

食品ロスを減らすカンタン手料理  
栄養科レシピ

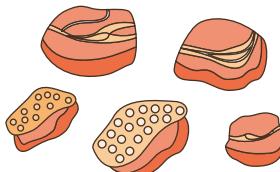


## 野菜たっぷり ポトフ

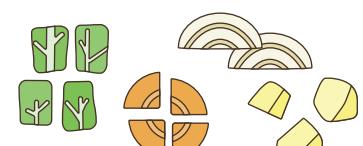
### 材料

■ 鶏もも肉	80g	■ ジャガイモ	1個
■ キャベツ	1/4個	■ ブロッコリー	3房
■ にんじん	1/2本	■ 玉ねぎ	1/4個
■ 水	200ml	■ すりおろし生姜	小さじ1
■ コンソメ顆粒	小さじ1	■ パセリ	少々

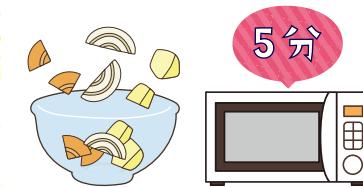
1 鶏もも肉は一口大に切る。



2 キャベツはざく切り、  
にんじんは1cm幅のいちょう切り、  
玉ねぎは2cm幅のくし切り、  
じゃがいもは食べやすい大きさに切る。

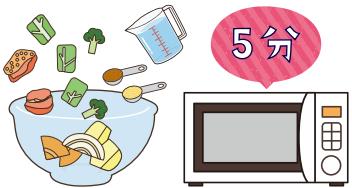


3 耐熱容器ににんじん、  
じゃがいも、玉ねぎを入れ、  
600W電子レンジで5分加熱する。



5分

4 ③に鶏もも肉、キャベツ、ブロッコリー、  
水、コンソメ、生姜を加え  
600W電子レンジで5分加熱する。



5分

5 加熱ムラを防ぐため、  
途中で一度かき混ぜる。



6 鶏もも肉に火が通ったら  
パセリをかける。



### ♪♪ 知って得する♪♪ Point!

- ① ポトフは油を使わず作ることができるヘルシーな料理で  
野菜本来のうま味を存分に味わえます。
- ② キャベツ、ブロッコリー、にんじんには  
抗酸化作用のあるビタミンEやビタミンCが多く含まれている為、  
冬の寒さに負けない免疫力を高めることができます。
- ③ 鍋でも簡単に作ることができます。



〒574-0074 大阪府大東市谷川2丁目10番50号

TEL.072-874-1641

QRコードで  
ホームページへ  
アクセス



野崎徳洲会病院 広報誌

オノマトペ



冬号 “ホカホカ”

