

ご自由にお取りください

TAKE FREE

庄内余目病院広報誌

あまるめーる

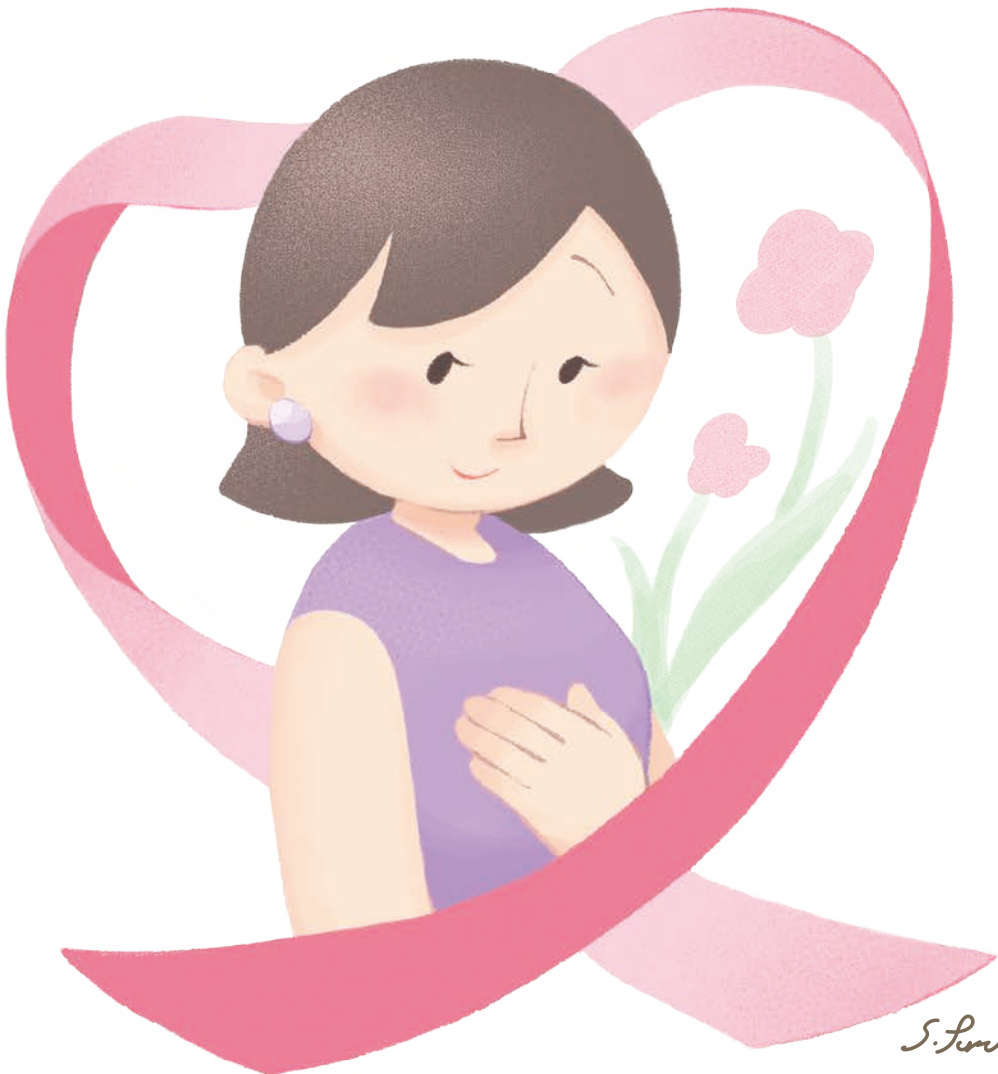
2026

10月号

No.296

特集

—マンモグラフィだけで大丈夫？—
自分に合った乳がん検診を



| 特集 |

—マンモグラフィだけで大丈夫？— 自分に合った乳がん検診を



乳がん検診の基本はマンモグラフィですが、乳房の「構成」によっては、乳がんが見つかりにくい場合があります。特に日本人女性に多いとされる「高濃度乳房」についてよく知り、自分の乳房に合った検診について考えてみませんか？

