



なかどおり

笑顔でつなぐ地域の健康

地域の安心を支える

いつもの病院

特集

乳がん検診の新しい選択肢

無痛MRI乳がん検診

中通総合病院

中通総合病院 中通リハビリテーション病院 大曲中通病院

TAKE FREE

●ご自由にお持ち帰りください



より正確に、より体への負担に配慮

新しい放射線治療が始まりました



目に見えない放射線で”がん”を治療する
それが放射線治療です

中通総合病院では平成9年（1997年）から放射線治療を開始しています。また秋田県が指定する「秋田県がん診療連携推進病院」でもあります。

放射線治療はがんの3大治療法の1つで、がんの部分に放射線をあてて治療するものです。

放射線治療には根治照射と呼ばれる完治を目指す治療、他、骨などに転移したがんによって発生する痛みを和らげる緩和照射などがあり、がん治療において適応範囲の広い治療法です。

中通総合病院では、このたび放射線治療システムを更新し、精度の高い放射線治療を行っています。

2025年導入 放射線治療装置 ミリ単位でがんを治療。進化を続けるグローバル・スタンダード

米国バリアンメディカルシステムズ社の装置で、世界中の医療機関で使用されている高出力と高精度を両立した先進の放射線治療装置を導入いたしました。

- より正確な治療
治療直前に体内の状態を画像で確認できるため、がんの位置をその場で確認しながら照射することができます。これにより、治療の精度がさらに高まります。
- 治療時間の短縮
高線量率により、1回あたりの治療時間が短くなるケースがあります。患者さんが、治療台の上でじっとしている時間が減るのは大きなメリットです。
- 体への負担に配慮
放射線を必要な場所に集中させることで、周囲の正常な組織への影響をできるだけ抑えることが期待されます。



- さまざまながんに対応
体のさまざまな部位のがんに対応でき、患者さん一人ひとりの状態に合わせた治療が可能です。

放射線治療は、「怖い」「痛そう」というイメージを持たれがちですが、治療そのものに痛みはなく、多くの方が外来で通院しながら受けられています。当院では、装置だけでなく、医師・診療放射線技師・看護師が連携し、丁寧な説明と安全な治療を実施しています。

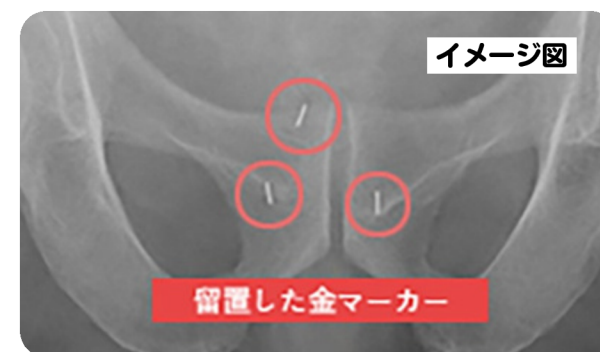
金属マーカーと ハイドロゲルスペーサー を使った新しい治療

当院では、前立腺がんに対して小さな金属の目印（マーカー）を使った放射線治療を始めました。前立腺がんの放射線治療では、がんにしっかり放射線を当てることと、周囲の大切な臓器を守ることがとても重要です。そのために使われているのが、「金マーカー」と「ハイドロゲルスペーサー」です。

■ 金マーカーって何のために使うの？

金マーカーは、前立腺の中に入れるごく小さな金の目印です。前立腺は、膀胱や直腸の動き、呼吸などの影響で、毎日少しずつ位置が変わる臓器です。金マーカーを入れておくことで、放射線治療のたびに画像で前立腺の位置を正確に確認でき、
⇒ がんのある場所にピンポイントで放射線を当てる
ことが可能になります。

金は体にやさしい素材で、体内に残っても問題ありません。留置は短時間で行われます。

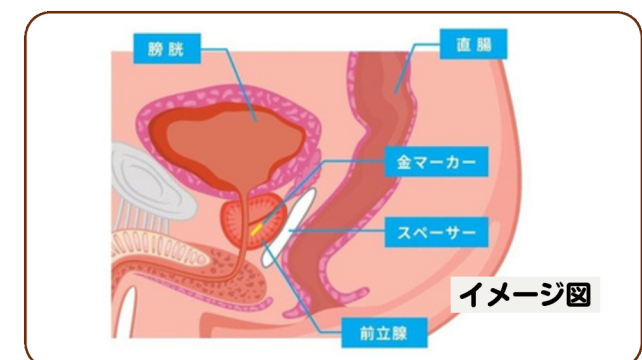


放射線治療は、当院の高精度放射線治療装置にて実施します。

■ ハイドロゲルスペーサーとは？

ハイドロゲルスペーサーは、前立腺と直腸の間に入れる柔らかいクッションのようなものです。前立腺のすぐ後ろには直腸があり、放射線治療では、どうしても直腸に放射線が当たりやすくなります。そこで、このスペーサーを入れて前立腺と直腸の間に少し距離をつくることで、
・直腸に当たる放射線の量を減らす
・下痢や出血などの副作用を起こしにくくする
といった効果が期待できます。

