

おひさま ニュース

2026

春

号

4月15日発行



ホームページ

予約センター
(日曜・祝日除く)

☎0470-25-5121

平日 8:30~17:00

土曜 8:30~12:00

〒294-0014 千葉県館山市山本1155番地 TEL:0470-25-5111 <https://www.awairyo.jp/>

発行責任者：福内正義 編集責任者：根本達也

太陽の年・丙午 に、地域とともに 進む医療

院長 福内正義



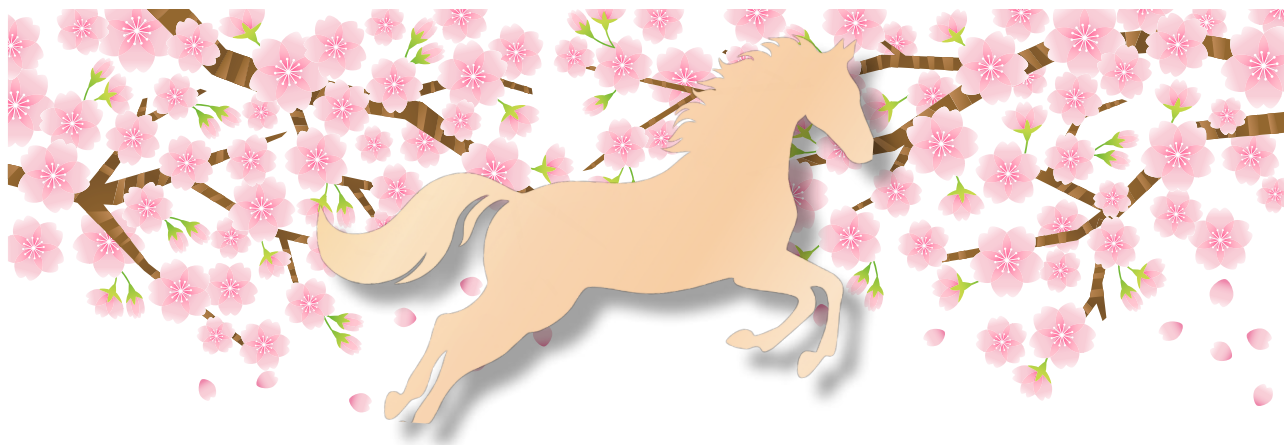
新年度となり、地域のみなさまにおかれましては、健やかに新たな年度を迎えられたことと慶び申し上げます。

今年の干支は丙午(ひのえうま)です。十干十二支(じっかんじゅうにし)は古代中国から伝わった10種類の符号と十二支を組み合わせたものです。十干十二支には60種類あり、60年経つとともに戻ることから60歳を還暦という理由です。十二支は方角や時刻を表すことにも使われ、子(ね)から数えて7番目の午(うま)は11時から13時を表します。そのためその前半を午前、後半を午後と呼ぶようになったようです。

十二支は中国が起源で、日本以外でもアジアを中心に普及しています。その国の文化に合わせて変化し、ベトナムやタイでは卯(うさぎ)が猫に、モンゴルでは寅(とら)が豹になっています。

現在当院では、秋のオープンを予定して健診センターを建築中です。今まで院内でおこなっていた健診部門を新施設へ移転しオープンします。画像検査・内視鏡・CT検査等も完備しており、健診部門のほぼすべてをおこなうことが可能となります。病院は急性期病院としての機能を維持しながら、予防医療・早期発見のための健診・ドックが充実します。地域のみなさまがますます安心して暮らせるよう努めてまいります。また、昨年オープンした眼科センターも充実した診療体制を整えておりますので、目の症状でお困りの際にはぜひご受診いただければ幸いです。

そして、丙は十干では甲・乙に続く3番目で、陰陽五行説では火の陽に属し、太陽や明るさを意味します。太陽という言葉は、この広報誌おひさまニュースや、当院の運営法人・社会福祉法人太陽会とも重なります。丙午の年は、馬が前へ進むように力強い前進の象徴とも言われます。変化の大きい時代だからこそ、地域のみなさまとともに歩みながら、着実に地域医療を守り続けてまいりたいと思います。今年度もどうぞよろしくお願いいたします。



