



楠だより 12月

— 2019年 —

偶数月発行 NO.73 R1.12.25 発行責任者：病院長 編集：附属病院広報委員会

健康手帳

64

インフルエンザのワクチン接種は 受けた方が良いですか？

この質問は、医療関係者からも良く訊かれますが、結論を先に申し上げますと受けることをお勧めします。

インフルエンザは、年により多少前後しますが、北半球では12月頃から翌年の3月にかけて流行するため、例年11月頃からインフルエンザワクチンの接種が始まります。そして



このワクチンは、流行するインフルエンザの型を予測して毎年新しく製造されます。

肝心のワクチンの効果につきましては、毎年流行するインフルエンザの型が少しずつ変わりますので、これも流行シーズンにより多少の差はあります。しかし、2013/14年シーズンから2016/17年シーズンの4シーズンに大阪と福岡の9箇所の小児科診療所で、6歳未満の小児に毎シーズン約300人から400人にインフルエンザワクチンの接種を行ったところ、その効果は41%から60%であったという結果が出ています(H29年度厚生労働省研究班報告書)。つまり、インフルエンザワクチンを全く接種しなければ、仮に100人程度インフルエンザの患者さ

んが発生していた集団では、接種により効果が低い年で59人、高い年なら40人まで患者さんを減らせそうだという結果です。効果が100%のワクチンなら、接種しておけば発症者は0になるわけですが、そこまでの効果はありません。

ただ、小児とご高齢の方が同居するご家庭では、保育園や学校などで感染してきたインフルエンザがご高齢の方に感染することで、持病の悪化をまねく事もあります。インフルエンザのワクチンは、65歳以上の方、60～64歳の方でも心臓やじん臓もしくは呼吸器に持病があり、日常生活が極めて困難(身体障害が1級に相当)な方など、インフルエンザに罹ると重症化しやすい方の場合は、定期接種(公費補助あり)を受けることもできます。海外でもインフルエンザワクチンは、心臓が弱い方などの死亡率を減らす効果が多く報告されて



いますので、特に重い持病をお持ちのご高齢の方、同居されるお孫さんには、インフルエンザワクチンの接種を受けることをお勧めします。

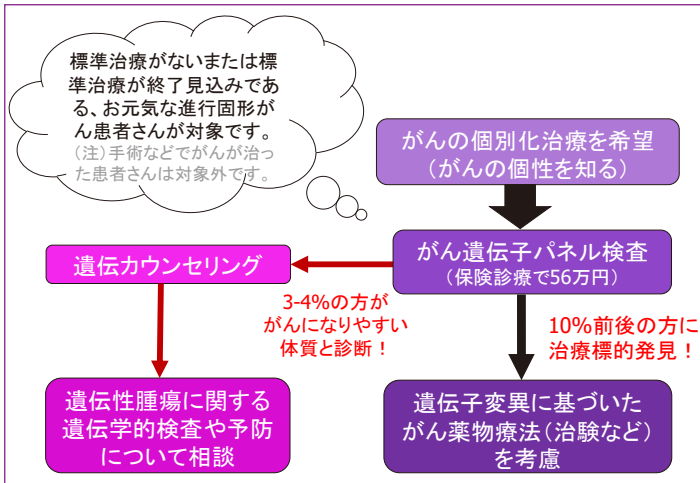
病院の 基本理念

1. 患者中心の医療の実践
2. 人間性豊かな医療人の育成
3. 先進医療の開発と推進
4. 地域医療連携の強化
5. 災害救急医療の拠点活動
6. 医療を通じての国際貢献

目次

健康手帳(64) インフルエンザのワクチン接種は受けた方が良いですか? …	1
がんゲノム医療拠点病院に指定されました …	2
ヴィッセル神戸ダビド・ビジャ選手が当院を訪問されました …	2
健康レシピ 第65回 濃厚クラムチャウダー …	3
診療科から 泌尿器科 …	4
患者さんへのお知らせ	
ハロウィンパーティーを開催しました! …	4
がん患者さん・ご家族向け勉強会のご案内 …	4