ハイドロゲルは時間とともに体内で自然に吸収され、最終的には体の外へ排出されます。



※この治療方法の適応の可否についての詳細は、当院泌尿器科医師が患者さん一人ひとりの状態に合わせて判断します。

前立腺がんの放射線治療について

放射線治療は、前立腺に放射線を照射してがん細胞を死滅させる治療方法です。転移の無い前立腺がんに対して行う治療法で、手術療法と同等の治療効果が期待できます。放射線治療は病期によってホルモン療法（内服薬と注射薬で男性ホルモンを抑える治療）と併用することで、より治療効果を高める工夫も行っております。

合併症として、尿漏れや性機能障害などは手術療法と比べ低いです。これは膀胱や直腸が前立腺に隣接するため、これらが放射線の影響を受けると発症するリスクが上がってしまいます。

泌尿器科統括科長
秋濱 晋

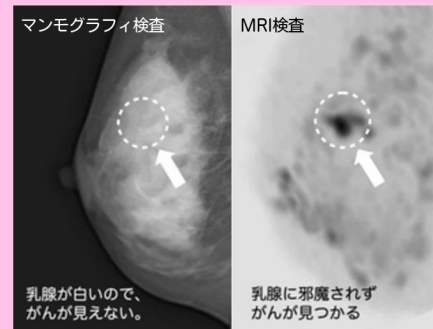


これらの副作用を少なくするためには、より正確に前立腺に照射をする工夫や、直腸を放射線から守る工夫があります。それが今回当院で導入した金属マーカーおよびハイドロゲルスペーサーです。

高精度放射線治療装置と併用する事で、より高精度で安全性の高い治療を提供出来ると考えております。

特集

無痛MRI 乳がん検診



どんな検査なの？



痛くない

マンモグラフィ検査のように乳房を挟むのではなく、MRI装置のベッドにうつぶせになり、乳房型にくりぬかれた専用のコイルに乳房を入れ下垂させて撮影します。乳房を圧迫しないので痛みはありません。



見られない

着衣（検査衣）のまま検査ができるので、乳房を見られる心配はありません。検査技師と接触する時間も入室時のみですので、安心して受診いただけます。



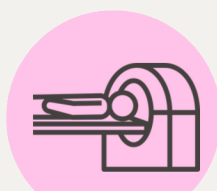
被ばくがゼロ

マンモグラフィ検査はX線を使用するため、ごく微量ですが放射線による被ばくがあります。「無痛MRI乳がん検診」は電磁波により体内を撮影するため、放射線被ばくは一切ありません。



発見率が高い

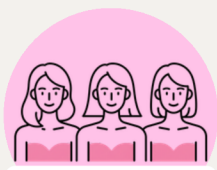
無痛MRI乳がん検診は「高精度」「死角がない検査」という2つのポイントから、直接比較はできませんが、マンモグラフィ検査の4～5倍程のがん発見率を示しています。



手術後も検査可能

乳房を圧迫しないので、乳がんによる手術や豊胸術でインプラントを入れている方でも、安全に検査することができます。

※MRI検査は非常に強力な磁石を使用するため、金属の持ち込みは厳禁です。金属が含まれるインプラントの場合は検査ができません。



日本人の乳房に
適している

日本人は欧米人と比べて高濃度乳腺（デンスブレスト）の割合が高く、50歳未満（多くの働く女性）は高い傾向にあるといわれています。無痛MRI乳がん検診では、乳腺濃度の影響をほとんど受けないので、問題なく受けることができます。

自分のため、そして大切な人のため
検診は、怖いより「安心」になる時間
年に一度の **乳がん検診** を！



中通総合病院では、地域の皆さまの健康づくりを応援しています。



初めて乳がん検診を受けてみようと考えている方



無痛MRI乳がん検診なら受けてみたいという方



乳がんが心配な方、早期発見したい方

＼ 2週間後からの予約が可能です /

Web予約はこちら >



2026年4月1日～6月30日

2026年7月1日～

16,500円(税込み)

