

SHONAN MAIL

2025.JUL/VOL.215



医療法人徳洲会
湘南鎌倉総合病院

〒247-8533
神奈川県鎌倉市岡本 1370 番 1
TEL: 0467-46-1717 (代表)
FAX: 0467-45-0190



SHONAN MAILのご意見・ご感想はこちら



SHONAN MAIL 7月号 2025年6月26日 発行 広報室

今月の表紙

人物 産婦人科主任部長 吉田 浩医師

色 金碧珠(きんぺきしゅ)

中国に由来する瑠璃色の一種で、深みのある青の中に、ほのかに金を感じさせる色彩です。
青緑の海から金色の太陽が昇る情景を一色の中に閉じ込めたような、気品と力強さをあわせ持っています。
二つの色が響き合うことで、見る人の心を引き込むような鮮やかさが生まれました。

まちがいさがしの答え

①カモメの数 ②アイスクリームの線の数 ③ヒトデの有無 ④スイカの顔 ⑤浮き輪の模様



婦人科



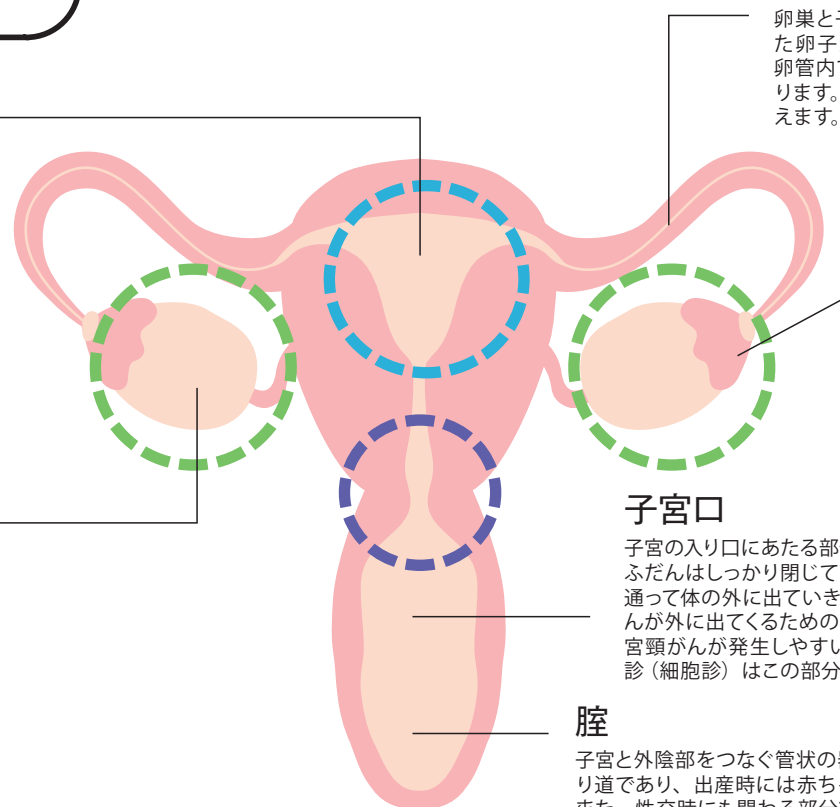
子宮のしくみ

子宮

赤ちゃんを育てるための袋のような臓器です。妊娠中は大きくふくらみ、赤ちゃんが成長する場所になります。月経の際には、子宮の内側を覆う「子宮内膜」がはがれて血液とともに体の外に出ていきます。

卵巣

女性ホルモン（エストロゲンやプロゲステロン）をつくり、毎月1個の卵子を排卵する器官です。左右にひとつずつあり、妊娠や月経にとって欠かせない役割を果たしています。



卵管

卵巣と子宮をつなぐ細い管です。排卵された卵子が子宮へと移動する通り道であり、卵管内で精子と卵子が会って受精が起こります。つまり、命のはじまりの場所ともいえます。

卵管采

卵管の先端にある、細かく分かれたひだのような部分です。卵巣から排卵された卵子を受け取り、卵管内へと送り込む役割を担っています。とても繊細な構造のため、感染や癒着が起こると卵子をうまく取り込めなくなり、不妊の原因となることもあります。

