

当センターへのお問い合わせ 代表 **028-658-5151**

ご予約は以下の窓口までご連絡ください

予約センターのご案内

予約専用電話 **028-658-5012** 予約受付時間 平日 8:30から16:30

予約時にお聞きすること ① 診察券番号(受診歴がある方のみ) ② 受診科と医師名 ③ ご希望の日時

※当センターは、初診、再診ともに予約制となっています。予約センターにお電話のうえ、受診日をご予約ください。また、予約枠に制限があり、ご希望に添えない場合もあります。予めご了承ください。

～当日、患者さんにお持ちいただくもの～

☐ 保険証、各種医療証
☐ 診療情報提供書(紹介状)

☐ 各種検査結果、画像データ(お持ちの方のみ)
☐ お薬手帳(お持ちの方のみ)
☐ 当センターの診察券(お持ちの方のみ)

● 病診連携に関するお問い合わせ

地域連携チーム

☎ 028-611-5503
平日 8:30 から 17:15

● がんに関するご相談
患者総合支援センター・
がん相談支援センター

☎ 028-658-6484
平日 8:30 から 17:00

● がんの遺伝カウンセリングや、ゲノム
医療についての予約やお問い合わせ
ゲノムセンター

☎ 028-611-5480
平日 8:30 から 17:00

セカンドオピニオン外来のご案内

平日午後

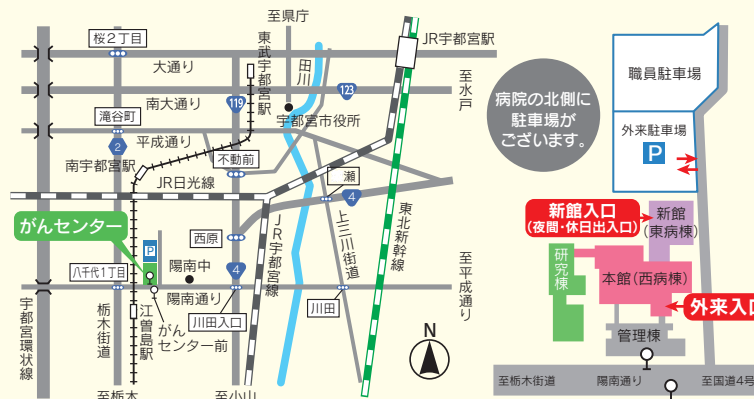
	月	火	水	木	金
消化器外科	主に胆・膵		菱沼 正一		
	主に肝		尾澤 巖		尾澤 巖
	主に大腸			藤田 伸	
	主に食道・胃			松下 尚之 藤田 剛 林 雅人 (※週毎の交代制)	
頭頸部腫瘍・耳鼻咽喉科				横島 一彦	横島 一彦
骨軟部腫瘍・整形外科	菊田 一貴				

土曜日午前

当面的間は土曜日の
セカンドオピニオン
外来を中止します

※予告なく変更となる場合があります

予約センター ☎ 028-658-5012(直通) 受付時間 平日 8:30 から 16:30



交通のご案内

電車・バス

● JR宇都宮線「宇都宮駅」より
⇒西口から関東バス「江曾島行(11番のりば)」に乗り、「がんセンター前」で下車。
横断歩道を渡る。徒歩1分。(乗車時間約25分)
● 東武宇都宮線「江曾島駅」より
⇒東口から関東バス「JR宇都宮駅行」に乗り、「がんセンター前」で下車。徒歩1分。
(乗車時間約5分)

自動車

● 東北自動車道「鹿沼I.C.」より
⇒東北自動車道「鹿沼I.C.」より宇都宮方面へ。「滝谷町」交差点を右折南進し、JR陸橋
を超え3つ目の信号「八千代1丁目」を左折。(約9.4km)
⇒東北自動車道「鹿沼I.C.」より宇都宮方面へ。「宮環鶴田陸橋」を右折。「下砥上町」
アンダーに入てすぐ江曾島方向へ左折し7つ目の信号を左折。(約8.2km)