診療科のご紹介

内科系	総合診療科	リウマチ・膠原病・アレルギー内科	膠原病・リウマチ内科	小児科	脳神経内科	呼吸器内科
	循環器内科	腎臓内科	糖尿病甲状腺内分泌内科	消化器内科	腫瘍内科	健診科
外科系	外科	外科 肛門病センター	整形外科	スポーツ整形	婦人科	眼科
	泌尿器科	皮膚科	乳腺外科	脳血管内治療科		皮膚科
その他系	リハビリテーション	人工透析科	救急科	麻酔科		
専門外来	人工関節外来	脊椎外来	手の外科	骨粗鬆症外来	禁煙外来	総合スポーツ・運動処方外来
	ウロギネ・ヘルニア外来	発達相談				

乳腺外科

当院は以前より安房地域(館山市・南房総市・鋸南町・鴨川市)の乳がん検診を担当しておりました。以前の乳腺外来では検診で精査が必要と通知を受けた方の二次精査や、他院にて治療し病状が安定している乳がん患者さまのフォローアップを行っていましたが、2023年10月より乳がんを中心とした乳腺疾患の手術や化学療法などの薬物治療も開始しました。副作用の管理が難しい薬剤(免疫チェックポイント阻害薬など)を用いた治療

や放射線療法は行っておらず、そのような治療が必要な場合は他院に紹介させて頂くこともあります。

安房地域には専門的な乳腺治療を行う病院は少なく、日本乳癌学会が定めている「認定施設」は亀田総合病院と当院のみになります(2026年2月現在)。また2025年8月、乳がん術後手術側の腕に出現する「リンパ浮腫」に対して「リンパ浮腫外来」が開設されました。乳がんに対する集学的な治療や術後併発症に対する外来など、乳腺疾患を患う方が安心できるような診療を心掛けています。



乳頭 乳輪の
ただれ、湿疹

しこり

変形、
ひきつれ

乳頭から
血の混ざった
分泌液

不安な症状がございましたら、まずはご相談ください。

せき なつき

関 奈紀

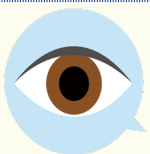
乳腺外科 部長

出身地：千葉県市川市

趣味：美術館巡り

房総の好きなおとこ：

空が広い、風が気持ち良い



コラム目の健康情報 ④

ドライアイ

視能訓練士
景山由貴

ドライアイは、涙の量が不足したり、涙の質のバランスが崩れることによって涙が均等にいきわたらなくなる病気です。「涙」は目の表面をおおい、乾燥防止、殺菌・洗浄、栄養補給などの働きをしています。涙の量が減ると、このバリア機能が正常に働かず、様々な症状を引き起こします。

病気の要因としては、加齢、コンタクトレ

ンズの使用、長時間のパソコン業務、部屋の乾燥などがあり、その他、喫煙、内服薬の一部でもドライアイの要因となることがあります。症状には、目の疲労感、かすみ目、ゴロゴロといった異物感など様々な症状があります。

治療としては、主に点眼療法になります。数年前より、薬剤の種類も増え、治療の選択も広がってきています。



リンパ浮腫外来（自費診療）のご案内 ～むくみのつらさに寄り添うために～

看護部 ガラビン 由佳



2025年8月より、リンパ浮腫外来（自費診療）を開設しました。主に乳腺外科術後や整形外科術後のリンパ浮腫でお悩みの方を対象に、リンパドレナージを提供しています。

リンパ浮腫とは、リンパ液の流れが滞ること、腕や脚などが慢性的にむくんでしまう状態です。術後や怪我をきっかけに生じることが多いです。その滞ったリンパ液をマッサージで流れやすくし、むくみの軽減と日常生活の苦痛の改善を目指します。また、施術に加えて弾性ストッキングの選択や正しい着用方法、自宅で実践できるセルフケアの指導も行っております。症状管理のサポートにも力入れています。

オーストラリアにて、国家資格のリメディ

アルマサージセラピストとして10年間活動し、数多くの方の苦痛に向き合っていました。例えば、癌性疼痛や腰痛、坐骨神経痛、頭痛、妊娠期の不調やストレスなどさまざまな症状の方がいらっしゃいました。また、身体の痛みだけでなく、心のつらさに寄り添う姿勢を大切に経験を積んでまいりました。これまでの経験を生かし、乳腺外科や整形外科の診療ではなかなか相談しにくいお悩みにも寄り添い、安心して頼れるサポートをしていきたいと考えております。

リンパ浮腫外来は、患者さま一人ひとりの症状に合わせたケアを安全に提供するため、乳腺外科（関医師）または整形外科（福内医師）の診察を経て、ご予約いただく流れとなっております。手術歴や現在の症状、体調などを医師が確認し、リンパドレナージが適切かどうかを判断したうえで予約を行います。お気軽にお声がけいただければ幸いです。

