

多忙な平日をお過ごしの方の女性の皆様へ



2019年 10月20日(日)は  
**日曜日**に  
 乳がん検査を受けられる日です

**検査概要**

**受付** 完全予約制 (受付時間 13:00~17:00)  
 ※先着14名までとなります。お早めにお申しください。

**申込** ☎ 0742-43-3333

**料金** 検査料 4,000円

検査は撮影のみ、検査結果については郵送となります。

**注意事項** 妊娠中の方、授乳中の方は検査を受けて頂くことが出来ませんのでご注意ください。

当施設は認定NPO法人J.POSH(日本乳がんピンクリボン運動)が推進する  
 J.POSH ジャパン・マンモグラフィーセンター (JMSプログラム) 賛同医療機関です。

JMSサイト <http://jms-pinkribbon.com/>  
 認定NPO法人J.POSH <http://www.j-posh.com>

**参加無料** 2019年度 糖尿病教室(公開講座)受講者募集! \どなたでもご参加OK!/  
**会場** 西奈良中央病院2階会議室  
**時間** 第6回・第7回・第8回 14:00~15:30 (受付13:45)  
 ※第6回・第7回の食事体験会のみ完全予約制(有料)

**必要な物** 筆記用具、計算機、(糖尿病交換表・糖尿病手帳)

**申込先** 担当栄養士 小池・富本まで Tel0742-43-3333  
**教室参加者には血糖値測定を実施しています!!**

<b>第6回 10月19日(第3土曜日)</b> 食事体験会① 食事療法 ~食べて実感!糖尿病食~	<b>要予約</b>
<b>第7回 11月16日(第3土曜日)</b> 食事体験会② 運動療法 ~食後に運動をしてみましょう~	<b>要予約</b>
<b>第8回 12月7日(第1土曜日)</b> 食事と運動の関係 まとめ	

社会医療法人 松本快生会

**西奈良中央病院** 救急告示病院24時間体制  
 〒631-0022 奈良市鶴舞西町1-15  
 ☎ 0742-43-3333 FAX 0742-43-8607  
<http://www.nishinarachuo.or.jp>

**診療時間** 9:00~12:00 (受付時間 8:30~11:30)  
**休診日** 日曜日・祝日・年末年始  
**面会時間** 月曜日~土曜日 13:00~19:00  
 日曜日・祝日 10:00~19:00

**介護老人保健施設 大和田の里**  
 〒631-0056 奈良市丸山2丁目1220-163  
 TEL: 0742-51-6003 FAX: 0742-51-6013  
 ●入所サービス ●短期入所療養介護  
 ●通所リハビリテーション  
 ●収容入所者数: 82名 (短期入所者を含む)  
 ●収容通所者数: 20名

**西奈良中央病院附属 丸山診療所**  
 (大和田の里内に併設)  
 TEL: 0742-51-7336 FAX: 0742-51-7128  
**診療科目** 内科・循環器科  
**診療時間** 9:00~12:00  
**休診日** 火曜日・土曜日・日曜日  
 祝日・年末年始

**訪問看護ステーション なでしこ**  
 〒631-0041 奈良市学園大和町5-16SENビル1F  
 TEL: 0742-47-6012 FAX: 0742-47-6267

**訪問看護ステーション さわやか**  
 〒631-0022 奈良市鶴舞西町1-16マツヨシビル2F  
 TEL: 0742-40-1600 FAX: 0742-40-1601

**西奈良中央病院 ケアプランセンター**  
 〒631-0022 奈良市鶴舞西町1-16マツヨシビル2F  
 TEL: 0742-43-3013 FAX: 0742-43-3731

**こぐま保育園**  
 〒631-0022 奈良市鶴舞西町1-16マツヨシビル1F



交通案内  
 電車: 近鉄奈良線 学園前駅 下車(徒歩10分)  
 バス: 学園前北口発 奈良交通バス 降車停留所「鶴舞町六丁目」すぐ  
 ※7:15~8:15 一部通行止区間がございます。