2026年1月

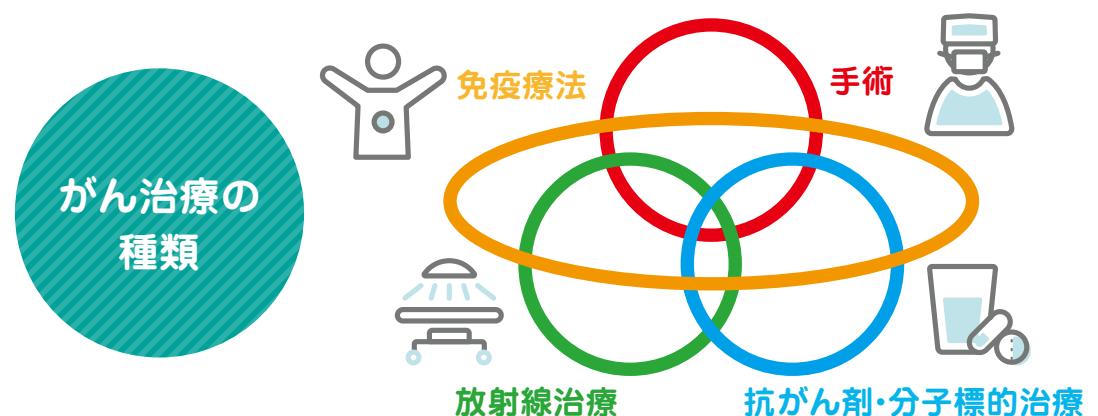


オノマトペ：人、動物、物などが発する音を表現した言葉

# がんの放射線治療って

放射線治療は「切らずに治すがん治療」です。

がんは日本人の2人に1人がかかり、3人に1人が亡くなります。死因のトップです。誰にとっても身近な病気です。治療には手術・抗がん剤・放射線治療・免疫療法・分子標的治療などがあります。その中で放射線治療は、**体を切らずに行える、体に負担の少ない治療**です。放射線を体の外から当ててがん細胞を弱らせたり死滅させたりします。照射中は痛みもなく、普段どおりに生活しながら治療できることが大きな特徴です。当院には世界最高水準の高精度放射線治療機「ラディザクト®」が導入されており、**がんだけをピンポイントに狙い撃ち**できます。周囲の正常な臓器への影響を最小限にしながら、高い治療効果が期待できます。



