

# 兵庫県細胞検査士会 メールジャーナル

2024年  
12月号

## 【目次】

1. お知らせ
2. 役員・地区委員のコラム（神戸地区委員 小林）
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) 細胞診断能力開発プロジェクトについて
- 2) 第23回泌尿器細胞診(別府)カンファレンス学術集会 in 神戸について
- 3) 第16回神戸甲状腺診断セミナーのご案内
- 4) 令和6年度(2024年度)第41回兵庫県臨床細胞学会総会・第24回兵庫県細胞検査士会総会のご案内

### 1) 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。



## 2) 第23回泌尿器細胞診(別府)カンファレンス学術集会 in 神戸について

### 【開催要項】

会期：2025年2月15日 13:00～17:00 / 2月16日 8:30～12:30

テーマ：尿細胞診と尿沈渣の連携 ―相互理解と協力による尿検査の臨床的意義の向上―

会長：大崎 博之（神戸大学大学院 保健学研究科）

副会長：塚本 龍子（神戸大学医学部附属病院 病理部）

実行委員長：大沼 健一郎（神戸大学医学部附属病院 検査部）

事務局長：小林 真（兵庫県臨床検査研究所）

開催場所：神戸大学医学部会館(シスメックスホール)  
兵庫県神戸市中央区楠町7-5

開催形式：ハイブリット開催（ 現地 + オンライン ）

単位：細胞診専門医(1単位)  
細胞検査士(JSC:10単位、IAC:8単位)  
認定病理検査技師(認定番号24-026[A25、D5])  
認定一般検査技師(認定番号24-015)

参加登録期間：2024年11月11日～2025年1月31日

募集定員：会場 200人  
オンライン(リアルタイム+オンデマンド) 500人

参加費：(カンファレンス会員) 3000円  
(非会員) 5000円

プログラム等その他の詳細につきましては兵庫県細胞検査士会HPのお知らせにてリンクを掲示しますのでそちらからご覧ください

<https://hyogocet.com/>

### 3) 第16回神戸甲状腺診断セミナーのご案内

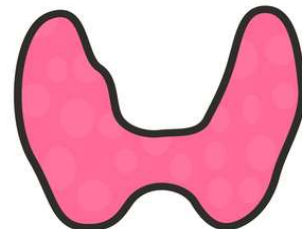
日時： 2025年2月15日(土) 13:00 ～ 18:00

会場： 神戸国際会議場

講演 テーマ「甲状腺疾患診断の KNACK & PITFALLS 」

詳細はホームページをご覧ください。また下記URLよりご登録ください。

<https://business.form-mailer.jp/fms/ff748c6b257821>



### 4) 令和6年度(2024年度)第41回兵庫県臨床細胞学会総会・第24回兵庫県細胞検査士会総会のご案内

日時： 2025年3月8日(土) 13:30 ～

※ 13:10より受付開始

会場： 神戸市教育会館(現地開催のみ)

※ 詳細は後日ご案内します。

## 2. 役員・地区委員のコラム

### 「初めての骨格矯正体験」

神戸地区委員  
神鋼記念病院 小林 建太

皆さん、細胞検査士という仕事柄、肩こりや腰痛に悩まされていませんか？僕は顕微鏡を見る時間が長いと仕事終わりには首が重く、肩がこることが多くなりました。ストレッチやマッサージを試しても一時的な効果しかなく、根本的な解決には至りませんでした。そんなとき、「骨格矯正」という言葉を耳にし、半信半疑で近くの整骨院を訪れることにしました。

施術前のカウンセリングで驚いたのは、日頃の姿勢や生活習慣がどれほど体に影響を与えているかということです。私の姿勢を見た施術者は、骨盤の歪みや肩の高さの左右差を指摘し、「これが首や腰の負担の原因になっています」と説明してくれました。いよいよ施術が始まります。正直、最初は不安でした。「骨をバキバキと鳴らされて痛いのでは？」と心配していましたが、実際は思ったほど強い痛みはなく、むしろ心地よささえ感じました。体を優しく押したり引いたりしながら、筋肉の緊張を緩めつつ、少しずつ骨格を調整していく施術方法でした。一瞬「ポキッ」という音がしたときは驚きましたが、それと同時に体がスッと軽くなるような感覚がありました。

