

# 兵庫県細胞検査士会メールジャーナル

2022年  
1月  
号

## 【目次】

1. お知らせ
2. 地区委員のコラム（長岡）
3. せるツイート
4. 編集後記（ジャーナル担当）



## 1. お知らせ

- 1) 新年のご挨拶
- 2) 細胞診断能力開発プロジェクトについて
- 3) 2021年度 兵庫県臨床細胞学会・兵庫県細胞検査士会総会について

### 1) 新年のご挨拶:

兵庫県細胞検査士会 会長 鳥居良貴



会長 新年の挨拶

新年明けましておめでとうございます

皆様におかれましてはつつがなく新しい年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

感染力の強い「デルタ株」が猛威を振り過去最大の流行となった第5波は感染状況が急速に改善し、緊急事態宣言とまん延防止等重点措置が全域解除となりました。

しかし、2回のワクチン接種を受けているにもかかわらず新型コロナウイルスに感染してしまう

「ブレイクスルー感染」が各地で報告されています。

さらに新たな変異株「オミクロン株」がじわじわと広がりつつあります。

本来「ブレイクスルー」は突破、打破、打開等の意味で使われており、進化や進歩の障壁を従来にない方法によって突破することや、従来の考え方の枠を大きく打ち破った考え方で解決策を見出すという意味になります。

新型コロナウイルスの蔓延で、学会や研修会などはface to face での開催からWEBを利用した形式に移り変わっています。

今はコロナ禍で何ができるかですが、次に大事なことは何をやるかより、何をやりたいかということにつきますと思います。

まさに好機ととらえ、役員（理事）一同そして新規に招集した地区委員とともに、兵庫県細胞検査士会として新しい形の研修会やワークショップができるように臨みますので、ご協力のほどよろしくお願いいたします。

今後とも会員の皆さまと共に歩んでいきたいと思っています。

令和4年（2022年）1月吉日

## 2) 第2回 細胞診断能力開発プロジェクト(プロジェクトABCD)について: 兵庫県細胞検査士会 会長 鳥居良貴

いつも兵庫県細胞検査士会の活動にご理解、ご協力いただき誠にありがとうございます。  
兵庫県細胞検査士会メールジャーナルにもご案内しております「ABCDプロジェクト」。  
このプロジェクトはセルフスタディとして、Self-Study Survey(自己学習のための細胞テスト)を目的に  
教育的視野から自己学習を行う形式として実施しております。  
もちろん外部精度管理ではなく、また強制でもなく自由参加な自己学習テストです。  
「第2回ABCDプロジェクト」を届けさせていただきます。  
既に兵庫県細胞検査士会ホームページ(<http://hyogoct.com>)のトップページにあります「症例検討」に  
公開しております。  
症例検討 → パスワード入力くださいとありますから、半角にて下記入力ください。

**8AQ4hd63eF**

第1回と同様に、実際に試行していただき、ご意見ご感想がございましたら本メーリングリストに  
お寄せください。よろしくお願いいたします。

## 3) 2021年度 兵庫県臨床細胞学会・兵庫県細胞検査士会総会について

会員の皆様にお知らせ

令和3年度(2021年度)総会の議案審議ならびに採決について

先ハガキでご案内させていただきましたように、3月12日(土)に予定されています兵庫県臨床細胞学会  
ならびに兵庫県細胞検査士会の令和3年度(2021年度)総会はライブ配信にて開催されることになりました。  
つきましては、兵庫県臨床細胞学会の会員の皆様には、1月末に配布予定の総会案内に詳細は記して  
おりますが、2022年度予算など総会議案の審議につきましては電子的手段(Web)による投票形式で回答頂  
くことによって議決権を行使して頂き、その結果をもって採決の可否とすることになりましたので、どうぞ宜  
しく御協力をお願い致します。

形式は前回、前々回と同様にパソコン、スマホ等からの電子的手段(Web)と同じとなります。

方法: 兵庫県臨床細胞学会および兵庫県細胞検査士会の各ホームページに掲載します総会用URLに  
接続して頂き、1月末に配布します総会案内書類に記載された閲覧パスワードを入力して議案書を御確認  
のうえ、承認・非承認の何れかにチェックして御回答ください。兵庫県細胞検査士会の会員の方は兵庫県  
臨床細胞学会総会と兵庫県細胞検査士会総会の両方に御回答下さい。

ご協力のほどよろしくお願いいたします。

兵庫県臨床細胞学会 会長 小笠原利忠

兵庫県細胞検査士会 会長 鳥居良貴

なお、上記の議案審議ならびに採決はプレ総会として、当日総会の前の一定期間に行います。

同時にスライドカンファレンス問題も公開いたします。続いて当日総会では、プレ総会での結果報告、  
特別講演、スライドカンファレンス回答解説を行います。また当日総会に諸事情で参加できなかった会員や  
再度視聴したい会員の方々に向けて、総会后一定期間公開する予定であります。詳細は1月末発送の総  
会案内をご覧ください。

