

やすらぎ通信

第 59 号（平成 27 年 10 月 1 日） 発行：大阪府立急性期・総合医療センター

神無月(かなづき)



(あべのハルカスより市内を臨む:10月1日は“展望の日”)

<目次>

喫茶室	・・・P.1
今月・来月の催し	・・・P.2
管理栄養士のコーナー	・・・P.5
今月のひまわりさん	・・・P.6

NEWS	・・・P.6
地域の医療機関の皆様へ	・・・P.9
今月の風景	・・・P.10
編集後記	・・・P.10

10月になりました。「スポーツの秋」です。ハッピーマンデー制度により、「体育の日」は10月の第2月曜日になりましたが、元々は1964年の東京オリンピックの開会式の日になんて制定されたものでした。2度目の東京オリンピックは新国立競技場や公式エンブレムでゴタゴタ騒ぎが続いていますが、世界中に日本のスポーツの底力とホスピタリティの高さ、治安の良さなどをアピールする絶好の機会です。是非とも早く軌道修正して成功に導いてもらいたいと願っています。

今は春に行っている学校もあるようですが、私が子どもの頃は皆秋に運動会がありました。初めての運動会は幼稚園の時です。徒競走のほか、どんな競技があったのか忘れてしまいましたが、練習は幼稚園の園庭で、そして本番の運動会は市の公園を借りきって行われたことだけは覚えています。

小学校に入って最初の運動会の日には確か天候があやふやで、中止になるのかどうか私も母親も気を揉んでいました。学校まで確認に行った近所の子のお母さんが「決行ですって」と言いに来てくださったのですが、「決行(ケッコウ)」の意味が分からず、「欠席」の「ケツ」が付くから「中止」なのかと一瞬残念がってしまいました。

3年生ぐらいになったときでしょうか、学校の方針だったと思うのですが、運動会本番で運動靴ではなく、地下足袋を履かされたことがありました。今の祭りで履くようなエアークッションの効いた地下足袋とは違い、足底まで布製でしたから運動場の石ころなどを踏むと痛いったらありやしません。「なんでこんな履かなあかんのやろ」と皆不満に思っていましたし、運動会が終わったときには地下足袋の裏は破れてボロボロ。次の年には運動靴に戻りました。

徒競走やリレー、玉入れなど運動会の競技そのものも勿論楽しみでしたが、もう一つの楽しみは家族とのお昼のお弁当です。近所の子らの家族も近くに場所を取って、一緒におにぎりを食べたり、卵焼きや赤い蛸ちゃんウインナーを食べたり。デザートは青い(緑色の)みかんの酸っぱさも思い出されます。

時代は流れ、親になってからは朝早くから場所取りのシートを敷きに行ったり、子どもが出場する競技は必死でビデオや写真を撮ったり。もう20年近く前のことになります。

徒競走で順番を付けるのは競争を煽り良くないとのことで止めになったり、親と一緒に弁当を食べられない子どもがいるので運動会の日も給食になったりしたと聞いたことがあります。今はどのような運動会なのかはよく知りませんが、また孫ができたらきっと3度目の体験をすることになるのだと思います。その時期がくるのを楽しみに待つこととします。



今月・来月の催し

【すこやかセミナー「知っ得、納得！！心筋梗塞とその予防」】

日 時 10月8日(木) 午後2時～3時
場 所 本館3階 講堂
講 師 看護部 心臓血管センター看護師 小泉智子
参加費 無料

【骨髓バンク支援「愛のかけはし」メンバーによる<秋のシャンソンコンサート>】

日 時 10月14日(水) 午後2時～3時
場 所 本館3階 講堂
出 演 柳井康子氏、荒木直子氏、葉月ルミ氏、
 淵上秀樹氏、翔 ユリ子氏、石田美智代氏(順不同)
主 催 医療サービス改善委員会

【相愛大学連携 第52回外来糖尿病教室

知って得する！ 糖尿病との付き合い方】

日 時 10月21日(水) 午後2時～3時
場 所 本館1階 アトリウム
内 容 24時間あなたの血糖値の推移がわかります
 (糖尿病内分泌内科主任部長 馬屋原 豊)
 低血糖について(薬局 薬剤師 的場美香)
 コンビニ活用術(栄養管理室 管理栄養士 笠井香織)
参加費 無料

【第42回相愛大学連携コンサート「ピアノトリオ」】

日 時 10月22日(木) 午後2時～3時
場 所 本館3階 講堂
出 演 西村奈菜氏、浦田 彩氏、中島紗理氏
入場料 無料

【すこやかセミナー「上手に食べて元気に長生き！」】

日 時 10月23日(金) 午前11時～12時
場 所 本館3階 講堂
講 師 栄養管理室 管理栄養士 山根泰子
参加費 無料



【(募集) 作品展 (コスモス会の開催と作品の募集について)】

今年も当センターとコスモス会の共催による作品展を10月26日(月)から28日(水)の3日間、本館3階講堂で開催する予定です。つきましては、出展作品を下記のとおり募集いたしますので、皆さん奮ってご応募ください。

