乳がん看護認定看護師  
によるレクチャー付き  
「抗がん剤による  
脱毛のメカニズムと  
アフターケアについて」

8/18(土) 14~16時

〈最初の30分に〉  
大石 弘貴 薬剤師  
によるレクチャー付き  
「便秘と下剤のいろは」

がん体験者の語りの場です。ふらっとお気軽にお越しください!

〈場所〉2階 21番オンコロジーセンター待合室  
〈対象〉患者さんとそのご家族 〈定例〉第3土曜日(祝日除く)  
参加費無料・事前申込不要・自由参加

## 70歳以上の 皆さまへ(※)

平成30年8月から  
高額療養費の上限額が  
変わります。

(※) 65歳以上の方で障害認定を受けて後期高齢者医療制度に加入している方も対象になります。

高額療養費制度とは? ひと月に医療機関に支払った額が高額になった場合に、定められた上限額を超えて支払った額を払い戻す制度です。上限額は、個人や世帯の所得に応じて決まっています。

▶ 平成30年8月から、上限額(月ごと・70歳以上)が変わります。あわせて「限度額適用認定証」が必要になる場合がありますので、ご注意ください。詳細はご加入の保険者へ。



高額療養費制度の詳細内容は、厚生労働省のホームページでもご覧いただけます。



## 医療法人 沖縄徳洲会 湘南鎌倉総合病院

〒247-8533 神奈川県鎌倉市岡本1370番1  
TEL 0467-46-1717(代表) FAX:0467-45-0190  
ホームページアドレス: <http://www.shonankamakura.or.jp>  
(直通)健康管理センター:0467-44-1454 人工膝関節センター:0467-46-7172  
しょうなんメール 編集・発行:湘南鎌倉総合病院 年報広報誌委員会



SHONAN KAMAKURA  
GENERAL HOSPITAL





# がん哲学外来

～個性を引き出す～

## 9月1日(土)

14～16時(13:30受付)

場 所: 湘南鎌倉総合病院 3階講堂

対 象: がん患者さんと家族、医療者どなたでも



ひの おきお  
樋野 興夫 先生

参加費: 無料

「がん哲学」とはあまり耳慣れない言葉かもしれませんが、がんに罹って初めて生命のこと、周囲のこと、自分のこと…考え直す方も多いのではないのでしょうか。一方忙しい医療現場では、そういった患者さんたちの思いを十分に受け止められていないかもしれません。樋野先生の提示される「がん哲学」の考え方に触れることは、立場によらず、がんとの関わりを考えるヒントになり、医療の現場と患者さんの思いのギャップを埋めるためにも役立つと考え、この講演会を企画しました。是非お誘い合わせのうえ、ご来場ください。



### ◇樋野興夫先生プロフィール◇

順天堂大学医学部病理・腫瘍講座教授。医学博士。癌研究会研究所(癌研)病理部、米国アインシュタイン医科大学肝臓研究センターなどを経て現職。彼の発案で2008年1月から3ヶ月間、順天堂医院に開設された「がん哲学外来」は評判を呼び、翌年、NPO法人「がん哲学外来」を設立、理事長に就任。肝がん、腎がんの研究で日本癌学会奨励賞、高松宮妃癌研究基金学術賞受賞。国際平和と人間教育に尽力した新渡戸稲造とその弟子・南原繁にちなんで設けられた「新渡戸・南原賞」の第1回受賞者でもある。

<http://www.hitachi-solutions.co.jp/column/samurai/feature/62/> (株)日立ソリューションズビジネスコラムより引用)



著書多数

主 催: 湘南鎌倉総合病院 職員教育研修委員会 乳腺外科  
共 催: Oncology center がんサロン拡大版

定期開催

湘南鎌倉総合病院

# 院内コンサート

当院 1 階エントランスにてコンサートを開催致します。

音楽の溢れる空間、心温まるひとときを

どうぞお楽しみください!

日時：7月14日(土)  
15:30～16:00

出演：鎌倉吹奏楽団  
Music Farm

- 曲目
- A Disneyland Celebration
  - Summer
  - 「シネマトリロジー」  
スタジオジブリコレクション
  - 花は咲くほか(予定)

日時：8月8日(水)  
16:00～16:30

出演：村田望(ソプラノ)  
中澤美紀(ピアノ)

- 曲目
- アヴェ マリア(カッチーニ)
  - 母の教え給いし歌(ドヴォルザーク)
  - 小さな空、翼(武満徹)
  - 虹のかなたに
  - スタンドアロンほか(予定)

日時：10月20日(土)  
15:30～16:00

出演：藤沢男声合唱団

- 曲目
- フィンランディア
  - いざ起て戦人よ
  - 美しき碧きドナウ
  - エーデルワイスほか(予定)

日時：12月15日(土)  
午後

出演：湘南白百合学園  
管弦楽部

- 曲目
- 昨年引き続き、クリスマス  
コンサートを開催する予定で  
す。詳細は決まり次第お知ら  
せします。