

FACILITIES

施設紹介

※それぞれの営業時間が異なりますのでご注意ください。

京都桂病院の便利なサービスの
ご案内です。是非ご利用ください。

当院は敷地内全面禁煙です

●京都桂病院平面図

**コーヒーショップ
タリーズホスピタルカフェ**
外来棟B1F

平日 8:30~17:00
土/日/祝 休み

ヘルスケアショップ
外来棟B1F

平日 9:30~17:00
土/日/祝 休み

京信キャッシュコーナー
南玄関

平日 8:45~20:00
土曜 8:45~19:00
日/祝 休み

京都桂病院売店
F棟1F

平日 8:30~21:00
土曜 8:30~16:30
日/祝 8:30~16:30

桂・ニュース

KATSURA NEWS

基本理念
私たちは、患者さんの人権を尊重し、地域に必要な
基幹的中心的な医療を担当すると共に、さらに高次
の医療に対応できるよう努力します。

社会福祉法人 京都社会事業財団 京都桂病院

4月号

NO.229
2015・4・1
毎月1回・1日発行
〒615-8256 京都市
西京区山田平尾町17
TEL.075-391-5811(代)

編集:広報課
印刷:南アクト

京都桂病院ホームページ
<http://www.katsura.com>

乳がんと日常生活

乳腺科
部長
松谷 泰男

がんに限らず、ご自身や身近な方が病気になる
と、自分で何かできることはないかと、日常生活の見直
しを考えられる方は多いと思います。乳がんのリスク
に関して、日常生活で改善できるような事柄を中心
にお話しします。

る可能性は示されていますが確実ではありません。一
方、大豆に含まれるイソフラボンは女性ホルモンに似
た作用を示すため、日本の厚生省はサプリメントとして
のイソフラボンの1日摂取量を制限しています。また、
アメリカのFDAはがん予防目的のサプリメント摂取そ
のものを、しないよう勧告しています。

まず、乳がんのリスクを上げるものとして、食事に関
しては、閉経前・後を問わずのアルコール摂取(どれく
らいの量がいけないかに関しては個人差があるとされ
ています)と閉経後の肥満が“確実”、閉経後の脂肪過
剰摂取が“ほぼ確実”とされており、これだけです。牛
乳や牛肉はいけない、などの話を聞くこともありますが
、根拠はなく、乳製品に関してはむしろリスクを下
げる可能性が示されています。

食品以外では、授乳中および授乳歴がある方は“確
実”に、閉経後の方で普段から運動のする習慣のある
方は“ほぼ確実”にリスクが下がると考えられていま
す。ただ、これらのリスクは、上げるのも下げるのも2
倍前後、多くの場合は1点数倍台です。

食事以外では、喫煙が“ほぼ確実”にリスクを上げ
、受動喫煙は“可能性があるが根拠に乏しい”とされて
います。

これらはすべて、発がんのリスクであって再発のリス
クではないため、乳がんになられた方は今お話し
した事柄にならって生活するのが良いと考えられて
います。

夜に起きる不規則な生活もリスクを上げる可能性が
ありますが、研究が少なく調査中です。

乳がんには、規則正しい生活と適度な運動、バラ
ンスの良い食事と控えめなアルコールという、ごく普通
に思える生活と、リスクを気にする余り神経質になりす
ぎないことが一番必要ようです。

逆に閉経前の肥満は“確実”にリスクを下げますが
、それ以外に食品には確実なものはありません。大豆を
食品として摂取することにより乳がんのリスクが下

ご不明な点や、ご心配な点は乳腺科医師にお気軽
にお尋ねください。

がん患者サロン

「きずな」

患者さん、ご家族が自由に
過ごせる交流の場です。お気軽にご利用下さい。

利用日 毎月1~4火曜日 10時~15時
対象 がん患者さん 及び ご家族

詳しくはホームページをご覧ください
がん相談支援センターまで。

<http://www.katsura.com>

患者さんへのお願い

当院に3年以上受診をされていない
患者さんは、住所・保険証の
確認が必要となりますので、
総合受付カウンターへお越し下さい。

また、4月は保険証の変更
や住所等の変更がある時期で
す。変更がある方は必ず外来
総合受付カウンターへお越し
下さい。

外来受付より

(当院を受診される皆様へ)

初診時の取扱い料金について

当院では厚生労働省の推進する医療機関の機能
分担を進めるため、初期の診療はお近くの医院・
診療所をお願いしております。

当院に受診される際には、まずお近くの医院・診療
所におかかの上、紹介状をお持ちいただくことを
お勧めいたします。

なお、初診時(発病時の最初の診察)に紹介状
がない場合には、**初診に係る選定療養費として、
5,400円(消費税込み)**をお支払いいただきます。

他院からの紹介状をお持ちの方は、必ず外来
総合受付にて**紹介状**をご提示下さい。

病院専用バス時刻表

時間	病院 発		桂駅(西口) 発		時間	病院 発		桂駅(西口) 発	
	月~金曜日	土・日・祝	月~金曜日	土・日・祝		月~金曜日	土・日・祝	月~金曜日	土・日・祝
7時	10	45		25	17時	20	50	20	50
8時	20			00 35	18時	20	20	00 30	00 30
9時	10	40		20 50	19時	10	50	10	20
10時	10	40		20 50	20時	25		00 35	
11時	10	40		20 50	※○は、病院正面玄関発となります。 ※□は、病院南玄関発となります。 ※土・日・祝日は全て南玄関発となります。				
12時	10	40	40	20 50	50	病院専用送迎バスのりば			
13時	10	40	10	40	20 50	20 50	※送迎バスのりばは、桂駅西口自 車駐輪場の3コ ※交通事情等により遅れる場合 があります。ご了承ください。		
14時	10	40	10	40	20 50	20 50	のりば		
15時	15	50	15	50	25	25	西口		
16時	50			00	00		東口		

入場無料 事前予約不要

京都桂病院

土曜コンサート

今回は、京都市立芸術大学声楽専任講師の
上野洋子さんとその門下生数名による「~あな
たの心に響く歌~」でお楽しみいただきます。

入院されている患者さんだけでなく、外来へ
通院中の方・在宅で療養されている方・そして
地域の皆様もぜひご鑑賞ください。

お楽しみに!

日時: **5月16日(土) 午後2時~3時**
会場: 外来棟1階ロビーにて(※事前予約は不要です)
テーマ: 「~あなたの心に響く歌~」

前半「世界に響く心の歌」 / 後半「ふるさとに響く心の歌」

曲目: ◆アヴェ・マリア/バッハ、グノー
◆すみれ/モーツァルト
◆野ばら/シューベルト
◆花の歌/ランゲ
◆竹田の子守唄/京都府民謡
◆ふるさとの四季/唱歌メドレー(減田俊一郎編曲) etc.