子宮口

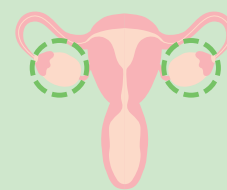
子宮の入り口にあたる部分で、膣と子宮をつなぐ通り道です。ふだんはしっかり閉じていますが、月経時には経血がここを通して体の外に出ていきます。出産時には大きく開き、赤ちゃんが外に出てくるための重要な役割を果たします。また、子宮頸がんが発生しやすい場所でもあるため、子宮頸がん検診（細胞診）はこの部分から細胞を採取して行います。

膣

子宮と外陰部をつなぐ管状の器官です。月経の血液が流れ出る通り道であり、出産時には赤ちゃんが通る道（産道）にもなります。また、性交時にも関わる部分です。

主な悪性腫瘍

卵巣がん



症状

- ・ 初期はほとんど無症状
- ・ 腹部の張りや痛み
- ・ 食欲不振、体重減少

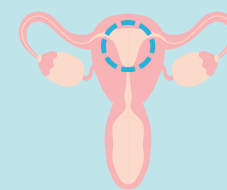
治療方法

- ・ 手術による卵巣の摘出
- ・ 抗がん剤による化学療法
- ・ 病期により再手術や追加治療

予防方法

- ・ 明確な予防法は確立されていない
- ・ 家族歴がある場合は定期的な検査を推奨
- ・ 経口避妊薬の長期使用がリスク低下に關与するという報告あり

子宮体がん



症状

- ・ 閉経後の不正出血
- ・ おりものの変化
- ・ 下腹部の違和感

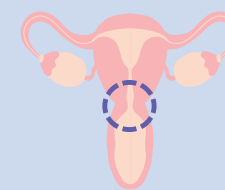
治療方法

- ・ 子宮と卵巣の摘出手術
- ・ 放射線治療、抗がん剤治療（病期による）
- ・ ホルモン療法が選択されることも

予防方法

- ・ 肥満や糖尿病の予防・改善
- ・ 女性ホルモンのバランス管理
- ・ 不正出血を感じたら早めの受診

子宮頸がん



症状

- ・ 初期はほぼ無症状
- ・ 性交時の出血、不正出血
- ・ おりものの異常

治療方法

- ・ 初期：円錐切除など子宮温存手術
- ・ 進行例：子宮全摘出＋放射線や抗がん剤治療
- ・ 妊孕性に配慮した治療選択も可能

予防方法

- ・ HPVワクチンの接種（小・中学生～若年層）
- ・ 20歳以上の定期的な子宮頸がん検診
- ・ 性感染症に関する正しい知識



産婦人科主任部長
よしだ ひろし
吉田 浩

- ・日本産婦人科学会産婦人科専門医・指導医
- ・日本婦人科腫瘍学会婦人科腫瘍専門医
- ・日本がん治療認定医
- ・日本生殖医学会生殖医療専門医・指導医
- ・日本産科婦人科内視鏡学会技術認定医（腹腔鏡）
- ・日本内視鏡外科学会技術認定医
- ・Da Vinci Certificate
- ・東海大学医学部客員准教授
- ・横浜市立大学医学部客員准教授
- ・横浜市立大学医学部組織学非常勤講師



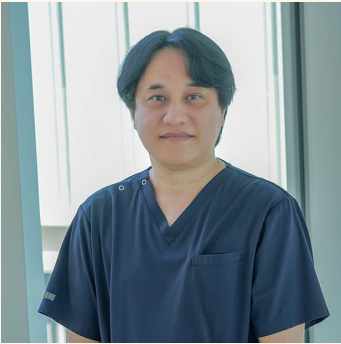
産婦人科部長
ふくだ たかのり
福田 貴則

- ・日本産科婦人科内視鏡学会評議員
- ・神奈川日本産婦人科内視鏡研究会世話人
- ・日本遺伝性腫瘍学会評議員
- ・日本産婦人科学会産婦人科専門医・指導医
- ・日本婦人科腫瘍学会専門医
- ・日本専門医機構産婦人科専門医
- ・日本遺伝性腫瘍学会専門医
- ・日本女性医学学会女性ヘルスケア専門医・指導医



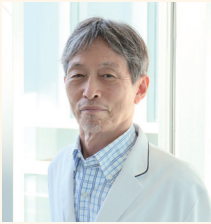
産婦人科部長
おおぬま かずや
大沼 一也

- ・日本産婦人科学会産婦人科専門医・指導医
- ・日本がん治療認定医機構がん治療認定医
- ・日本臨床細胞学会専門医・指導医
- ・子宮頸がん細胞診制度管理アドバイザー
- ・Da Vinci Console Surgeon（ロボット手術執刀医資格）



