

# 広報おきたま病院

第34号  
令和5年秋

各種  
指定等

救命救急センター  
第二種感染症指定医療機関  
エイズ治療拠点病院

地域がん診療連携拠点病院  
へき地医療拠点病院  
地域医療支援病院

災害拠点病院  
臨床研修指定病院



総合火災訓練の様子

巻頭 「子宮頸がんとHPVワクチンについて」 P2-3

注目 悩んだら相談！ 「相談窓口・がん支援センターについて」 P4

## 目次

- p02 診療内容紹介  
「子宮頸がんとHPVワクチン」について
- p04 相談窓口・がん支援センターについて  
栄養ミニ講座  
・野菜足りていますか？  
・レシピ紹介  
「野菜が主役のごちそうサラダ」
- p05
- p06 上手な受診のコツ
- p07 職員採用情報
- p08 障害年金についてのご相談  
年末年始の診療について

## 病院理念

### 心かよう信頼と安心の病院



## 運営方針

- 1 患者本位の医療を展開いたします。
- 2 高度・救急医療を提供いたします。
- 3 健全経営の確保に努めます。
- 4 人材を育成いたします。
- 5 地域連携の推進に努めます。
- 6 快適な療養環境を提供いたします。

# 子宮頸がん HPVワクチンについて

産婦人科 伊藤泰史



ヒトパピローマウイルス（HPV）の感染を予防するHPVワクチンは2013年4月から定期接種化され、現在もこの位置づけは変わりません。そして2023年4月から9価HPVワクチンが公費で接種可能となりました。改めてこの機会にHPVワクチンについて説明したいと思います。

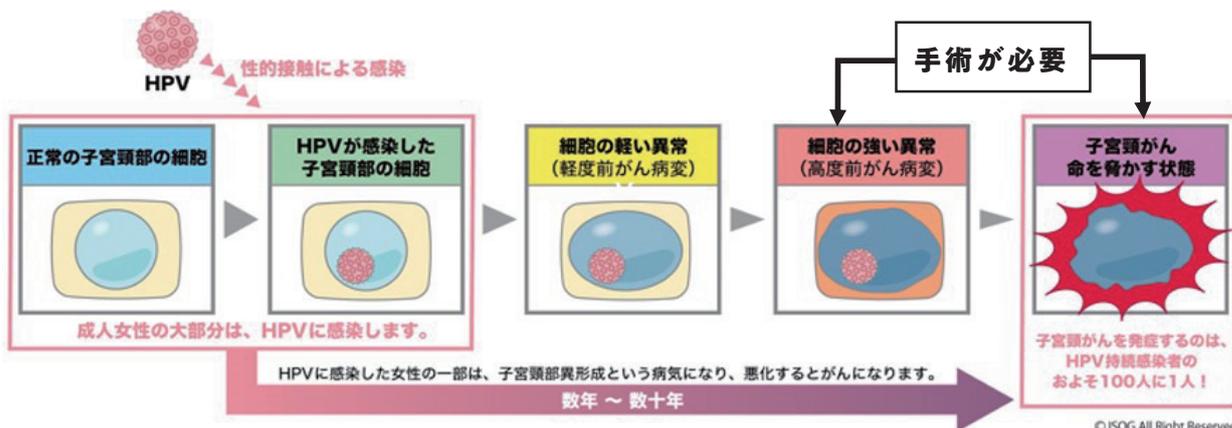
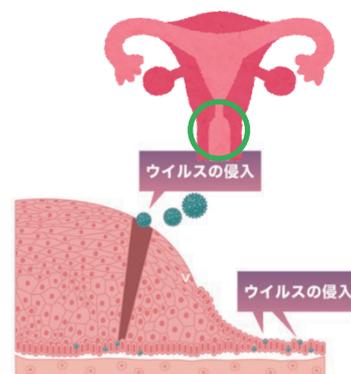
## HPVの感染と子宮頸がん発症のメカニズム

HPVは性交渉によって子宮頸部や膣の表面から侵入し、感染します。HPVに感染した女性の一部は、HPVの作用によって細胞が異常な形に変化し、「子宮頸部異形成」という病気を発症します。