10月はピンクリボン月間

10月は、乳がんの早期発見・早期治療の大切さを広く伝える「ピンクリボン月間」です。基本的に乳がん検診は、40歳以上の女性に2年に1回、マンモグラフィで行われます。マンモグラフィは、乳がんによる死亡率を減らす効果が認められている検査です。

一方で、マンモグラフィにも「見つけにくい乳房」があることをご存じでしょうか？そのカギとなるのが、「乳房構成」です。

乳房のタイプ（構成）ってなに？

乳房は、大きく分けると「乳腺」と「脂肪」で構成されています。その割合には個人差があり、乳腺が多い人もいれば、脂肪が多い人もいます。乳腺が多いタイプを「高濃度乳房（デンスブレスト）」と呼びます。特に日本人を含むアジア人女性に多く、若い年代ほど乳腺が多く、高濃度乳房になりやすい傾向があります。

マンモグラフィは高濃度乳房が苦手

マンモグラフィでは、乳腺も乳がんも白く写ります。そのため、高濃度乳房では「雪原で白うさぎを探す」状態になり、乳がんが見つかりにくくなることがあります。

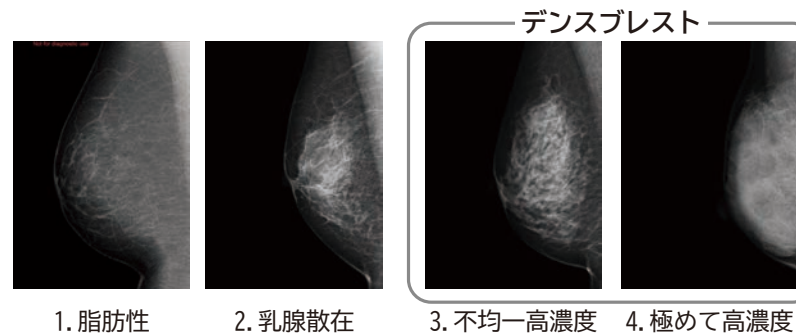
結果として、マンモグラフィで「異常なし」と判定された場合でも、高濃度乳房では病変が乳腺に隠れている可能性があり、40代女性では乳がんのおよそ半数がマンモグラフィだけでは発見できないという研究報告もあります。

自分の乳房構成を知っていますか？

乳房構成は、マンモグラフィの画像を読影医師が目で見えて判定します。今のところ乳房構成を受診者の方に通知する義務はありませんが、通知している施設もあります。

当院では、昨年度からマンモグラフィ検診を受けた方に乳房構成をお知らせしています。まず、ご自身の乳房構成を知ることが、自分に合った検診を選択するための大切な一歩です。

人によって違う、乳房のタイプ



マンモグラフィでは乳腺も病変もすべて白く写るため、乳腺の密度が高い人（高濃度乳房）ほど、病変の検出が困難になります。超音波やMRI検査などの併用で乳がんの検出率が上がります。

高濃度乳房と言われたら？

高濃度乳房と判定されても、それは乳房構成のひとつのタイプであり、病気ではありません。ただし、高濃度乳房ではマンモグラフィで乳がんが見つかりにくくなる場合があるため、マンモグラフィだけでなく超音波検査やMRIなど別の検査※を組み合わせ、異なる角度から乳房を確認することも大切です。

マンモグラフィは、費用が比較的安く、市町村の検診などでも受けやすい検査です。一方、超音波やMRIなど、それぞれ異なる特徴を持つ検査もあります。マンモグラフィの「異常なし」で安心するだけでなく、自分の乳房に合った検査をプラスする。そんな選択肢も知っておきましょう。

当院の「無痛MRI乳がん検診」

「無痛MRI乳がん検診」は、磁場を利用して高精度に内部を撮影する検査で、マンモグラフィだけでは分かりにくい病変を検出できる場合があります。当院では、無痛MRI乳がん検診を開始して3年。2026年7月末までに227件の検査を行い、リピーターも増えています。