## Q 本当に切らずに治療できるの？

はい、できます。放射線は光の一種で、体を切ったり傷つけたりしません。

がん細胞にだけダメージを与えて、正常な細胞へはできるだけ影響ないように照射します。

★痛みや熱さを感じない

★手術が難しい場所のがんにも対応

★体を傷つけないため回復が早く、普段の生活を続けやすい

★抗がん剤より全身の副作用が少ない

体にとてもやさしい治療法です。

# どんなもの？

## Q どんながんに使うの？

放射線治療は、ほとんどすべてのがんに使用できます。

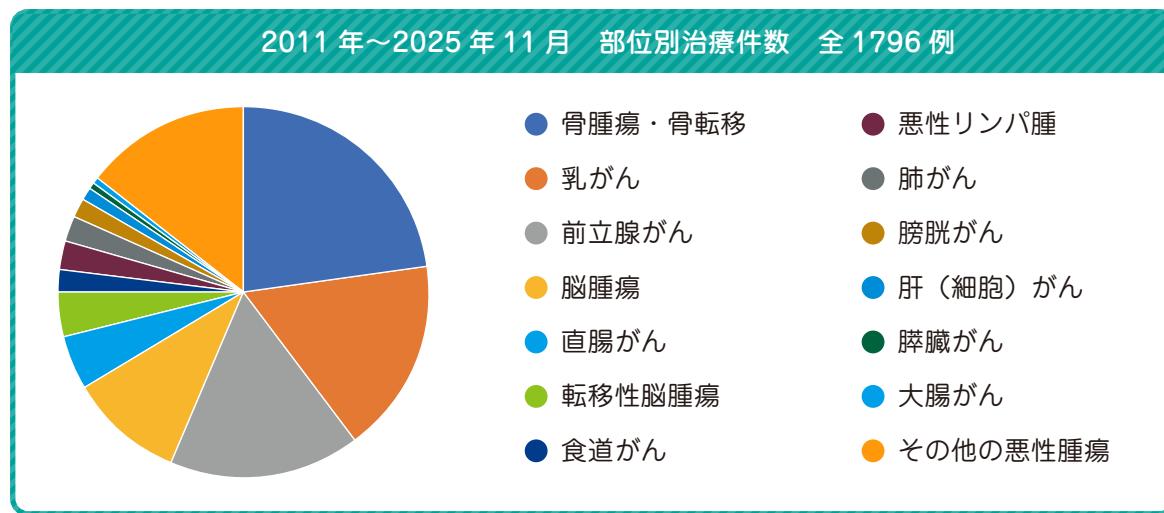
例

乳がん 前立腺がん 肺がん 大腸・直腸がん 脳腫瘍  
食道がん 肝がん 膀胱がん 悪性リンパ腫 骨転移など

★原発巣（最初にできたがん） ★リンパ節転移

★再発や転移（骨・肺・肝・脳・副腎など）

病気の進行度によりますが、根治を目指す治療、進行を遅らせたり、痛みや出血を和らげたりするための治療にも用いられます。



## Q 高齢でも治療できる？体が弱くても大丈夫？

はい、治療できます。大丈夫です。

★高齢の方

★心臓・腎臓・糖尿病などの持病がある方

★手術や抗がん剤が難しい方

放射線治療は体にかかる負担が少ないため、こうした方でも治療できるケースが多くあります。

入院が不要で、外来通院で治療を行うことが多いです。





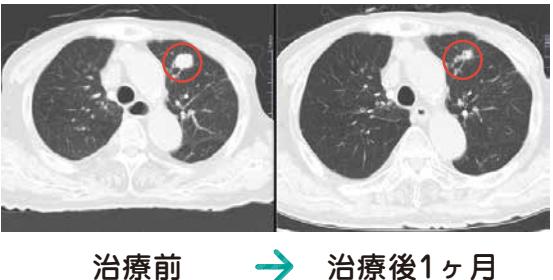
# がんの放射線治療ってどんなもの？

## Q 本当にがんは治るの？

はい。当院でも多くの方で効果が見られています。  
腫瘍が長期間小さいまま保たれるケース多く、  
手術に近い効果を示すこともあります。

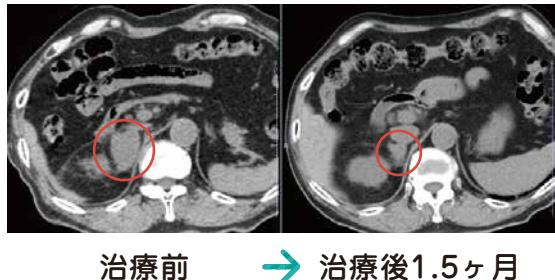
### 肺転移（胃癌）

治療1ヶ月後に消失（瘢痕化）



### 副腎転移（肺癌）

治療1.5ヶ月後に消失（瘢痕化）



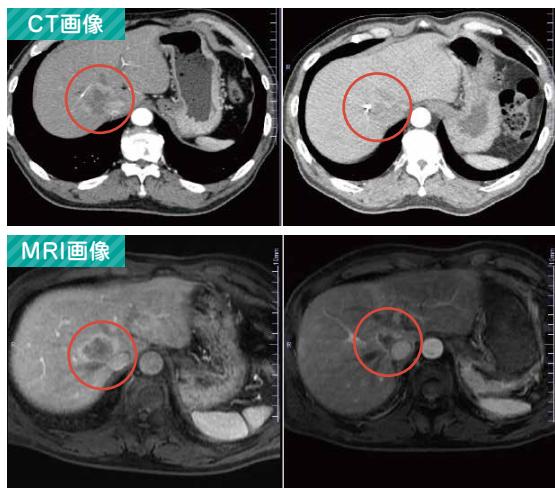
### 脊髄転移（脳腫瘍）

治療終了時に完全消失



### 肺転移（大腸癌）

治療1.5ヶ月後に大幅縮小



## Q 放射線って怖くない？

放射線と聞くと「被ばく」が心配になる方が多いですが、治療で使う放射線は、がんの部分だけに集中して当てるよう設計されています。周囲の正常臓器への被ばくは最小限に抑えられます。

- ★治療は十数分ほど
- ★寝ているだけでOK
- ★光ったり、まぶしく見えたりすることはない

安心して受けただける治療です。



## Q 副作用はあるの？

放射線治療は副作用の少ない治療ですが、照射する部位によって現れる症状があります。

### 全身の症状

- ★だるさ
- ★眠気
- ★軽い吐き気（いわゆる“放射線酔い”）

### 照射する部位による症状

- ★のど・食道：飲み込みにくさ、軽い痛み
- ★お腹・骨盤：軟便、下痢
- ★前立腺・膀胱：頻尿、軽い血尿

ほとんどは治療終了から1か月以内におさまります。

頭部を照射しなければ、脱毛はほとんど起きません。

医師・看護師・放射線技師がしっかりサポートしますので、ご安心ください。

### さいごに

放射線治療は、患者さまの体に負担が少なく、生活と両立しやすい治療です。当院では世界最高水準の高精度治療機器を使い、患者さま一人ひとりに合わせた最適な治療を行っています。