応募資格	患者さんとその家族及び病院関係者
応募方法	出展ご希望の方は、当センター総務グループへお問い合わせください。(連絡先：06-6692-1201 内線2313)
応募作品例	絵画、写真、書道、手芸ほか
作品受付日	10月26日(月) 午前9時～10時
作品返却日	10月28日(水) 午後4時～5時

【第17回病院ギャラリー企画展 『グラフィックデザイナー 田中一光ポスター展』】

田中一光は、1930年奈良市に生まれ、幼少期から書や茶道といった日本の伝統芸術に触れ感性を培い、無印良品のアートディレクションなど、企業のシンボルマークや広告デザインを手がけ、日本のデザイン界に多大な影響を与えた人物です。

今回の展示は『グラフィックデザイナー田中一光ポスター展』と題し、各時代の色彩豊かで、すぐれたデザインのポスター27作品を展示します。

(本企画展は、大阪府江之子島文化芸術創造センターのご協力を得て実施します。)

開催期間	8月24日(月)～11月27日(金)まで
展示場所	本館2階 病院ギャラリー
展示作品	ポスター 27作品

【(予告) 第34回万代・夢寄席「旭堂小二三 秋の講談」】

日時	11月11日(水) 午後2時～3時
場所	本館3階 講堂
出演	旭堂小二三氏
入場料	無料

【(予告) すこやかセミナー

「高精度がん放射線治療の最前線～放射線技師の立場から、看護師の立場から～」

日時	11月12日(木) 午後2時～3時
場所	本館3階 講堂
講師	放射線治療科 西田 崇、看護部 寺本有紀子
参加費	無料



【(予告) リウマチ教室】

日 時 11月16日(月) 午後2時～4時
場 所 本館3階 講堂
内 容 関節リウマチの診断・検査・治療について
(免疫リウマチ科医師 吉田裕志)
関節リウマチ患者の日常生活の工夫と自助具の紹介
(作業療法士 池埜弥生)
手洗いは大事！感染予防を中心とした日常生活の注意点
(6階西病棟看護師 村上由希子、丸山千恵、藤原知美)
参加費 無料

【(予告) 第2回 糖尿病フェスタ「いつ知るの？いまでしょう！糖尿病」】

相愛大学とのコラボレーションによる「第2回糖尿病フェスタ」を開催します。
記念品もご用意しておりますので、皆様ぜひご参加ください。

日 時 11月21日(土) 午後1時30分～4時
場 所 本館3階 講堂、通路、保健教室
参加費 無料

【(予告) すこやかセミナー「振るえや痛みに対する新しい治療方法」】

日 時 11月27日(金) 午前11時～12時
場 所 本館3階 講堂
講 師 脳神経外科医長 谷 直樹
参加費 無料



～ちょっとおいしい話～

涼しくなり、食欲の秋が到来しました。今回は秋の味覚の一つである栗を使ったクリーム煮を紹介します。いつもはそのまま食べてしまう栗も、お料理に使えばおしゃれに変身します。

『栗と鶏のクリーム煮』

《材料》	(1人分)	(2人分)
鶏もも肉	50 g	100 g
栗(皮付き)	40 g	80 g
玉ねぎ	20 g	40 g
マッシュルーム	5 g	10 g
ローズマリー	適量	適量
白ワイン	25 cc	50 cc
生クリーム	50 cc	100 cc
バター	5 g	10 g
塩	1 g	2 g
こしょう	少々	少々

(1人前) エネルギー：463kcal たんぱく質：11.0g 脂質 36.3g 食塩相当量：1.1g

- ① 鶏肉は1口大に切り、塩こしょう（分量内）しておく。
- ② 栗は茹でて皮を剥き、マッシュルームと玉ねぎは薄切りにする。
- ③ フライパンにバターを熱し、鶏肉とローズマリーを入れて表面にこんがり焼き色をつける。
- ④ 鶏肉をフライパンの端に寄せ、玉ねぎとマッシュルームを炒める。
- ⑤ しんなりしたら栗、白ワインを加え、蓋をして蒸し焼きにする。
- ⑥ 火が通ったら生クリームを加え、塩こしょうで味を整えればできあがり。



栗は皮のつやがよく、色が明るい物で粒に重みのある物を選ぶと美味しい栗に出会えます。

今月のひまわりさん

各種窓口でセンターご利用のお手伝いをさせていただいている
医事事務委託会社ソラストの窓口担当を紹介させていただくコーナーです。

【(新) 画像診断科 松元さんの巻】

画像診断科の松元です。

画像診断科はレントゲンの受付や、CT・MR 検査の説明と予約を行っています。その他にも患者様が安全に、かつスムーズに検査を受けていただくための準備や CD-R の取込・出力を行っています。

CD-R の取込とは、患者様が持ってこられた CD-R の内容を当院のサーバーにコピーして先生が診察時にパソコンで見られるようにすることです。CD-R には患者様の情報が入っていますので、確認作業を怠らず、慎重に取り扱っています。