高濃度乳房と言われた方、マンモグラフィだけでは不安な方、乳房を一度詳しく調べてみたい方にも、この検診は選択肢のひとつです。乳房を圧迫しないため、マンモグラフィ特有の痛みが気になるという方にもおすすめです。

さいごに

乳がん検診は、受ければそれですべて安心

※追加検査は自己負担になります。

当院の「無痛MRI乳がん検診」の特徴



- 撮影担当スタッフはすべて女性
- ネット予約でスムーズに受診（予約制）
- 気になる症状を読影医師に伝えられる
- 画像付きの詳しい検査結果をお届け
- 年齢制限なし（20・30代も受診可能）

【検査費用・検査時間】

費用 22,000円（税込）検査時間約15分

【検査実施日】月曜～金曜（午後）

*検査時間の詳細はお問い合わせください

というわけではありません。マンモグラフィを基本としながら、ご自身の乳房構成や年齢などに合わせて、MRIや超音波など必要な検査を受けることも大切です。そして、普段から乳房の状態を知り、変化に気づけるようにし、気になる症状があれば早めに専門医を受診しましょう。

お問い合わせ・ご予約はこちら

庄内余目病院 健康管理センター ☎0234-43-2424（直通）
電話受付時間：月曜～金曜 13時～17時、土曜 10時～12時（祝日を除く）

検査の詳細は [庄内余目病院 無痛MRI](#) 検索

検査内容や
Web予約は
こちらから



寺田院長の んだんだ！通信 No.131

10年以上にわたり、地域の話題や医療の話をお届けしてきた「んだんだ通信」も、今回が最後となります。

長い間、お読みいただき、本当にありがとうございました。



冬の稲妻

湧き上がる入道雲、そして夕立とともに鳴る雷鳴は、夏の風物詩だ。

あなたは稲妻のよ～うに♪
私の心を引き裂いた
蒼ざめた心ふるわ～せて♪
立ちつくすひとり立ちつくす
You're rollin thunder 突然すぎた
You're rollin thunder 別れの言葉...

これは、谷村新司作詞、堀内孝雄作曲の1977年10月にリリースされた、アリスの「冬の稲妻」の歌い出しである。

冷たく静かな冬の景色を裂くかのような激しい稲妻、衝撃的な男女の別れを、陰湿に怨念を込めてではなく、むしろ爽やかにあっけらかんと歌っている。

その冬の稲妻が、歌の題名ではなくホントの自然現象であることを、ここ庄内に住んで初めて知った。

毎年、日本海側では吹雪の深夜に突然、ゴロゴロゴロゴロド～～～～ンと雷鳴が轟く。空の低い所で鳴るその音は湿り気を帯びており、腹の底に響くような余韻のある低音だ。辺りは雪雲と吹雪と漆黒の闇夜である。

吹雪の夜の雷は不気味だった。

さて、今回のキーワードは「突然」だ。

私は、10月1日付で神奈川にある「大和徳洲会病院」に異動になった。大和は庄内の前任の地である。庄内で17年、それは稲妻のように過ぎ去った。

写真は、羽越本線全線開通100周年記念羽越本線風景写真コンテストに入選した作品だ。タイトルは「朝日に向かって」で、写真は第2最上川橋梁を渡った下りの貨物列車である。日本海に沈む庄内の夕日は、どこか切なく感傷的だ。

しかし、朝日に輝く機関車、そして線路はどこまでも繋がっている。

んだ、どこまでも…。



／ここが知りたい！／

「おくすりQ&A」

患者さんからよく寄せられるお薬に関する素朴な疑問や悩みに、薬剤師がお答えします！正しい知識を身に付けて、お薬と上手に付き合っていきましょう。



おおかわ けんめい
薬局長 大川 賢明

Q1. 薬が飲みにくい時はどうしたら？

市販の服薬用オブラートやゼリーの活用をおすすめします。ただし、飲みやすくしようと自己判断で錠剤を砕いたり、カプセルを開けたりすると、作用に変化が起きることもあるため、おやめください。水無しで唾液で溶ける「OD錠」へ変更できるお薬もありますので気軽にご相談ください。