がんセンターだより
**あいの
ところ**
Philosophy
Ant
Humanity

8月号
2023



表紙写真：ゲノムセンターのスタッフ

- P.1 バイオセラピー (PFC-FD™) 外来のご案内
- P.2 頭頸部外科月間の活動 / 緩和ケア病棟でミニコンサート開催
- P.3-4 認定遺伝カウンセラーによるがん遺伝相談
- P.5 管理栄養士の健康アドバイス 腸内環境について
- P.6 患者サロンのご案内

あいの
ところ
vol.30

8月号
令和5年(2023)
8月25日発行

発行 地方独立行政法人栃木県立がんセンター 広報広聴センター
〒320-0834 栃木県宇都宮市陽南4-9-13
TEL. 028-658-5151(代) FAX. 028-658-5669

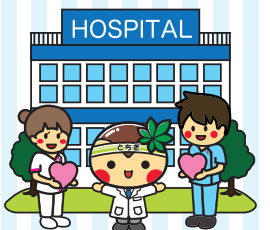
がんセンターの情報は 栃木県 がん 検索 URL <https://www.tochigi-cc.jp>



地方独立行政法人

栃木県立がんセンター

Tochigi Cancer Center



とちまるくん © 栃木県

バイオセラピー(PFC-FD™)外来* (毎週水曜日 15:00-16:00)

*自由診療の外来となります。安全性が確立され効果が出ているものの、最新治療であり保険診療として認められるほどの臨床データが少ないため、自費診療での提供になっております。費用は200,000円〔税別〕（採血・検査費用含）

バイオセラピー(PFC-FD™)外来開設の経緯

骨や関節、筋肉と言った運動器機能低下は、生活の質を低下させるだけでなく、健康寿命にも影響を与える可能性があります。寝たきりや要介護状態を予防し、生活の質を維持し健康な人生を少しでも長くおくことができるように健康寿命を延長することは非常に重要な課題です。運動器機能低下の予防・改善は健康寿命の延長やがん患者さんの予後の改善につながるということが報告されています。一方で、現在の運動器機能に対する治療（手術や保存療法）では改善できない運動器の症状というのがあるのも事実です。『いまの治療では良くなり、手術しかないが手術はしたくない』あるいは、『いまの治療でよくならないのであれば手術をしたいが有効な手術方法がない』といったこともあるかと思えます。そこで「保存療法」と「手術」の間の新たな選択肢としてバイオセラピー(PFC-FD™療法)外来を開始しました。

PFC-FD™療法とは

PFC-FD™(PRP-FD)療法とは、再生医療である PRP (platelet rich plasma) 療法をさらに進化させたものです。血小板に含まれる成長因子を凝縮し、活性化させたものを症状のある部位に注入するものです。この成長因子を注入することで、自己修復能力を高め、運動器の痛みや機能の改善を図ることができます。



PFC-FD™(PRP-FD)療法の効果

即効性はありませんが、1 週間から 6 か月程度で組織の修復が起こり、炎症がおさまったり痛みが軽減したり効果が認められてきます。効果や持続時間については個人差がありますが、長く続く効果が期待できます。

PFC-FD™(PRP-FD)療法の適応疾患と適応となる方

- 変性疾患（変形性膝関節症やヘバーデン結節など）・炎症性疾患（上腕骨外側上顆炎、アキレス腱付着部炎、足底腱膜炎、腱鞘炎など）・外傷（靱帯損傷、肉離れなど）
- 悪性腫瘍の治療が終了し、5 年以上経過し、再発・転移なく根治したと考えられるが、一般的な運動器疾患が生じており保存療法の効果がなく、手術以外に選択肢のない方
- 患者さんの知人、親戚、家族などの方で、一般的な運動器疾患が生じており保存療法の効果がなく、手術以外に選択肢のない方



お悩みの方へ

相談
窓口

栃木県立がんセンター骨軟部腫瘍・整形外科

〒320-0834 栃木県宇都宮市陽南 4-9-13 TEL 028-658-5151(病院代表)