この病気は軽い異常から始まり、さらにその一部が強い異常に進行します。そして強い異常のさらに一部が子宮頸がんになります。

子宮頸がんの95%以上はHPVが原因であると判明しています。特にがんになりやすいHPVの遺伝子型（タイプ）があり、これらをハイリスクHPVと呼びます。

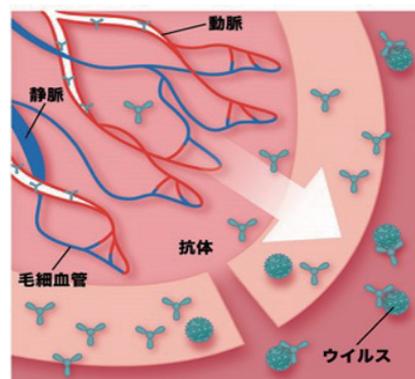
子宮頸部及び膣



## HPVワクチンはどのように効くのか？

HPVワクチンの成分にはHPV自体のDNAはありません。DNA技術を用いてHPVの殻の蛋白質を作り、そこから作成した“ウイルスに似せた粒子”がHPVワクチンの成分です。

またHPVワクチンには「2価」「4価」「9価」と種類があります。これは予防の対象となるHPVのタイプの数を示しており、「2価」なら2種類のHPVを、「9価」なら9種類のHPVを予防対象としている、という意味です。特に9価HPVワクチンは前述したハイリスクHPVの



大部分をカバーしており、子宮頸がんの90%以上の予防が期待されます。

HPVワクチン接種をすると、免疫応答（有害なものが体に入ってきたと起こる、免疫細胞の働き）によってHPVの殻に対する抗体を作ります。

この抗体が性器の粘膜や皮膚に出てきて、HPVの感染を防ぎます。

## HPVワクチン接種のメリットとは？

HPVワクチン接種の最終的な目標は、子宮頸がんの罹患率および子宮頸がんによる死亡数の減少ですが、そのほかにもメリットがあります。

子宮頸がんの前の病気である子宮頸部異形成は、発見されたら通院や手術（円錐切除術など）が必要になります。この病気は働き盛りの年齢に比較的多く、社会的・経済的な負担になっています。また円錐切除術（子宮頸部の一部を切除する手術）による切迫早産リスクの増加もあり、妊娠・分娩への影響も問題となります。

HPVワクチン接種は、この子宮頸部異形成の罹患率を減少させることが証明されており、女性の社会的・経済的・身体的な負担軽減につながることが期待されます。

## HPVワクチンはいつ接種すればいいのか？

HPV感染は性交渉で生じるため、性交渉前にHPVワクチン接種を行うことが最も効果的です。一方で、性交渉後であってもワクチン接種の有効性は限定的ですが示されています。

定期接種対象は小学6年生～高校1年生の女子ですが、条件があれば、平成9年度生まれまでの女性を対象としたキャッチアップ接種制度によって、無料で9価HPVワクチン接種が受けられます。



## HPVワクチンを接種して、何かあったら？

HPVワクチン接種は筋肉注射であるため、注射部位の疼痛や腫脹、紅斑が最も頻度が高い副反応です。これはコロナワクチンの注射と同じであり、最近経験された方もいらっしゃると思います。またHPVワクチンとの関連は不明ですが、慢性疼痛や運動障害、起立性調節障害などの症状の報告があります。

### 【HPVワクチン接種後の主な副反応】

発生頻度	2価ワクチン(サーバリックス®)	4価ワクチン(ガーダシル®)	9価ワクチン(シルガード®9)
50%以上	疼痛*、発赤*、腫脹*、疲労	疼痛*	疼痛*
10～50%未満	掻痒(かゆみ)、腹痛、筋痛、関節痛、頭痛など	紅斑*、腫脹*	腫脹*、紅斑*、頭痛
1～10%未満	じんましん、めまい、発熱など	頭痛、そう痒感*、発熱	浮動性めまい、悪心、下痢、そう痒感*、発熱、疲労、内出血*など
1%未満	知覚異常*、感覚鈍麻、全身の脱力	下痢、腹痛、四肢痛、筋骨格硬直、硬結*、出血*、不快感*、倦怠感など	嘔吐、腹痛、筋肉痛、関節痛、出血*、血腫*、倦怠感、硬結*など
頻度不明	四肢痛、失神、リンパ節症など	失神、嘔吐、関節痛、筋肉痛、疲労など	感覚鈍麻、失神、四肢痛など