Q2. 「食前」「食間」「食後」など、服用するタイミングが違うのはなぜ？

「食後」が多いのは、胃粘膜への刺激を和らげ、飲み忘れも防ぐためです。一方、薬の成分によっては空腹時の方が効くため「食前」や「食間」に指定されます。

【服用の目安】

食前：食事の約30分前

食後：食事の約30分後

食間：食事と食事の間（食後約2時間後）

Q3. 薬と相性の良くない食べ物や飲み物はある？

飲み物や食べ物が薬の効き目に影響することがあります。主なものは以下の通りです。

- ①牛乳 × 抗生物質、便秘薬など
- ②グレープフルーツ × 一部の血圧の薬、睡眠薬など
- ③カフェイン × 解熱鎮痛剤、風邪薬
- ④納豆・青汁 × 抗血栓薬
- ⑤お酒 × 睡眠薬

他にもあるので、服用中のお薬についての疑問は薬剤師にご相談ください。

Q4. 市販薬と処方薬の違いは？

処方薬は医師が症状に合わせて処方するもので、市販薬より作用が強いのが一般的です。最近は処方薬と同じ成分の市販薬も増えました。湿布など渡せる枚数に上限（原則70枚）がある薬もあるため、市販薬と上手に使い分けるのが良いでしょう。

Q5. 漢方薬は副作用が無く安全？

「穏やかに効く」と言われますが、副作用がないわけではありません。体質に合わず体調を崩したり、長期服用で肝機能が低下したりすることもあるため、一般のお薬と同様に注意が必要です。

Q6. 使い残した薬はどうしたら？

薬の有効期限は種類や保管状況によりますが、基本は1年を目安に廃棄した方がよいでしょう。また、飲み残しがある場合は、定期診察時に恥ずかしがらず全て持参してご相談ください。医療費や資源の無駄を減らすことにもつながります。



2026 年 10 月 診療担当医師予定表

【診療時間】 午前診（9:00～12:00） 午後診（14:00～16:00） 夕診（17:00～19:00） *青字は完全予約制です

		1木	2金	3土	4日	5月	6火	7水	8木	9金	10土	11日	12月	13火	14水	15木
内 科	午前	西邨 西島 福井	海野 山下 小野	担当医	休 日	海野 担当医	西邨 山下	海野 山下 松田	西邨 西島 福井	海野 山下 小野	担当医	休 日	ス ポ ー ツ の 日	西邨 山下 長戸	海野 山下 松田	西邨 西島 福井
	夕診	海野				西邨			海野							海野
総 合 診 療 科	夕診						田川							田川		
心臓センター （循環器内科・ 心臓血管外科）	午前	循・星加 心・篤田	循・菊池 心・川島			循・細川 心・篤田	循・菅原 心・川島	循・菊池 心・篤田	循・星加 心・篤田	循・菊池 心・川島				循・大野 心・川島	循・菊池 心・篤田	循・星加 心・篤田
	夕診	心・篤田							循・菊池							心・川島
血 管 外 科	午前	大久保							大久保							大久保
脳 神 経 外 科	午前	伊崎	担当医	担当医 ※ 3		伊崎	蘇	蘇	伊崎	担当医	担当医 ※ 3			休診	休診	伊崎
	夕診	伊崎				伊崎		蘇	伊崎						休診	伊崎
外 科	午前	平崎	張 小野			小野	張	張	張 平崎	張 小野				張	張	張 平崎
	夕診						張 ※ 1							張 ※ 1		
整 形 外 科	午前	日向野 ※ 3	宮本	菅谷 ※ 2		宮本	宮本	宮本	日向野 ※ 3	宮本	早川 ※ 2			宮本	宮本	日向野 ※ 3
婦 人 科	午前	田村				田村			田村							田村
	午後						田村 ※ 4							田村 ※ 4		
歯科口腔外科	午前	荒 深代	荒 深代	深代		荒 深代	荒 深代	荒 深代	荒 深代	荒	荒			荒 深代	荒 深代	荒 深代
	午後 夕診	荒 深代 ※ 6				荒 深代 ※ 7	荒 深代 ※ 6	荒 深代 ※ 6	荒 深代 ※ 6					荒 深代 ※ 6	荒 深代 ※ 6	荒 深代 ※ 6
皮 膚 科	午前				休 日		矢島					休 日	ス ポ ー ツ の 日		小栗 ※ 3	
	午後														小栗	
泌 尿 器 科	午前							都筑			三木				牧野	
	午後							都筑							牧野	
神 経 内 科 （物忘れ外来）	午前						國井				高橋			國井		
精 神 科	午前									馬場						
呼 吸 器 内 科	午前			担当医												馬場
形 成 外 科 （創傷ケア外来）	午前	島田					島田 半田 ※ 8		島田					島田 本荘 ※ 8		島田
	午後															
足 病 外 来	午前					吉原										
	午後					吉原 ※ 5										
せ ぼ ね 外 来	午前			東山 ※ 10												
	午後		菅原 東山													
リウマチ膠原病外来	午前		岸本								休診					
	午後									小野 ※ 11						
乳 腺 外 来	午前															