※メールでのお問い合わせもお受けしております。お気軽にご相談ください。

Mail : pfc-tcc@tochigi-cc.jp

頭頸部外科月間の活動

毎年 7 月 27 日は「世界頭頸部がんの日」であることから、日本耳鼻咽喉科頭頸部外科学会では 2021 年より毎年 7 月 1 日～31 日を「頭頸部外科月間」とし、日本における頭頸部がん予防と啓発活動を展開しています。その活動の一環として、当センターでは頭頸部腫瘍・耳鼻咽喉科医師が中心となり、頭頸部がんに関する掲示を行い、多くの方にご覧いただきました。

当センターでは、頭頸部がんを含む希少がんについての相談を随時受け付けています。患者さん、ご家族、一般の方や、医療関係者の方からの相談も可能です。

希少がんセンターの HP はこちら ▶ <https://www.tochigi-cc.jp/rcc/index.html>



頭頸部がん診療に関わるスタッフ

緩和ケア病棟でミニコンサートを開催しました！



手作りマンゴープリン



すりつぶしたマンゴー果肉を使用した夏らしいさわやかなデザートです！

8 月 2 日に、緩和ケア病棟で職員によるミニコンサートを開催しました。

当センターの神山医師がチェロ、齋藤副看護師長がウクレレ、岡本看護師がクラリネットを演奏し、集まった職員たちが曲に合わせて歌やダンスを披露しました。演奏中は、患者さんやご家族から手拍子をいただき、和やかな午後のひとときとなりました。

コンサート終了後には、それぞれのお部屋で手作りマンゴープリンが提供されました。

緩和ケア病棟では、季節ごとの行事を毎月 1 回開催しています



認定遺伝カウンセラーによるがん遺伝相談

2023年8月1日から、『遺伝カウンセラー外来』を開設しました。

親としての心配事が生じやすい時期。認定遺伝カウンセラーとお話しをしましょう。

自分について興味を持ち、個性と多様性を受け入れられる心の成長を育みましょう。(Gene Awareness)



20代～30代

遺伝性の乳がんや卵巣がんであれば、一生の検診を開始する時期です。

10代

遺伝性の大腸ポリープは放置するとがんになります。一生の検診等について検討開始する時期です。



がんの遺伝に関するご相談は

栃木県立がんセンター
ゲノムセンター

TEL 028-611-5480



あなたが相談してくれたから、みんなの健康管理方法がわかる。遺伝子は命のメッセージです。

60代～

遺伝性の場合、たとえがんが無くとも、がんが完治しようとも、一生の検診が必要です。

40代～50代

遺伝子によっては、がんになる前に、保険診療で、予防的な手術を行える時代にもなりました。



認定遺伝カウンセラーとは、医療技術を提供したり、研究を行う立場とは一線を画し、独立した立場から患者さんを援助する専門職です。

患者さんだけでなく、健康に不安を持っていないご家族へも、遺伝と健康に関する適切な情報提供を行ったり、意思決定を支える役割を持っています。

栃木県立がんセンターには、そんな認定遺伝カウンセラーがおりますので、気軽にご相談ください。

認定遺伝カウンセラー あかま よしのり
赤間孝典



管理栄養士の健康アドバイス “腸内環境について”

腸内環境

腸内には無数の細菌が棲んでおり、これらは善玉菌・悪玉菌・そのどちらでもない中間の菌に分けられます。善玉菌が多い腸内環境を維持することは、私たちの健康に良い影響を与えてくれます。