\*接種した部位の症状

もしHPVワクチン接種後にこのような症状が生じた時、相談できる施設として診療を担う協力医療機関が各都道府県に設置されています。山形県は「山形大学医学部附属病院」が協力医療機関となっており、ワクチン接種をする皆様へのサポート体制を整えています。



『HPVワクチンについて、家族や友人と話し合ういい機会になれば嬉しいです。』

## 「相談窓口」「がん相談支援センター」をご利用ください

「相談窓口」は医療・福祉全般、「がん相談支援センター」はがん関連のご相談をお受けしております。  
 当院受診の有無を問わず、どなたでもご利用いただけます。



### 相談窓口 がん相談支援センター

あなたらしく生きることを  
一緒に考えていきましょう。



- 場所：1階ホスピタルプラザ
- 時間：平日 8:30～17:00
- 形式：対面か電話対応
- 相談無料
- ☎0238-46-5000(代) (内線1713)

### がん

がんと診断された方へ、1人で悩まず相談いただければ幸いです。気軽にお立ち寄りください。

- ・がんによる不安や痛み
- ・患者さんやご家族の不安や悩み
- ・治療（標準治療）について
- ・抗がん剤の副作用、アピアランスケア
- ・セカンドオピニオンについて
- ・仕事と治療の両立について



### 福祉

- ・治療と働き方の調整や制度について
- ・介護保険について
- ・障害年金等の無料相談のご案内

### 医療

- ・どの科を受診したらいいの？
- ・患者さんやご家族の不安や悩み
- ・医療費の支払いについて

### 情報

- ・検査や治療について
- ・治療法は？副作用は？
- ・どの情報を参考にしたらいいの？
- ・各種がんのガイドブックについて



相談窓口のとなり  
がんのガイドブック等の  
がん関連図書を  
ご利用ください。



## 手作りケア帽子を 作ってみませんか

抗がん剤治療で髪が脱毛した方へ回復の思いを込めて手作り帽子を作成してくださるボランティアの方を募集しています。相談窓口には作り方が書いてあるプリントも用意してあります。ご協力よろしくお願い致します。  
 ※既製品・白以外のもの、業者名がないものでお願いします。

### 問い合わせ先

公立置賜総合病院 がん相談支援センター  
 ☎0238-46-5000 (内線/相談窓口1713)

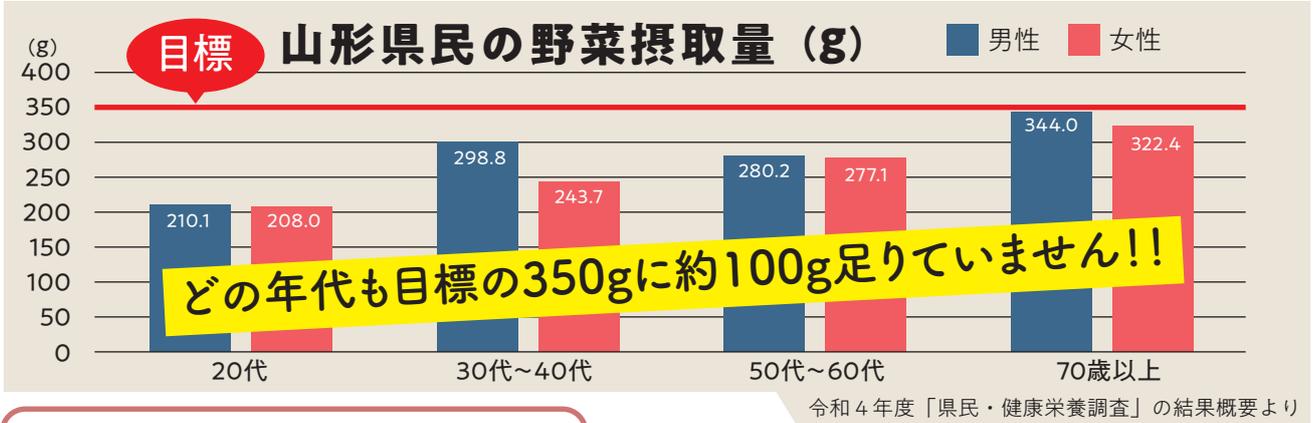


アピアランスケア  
ウィッグの相談も気軽にお立ち寄りください。



# 今こそ「ベジ活※」はじめましょう 第1弾

野菜が不足すると生活習慣病のリスクが高まります。大事な野菜!! ※「野菜を積極的に食べる活動」のこと  
 山形県民は農家の方が多いため、それなりに野菜を摂取していると思いきや、  
 実はどの年代も**摂取目標を達成できていない**という事実を皆さんはご存じですか？