気になる症状や不安がある方は、主治医の先生にご相談ください。





# 放射線治療 ってどんなもの？

放射線治療とは、がんに高いエネルギーの放射線を照射して、がんの細胞を死滅させて治療を行うことです。

治療にかかる時間は位置照合を含めると 20～30 分程度です。照射中の痛みはなく、通院でできます。

当院では 2023 年 5 月より最新型 Tomotherapy Radixact（トモセラピー ラディザクト）を導入しています。



当院の  
高精度放射線治療機  
ラディザクト®

## トモセラピーの特徴

- 実際の治療をする前に CT 画像を撮影し、位置を正確に補正してから照射を開始します。
- 治療台を動かしながら、細い放射線のビームを 360 度方向から連続して照射することで、腫瘍に的確に照射でき、正常組織への影響を最小限に抑えることができます。
- 頭頸部から骨盤まで (135cm) の長い範囲へ一度に治療ができます。従来のように複数の照射野を組み合わせる必要がないため、接合部へのリスクが減り、治療精度が向上します。

## ラディザクトの新たな機能

### 機能① 高精細で高速な CT 撮影機能

位置合わせのための CT 画像の画質が著しく向上しました。また、CT 撮影時間が従来の半分以下になることで治療時間の短縮につながり、患者さんの負担を軽減しています。

### 機能② ターゲットの動態追尾機能 (Synchrony)

呼吸の影響で動いてしまう腫瘍を、呼吸追尾カメラや標的検出用 X 線装置でリアルタイムに位置を把握して追尾しながら照射します。

### シンクロニー Synchrony のメリット

- ①自然な呼吸で照射が行える 患者さんの身体的負担を軽減できます。
- ②照射範囲の最小化 正常組織への影響を抑えた安全な治療ができます。

## ～放射線治療をするまでの流れ～

### ① 放射線治療医による診察

患者さんの体の状態に合わせて最も良い治療方法を決めます。

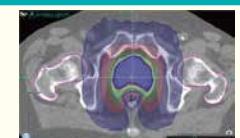
### ② シミュレーション

治療計画用の CT や MRI などを撮ります。治療時は毎回同じ体位を再現することが大切です。体にマーキングをしたり、体位固定のために専用の固定具を使ったりすることがあります。



### ③ 治療計画の作成

放射線を「どこに」「どの方向から」「どのくらい」当てるのかを決めていきます。



### ④ 精度チェック

実際患者さんに照射する前に、計画どおり放射線が当たっていることを確認します。

### ⑤ 治療開始

毎回、計画用 CT と位置のズレがないか確認し、治療していきます。

## 放射線で用いられる単位

グレイ Gy 放射線が物質にあたったときに、放射線のエネルギーが物質や人体の組織に吸収されるかを表す単位。吸収線量ともい、放射線治療では重要な単位です。

シーベルト Sv 人体が放射線を受けたことによる影響の度合いを表す単位。

ヘクセル Bq 放射線物質が放射線を出す能力を表す単位。



# 野崎徳洲会病院 TikTok 広報アワード 2025

第2回

野崎徳洲会病院ではこの夏、院内の魅力をより多くの方に知っていただくことを目的とした「第2回 TikTok 広報アワード 2025」を開催しました。

本企画は、各部署が日々の業務や職場の雰囲気を伝える短い動画を投稿し、その再生回数を競うというユニークな取り組みです。2023年の第1回開催から2年ぶりとなりましたが、今回も多彩なアイデアと個性が光る動画が多数寄せられ、院内が大いに盛り上りました。

**最終結果**

Congratulations! /

**医事課**

No.1



外来

No.2

放射線科

No.3

• 参加した部署(全17部署) •

■看護部	■栄養科	■手術室
■医療相談室	■保育所	■4階西病棟
■医師事務補助室	■地域連携室	■臨床工学科
■外来	■5階西病棟	
■健診センター	■歯科口腔外科	
■薬剤部	■医事課	
■放射線科	■リハビリテーション科	

まさに病院全体が一丸となっての参加となりました。動画は6月末に投稿を開始し、以降一ヶ月間の再生回数を集計。その結果、総再生数は50万回を超える大きな反響を呼びました。各部署の工夫を凝らした内容は、スタッフの活気はもちろん、病院がもつ温かい雰囲気や専門性を感じられるものばかりでした。多職種が協力し合う医療現場の魅力を、より身近に、より楽しく伝えられる機会となり、広報活動としても大きな成果を上げることができました。