2026年度の健診・検診日程について

特定健診

	実施期間	
館山市	5月19日～ 6月17日	24日間
鴨川市	6月18日～ 7月 6日	15日間
南房総市	8月19日～ 9月29日 11月 4日	20日間
鋸南町	10月 1日～ 10月 5日	4日間

乳がん検診

	実施期間
館山市	6月 2日～ 2027年 1月31日
鴨川市	6月 2日～ 2027年 1月31日
南房総市	6月 2日～ 2027年 1月31日
鋸南町	6月 2日～ 2027年 1月31日

子宮がん検診

	実施期間
館山市	6月 2日～ 2027年 2月27日
鴨川市	6月 2日～ 2027年 2月27日
南房総市	6月 2日～ 2027年 2月27日
鋸南町	6月 2日～ 2027年 2月27日

5月より、病気の予防、早期発見、早期治療を目的として、感染予防対策を施しつつ、地域住民のみなさまを対象に、住民（集団）健診・検診を実施いたします。

また、各種がん検診につきましても下記日程にて実施を予定しています。詳しい日程、お申込みなどにつきましては、お住まいの行政機関へお問合せください。

大腸がん検診

	実施期間
館山市	特定健診と同日実施
鴨川市	特定健診と同日実施
南房総市	特定健診と同日実施
鋸南町	9月 7日・8日・24日 10月 1日～ 5日・28日
	8日間

骨粗鬆症検診

	実施期間
館山市	9月18日～ 9月24日
鴨川市	7月 8日～ 7月10日
南房総市	10月 6日～ 10月 9日
鋸南町	9月 7日～ 9月 8日
	2日間





房総健康管理センター 工事進捗情報

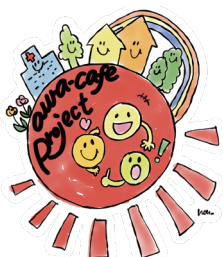
房総健康管理センターの新築工事は順調に進捗しています。現在、木造躯体の建て込みが完了し、建物全面に足場を設置した状態で外壁工事および防水シート施工を着実に進めています。

本施設は、地域のみなさまの健康を守る総合的な健診センターとして、超音波・X線装置・CT・MRI・内視鏡装置を完備する予定です。最新の医療機器を揃えることで、よ



り精度の高い健康診断・検査をお受けいただける環境を整えてまいります。

工事期間中はご不便・ご迷惑をおかけしますが、2026年秋のオープンに向けて、安全第一で工事を推進してまいります。地域のみなさまの健康づくりに貢献できる施設となるよう、スタッフ一同準備を進めておりますので、どうぞご期待ください。



安房カフェ通信 地域と病院をつなぐ。

awa-cafe project (安房カフェプロジェクト) は、「カフェのように気軽に地域のみなさまと話したい」という思いから、病院の有志スタッフによる“地域と病院をつなぐ”活動を行っています。

私たちは、地域の健康を支える病院として、2014年から口コモ予防・認知症予防・減塩教室・救急対応講習など、日々の暮らしに役立つ取り

組みを行うとともに、地域住民のみなさまと直接対話できる場づくりを大切にしています。

コロナ禍以降は、活動の場を病院から地域へと広げ、直接お話を伺いながら地域の声に寄り添う対話の場をつくっています。

これからも病院として、地域のみなさまにとって身近で相談しやすい存在であり続け、健康とともに育むパートナーとして活動が続けていきます。



北条ビーチマーケットで
健康ブース 握力・血圧測定、
健康クイズ、医療相談など



イオンタウン館山で
こども向けお医者さん体験、
医療相談「地域の保健室」



公民館で
健康講座・研修講演

こんな活動をしています。

編集
後記



おひさまニュース
バックナンバー

おひさまニュース創刊から編集後記を担当していたじゅんべりが卒業となり、今回からねもふいらが担当いたします。どうぞよろしくお願いいたします。さて、今回の巻頭言では、院長が「丙は太陽を意味する」と書いています。おひさまニュース、太陽会——言われてみれば、この広

報誌はずっと太陽の名前を持っていました。当院で使うキャラクターなども太陽モチーフが多いですね。健診センターの足場にも、春の光が当たっています。明るい一年になりそうです。

ねもふいら



安房地域医療センター
公式キャラクター「あわまる」