施術後に立ち上がった瞬間、驚きました。まるで背が高くなったような感覚で、肩や首の軽さが全く違うのです。施術者から「骨盤が正しい位置に戻ったので、背筋が伸びやすくなっています」と言われ、体が喜んでいるのを実感しました。

その後も定期的に通うことで、日頃の体の使い方や姿勢への意識が変わりました。普段の座り方や歩き方に気をつけるだけで、肩こりや腰痛が徐々に減っていくのを感じます。骨格矯正は、ただ施術を受けるだけでなく、自分自身の体と向き合うきっかけにもなりました。

骨格矯正を始めて感じたのは、体の土台を整える大切さです。痛みや不調の根本原因にアプローチすることで、長期的に健康的な体を手に入れることができました。もし同じように悩んでいる方がいたら、ぜひ一度試してみてほしいと思います。体の変化にきっと驚くはずです。

最後まで読んでいただきありがとうございました。



### 3. せるツイート



～様々な角度から見てみよう～

「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。

※奇数月は問題、偶数月は回答やご意見を掲載いたします。

**症例18の回答はこちら↓**

これは何でしょうか？

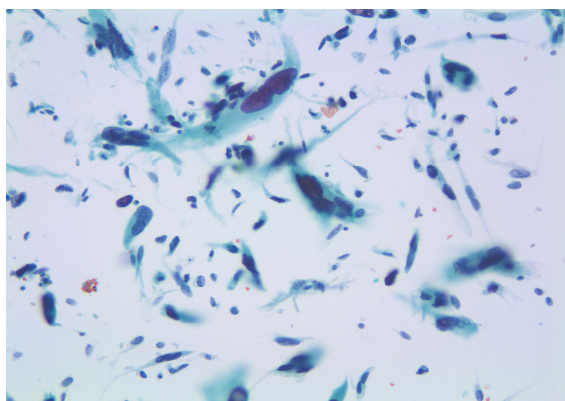
回答編

< 症例18 >

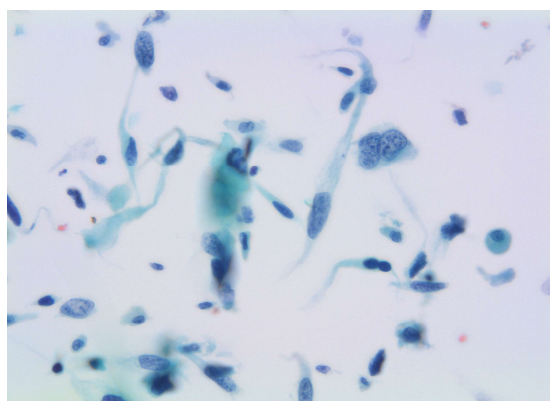
年齢：50歳代

性別：女性

検体：子宮体部 LBC



Pap. 対物 × 20 倍



Pap. 対物 × 40 倍

【回答】平滑筋肉腫 (Leiomyosarcoma)

【解説】紡錘形または繊維状で、細胞質はライトグリーン淡染、細胞質縁は不明瞭。核は楕円形で異型が強く、核縁肥厚はみられない。ときに多核細胞や核分裂像をみる。実は、ホルマリン固定後の組織を削ってLBC標本にした際の細胞像です。「組織診断を確認したら希少症例だった。細胞診標本にしておけば...。」と後悔する前にぜひ試してみたいかがでしょうか。

## 5. 編集後記

ジャーナル担当: 阿部、上山、岡田、片山、小林、坂本、濱武、山口

2024年も残りわずかとなりました。毎年思うことですがあっという間だなと感じます。

今年は役員、地区委員の方々と直接顔合わせする機会が増え、皆様の人となりを実感した一年だったかと思います。(飲み会の時とか特に。)

今月は忘年会シーズンということもあり、金土日の神戸は人で賑わっていました。

とはいえ寒い時期がこれから続くので、健康管理には十分にお気をつけ、

良いお年をお迎えください。

本年も大変お世話になりました。来年もよろしくお願いします。



※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

<https://hyogoct.com/con/index.php/hui-yuan-xiang-ke/ml-info>

兵庫県細胞検査士会へのお問い合わせはこちらから↓

<https://hyogoct.com/con/index.php/office>

兵庫県細胞検査士会ホームページ↓

<https://hyogoct.com/con/index.php>