善玉菌を増やして腸内環境を整えよう

善玉菌を増やすには、善玉菌が多く含まれる食品を食べるのはもちろん、善玉菌を元気にする栄養源となる食品を摂ることが必要です。

善玉菌を腸に届ける！

「プロバイオティクス」

プロバイオティクスとは、乳酸菌やビフィズス菌など腸内環境を整え、私たちの身体に良い影響を与える生きた細菌のこと。

善玉菌を育てる！

「プレバイオティクス」

プレバイオティクスとは、乳酸菌やビフィズス菌などの善玉菌のエサになる食品成分（オリゴ糖や食物繊維など）のこと。

..... 代表的な食品・食材

ヨーグルト、チーズ、乳酸菌飲料、納豆、味噌、ぬか漬け、キムチ、酒かすなど

..... 代表的な食品・食材

果物（りんご、バナナ）、野菜（キャベツ、玉ねぎ、ブロッコリー、オクラ、芋）、きのこ類、豆類、海藻類、寒天、こんにゃく、はちみつなど

プロバイオティクス+プレバイオティクス
この2つを組み合わせると、より効果的に！

「シンバイオティクス」

生きた善玉菌と、善玉菌の栄養源を同時に摂取することで、腸内環境がより効果的に整い、健康増進に役立つと考えられています。

「シンバイオティクス」おすすめメニュー

① バナナとはちみつ入りヨーグルト

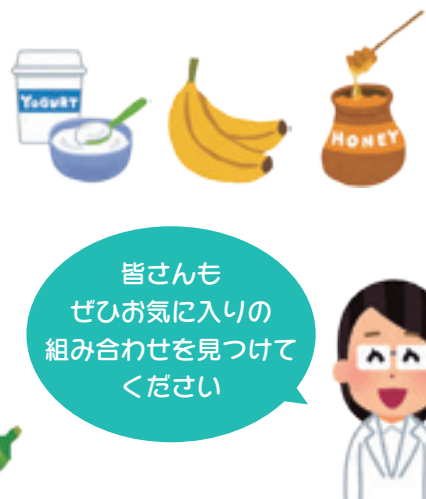
- 【プロバイオティクス】 ● ビフィズス菌入りヨーグルト
【プレバイオティクス】 ● バナナ・はちみつ

② なめことわかめのお味噌汁

- 【プロバイオティクス】 ● 味噌
【プレバイオティクス】 ● なめこ・わかめ

③ 納豆オクラ

- 【プロバイオティクス】 ● 納豆
【プレバイオティクス】 ● オクラ



患者サロンのご案内

栃木県立がんセンターでは、患者サロンを2014年から開設しています。

同じ病気の人と気持ちを共有したり、患者さんやご家族の方同士で様々な悩みや不安を語り合いながら交流したり、情報交換ができる場です。

また、がんや療養に関する知識を深め、より安心して治療に望めるようにサポートしています。誰かと話をしたり、話を聞くだけでも、気持ちが軽くなるものです。ぜひ気軽にご参加ください。



以前の集合開催（ヨガ）の様子

集合での開催を再開します

コロナ禍の影響で、患者サロンは約2年間オンラインのみの開催となっていましたが、今年度は、感染対策に十分配慮した上で、「集合」での開催を再開します。

また、「オンライン」での開催も予定していますので、ご自宅から参加することも可能です。（当面の間は、当センターの患者さんを対象としています。）

2023年9月～11月の患者サロン予定

アピアランスケア相談

テーマ	日程	開催方法	時間
頭皮・ネイルケア	9月14日(木)	集合	11:00～15:00
頭皮ケア	11月15日(水)		
資生堂によるメイクアップ研修	11月17日(金)		13:30～15:00

ヨガ体験と語り合いの会

日程	開催方法	時間
9月6日(水)	集合	14:00～15:15
10月26日(木)	オンライン	

ウィッグ・補整下着の展示・相談会

日程	開催方法	時間
9月14日(木)	集合	11:00～15:00
10月16日(月)		
11月15日(水)		

ミニレクチャー

テーマ	日程	開催方法	時間
障害年金ってなあに？	9月28日(木)	オンライン	14:00～15:00
食事と時間の関係	11月30日(木)		

お問い合わせ先

栃木県立がんセンター がん相談支援センター

☎ 028-658-6484(直通) 受付時間／平日8:30～17:00