

編集・発行

一般社団法人 呉市医師会

〒737-0056 呉市朝日町 15-24

TEL 0823-22-2326/FAX 0823-23-2120

http://www.kure.hiroshima.med.or.jp



## 目次

- ◆HPV(ヒトパピローマウイルス)ワクチンについて
- ◆医師会病院だより おなかに優しいレシピ
- ◆介護センターだより デイケアのサービスについて
- ◆看護専門学校だより 看護専門学校願書受付中
- ◆医師会だより 呉市医師会付属施設のご案内

## HPV(ヒトパピローマウイルス)ワクチンについて

—平成9年度生まれ～平成19年度生まれの女性はいませんか？—  
(誕生日が1997年4月2日～2008年4月1日)

### 若い女性に子宮けいがんが増えていきます

日本では毎年約3,000人の女性が子宮けいがんのため亡くなっています。特に最近では20～50歳代の若い世代の患者さんが増えていきます。

### ウイルス感染でおこる子宮けいがん

HPVの感染が子宮けいがんの原因になることがわかっています。HPVは女性の多くが“一生に一度は感染する”と言われていて、感染しても、ほとんどの人ではウイルスは自然に消えますが、一部の人でがんになってしまうことがあります。

### 子宮けいがんを苦しめないために、2つのできること

#### ① 今からできること

日本では、小学校6年～高校1年相当の女の子を対象に、子宮けいがんの原因となるHPVの感染を防ぐ

ワクチンの接種を提供しています。

HPVの感染を防ぐことで、将来の子宮けいがんを予防できると期待されています。

カナダ、イギリス、オーストラリアなどでは女の子の8割以上がワクチンを受けています。



#### ② 20歳になったらできること

HPVワクチンを受けていても、子宮けいがん検査は必要です。

2年に1度検査を受けることが大切です。



### HPV ワクチンの接種勧奨再開

一時的に「積極的に接種をお勧めすること」が控えられていましたが、専門家によって評価され、令和4年4月から再び接種が勧められています。

### もっと詳しく知りたい方は\*

厚生労働省  
ヒトパピローマウイルス感染症～子宮頸がん(子宮けいがん)とHPVワクチン～



公益社団法人  
日本産婦人科学会  
子宮頸がんとHPVワクチンに関する正しい理解のために



呉市  
子どもの定期予防接種一覧



[出典]厚生労働省 HPV ワクチンに関するリーフレット  
<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou/kekkaku-kansenshou19/leaflet.html>

### HPV ワクチンのリスク

他のワクチンと同様に、接種部位の痛みや腫れ、赤みなどが見られることがあり、まれにアレルギー症状が起こることもあります。広い範囲の痛みや手足の動かしにくさ、不随意運動などの多様な症状も報告されましたが、ワクチン接種との因果関係は証明されていません。

安心して接種を受けられるよう、万一の副反応に備えて診療体制が整備されています。

### キャッチアップ接種について

これまでに接種の機会を逃した方\*へ、令和7年3月31日まで、定期接種として接種できる「キャッチアップ接種」の制度が設けられています。高価な HPV ワクチンを、実質無料で接種できる最後のチャンスです。(全3回の接種完了までに6か月かかるため、令和6年9月ごろまでに接種を開始する必要があります。)

#### ※キャッチアップ接種の対象となる方

[令和5年度]平成9年度生まれ～平成18年度生まれの女性/[令和6年度]平成9年度生まれ～平成19年度生まれの女性

もりや小児科クリニック 院長 守屋 真

\*「もっと詳しく知りたい方は」[出典]

●厚生労働省「ヒトパピローマウイルス感染症～子宮頸がん(子宮けいがん)とHPVワクチン～」, <https://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kekkaku-kansenshou28/>, (参照 2024.1.22)  
●公益社団法人 日本産科婦人科学会「子宮頸がんとHPVワクチンに関する正しい理解のために」, [https://www.jsog.or.jp/modules/jsogpolicy/index.php?content\\_id=4](https://www.jsog.or.jp/modules/jsogpolicy/index.php?content_id=4), (参照 2024.1.22)  
●呉市「子どもの定期予防接種一覧」, <https://www.city.kure.lg.jp/soshiki/44/26teiki-yobousesshu.html>, (参照 2024.1.22)

呉市医師会病院では、医師・看護師・リハビリ・栄養士・薬剤師・検査・事務で構成された排便ケアチーム「チームPOOP」が活動しています。

今回は、チームPOOPがYouTubeで配信している動画「たのしく学ぼう～お腹とお尻の健康について～」の中でご紹介している栄養士監修の『おなかに優しいレシピ』をご紹介します。今日一品にいかがですか？



## タラのキノコみぞれ煮

《作り方》

- ①しいたけは軸を切って薄切り、エノキは4等分にし、オクラはゆでて小口切りにする。大根はすりおろす。
- ②タラに小麦粉をつけて、フライパンで焼く。
- ③鍋にだし、醤油、砂糖、酒を入れて沸騰させ、大根、しいたけ、エノキを入れてひと煮立ちさせる。タラを入れてさっと煮込む。
- ④タラを取り出し、皿に盛りつける。
- ⑤鍋にオクラを入れて混ぜ合わせ、タラにかけて完成!