産婦人科部長・
周産期医療センター センター長
たかはし しんじ
高橋 慎治

- ・日本産科婦人科学会専門医
- ・神奈川県医師会母体保護法指定医師
- ・神奈川県難病指定医
- ・災害時小児周産期リエゾン
- ・マンモグラフィ読影認定医

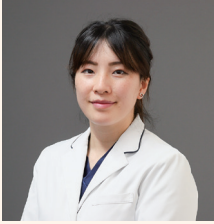


女性診療科部長
いのうえ ひろみ
井上 裕美

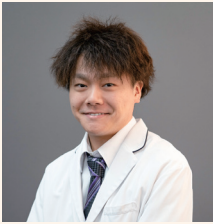
- ・日本産婦人科内視鏡学会名誉会員
- ・日本婦人科腫瘍学会指導医



産婦人科医長
あおやぎ りょう
青柳 遼



産婦人科医長
まつもと まなよ
松本 愛世



産婦人科医員
にしき まさあき
西木 正明

公開医学講座			
日時	タイトル	場所	講師
7月25日（金）15：00	婦人科がんの手術ってどうするの？ ～がん手術のエキスパートがわかりやすく解説します～	逗子文化プラザ 市民交流センター第2会議室	吉田 浩
7月28日（月）14：00	子宮脱って知っていますか？ ～自宅で出来る予防と病院で出来る治療法について～	藤沢商工会議所（ミナパーク）505 会議室	松本 愛世
7月29日（火）14：30	骨盤性器脱について	戸塚区総合庁舎 多目的スペース（小）	井上 裕美
7月30日（水）13：30	知ってほしい無痛分娩の知識	鎌倉生涯学習センター（きらら鎌倉）第6集会室	高橋 慎治

		受付時間	診療時間	月	火	水	木	金	土
婦人科	午前	予約制		井上 大沼	鵜澤 槍澤 ※2	亀井	吉田 高橋 西木 ※2	福田 松本 ※2	担当医 ※1 （初診のみ）
		7:30～11:00	9:00～11:00	担当医（初診・予約外） ※3					
産科	午後	予約制		井上 ※2 大沼 水野	鵜澤	亀井	吉田 高橋 西木	井上 ※2 福田 松本	—
		予約制		担当医 助産師外来		午前 母乳外来 2週間健診 午後 1カ月健診	担当医 助産師外来		

- ※1 受付時間は7:30～10:30です。
- ※2 日により医師が異なります。
- ※3 紹介状がない場合は選定療養費 7,000 円のご負担がございます。

新規予約
専用ダイヤル

0467-84-8922
受付時間：月～金 13：00～16：30

■ご予約についての詳細はホームページでご確認ください

🔍 湘南鎌倉 予約

Q & A

普段ギモンに感じるあれこれ。産婦人科専門医の吉田先生にお答えいただきました！

生理前になると気分が落ち込みやすいのですが、これも病気でしょうか？

月経前症候群（PMS）の可能性あります。ホルモンの変動が影響しており、薬や生活の工夫で改善できます。症状が強い場合は我慢せずにご相談ください。

子宮筋腫があると言われました。すぐに手術が必要ですか？

筋腫の大きさや症状によって対応は異なります。当院では経過観察から手術まで、状況に応じた治療方針をご提案しています。必要に応じて手術にも速やかに対応できます。

最近ほてりや気分の落ち込みがあり、更年期障害かもしれません。近くの薬局で買える薬を飲んでいけば大丈夫ですか？

市販の漢方薬やサプリメントで案になる方もいますが、症状が続く場合やつらさが強い場合は、医療機関での診断をおすすめします。ホルモン補充療法や処方薬が有効なこともあります。当院でも更年期の診療を行っていますので、お気軽にご相談ください。

健診で「卵巣に腫れがある」と言われ、不安です。どんな対応が必要ですか？

卵巣腫瘍には良性も悪性もあります。まずは画像や血液検査などで正確な診断を行い、必要であれば手術にも対応いたします。早期診断が重要ですので、早めの受診をおすすめします。