多数の皆様のご参加をお願い申し上げます。

## 2.地区委員のコラム

公立豊岡病院 長岡 克也

但馬地区・地区委員の長岡 克也です。

コロナで騒ぎだして、なんだかんだで2年ほど経過してしまいましたね。

旅行や外食をあまりしなくなり、おかげで家での糖分の摂取が増えました(汗)

居酒屋メニューや二郎系ラーメンが恋しいです。

ここ数年で難しいなあと思っていること、それは「work-life balance」です。

独身の頃は調整しやすく、仕事後本を読む時間を設け帰ってからは思いっきり遊ぶとか、研修会は趣味のラーメン屋開拓も兼ねてなるべく出かけるなど、今思うと仕事のon・offがわりと出来ていたと思います。

それが、結婚・出産・昇進などが色々と重なりここ5年ぐらいはバランスが崩れています。

共働きで子供が小さいため家では子供が寝るまでは自分の時間もなく、気がつけば寝る時間・・。

日々余裕が無く家でも仕事のことが気になるようになったり、勉強しようと本を買ってみても読まずにホコリをかぶっています。

それに追い打ちをかけるように、コロナや対人関係など職場でのストレスが重なり、不眠症等の持病を抱えてしまいました。現在は工作中体調不良のことが多く、また休みの日もなんだかんだでゆっくり出来ないことが多く土日はよく寝こんでいます。

これではいかんと、最近はonとoffをしっかりと切り替えるよう努力するようになりました。

休みの日は散歩やドライブをしてみたり、自分の好きな話題の読みやすい雑誌を読んできたりして、頭の中から仕事やストレスのことを追い出すよう努力しています。寝る前に瞑想を試してみたりもしています。

効果の程はまだなんともいえませんが・・ま、少しマシになったであろうと自己暗示かけてます(笑)

なんかいい手段無いかとちょくちょく調べています。

まだまだ子育ても仕事も大変ですが、本年もこつこつ頑張っていきたいです。

最後まで読んでいただき、ありがとうございました。



### 3.新コーナー

# せるツイート

～様々な角度から見てみよう～



「せるツイート」が今月号から新たに加わりました！

せるツイートでは、基本症例から難解症例、背景の物質や、油浸でみる細胞など様々な細胞像をゆる～いノリで出題または紹介いたします。

色んな角度から見た細胞像を気軽に共有しませんか？

もしかしたら、新たな発見があるかも！？

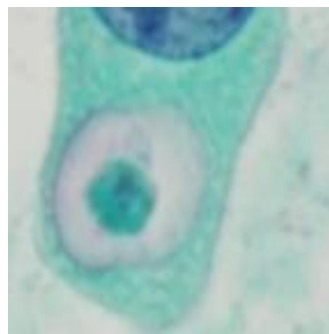
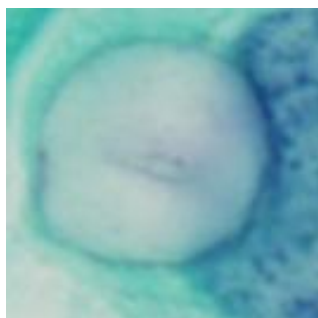
気になる細胞を「クイズ形式」や時には逆に教えてくださいと、「なげかけ形式」で紹介したいと思います。

※答え、ご意見は次号に掲載いたします。

それでは、記念すべき**第一回の症例はこちら↓**

これって何だろう！？

＜症例 1＞ 検体：乳腺（パパニコロウ染色）対物×100（油浸）



謹賀新年



## 4. 編集後記

ジャーナル担当：岡田、片山、黒田、坂本、濱武

あけましておめでとうございます。本年もどうぞよろしくお願いいたします。

2022年メールジャーナルがリニューアルされました。

これまでより、もっと見やすく分かりやすく会員の皆様に有意な情報をお届けできたらと思います。

新コーナーの「せるツイート」もゆる～く始めましたので、どうぞよろしくお願いいたします。

**※兵庫県細胞検査士会では、**

**メーリングリストへの登録をお願いしています！**

兵庫県細胞検査士会メーリングリストでは、メールジャーナルを初め、勉強会等、様々な情報を配信しています。

ご職場やお知り合いの方などで、登録が未だの方がいらっしゃれば、ぜひこの機会にお勧め下さい！皆様のご協力をお願いいたします。

メーリングリストへのご登録、変更および登録解除はこちらから↓

兵庫県細胞検査士会 メーリングリスト

<http://www.hyogoct.com/ml-info.html>

兵庫県細胞検査士会へのお問い合わせはこちらから↓

<http://www.hyogoct.com/office.html>

兵庫県細胞検査士会ホームページ↓

<http://www.hyogoct.com/index.html>