野崎徳洲会  
TikTok  
アカウント

今回投稿された動画は、いずれも地域の皆さんに楽しんでいただける内容ばかりです。ぜひ野崎徳洲会病院TikTokアカウントをご覧いただき、職員たちの明るい姿と病院の魅力を感じていただければ幸いです。

当院の  
TikTok  
アカウントは  
コチラ



野崎徳洲会病院  
院長・脳神経外科部長

たむら まさかず  
**田村 雅一**

あけましておめでとうございます。

院長の田村雅一です。

鹿児島県の離島、徳之島ご出身の徳田虎雄・名誉理事長は貧しい中、大変な努力をして大阪大学医学部に入学されましたが、お父様は先祖伝来の田畠を切り売りして学費を捻出されました。大学4回生の時に、そのお父様がお亡くなりになると、徳之島の畠、家のすべてを引き払い、3人の弟さんとお母様を大阪に呼び寄せてアルバイトしながら苦学の末、大学を卒業されました。

在学中、さらには卒業後に勤務したいいくつかの病院で、「真に患者様優先の医療」がなされていないことや、急病・救急医療体制の不備を痛感した徳田先生は数年後、「生命(いのち)だけは平等」「年中無休・24時間オープン」を唄う徳洲会グループを創設されました。当院は51年前にグループ2番目の病院として、この大東市に開設されました。

私たち野崎徳洲会病院の医師、職員一同は、地域の皆様のお役にたつべく、今後も一層の努力を続ける所存です。

本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

**GREETINGS**

# 当院近隣の医療機関を紹介します！

近隣エリアには、みなさまの暮らしに寄り添い、地域医療を支え続けるたくさんの医療機関があります。今回は、「住道駅前けいいち内科消化器科クリニック」と、「とよかわ整形外科リハビリクリニック」を紹介します。

医療法人百帆会

## 住道駅前けいいち内科 消化器科クリニック

院長の木村 圭一先生に  
聞いてみました！



？クリニックの特長を教えてください！

今まで一般内科診療や消化器病診療、内視鏡業務、在宅医療に従事してまいりました。それらの知識や経験を活かして地域医療に貢献出来るよう努めてまいります。ささいな身体の不調等、何でも気軽にご相談にいらしてください。

また、内視鏡専門医による、胃カメラ・大腸カメラ検査を行っております。できる限り苦痛を少なく、安心して検査を受けていただけるよう設備・環境を整えております。内視鏡検査によって早期に疾患を発見し治療を行うことが出来るようにいたします。



### ■内科

風邪・発熱・頭痛・腹痛などの一般的な体調不良はもちろん、高血圧、高脂血症、糖尿病などの生活習慣病なども含めて、総合的に診察いたします。

どの診療科に行けばよいかわからない場合でも、お気軽にご相談ください。

### ■消化器内科

消化器内科は「おなかの痛み・不快感」の原因となるような腹部の病気の診察を専門とする診療科です。症状に応じてレントゲン検査や腹部超音波検査、内視鏡検査などを行い、患者さんの状態を正確に診断したうえで、適切な治療をいたします。

### ■健康診断・予防接種

一般健診、特定健診、予防接種なども承っております。

？皆様への一言をお願いします！

わかりやすい説明と丁寧な治療を心掛け、地域のみなさまに愛されるクリニックを目指します。気になる症状がございましたら、ぜひお気軽にご相談ください。みなさまの「かかりつけ医」として頼りにしていただきたいです。

### 住道駅前けいいち内科 消化器科クリニック 病院情報

所在地 大阪府大東市赤井 1-15-30  
イイダビル 2F  
代表者 院長 木村 圭一 (きむら けいいち)  
診療科 内科、消化器内科、内視鏡検査 (胃・大腸カメラ)、  
健康診断・予防接種  
W e b <https://keiichi-clinic.com>



医療法人

## △とよかわ整形外科 リハビリクリニック

院長の豊川 成和先生に  
聞いてみました！



？クリニックの特長を教えてください！

当院では、「患者さまに、十分に理解し、納得していただける説明、そして懇切丁寧な診療」をモットーに、医師と理学療法士がチームとなってより良い治療を目標にしながら診療を行います。