「なんとなく気になる」でも構いません。安心してご相談ください。



SPOTLIGHT

産婦人科主任部長 吉田 浩

「婦人科の悪性腫瘍を積極的に診療していきたい」

婦人科医を目指されたきっかけを教えてください。

学生時代、産科に興味を持ったのがきっかけです。その後、手術の重要性や意義を深く知るようになり、「自分の手で、患者さんに直接医療を届けたい」と思うようになりました。そうした想いが、今の婦人科という道につながっています。

これまでのキャリアの中で、特に印象に残っている出来事はありますか？

横浜市立大学と東海大学、2つの異なる環境で経験を積んできました。大きく拠点を交えるという選択は、決して簡単なことではありませんでしたが、それぞれの場所で素晴らしい仲間に出会えたことは、かけがえのない財産です。振り返ると、今の私があるのは、これまで支えてくださった多くの方々のおかげだと感謝しています。

診療の中で大切にしていることは何ですか？

とにかく、患者さんのお話を丁寧に聴くことです。ただ耳を傾けるだけではなく、「この方が本当に話したいこと」を見つけることが大切だと思っています。心の奥にしまわれた「本音」にたどり着けたとき、はじめて診療が始まるのかもしれない。

デリケートな内容を話すのは、患者さんにとっても勇気がいりますよね。

そうですね。実はずっと気になっていたけれど、言い出せなかったこと——そんなお話も安心してできるよう、雰囲気づくりや言葉の選び方にも気を配っています。

医師として、普段から大切にしている信条はありますか？

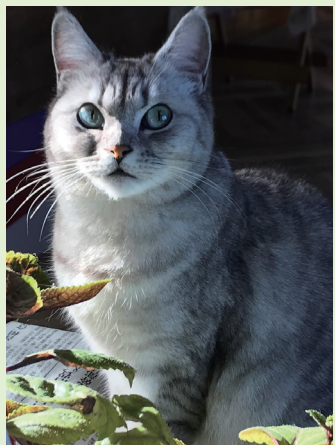
自分の技量を、過大評価せず、しっかりと把握すること。そしてその力を、最大限に活かせるよう努めることです。医師としての「限界」を知ることは、患者さんの安全や治療の質を守る上でとても大切だと感じています。

婦人科診療におけるやりがいや難しさについて、どう感じていますか？

標準的な治療で良い結果を出すことはもちろん大切です。でも時には、「自分にはできない工夫や対応」が求められる場面もあります。そうした場面に真摯に向き合い、標準治療＋αの医療を提供できるよう努力する中に、やりがいを感じています。

今後、婦人科医療をどのように発展させていきたいと考えていますか？

これまで培ってきた経験を活かし、より多くの方に、より質の高い医療を届けたいと考えています。特に婦人科がん領域では、地域を越えて貢献できるような医療の提供を目指しています。私自身としては婦人科の悪性腫瘍を積極的に診療していきたいと強く考えています。



ロシアンブルーとペルシャミックスの愛猫「レチエール」

お休みの日はどのように過ごされていますか？

アウトドアが好きで、ジョギングやロードバイク、登山を楽しんでいます。でも忙しい時期は、体力的に難しいこともありますね（笑）。読書にもハマっていて週に2冊ほど読んでます。ちなみに最近では、少しですがテニスを習ったりもしています。実は高校時代、「美大はどうかな」と思って父に相談したこともありましたが「お金がかかるからダメ」と一蹴されました（笑）。本格的に目指していたわけではないのですが、あの頃の興味が今につながっているのかもしれません。

あと最近、バラの栽培も始めました。もともと植物を育てるのが好きなんですけど、これまでは夏野菜ばかりだったので、新しい挑戦です。うまく育ったら、ご報告しますね！

多趣味ですね！学生時代はどんなタイプだったんですか？

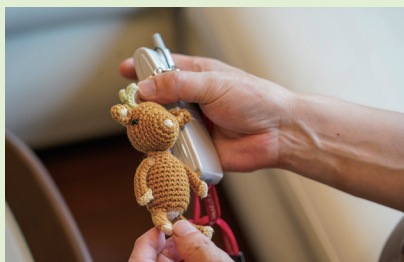
めちゃくちゃ真面目でした。講義は一番前の席で聞いてました（笑）。部活動は、高校ではバレーボール部でしたが、大学では特に所属していませんでした。

もし医師以外の道を選んでいたら、何をしていたと思いますか？

たぶん、美術工芸の道に進んでいたと思います。漆工芸や陶芸など、伝統的な技術にすごく惹かれます。自分の手で何かをつくりあげる——そんな職人気質なところがあるのかもしれない。