19,800円(税込み)

お問い合わせ先

中通総合病院（代表）

TEL：018-833-1122

祝日を除く 月曜日～金曜日

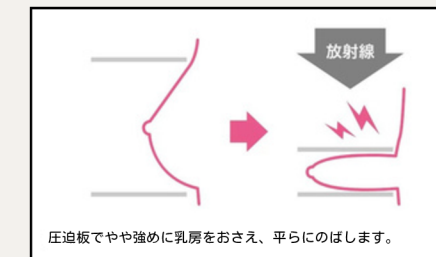
9:30～11:30、14:00～16:30

「人間ドック担当」まで

無痛MRI乳がん検診のまとめ

その名のとおり『MRI』を使用した『痛くない』乳がん検診です。MRI検査は、がんの有無や広がりなどを、電磁波により撮影を行う精密検査で、筒状の機械に入りベッドに寝て行きます。また、造影剤投与が不要なため、身体に痛みも負担も一切ない新しい乳がん検診です。マンモグラフィでは死角となりやすい胸の奥（胸壁）や脇の下も高精度で検査可能です。着衣（検査衣）のまま検査することができ、うつぶせに寝ているだけで検査が終了します。

マンモグラフィ検査の場合



MRI検査の場合



是非ご検討ください

- ・マンモグラフィ検査の痛みが辛い方、「痛い」と聞いてどうしても避けてしまう方
- ・乳がんの家族歴がある方
- ・放射線被ばくが気になる方
- ・高濃度乳腺の方
※日本人女性は欧米人女性に比べ、高濃度乳腺の割合が高いことが確認されています。特に若年女性ではその割合が高く、加齢とともに減少します。高濃度乳腺の場合、従来のマンモグラフィ検査では乳房が白く写り、がんも白く写るため見つけにくくなります。
- ・数年に一度MRIを取り入れることも、マンモグラフィの弱点を補う有効な戦略といえます

費用や検査時間はどのくらい？

- ・通常料金 19,800円（税込み）
※秋田市の乳がん検診割引対象外です
- ・所要時間は約1時間（検査時間15分前後）



春の不調解消

春キャベツと豚肉のオイスターソース炒め

春は、気候の変動による気温差や新生活の始まりなどによって、ストレスを感じやすくなります。しっかり食事はとれていますか？
今回は、そんな季節におすすめの、春が旬の食材を使った簡単レシピをご紹介しますので、ぜひ試してみてください！
旬の野菜は美味しさだけでなく栄養価が高いのも魅力です。甘みが強くビタミンCや食物繊維が豊富な春キャベツと、疲労回復に役立つ豚肉を合わせた、春の不調解消におすすめの一品です。ご飯をしっかり食べて、元気に新生活をスタートしましょう。

中通総合病院 栄養課

調理時間
20
min

栄養価 (1人分)
エネルギー：206Kcal
たんぱく質：16.4g
脂質：10.2g
塩分：1.2g

材料 (4人分)

豚もも肉スライス	280g	ゴマ油	大さじ 1
生姜 (すりおろし)	小さじ 2	にんにく (みじん切り)	小さじ 1
酒	小さじ 1	生姜 (みじん切り)	小さじ 1
しょうゆ	小さじ 1/2	鷹の爪 (輪切り)	少々
キャベツ	200g	酒	大さじ 2
玉ねぎ	100g	塩・こしょう	少々
人参	40g	しょうゆ	小さじ 2/3
ピーマン	40g	オイスターソース	大さじ 1 と 1/2
乾燥きくらげ	5g	片栗粉	大さじ 1

作り方

- ① 豚肉は食べやすい大きさに切って、④を揉み込む。
- ② 乾燥きくらげは水で戻す。生姜・にんにくはみじん切り。人参・玉ねぎは薄切り、ピーマン・キャベツ・きくらげは一口大に切る。
- ③ フライパンにゴマ油を熱し、にんにく・生姜・鷹の爪を入れ弱火で香りが立つまで炒める。
- ④ 豚肉を加えて色が変わるまで炒める。
- ⑤ 豚肉に火が通ったら、人参・玉ねぎ・キャベツ・きくらげを入れて中火～強火で炒めていく。
- ⑥ 最後にピーマンを入れサッと炒め、⑥の調味料で味付けをする。
- ⑦ 水溶き片栗粉でトロミをつけて出来上がり！