こころと心を結び信頼と安心をお届けする情報誌

ご自由にお持ち帰りください。

# はあ〜と通心

2019  
**秋号**  
 No.44

## 「心の医療」をもって地域住民に貢献する。

### 西奈良中央病院の基本方針

- 奈良市西部地域の中核病院として、地域の医療・介護・福祉施設と連携を密接にし、地域包括ケアシステムの構築を目指すとともに住民の生命を守り、健康の増進を図ります。
- 私たちは、地域に住む人々に、医療における安全を重視し、信頼と安心を提供できる病院を目指します。
- 私たちは、「病気を診るだけでなく人を癒す病院」として患者様とご家族の心を思いやり、共に考え、患者様中心の医療を目指します。
- 私たちは、地域住民が安心して暮らせるよう、救急医療体制の充実を図ります。
- 私たちは、自己研鑽に励み、全職員が一丸となってチーム医療を実践し、良質な医療の提供に努めます。
- 私たちは、優れた医療人を育成し、明るく働きがいのある病院を創ります。



news!

## 西奈良中央病院からのお知らせ

### インフルエンザ予防接種の補助について

10月15日(火)~12月27日(金)奈良市の補助が開始されます。  
**対象** 奈良市在住、65歳以上の高齢者の方 **接種料** 1,700円  
 ※他市町村の方につきましては、各市町村にお問い合わせください。

予防の基本は、  
 流行前に予防接種を受けることです。

### 人間ドックのインターネット予約受付中!

**個人で受診の方** 一般の方を対象(会社を通さず個人で受診される方のみ)にインターネット予約を開設しました。詳細はホームページをご覧ください。



公益財団法人日本医療機能評価機構認定  
 人間ドック健診施設機能評価認定

社会医療法人 松本快生会  
**西奈良中央病院**

〒631-0022 奈良市鶴舞西町1-15  
 TEL 0742-43-3333 HP <http://www.nishinarachuo.or.jp>

リハビリ  
テーション科  
より

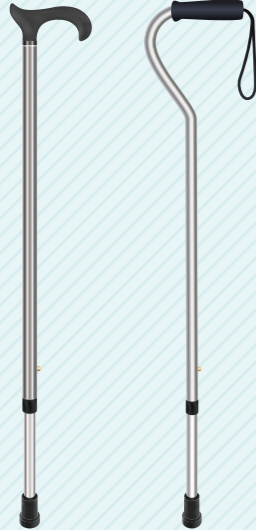


## 考えてみませんか？『転ばぬ先の杖』

誰でも杖を持つ事には抵抗があるかもしれません。しかし昔から「転ばぬ先の杖」という言葉があるように、【転ぶ】という【アクシデント】が起る前に【予防】をしておこうという発想も大切です。

人は誰も転ぼうと思って転びません。転倒は【不意に起こる事故】といってもいいかもしれません。この事故によって打撲、場合によっては骨折にまで至るかもしれません。自分にあった杖を選んで事故を防ぎましょう。



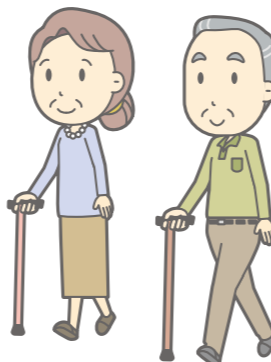
### 各種杖の紹介

T字型杖	多脚型杖	松葉杖	ロフトランドクラッチ
			
ある程度歩行能力がある人	歩行が不安定な人	筋力が衰えている人	視力や腕の力が弱い人

勿論【杖】は万能ではありませんので、すべてをカバーしてくれる訳ではありません。しかし人混みや、ちょっとした凸凹など自分が意識しない様な【危険】から守ってくれる重要な手段の一つです。また、杖を持つ事によって足にかかる負担を一割程度減らすことも出来ます。

### 杖の紹介イベントについて

昨年から当病院外来待合スペースにて【杖の紹介イベント】を定期的に行っております。実際に杖をついて歩いて見たり、すでに杖を使用されている方でも長さのチェックや杖先ゴムの交換を行ったりしています。この秋にも開催する予定をしております。詳細は1ヶ月前を目安にポスター掲示いたします。興味のある方は是非お立ち寄り下さい。