たとえば、スポーツのケガなどで来院される患者さまには、ケガする前よりもよい状態になって復帰できるように。また、足腰の故障に悩む高齢者の患者さまに対しては、リハビリなどにより少なくとも日常生活の動きが楽になれるように。痛みを抱えて当院を訪ねて来られる多くの患者さまのさまざまなケースに柔軟に対応し、一日も早い回復を目指します。

また当院では、介護保険を利用した通所リハビリテーションも行っております。ご希望の方は当院までご相談ください。



### ■整形外科

治療の前提として、健康的に日常生活を送る上で何が必要かを診る診療科です。主に運動器の疾患を扱い、その機能改善を目指して治療を行います。

### ■リハビリテーション科

整形外科医の診断に基づき、知識・技術を持った理学療法士が、痛みや故障を抱えた患者さまの改善を目指してリハビリテーションという治療法でサポートします。当院は、スポーツ関係の治療やリハビリ得意としています。

？皆様への一言をお願いします！

当院では、「誰一人として喜んで手術する人はいない」という考え方から、「手術をすることなく、どこまで症状を改善できるか」を追求し、リハビリに注力しております。痛みやケガなどでお悩みの方は、ぜひ一度、ご来院ください。

### とよかわ整形外科

### リハビリクリニック 病院情報

所在地 大阪府大東市北条2丁目19-1  
責任者 院長 豊川 成和 (とよかわ なりかず)  
診療科 整形外科、リハビリテーション科  
W e b <https://toyokawa-orthopaedic.com>



△移転オープンより2周年△

# 野崎徳洲会クリニックを覗いてみよう！

野崎徳洲会クリニックは、令和5年10月に旧徳洲会野崎病院の跡地に新しく誕生した野崎徳洲会サービス付き高齢者向け住宅「Peaceful Village NOZAKI」の1階に移転オープン致しました。



## 野崎徳洲会クリニック3つの特長

### 特長①

外来から訪問診療まで幅広く対応

### 特長②

急性期から緩和ケアまで変化を見守る医療を地域に

### 特長③

がんに関する無料相談窓口を設置

当クリニックには、「内科、外科、整形外科、脳神経外科、小児科、リハビリテーション科」があります。かかりつけ医として血液検査やレントゲン・エコーなどを受けることができ、その他の詳しい検査は、野崎徳洲会病院で受けられます。また、訪問診療にも対応しており、「体が動かなくなつたが、施設に入らなくてはいけないだけ自宅で生活したい」という想いをしっかりとサポートします。



お問い合わせ先

TEL.072-874-1130

野崎徳洲会クリニック併設！

△みんなの一歩と目標をしっかりサポート！△

## 野崎徳洲会メディカルフィットネス Awai(あわい)をご紹介！

野崎徳洲会メディカルフィットネス Awai(あわい)は、診察で運動不足を指摘された方や、入院生活で体力が落ちてしまった方が、安心して体を動かせる野崎徳洲会クリニック併設の運動施設です。医療の視点を取り入れながら、一人ひとりの体の状態に合わせた運動をサポートしています。

運動したほうがいいとは言われたけれど、何をすればいいのか分からぬ。

一人で運動を始めるのは不安。



Awaiは、こんな悩みを抱えた方が、無理なく“次の一步”を踏み出せる場所です。

施設には、リハビリを専門とする理学療法士と、運動指導を専門とする健康運動指導士が在籍しています。体調や体力、その日の状態を確認しながら、今の自分に合った運動内容と一緒に考えていきます。少人数でのトレーニングを中心としているため、周囲を気にせず、自分のペースで取り組むことができます。

また、整形外科や循環器内科、心臓血管外科などでリハビリテーションを終えたあと、この先どう体を動かせばいいのかと迷う方の受け皿としての役割も担っています。定期的に体の状態を確認しながら、日常生活をより楽に、より自分らしく過ごせることを目標に、継続的な運動を支援します。



ご自身のペースでじっくり取り組んでいきましょう！



Awaiは、治療やリハビリの“その先”で、運動を生活の一部として続けていくための場所です。診察で運動不足や運動の継続について指摘された方は、まずはご相談ください。