《材料》(1人前)		120kcal	
タラ	100g	だし	25cc
大根	50g	醤油	小さじ1
オクラ	18g	砂糖	小さじ1/2
エノキ	20g	酒	小さじ1/2
小麦粉	4.5g		
しいたけ	10g		

### ココがポイント! .....

sssss 大根に含まれる消化酵素のジアスターゼは、消化をたすけてくれます。



オクラのねばねば成分とペクチンで腸の働きを整えて、便秘の解消につながります。



チームPOOPのYouTubeはこちらから  
排便に役立つ運動や  
楽しい体操などの動画を配信中♪



## 大腸肛門病センター10周年記念 腸内フローラ検査 期間限定キャンペーン

この度、大腸肛門病センター開設10周年を記念しまして、腸内フローラ検査「Mykinso Gut V4」期間限定キャンペーンを行うこととなりました。この機会にぜひ、ご検討ください。

詳細は右下のQRコードから大腸肛門病センターホームページをご参照ください。

2月1日～3月31日の期間内にお申込みいただいた方

腸内フローラ検査 通常 20,900 円(税込) → **13,200** 円(税込)

※本検査は自費(保険対象外)です。



【問い合わせ先】呉市医師会病院 ☎22-2321

# 介護センターだより デイケアのサービスについて

呉市医師会病院デイケアの、リハビリ・入浴・送迎以外のサービスについてご紹介します。

## 理容・美容サービス

ご予約制で、1回あたり2,000円（税込）でご利用いただけます。

利用日に散髪できて大変便利です！



## 保育所の園児との交流会

七夕、敬老の日、ハロウィン、クリスマスの時期に併設する保育所の園児との交流会があります。



かわいらしいちびっこ達の登場に歓声があがります。

## 15時のティータイム

15時のティータイムではおやつをお召し上がりいただけます。

温かい飲み物（コーヒー、紅茶、レモンティー、昆布茶、ココアなど）と冷たい飲み物（アップルジュース、オレンジジュース、スポーツドリンク、アイスコーヒーなど）をご用意しています。



お弁当（おやつ、飲み物代込み）は1日600円。温かいごはんとお味噌汁がついているお弁当は、「安い！」と好評です。

## その他こんなことも…

リハビリ室では、懐かしい戦後のヒット曲や演歌等を流しています。

昔を思い出し、口ずさみながら楽しくリハビリしてみませんか？



昼食前に10分程度の脳トレをしています。歌、クイズやリズム体操など、好評です。



リハビリ後もお茶をしながらゆっくり楽しんでみてはいかがでしょうか？  
利用をお考えの方は、ぜひお電話ください。

呉市医師会病院に併設しています。

◎医師、理学療法士、作業療法士、看護師、介護福祉士等の専門資格を持つ専従スタッフがリハビリを中心にご利用の皆さんの身体機能の維持・回復をお手伝いいたします。

◎介護度決定前の暫定利用も可能です。

◎見学・体験も随時受け付けています。

お気軽にお問合わせ下さい。

呉市医師会病院  
通所リハビリテーション

〈所在地〉呉市朝日町 19-19  
総合介護センター3階  
TEL 0823-20-6301  
FAX 0823-20-6310

# 看護専門学校だより 看護専門学校願書受付中

**[医療専門課程看護学科]** (昼間定時制) 4年間で看護師国家試験受験資格が得られます。

◎入学定員 35名 ◎試験日 一般入試[第2回] 令和6年2月17日(土)

入学金 150,000円	授業料 400,000円(年額)
施設費 50,000円(年額)	実習費 50,000円(年額)
教科書等 約200,000円(4年間)	その他教材費等 約50,000円(年額)

🌸🌸 昼間定時制で午前中は開業医などで働きながら学べます。 🌸🌸

呉市医師会 看護専門学校

問合せ先：電話 0823-25-7700

医療高等課程准看護科は令和6年度より募集停止といたします。

出願方法や試験科目など  
詳細はこちらから



## 医師会だより 呉市医師会付属施設のご案内

呉市医師会では、学校保健、予防接種事業、災害医療、医療介護福祉連携への参加など多くの社会事業への協力だけでなく、医師会病院、看護専門学校、総合介護センター、臨床検査センター、夜間・休日急患センター、地域産業保健センターなどの諸施設の運営を通して、地域医療の充実・向上に取り組んでおります。

今後とも、ご理解、ご支援の程よろしくお願い申し上げます。

### 呉市医師会館

- ・一般社団法人 呉市医師会
- ・呉市医師会看護専門学校
- ・呉地域産業保健センター



### 呉市医師会 総合介護センター

- ・通所リハビリ
- ・居宅介護支援事業所
- ・訪問看護ステーション



呉市医師会病院  
大腸肛門病センター  
休日急患センター  
夜間救急センター



呉市医師会臨床検査センター

朝日町通り



本通り

休山新道  
休山トンネル



呉市医師会  
周辺 MAP

呉市医師会まで JR 呉駅から約7分(「本通6丁目」で下車 徒歩3分) JR 呉駅から約5分

呉市医師会ホームページ：http://www.kure.hiroshima.med.or.jp/