食材のはたらき

旬の春野菜

美味しいだけでなく栄養も豊富！！

寒い冬を耐え抜いた春野菜には栄養がたっぷり蓄えられています。

- 春キャベツ ビタミンC、食物繊維が胃腸の調子を整え風邪予防に
- 新玉ねぎ 香り成分が血流を促進し、代謝をサポート
- 春人参 βカロテンが粘膜を守り、乾燥対策にも◎



調理のPoint！

野菜を入れてからは、中火～強火で手早く炒めます。短時間調理を心がけると食感が残り、ビタミンCが崩れにくくなります。



調理師 いしづかさん

毎日3分！ちょっと体操

～ あんべいりにやー 体も心も少しずつ ～



YouTube

動画で詳しく解説しています！

Vol.1 下半身のストレッチ&体操

ご高齢者の転倒防止に！



中通リハビリテーション病院
理学療法士 みたてさん

春の日差しに包まれ、外出が楽しく感じられる季節になりました。
毎日スキマ時間でできる簡単体操で、筋肉をほぐして動作を楽しみましょう。
「冬の間は運動不足」「いろいろ出かけたい」そんな方はぜひ一緒にやってみましょう！

1 足のストレッチ 片足 10秒ずつ



- ・イスに浅く座る。
- ・右足を伸ばしてつま先を上に向けます。
- ・左手は左足のももに置いて、体を安定させましょう！
- ・左右行います。

2 座って楽々スクワット 10回×2セット



- ①
- ・椅子に浅く座り、膝より足首を少し引いておきます。
 - ・腕組みをする。



- ②
- ・お辞儀をするように体を傾けながら・・・



3 かかと上げ運動 10回×2セット

- ・両足を肩幅に開きます。
- ・椅子につかまり、かかとを高く上げて、ゆっくりと下ろします。
- ・椅子でなく、壁に手をつけて行っても大丈夫です。



- ③
- ・腰は反らせず真っすぐに。
 - ・ゆっくり立ち上がり、ゆっくり座ります。

秋田市中通・南通エリアにはイイところがいっぱい！



中通リハビリテーション病院近くにある、ハンバーガー屋さんです。

この店は、パティが秋田県が誇るブランド牛の錦牛を100パーセント使っていて、パンズを始め自家製パンがとにかくうまいと大評判です。

オーナーさんや店員さんが気さくな感じで、アットホームな雰囲気が、とても居心地のよい空間です。

中通リサティスファクション

〒010-0001

秋田市中通6-1-5マンション長峰1F



Akita Biyori

秋田



和

ぶらり

おさんぽ

公式SNSはじめました！

公式SNSができました。病院の日常、病気や治療のお話、採用情報、お得な情報、病院のウラ側などの情報をお届けしています。

みなさまからのフォローやいいね♥をお待ちしております♪



LINE

診療案内・イベント情報・耳より情報などを発信

Instagram

院内の様子や医療現場で活躍するスタッフ、採用情報..etc

@nakadori_hp



X

病院の日常、医療情報やニュースなどをポスト

@nakadori_hp

youtube

イベントの様子などの広報チャンネルです

@meiwa_channel



明和会グループの情報は
こちらからどうぞ



中通総合病院
中通リハビリテーション病院
大曲中通病院
港北中通診療所
中通健康クリニック
ふき健診クリニック
中通歯科診療所
(協力施設)
社会福祉法人 いずみ会
社会福祉法人 遊心苑

大曲中通歯科診療所
中通訪問看護ステーション
中通ケアプラザセンター
ホームヘルプステーション
大曲訪問看護ステーション
中通高等看護学院

ご意見・ご感想は・・・

『ほっとメディカル通信なかどおり』へのご意見・ご感想をお寄せください。みなさまの声を大切に、さらに医療を身近に感じていただけるような広報誌を目指してまいります。



この広報誌は、明和会の「医療情報の提供」だけでなく「地域社会との連携・活性化」、「地域の方々の健康的なライフスタイルの応援」を発信の趣旨としています。

Editor's note

多くの職員や地域の方の協力により、広報誌をお届けすることができました。新しい季節の空気を感じるこの頃、忙しい日々の合間に、少し肩の力を抜いてページをめくっていただけたら嬉しく思います。

次号も、身近で信頼できる医療情報やお役立ち情報をお届けしてまいります。

編集記者：おばこ豆



ほっとメディカル通信

なかどおり Vol.1 春季号

社会医療法人 明和会 業務部広報担当

〒010-0012 秋田県秋田市南通みその町3-15

TEL:018-834-6461

FAX:018-835-7467