受付時間	※ 1（17：00～18：30） ※ 2（ 9：00～10：50） ※ 3（ 9：00～11：30） ※ 4（14：00～15：30）
診察時間	※ 5（14：00～16：30） ※ 6（14：00～17：00） ※ 7（14：00～19：00） ※ 8（11：30～12：30） ※ 9（13：30～17：00） ※ 10（ 9：00～11：00） ※ 11（13：30～16：00）

16金	17土	18日	19月	20火	21水	22木	23金	24土	25日	26月	27火	28水	29木	30金	31土	備 考
海野 山下 小野	担当医	休 日	海野 長戸	西邨 山下 長戸	海野 山下 松田	西邨 西島 福井	海野 山下 小野	担当医	休 日	海野 長戸	西邨 山下 長戸	海野 山下 松田	西邨 西島 福井	海野 山下 小野	担当医	
			西邨			海野				西邨			海野			
					田川						田川					
			循・田川 心・篤田	循・田川 心・川島	循・菊池 心・篤田	循・星加 心・篤田	循・菊池 心・川島			循・細川 心・篤田	循・田川 心・川島	循・菊池 心・篤田	循・星加 心・篤田	循・菊池 心・川島		
						心・篤田							循・菊池			
						大久保						大久保				
担当医	担当医 ※ 3		伊崎	蘇	蘇	伊崎	担当医	担当医 ※ 3		伊崎	蘇	蘇	伊崎	担当医	担当医 ※ 3	
			伊崎		蘇	伊崎				伊崎		蘇	伊崎			
張 小野			小野	張	張	張 平崎	張 小野			小野	張	張	張 平崎	張 小野		
				張 ※ 1							張 ※ 1					
宮本	早川 ※ 2		宮本	宮本	宮本	日向野 ※ 3	宮本	早川 ※ 2		宮本	宮本	宮本	日向野 ※ 3	宮本	早川 ※ 2	
			田村			田村				田村			田村			
				田村 ※ 4							田村 ※ 4					
荒 深代	深代		荒 深代	荒 深代	荒 深代	荒 深代	荒 深代	荒	休 日	荒 深代	荒 深代	荒 深代	荒 深代	荒 深代	休診	
			荒 深代 ※ 7	荒 深代 ※ 6	荒 深代 ※ 6	荒 深代 ※ 6				荒 深代 ※ 7	荒 深代 ※ 6	荒 深代 ※ 6	荒 深代 ※ 6			
				矢島							矢島					
												小栗 ※ 3				
												小栗				
					柳澤							牧野				
					柳澤							牧野				
	高橋			國井							國井					物忘れ外来 不定期 (13:00～14:00)
	中村							担当医								
	菅原 ※ 10															
菅原 東山														菅原 東山		
			吉田													

【足の特別外来】（完全予約制）

- フットケア外来 第1・3月曜(9:00～12:00、13:00～17:00)
第2・4月曜・木曜・金曜(9:00～12:00)
- 歩 行 外 来 第1・3月曜(9:00～11:30)
- < つ 外 来 第1・3月曜(9:00～13:00、14:00～16:30)