健康管理  
センター  
より

## がんを見つける腫瘍マーカー（採血検査）

「腫瘍」というものは、体内の細胞の一部が突然変異して増殖し、しこりのようになった状態をいい、良性と悪性があります。がんはそのうちの悪性腫瘍に入ります。体内に腫瘍ができると、がんの種類によっては健康なときには、ほとんど見られない特殊な物質が作られ血液中出现してくることがあります。

この血液中にできた物質をチェックする検査が、**腫瘍マーカー検査**です。この検査は採血検査で行われ主にがんの進行度や治療効果の判定の1つに用いられています。



### 健康診断で検査を受ければがんを発見できる？

人間ドックなどの健康診断でも、腫瘍マーカー検査がとりいれられています。ただし、腫瘍マーカー検査だけでがんを早期に発見することは難しく、画像検査などと組み合わせることで、よりがんの発見率を高めてくれます。もしも、腫瘍マーカー検査の結果数値が基準より高ければ、超音波検査、CT、MRI、内視鏡などの画像検査を含めた精密検査を必ず受けるようにしてください。

### 当院は人間ドック受診時にオプションとして下記検査が追加できます。

#### SCC検査

肺がん、食道がん、子宮頸部がんなどが検査できます。  
※皮膚疾患で数値が上昇する可能性があります。

#### CEA検査

大腸がん、胃がん、肺がんなどが検査できます。  
※喫煙で数値が上昇する可能性があります。

#### AFP検査

肝細胞がんなどが検査できます。

#### CA19-9検査

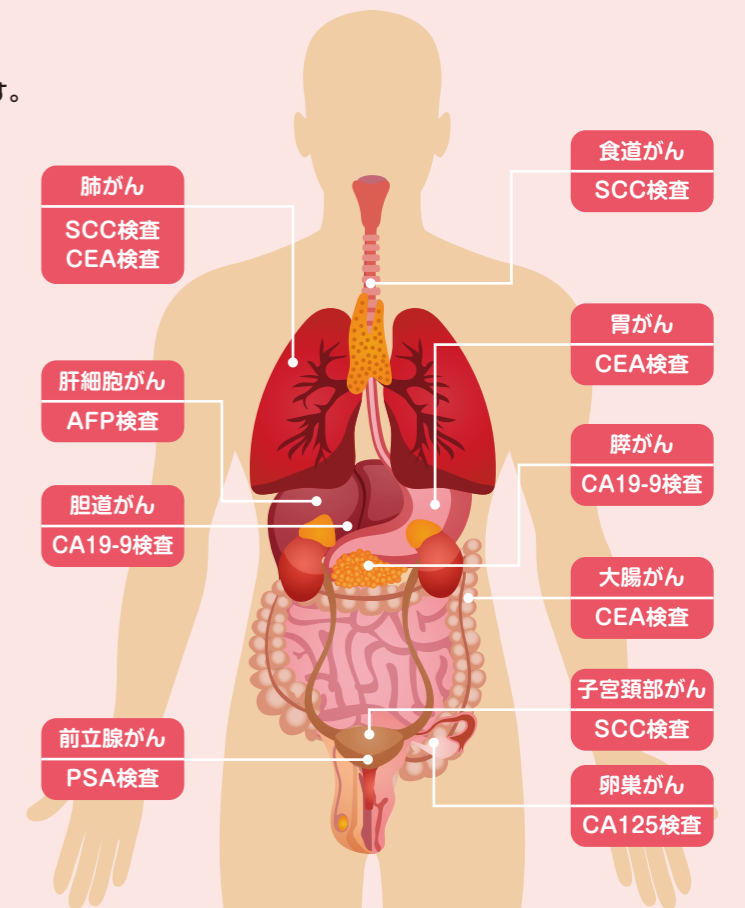
膵がん、胆道がんなどが検査できます。

#### PSA検査

高い確率で初期の前立腺がんを発見できるといわれています。※男性型脱毛症治療薬の服用で数値が低くなる可能性があります。

#### CA125検査

卵巣がんの検査ができます。  
※生理中は上昇する可能性があります。



腫瘍マーカーだけに頼らず、まずは健康診断(人間ドック)を定期的に行うことをお勧めします。