がんゲノム医療拠点病院に指定されました



がんゲノム医療とは、主にがんの組織を用いて「がん遺伝子パネル検査」を行い、遺伝子の変異を明らかにすることによって、治療などを行う医療のことです。がん薬物療法(ゲノム情報に基づく治験など)と予防(遺伝性腫瘍の相談)の2つの面で効果が期待されています。当院は、病院全体の取り組みが評価され、令和元年9月19日、全国34病院の一つとしてがんゲノム医療拠点病院に指定されました。

多くの進行固形がん患者さんの治療選択肢になれるよう、各診療科と連携して、がんゲノム医療を充実してまいりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

腫瘍・血液内科/遺伝子診療部/がんゲノム医療部門 豊田昌徳

ヴィッセル神戸 ダビド・ビジャ選手が 当院を訪問されました



ヴィッセル神戸所属の元スペイン代表ダビド・ビジャ選手が10月3日神戸大学病院を訪問されました。

ビジャ選手は4階南病棟にて、入院中の子ども達と交流されました。子ども達は握手をしたり写真を撮ったり、とても喜んでいました。ビジャ選手から「みなさんを少しでも元気づけられたらと思ってここに来ました。一日でも早く退院できることを願っています。」と励ましの言葉をいただきました。

ビジャ選手、ありがとうございました!!



※ダビド・ビジャ選手は今シーズン限りで現役を引退することを発表されました。ビジャ選手、お疲れさまでした!!



一品料理で満足感アップ

冬のおもてなし料理編

濃厚クラムチャウダー

栄養量 (1人分)

エネルギー	156kcal
たんぱく質	7.3g
脂質	6.1g
炭水化物	16.0g
食塩相当量	1.5g

今回は寒い日に食べたくなる「クラムチャウダー」をご紹介します。
ぷりぷりなあさりの旨味がよく染みわたる絶妙な美味しさのスープです。牛乳や生クリームの代わりに豆乳を使用することで、よりヘルシーで濃厚なまろやかさを出すことができます。ランチや急なおもてなし料理にもおすすめのお手軽な一品です。



※写真のお皿は内径16.5cm、盛り付けは1人分です。



作り方



材料 (4人分)

あさり (殻付き)	16粒(48g)
白ワイン	50ml
ベーコン	40g
(ブロックまたは薄切り)	
にんにく	12g
じゃがいも	60g
人参	60g
セロリ	50g
玉ねぎ	100g
バター	10g
小麦粉	20g
水	200ml(1カップ)
固形ブイヨン	8g(2個)
ローリエ	1枚
豆乳	400ml(2カップ)
コショウ	少々
乾燥パセリ	少々

計量の単位は1カップ=200ml

【下準備】

あさは砂抜きのため真水につけておく。にんにくをみじん切り、それ以外の野菜とじゃがいも、ベーコンは1cm角に切る。

- 1 フライパンにあさりと白ワインを入れ蓋をして中火で口が開くまで蒸し煮にし、蒸し汁とあさを分けておく。
- 2 バターを弱火で溶かし、にんにくを加えて焦がさないように炒めて火が通るとベーコン、野菜、じゃがいもの順に加えて炒める。
- 3 2に1の蒸し汁を入れ、小麦粉を加えて粉っぽさがなくなるまで混ぜる。水、固形ブイヨン、ローリエを入れ、蓋をして蒸気が出るまで中火にする。その後弱火にして野菜が柔らかくなるまで煮る。
- 4 3に1のあさり、豆乳、コショウを加え一煮立ちさせてローリエを取り出す。皿に盛り付けて乾燥パセリをかける。