※変更や休診の場合があります。
最新情報は左記の外来診療予定
表をご確認ください。

一般の方
（診療予約）

医療機関の方
（患者さん紹介）

- 予約センター（歯科口腔外科・小児科以外）
☎ 0234-43-8021（直通）月～金曜 13:00～17:00
- 歯科口腔外科
☎ 0234-43-3434（代表）月～木曜 9:00～12:00、14:00～17:00、金・土曜 9:00～12:00
- 地域医療連携室
☎ 0234-43-3470（直通）月～金曜 9:00～17:00、土曜 9:00～12:30

小児科
（Web予約のみ受付）

こちらの
予約サイトから
ご予約下さい。

常勤医師着任のお知らせ—2026年9月1日より着任—

就任にあたって

これまで大学病院や地域医療の現場で、感染症診療を始め幅広く内科診療にあたってまいりました。患者さん一人ひとりの病気だけでなく、生活や思いにも寄り添う医療を大切にしています。

以前から酒田を訪れる中で、この地域の豊かな自然や食、人の温かさに魅力を感じており、念願叶って地域医療に携われることを嬉しく思います。皆さまが安心して相談できる医師を目指して努めてまいります。庄内弁もまだ初心者ですが、地域の皆さまから学びながら親しんでいきたいと思っています。どうぞよろしくお願いいたします。

総合診療科医長

やました まりえ
山下 麻梨絵



- 【出身】 東京都
- 【出身大学】 東京大学医学部医学科卒
- 【取得資格】 日本内科学会認定 内科医
ICD 制度協議会認定 ICD※
日本医師会認定 産業医
※インфекションコントロールドクター
- 【趣味・特技】 子供達や愛犬との散歩でリフレッシュ

小児科診療休診のお知らせ

担当医師の退職に伴い、**2026年10月1日(木)より小児科の診療を休診いたします。**

10月以降は、後任医師が決まるまで当面の間、休診となります。診療再開が決まりましたら、改めてお知らせいたします。

患者さん・ご家族の皆さまには、大変ご不便をおかけいたしますが、何卒ご理解くださいますようお願いいたします。

もくじ

- 02 【特集】—マンモグラフィだけで大丈夫?—
自分に合った乳がん検診を
- 04 寺田院長のんだんだ! 通信 (最終回)
- 05 健康豆知識
＼ここが知りたい!／おくなりQ&A
- 06 2026年10月 診療担当医師予定表

公式 LINE アカウント

Web での受診予約や外来予定表、健康講座などのイベント情報をご案内しています。ご登録お待ちしております!



● 理念 ●

生命を安心して
預けられる病院

健康と生活を守る病院

患者さまの権利と尊厳を
大切にする病院

● 患者様の権利 ●

1. 人格とプライバシーを尊重される権利
2. 良質の医療を受ける権利
3. 説明を受ける権利
4. 自己決定の権利
5. 個人情報保護の権利
6. 診療情報の提供を受ける権利
7. 健康教育を受ける権利
8. 宗教的支援に対する権利

● 医療における子どもの権利 ●

1. 人として大切にされ、自分らしく、生きる権利
2. 子どもにとって一番よいことを考えてもらう権利
3. 病院などで親や大切な人といっしょにいる権利
4. 必要なことを教えてもらい、自分の気持ち・希望・意見を伝える権利
5. 希望どおりにならなかったときに理由を説明してもらう権利



医療法人徳洲会 庄内余目病院

〒999-7782 山形県東田川郡庄内町松陽 1-1-1

TEL: 0234-43-3434 (代表) FAX: 0234-43-3435



当院は日本医療機能評価機構認定病院です。



病院ホームページ

URL: <http://www.amarume-hp.jp/>

発行: 庄内余目病院 / 企画・編集: 庄内余目病院広報委員会、企画広報室 / カバーデザイン・イラスト制作: ふるせしおり
※本誌に掲載されている記事・写真・イラストの無断転載・転用および複製等はご遠慮ください。



環境に配慮した「植物油インキ」
を使用しています。



見やすく読み間違えにくいユニバーサル
デザインフォントを採用しています。