お問い合わせ先

TEL.072-399-5227

# 病院情報



アクセス1

無料送迎バスでお越しの場合

JR おおさか東線「新大阪」駅乗車

JR「放出」駅下車後、同じホームでJR学研都市線に乗り換え

JR「住道」駅下車またはJR「野崎」駅下車

無料送迎バスに乗車、約10分で病院へ

住道駅までの路線図



アクセス2

バスでお越しの場合

JR 住道駅北口にて近鉄バス「東花園駅前」乗車

近鉄新石切駅前にて近鉄バス「住道駅前行き」乗車

谷川バス停下車、徒歩1分で病院へ



アクセス3

車でお越しの場合

～大阪方面から～

～奈良方面から～

8号線(大阪生駒線)を奈良・生駒方面へ。  
外環状線手前。

阪奈道路を大阪方面へ。  
外環状線経由で「深野南」を左折。

300台が停められる駐車場があります。



医療法人徳洲会

野崎徳洲会病院

〒574-0074 大阪府大東市谷川2丁目10番50号

TEL 072-874-1641



QRコードを読み込んで  
ホームページへ簡単アクセス！

野崎徳洲会病院

<https://nozakitokushukai.jp>

## 外来予定表

		月	火	水	木	金	土
外科系	外科	○	○	○	○	○	○
	大腸肛門外来	/	/	/	/	○	/
	形成外科	/	/	/	○	/	/
	整形外科	○	(9時30分診察開始)	○	○	○	○
	脳神経外科	○	○	○	○	○	○
	心臓血管外科	/	○	/	○	/	/
	呼吸器外科	/	○	○	/	/	○(予約制)
内科系・専門外来	歯科口腔外科	○	○	○	○	○	○
	内科	○	○	○	○	○	○
	腎臓内科	/	/	○	/	/	/
	循環器内科	○	○	○	(10時30分受付終了)	○	/
	不整脈	/	/	/	/	○	/
	泌尿器科	○	○	○	○	○	○(隔週)
	婦人科	/	○	○(予約制)	○	○	(予約制: 第1・3・5週)
予約制	小児科	(11時30分受付終了)	(11時30分受付終了)	(11時30分受付終了)	/	(11時30分受付終了)	(11時30分受付終了)
	眼科	/	○	/	/	○	/
	肝炎外来	/	○	/	/	/	/
	消化器内科	/	/	○	○	○	/
	糖尿病外来	/	○	/	/	/	○
	糖尿病内分泌外来	○	/	/	/	/	/
	糖尿病内分泌外来+リウマチ外来	/	/	○	/	/	/
夜診	胃・腸専門外来	○(予約制)	/	/	/	/	/
	神経内科	/	/	/	/	○(予約制)	/
	アブレーション外来	/	/	/	/	○(予約制: 第2週のみ)	/
	無呼吸外来	/	/	/	/	/	○(予約制)
	リハビリ診察	○(予約制)	○(予約制)	○(予約制)	○(予約制)	○(予約制)	/
	抗がん剤外来	/	/	○(予約制)	/	/	/
	放射線治療外来	○	○	○	○	○	/
昼診	歯科口腔外科	○(受付時間13時～16時)	○(受付時間13時～16時)	○(受付時間13時～16時)	○(受付時間13時～16時)	○(受付時間13時～16時)	/
	消化器内科	/	/	○	(16時30分受付終了)	○	/
	婦人科(予約制)	/	/	○(予約制)	/	/	/
	禁煙外来(予約制)	/	/	/	○(予約制)	/	/
	呼吸器外科(予約制)	/	○(予約制)	○(予約制)	/	/	/
	神経内科(予約制)	○(予約制)	/	/	/	/	/
	皮膚科	(13時～17時30分)	/	/	○(予約制)	/	/
夜診	小児心臓外来(予約制)	/	○(予約制)	/	/	○(予約制)	/
	小児科(予約制)	○(予約制)	○(予約制)	○(予約制)	/	○(予約制)	/
	外科	○	/	○	/	○	/
	内科	○	○	○	○	○	/
	小児科	(18時受付終了)	(18時受付終了)	○	/	/	/

	受付時間	診察時間
午前診	8:00～11:45	9:00～
夜診	15:00～19:00	17:00～

初診時・毎月始めの診察の際は保険証をご持参ください。

救急外来は24時間(年中無休)