ここがポイント



- ・大豆を原料とする「豆乳」はイソフラボンなどの栄養素がバランスよく豊富に含まれています。クラムチャウダーの材料との相性で豆乳の青臭さも感じられなくなるため、豆乳が苦手な方にもおすすめです。
- ・今回は殻付きのあさりを使用しましたが、缶詰のあさりを使用してもおいしく作るができます。缶詰を使用する場合は水気をしっかり切るようにしましょう。
- ・野菜は上記の他にかぶや大根、きのこなど冬の素材を用いてもおいしく仕上がります。

メニュー考案:エームサービス(株) 矢野 慎太郎、編集:栄養管理部 佐野 裕里江

食事・栄養についてのご相談は、月～金曜日に予約制で行っています。お気軽に医師、看護師、管理栄養士にお申し出ください。

●栄養相談に関する問い合わせ先●

栄養管理部 ☎078-382-6820 (直通)
受付時間 平日8:30～17:15

診療科から

泌尿器科

私たちの診療科では、現在34名の教室員で日々、診療・手術にあたっています。泌尿器科では、主に、腎・尿管・膀胱・前立腺などの悪性疾患(がん)に加え、腎臓や尿管の結石、前立腺肥大症や尿失禁の病気、膀胱炎や腎盂腎炎、前立腺炎といった感染症に至るまで幅広く診断や治療をおこなっています。また、これらの病気以外にも、男性不妊症、男性更年期、性機能障害および腎移植なども診療しており、生殖あるいは移植医療の資格を有した泌尿器科医によって専門的な診断・治療をおこなっています。手術に関しては、特に、2010年度から手術支援ロボットであるダビンチを用いて、前立腺がん、腎臓がん、および膀胱がんに対する手術を行っています。この手術では、傷口が小さいため、体への負担や手術後の痛みが少なく、早期に社会復帰できるメリットがあります。以上

のように、私たちは、最先端の技術を用いてやさしい最高水準の医療を提供するとともに、患者さんのQOL(生活の質)を重視し満足していただける最高の医療を提供することがモットーです。

ホームページ:<http://www.med.kobe-u.ac.jp/uro/>



患者さんの

お知らせ

ハロウィンパーティー
を開催しました!



10月31日は4階南小児病棟恒例のハロウィンの仮装イベントがありました。子ども達もスタッフもUSJのキャラクターに仮装して病院内をまわり「Trick or treat!」お菓子や歯ブラシ、鉛筆セットをもらい楽しい時間を過ごしました。

がん相談室からのご案内

がん患者さん・ご家族向け勉強会

*2020年1月9日(木)

13:30~14:30

テーマ:「話題の免疫チェックポイント阻害薬について」

場所: 外来診療棟 4階 第二会議室

*2020年3月12日(木)

13:30~14:30

テーマ:「がん患者さんが利用可能な公的制度・治療と仕事の両立について」

場所: 第一病棟2階 共通カンファレンスルーム

対象者: がんの治療中・療養中の方、ご家族
参加費: 無料
※勉強会のみ、サロンのみの参加も可能です。



終了後、14:30~15:30にて、
がん患者サロンも開催致します。

*対象者: がんの治療中・療養中の方

申込先: がん相談室(がん相談支援センター)
電話番号 078-382-5830

神戸大学医学部創立75周年、神戸病院創立150周年
～記念事業寄付金へのご協力のお願ひ～

本学に対するご寄付については、税制上の優遇措置を受けることができます。

問合せ先▶ 神戸大学医学部総務課研究科総務係 TEL.078-382-5111(内線5015) E-Mail: kikin@med.kobe-u.ac.jp



院外処方箋の使用期限は
発行日を含めて**4日間**です。



病院敷地内
全面禁煙



忘れ物、落とし物は、1階
受付6番窓口でお預かり
しています。内線3075

神戸大学医学部附属病院

〒650-0017 神戸市中央区楠町7丁目5番2号 ホームページ <http://www.hosp.kobe-u.ac.jp/>
電話:(078)382-5111(代表) FAX:(078)382-5050
ご意見、ご感想をお願いします。