野菜1日の摂取量目標350gはどのくらい?  
**350g÷両手3杯分(生野菜の場合)**

不足分(約100g小鉢1つ分)はこれくらい!!



## もち麦とひじき入り 野菜が主役のごちそうサラダ

栄養量 (1人分当たり)				
エネルギー	たんぱく質	脂質	食物繊維	食塩相当量
149kcal	3.3g	6.3g	3.8g	1.0g

### 【材料】(2人分)

- もち麦.....20g
- 乾燥ひじき.....2.5g
- れんこん.....80g
- ピーマン.....40g
- 赤パプリカ.....40g
- 黄パプリカ.....40g
- サニーレタス.....4~5枚
- ごま油.....大さじ1/2

- 梅干し.....1個
  - 醤油.....小さじ1と1/2
  - 酢.....小さじ2
  - 砂糖.....小さじ1
- A

カリカリ梅にしたり、お好みのドレッシングを使うのもオススメ!!

こちらのQRコードから  
 かわいい作り方をどうぞ



次回のテーマは  
 「野菜が持つ健康パワー」です。  
 お楽しみに~♪

### 【作り方】

- ① 沸騰させたお湯にもち麦を入れ10~15分茹で、水でぬめりを取る。
- ② ひじきは水で戻しておく。(15~20分程度)
- ③ れんこんは皮をむき、2~3mmの厚さのいちょう切りにし酢水(分量外)にさらす。
- ④ パプリカは縦に細切りにし、サニーレタスは食べやすい大きさにちぎる。
- ⑤ 梅干しの種を取り、包丁でなめらかになるまでたたき、その他の調味料と混ぜ合わせる。
- ⑥ フライパンにごま油を熱し、水気を切ったひじきとれんこんを炒める。れんこんがしんなりしたら、火を止め粗熱を取る。
- ⑦ ボウルに炒めたひじきとれんこん、パプリカ、サニーレタス、もち麦を入れ、Aを加えてよく混ぜる。



当院は、緊急や重症の患者さんを受け入れ、精密な検査や手術などの高度医療を提供する役割を担っています。このため当院は**紹介予約制**になっており、紹介がなく来院されると待ち時間が長くなったり、余計な費用がかかったり、患者さんの負担が大きくなってしまいます。

充実した医療を受けていただくためにも、以下の点に気を付けて「**上手な受診**」をお願いします。

## 1 軽症なら、まずは「かかりつけ医」を受診しましょう

「かかりつけ医」とは？

日常的な診療や健康管理を行ってくれる地域の診療所や医院（クリニック）のこと



＼ここがGood！／

- 👍 患者さんの普段の健康状態や病歴等を把握しているので、診察がスムーズ。
- 👍 患者さんの状態に応じて、専門の病院や診療科に紹介してくれる。
- 👍 紹介時に事前予約をとってくれるので、紹介先での待ち時間が短く済む。



軽い症状の時は…



## 2 紹介状をお持ちください

＼ここがGood！／

- 👍 今までの治療経過等が共有され、スムーズに治療を開始できる。
- 👍 すでに受けた検査の結果も共有されるので、同じ検査を受けなくて済む。



紹介状がない場合… 〳ここに注意！！〵

- 今までの治療経過や検査結果が共有されず、問診に時間がかかったり、同じ検査を再度受けて費用が発生したりするデメリットがある。
- 初診料のほか「非紹介患者初診加算料（選定療養費）」を払う必要があり、医療費がかかる。



**非紹介患者初診加算料（選定療養費）とは？**

紹介状がなく初診で受診した場合、初診料のほか各病院の定めた金額を支払うもの。専門・高度医療を担う大病院と、初期医療を担う診療所やクリニックの役割分担を進めるため、厚生労働省が定めた制度。

