

病院だより

10月はピンクリボン月間

乳がんの予防と対策



外科 診療局長 小寺 正人

乳がんは、日本人女性が最も多くかかるがんです。2023年には、女性約10万3千人が新たに乳がんと診断され、2024年には1万5,869人が乳がんによって亡くなっています。一方、乳がんは早期に発見し、適切な治療を受けることで治癒が期待できるがんです。最新の統計では、5年純生存率は88.7%、乳房に局限した段階で発見された場合は98.4%に達しています。

乳がんの発症には、年齢や遺伝的要因、女性ホルモンへの曝露など、生活習慣だけでは変えられない要因もあります。そのため、生活習慣に気をつけていても乳がんになる可能性があります。

それでも、**飲酒をひかえる、たばこを吸わない、適正体重を維持する、身体をよく動かす、バランスのよい食生活を心がける**など、日々の生活を整えることは、がん全体の予防につながります。

そして何より大切なのが、『**定期的な乳がん検診**』です。国が推奨している乳がん検診は、40歳以上の女性を対象に、2年に1回、マンモグラフィを受けることです。

また、普段から自分の乳房の状態を知っておく「**ブレスト・アウェアネス**」も大切です。しこり、乳房の形の変化、皮膚のへこみやひきつれ、乳頭からの血性分泌など、いつもと違う変化に気づいたら、検診を待たずに乳腺外科などを受診してください。

生活習慣を整えること、定期的に検診を受けること、そして乳房の変化に気づくこと。この3つを心がけ、乳がんの早期発見・早期治療につなげましょう。

ブレスト・アウェアネスとは？

自分の乳房の状態を知り、乳房の変化に気づき、変化があれば医療機関を受診することです。

見る・触る



乳房の形や皮膚の状態、指の腹で優しく触って、しこりがないか確認しましょう。

気づく



「いつもと違うな」と感じる変化に気づくことが大切です。

相談する



変化に気づいたら検診を待たずに医療機関を受診しましょう。

理念

1. 信頼される病院 2. 心温まる病院 3. 楽しく働ける病院

基本方針

- 地域における医療福祉の向上につとめ、地域住民のいのちと健康を守ります。
- 地域の中核病院として、地域の医療機関と連携・協調を図ります。
- 二次医療を中心に担当します。
- 医療需要の増大と多様化に対応できる病院づくりを目指します。
- 超高齢社会における治す医療と支える医療の両立を目指します。



初期臨床
研修医

半年を
振り返
り
返
つ
て



令和8年度4月に3名の
研修医が入職し、
早6か月が経過しました。
現在の状況や心境を
書いてもらいました！

秋山 研修医

4月に入職してから、早くも半年が経ちました。4月当初はまだ学生気分が抜けきらず、右も左もわからない状態で、自分にできることと言えば患者さんの話を聞くくらいでした。しかし、少しずつできることが増えてきて、ようやく研修医として働いている実感がわいてきたところです。1ヶ月ごとに各診療科で研修しながら、それぞれの先生方の考え方や指導に触れることで、少しずつ研修医として成長できているのかなと思っています。一方で、自分にできることの限界に直面する場面も多く、まだまだ勉強不足だと痛感しています。

残り1年半で、自分の責任で診療を行っていくことを考えると、不安や怖さを感じることもあります。目の前の一つひとつの経験を大切に、日々学びながら着実に成長していきたいと思います。

本城 研修医

研修医としての生活が始まってから、早くも半年が経ちました。日頃よりご指導いただいている指導医の先生方をはじめ、医療スタッフの皆さん、診療にあたらせていただく患者さんに心より感謝申し上げます。

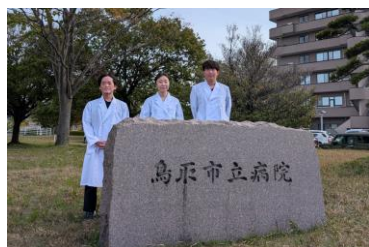
少しずつ業務に慣れていく一方で、自らの知識や経験の不足、医療の難しさを日々感じています。実際に患者さんと向き合い診療を行う中で知識や技術だけでなく、患者さんやご家族への説明、多職種との連携など、コミュニケーションの大切さも学びました。

まだまだ至らぬ点も多くありますが、一つひとつの経験を大切に、知識や技術の向上に努めて参ります。今後も患者さんの一人ひとりに寄り添い、地域の皆様から信頼される医師となれるよう日々精進してまいります。

雑賀 研修医

研修医として働き始めて半年が経ち、充実した研修生活を送る中で、時間の流れの早さを実感しています。入職当初は初めてのことばかりで戸惑うことも多くありましたが、日々の業務にも慣れ、できることが増えてきました。一方で、知識、経験や技術の不足を痛感する場面も多く、まだまだ未熟であり、より一層の鍛錬が必要だと感じています。

この半年間、さまざまな患者さんと関わる中で、医療の難しさと責任の重さを学びました。日々ご指導くださる先生方をはじめ、職員の皆さん、そして多くのことを学ばせていただいた患者さんに心より感謝申し上げます。今後も一つひとつの経験を大切に、知識や技術を着実に身につけ、より良い医療を提供できるよう精進してまいります。



令和8年度

インフルエンザワクチン & 新型コロナワクチン

予防接種 予約受付について

インフルエンザおよび新型コロナ予防接種の予約を令和8年10月2日(金)から開始します。

当院からの
お知らせ

予約方法

電話または総合受付窓口(1階エントランスホール内)
にてご予約ください。

☎ (0857) 37-1522 (代表)

受付時間 14:00~17:00

※ 予約の状況により予定を変更する場合があります。
その際はホームページなどでお知らせします。



令和8年度新型コロナ及び
インフルエンザ予防接種について



接種費用

任意接種者	インフルエンザ	5,200円(税込み)
	新型コロナ	15,600円(税込み)
接種券等をお持ちの方		記載された負担金

以下の方には、接種券等が交付されています。詳しくは、
お住まいの地域の役所・役場にお問い合わせください。

- 65歳以上の方(60歳以上65歳未満で、特定の疾患を有する方も含む)
- 小児の方(インフルエンザのみ)
- 重度の心身障がい者(児)の方(インフルエンザのみ)

研修会の
お知らせ

鳥取市立病院医療講演会

もう一度、自分の足で 元気に歩きたいあなたへ

要申込

先着30名

ひざや股関節の痛みを諦めていませんか？

最新機器を使った体にやさしい治療法について専門医がわかりやすく解説します。
最新機器(手術支援ロボットROSA、Mako)の操作見学もあります。

開催日時 令和8年10月17日(土) 13:30~15:30

場所 鳥取市立病院 エントランスホール

講師 鳥取市立病院 整形外科 河村 涌志 医師
井上 智博 医師

お申し込み
お問い合わせ 鳥取市立病院 地域医療総合支援センター TEL. 0857-37-1522(代)



手術支援ロボット ROSA



手術支援ロボット
Mako