最後に、地域のみなさまへメッセージをお願いします。

婦人科という分野は、心身ともにデリケートな悩みが多く、相談しづらいと感じる方も少なくありません。だからこそ、安心して話せる空間と信頼できる診療を大切にしていきたいと思っています。どんな小さなことでも構いません。お気軽にご相談ください。



山小屋で購入した鹿のマスコット



5月の北アルプスにて



槍ヶ岳を望む稜線からの風景



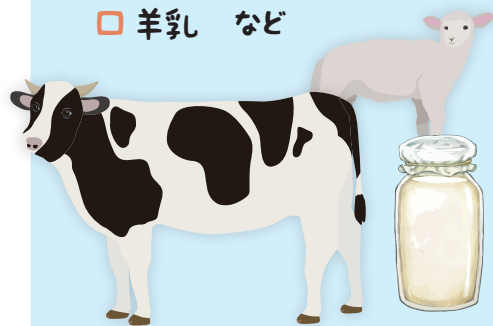
No.21 「ミルク」には動物性ミルクと植物性ミルクがあることをご存知でしょうか？

動物性ミルク

- 牛乳 □ 山羊乳
- 羊乳 など

植物性ミルク

- 豆乳
- アーモンドミルク
- オーツミルク
- ココナッツミルク
- マカダミアミルク
- ヘンプミルク
- ピーナッツミルク
- クルミミルク
- ピスタチオミルク
- カシューナッツミルク
- ピーミルク
- ライスミルク



今回は、数ある植物性ミルクの中の

ピーミルク Pea Milk

について解説します！



～実際に飲んでみた感想～

- あっさりしていてクセがない
(ほんのり豆の風味を感じる程度)
- バナナやコーヒーなどのフレーバー
もあり飽きずに飲める

『ピー』って何のこと??

ピー (Pea) は日本語で『エンドウ豆』を意味します。このエンドウ豆のタンパク質から作られるのが「ピーミルク」です。乳・大豆・グルテンを含まないため、これらにアレルギーがある方でもミルクの優しい味わいを楽しめます♪

ピーミルクには独特のクセがないため、コーヒーや紅茶のミルクとして最適で、紅茶の本場イギリスのカフェでも提供されているそうです。



牛乳との栄養素比較表 (100ml当たり)

	～牛乳～	～ピーミルク～
● カロリー (Kcal)	61	35
● タンパク質 (g)	3.3	2.1
● 糖質 (g)	4.7	2
● 脂質 (g)	3.8	2.1
● カルシウム (mg)	110	120
● 鉄 (mg)	0	0.7
● その他		食物繊維含有 (ピーミルクのみ)

成分表出典：(牛乳) https://fooddb.mext.go.jp/details/details.pl?ITEM_NO=13_13003_7
：(ピーミルク) <https://sproudglobal.com/products/original/>

日本ではまだまだメジャーではない『ピーミルク』ですが…

- ① 低カロリーでアレルギーフリー
- ② 製造工程において、牛乳と比べ環境への影響が少ない
- ③ 風味が牛乳に近く、料理・お菓子に最適

など良い点がいっぱいあります。街中でピーミルクを見かけたらトライしてみたいかがですか？

※ライフステージや目的、持病の有無に合わせて摂取量を調節することをお勧めします。

推し本

『コード・ブレーカー (上・下) 生命科学革命と人類の未来』
ウォルター・アイザックソン / 著

推してるヒト

産婦人科主任部長 吉田 浩 先生

暇つぶしに本屋に立ち寄った際、たまたま目に留まった一冊です。CRISPR という遺伝子編集技術の登場により、遺伝性疾患の治療のみならず、生命そのものの「デザイン」にまで踏み込む時代が、すぐそこまで来ているのだと実感させられました。本書では、CRISPR の発見者であるジェニファー・ダウドナ博士の、ひたむきな挑戦が圧倒的な筆致で描かれています。科学は人間の未来にどこまで関与できるのか——読み終えた今も、その問いが頭から離れません。



定価：各巻 2,475 円 (税込)
文藝春秋 (2022 年 11 月 8 日)

ちがうのどーこだ？

全部で5つまちがいがあるよ。どこがちがうか、探してみよう！

答えは
裏表紙をチェック >>>