当院の負担額	<b>医科</b> 7,700円	<b>歯科</b> 5,500円	※全額自己負担です
--------	------------------	------------------	-----------

## 職員採用情報

募集職種	定員	応募資格	試験期日	雇用期間または採用予定日
正職員	理学療法士 (社会人経験者)	若干名	随時開催 (ご相談に応じます)	令和5年度中途～令和6年7月31日 ※ご相談に応じます
	作業療法士 (社会人経験者)			
	言語聴覚士 (社会人経験者)	若干名		令和6年4月1日 採用予定 ※ご相談に応じます
※詳細は病院ホームページをご覧ください。 病院見学も随時受け付けています。				採用情報ページ 

募集職種	応募資格、必要技能など	基本給
看護師	看護師免許を有する方	月額180,400円～210,800円
看護補助者 (夜勤専従)	特になし 勤務時間：18:00～翌日9:00（うち休憩1時間）、 週2～3回程度勤務	時給979円～1,111円 勤務1回につき、手当4,326円～ 4,494円を別途支給
看護補助者	特になし 勤務時間：7:00～20:15のうち4時間～7時間	月額137,100円～155,600円
診療放射線技師	診療放射線技師免許を有する方	月額166,000円～187,600円
理学療法士	理学療法士免許を有する方	月額166,000円～187,600円
歯科衛生士	歯科衛生士の資格を有する方	月額156,100円～180,300円
医療クラーク	Word、Excelなど簡単なパソコン操作ができる方	月額137,100円～155,600円
システムオペレータ	Word、Excelなど簡単なパソコン操作ができる方	月額137,100円～191,600円

※基本給は勤務時間や経験年数によって決定します。この他、期末手当等の各種手当が支給されます。

※その他詳しい募集内容は職種毎に異なります。病院ホームページ又はハローワークにてご確認ください。



会計年度任用職員  
採用情報ページ

### 会計年度任用職員とは？

1年度毎に雇用契約を結ぶ非常勤の地方公務員です。(人事評価により契約更新する可能性あり)  
勤務時間は週20～35時間など、個人の状況に応じて相談可能です。

地域に根差した職場で一緒に働いてみませんか？  
お気軽にお問合せください。

# 障害年金等について 社会保険労務士が相談に応じます。

相談  
無料



社会保険労務士  
齋藤 修 氏

\*開催日…毎月第2・第4水曜日

\*時 間…9:00～11:00

\*場 所…公立置賜総合病院 2階 第4会議室

- 病気やけがなどの各種傷病の後遺症により、日常生活や仕事などが制限されるようになった場合に、受給できる公的年金制度の「障害年金」について、受給資格の確認や請求手続きのアドバイスなどを行います。
- 相談は予約制になっていますので、公立置賜総合病院1階の相談窓口や電話等でご予約ください。また、開催日当日も予約の空き状況により相談をお受けしますので、相談窓口へお気軽にお声がけください。

相談窓口：公立置賜総合病院 医療連携・相談室  
☎0238-46-5000（内線：1713）

## 年末年始期間中の診療について



公立置賜総合病院の救命救急センターでは年末年始の診療を行っておりますが、緊急性の低い症状の場合は待ち時間が長くなります。

急な病気で比較的軽い症状の場合は、**長井西置賜休日診療所**、**南陽東置賜休日診療所**等をご利用ください。

### 長井西置賜休日診療所

- ◆年末年始診療日：12/31～1/3
- ◆診療時間：9時～17時  
(受付8:30～11:30、13:00～16:30)
- ◆診療科目：内科、小児科、外科
- ◆場 所：長井市保健センター内
- ◆連絡先：0238-84-5799

### 南陽東置賜休日診療所

- ◆年末年始診療日：12/31～1/3
  - ◆診療時間：9時～17時  
(受付8:45～11:45、13:00～16:30)
  - ◆診療科目：主に内科、小児科
  - ◆場 所：南陽市東置賜郡医師会館前
  - ◆連絡先：0238-40-3456
- 咳・熱等の症状のある方、外科希望の方、小学生未満の方は事前にお電話ください。