私は今年の 4 月に施設保全グループから画像診断科に異動となり、初めて患者様と接するようになりました。明るい挨拶や丁寧な話し方を心がけていますが、6 ヶ月経った現在でもとても緊張し、しどろもどろになってしまうことがあります。しかし、先輩方のサポートや患者様の優しさに触れ、少しずつ落ち着いて対応できるようになってきたと思います。

まだまだ、一人前にはほど遠いですが、一步ずつ確実に成長していけるよう日々努力していきます。

NEWS

【「医療相談」コールセンターのご利用を ー地域医療連携センターー】

患者さんやご家族などからの医療や病院利用に関するご相談に、専門の看護師が電話で応じさせていただく「医療相談」コールセンターを開設運用しております。是非お気軽にご利用ください。

電話番号は 06-6692-2800 (専用電話回線)

06-6692-2801 (専用電話回線)

相談日時 月曜日～金曜日 午前9時～午後5時

(年末年始、土・日・祝日除く)

相談対象 医療相談を希望されるご本人若しくはご家族等

相談員 看護師

【診察予約変更センター 9 診療科において診察の予約日・時間の変更を電話で受け付けています！】

当センターでは、下記の 9 診療科を対象に、電話で診察時間の予約の変更ができるよう「診察予約変更センター」を設置しています。是非、積極的にご活用ください。

なお、このサービスは初診に関しては行っておりませんので、ご注意くださいようお願いいたします。

(電話番号) 06-6692-1201 (代表)にダイヤルして
「予約変更センター」と言ってください。

(受付時間) 午後3時～午後5時(平日のみ)

(対象診療科) 呼吸器内科 消化器内科 糖尿病内分泌内科
皮膚科 形成外科 腎臓・高血圧内科
神経内科 脳神経外科 耳鼻咽喉・頭頸部外科

【入院治療費や外来での検査費用の概算を予めお知らせするサービスをしています】

当センターにおきましては、入院患者さんへのサポートを総合的・集約的に行う入院センター（やすらぎセンター）におきまして、ご入院申し込み時に予め標準的な治療を行った場合の概算費用をお知らせするサービスを行っています。

また、CT、MRI、RI、エコー検査など検査費用の概算を医療・福祉相談コーナーなどでお知らせするサービスも行っていきます。

【「急性期・総合医療センターの最新治療がわかる本」が出版中です！】

府民の皆さま向けに、当センターで行われている最新治療をご紹介する書籍を出版しました。当センターの医師や看護師らが、分かりやすく、簡潔に、しかも必要な情報はきちんと把握できるように執筆しています。

この本は、いわゆる医学書や診療ガイドブックではなく、健康なときから病気にかかったときまで、府民の皆さまがよりよい治療を選択する際に役立つ健康情報を掲載しています。病気を理解し、よりよい治療を選択するための案内書としてご活用いただければ幸いです。



価格：1,998円（消費税8%込）

◇当センター内のローソンや近隣の一般書店等で販売します。

◇当センター内のローソンでは、下記の方を対象に割引販売を実施します。

- ・当センターの診察券をレジで提示いただいた方
- ・当センターで開催されるイベント参加者にお配りする書籍の案内リーフ（割引券付き）をレジで提示いただいた方

割引価格：1,700円（消費税8%込）

【Facebook ページ開設のお知らせ】

当センターでは、公式 Facebook ページを開設しております。Facebook のアカウントをお持ちでない方でも、ご覧いただけます。

(URL) <https://www.facebook.com/osakageneralmedicalcenter>

※スマートフォンでご覧になる場合は、右の QR コードをご利用ください。



【医療費の支払いはキャッシュカードでできます！】

当センターの医療費自動精算機は、デビットカード対応となっておりますので、ほとんどの金融機関のキャッシュカードでお支払いができます。

これらの金融機関は J-Debit に加盟していますので、キャッシュカードに自動的にデビット機能が付与されているからです。(ただし、キャッシュカードでお支払いいただいた場合は即座に口座から引き落とされることとなるため、口座に引き落とし金額以上の残高が必要ですのでご注意ください。また、デビット機能が付与されていないカードもありますので、ご注意ください。)

このため、医療費の支払いのための現金を持たなくても、キャッシュカードさえあればお支払いが可能です。

また、引き落としの手数料は不要ですので大変便利です。是非ご利用ください。なお、合わせて一般のクレジットカードでのお支払いもできます。

【診察予約時間の表示変更について】

平成 26 年 12 月以降の予約より、診察予約時間の表示を変更いたしました。これまで、患者の皆様には 30 分単位の予約時間帯を案内していましたが、平成 26 年 12 月以降の予約は、予約時刻を案内しております。予約時刻に合わせてご来院くださいますようお願いいたします。

※ 診察は通常予約時刻順に行います。

当日の診療状況によりお待ちいただくことがあります。

再来受付機による受付番号は、診察順には関係ありませんのでご注意ください。

【やすらぎ通信はメルマガで！】

「やすらぎ通信」は、メルマガでも配信しております。ご希望の方は、当センターホームページの「メールマガジン申込」からアドレスを登録していただきますようお願いいたします。なお、ホームページの検索は、「大阪府立急性期・総合医療センター」にて可能です。

【(新) 形成外科からのお知らせ】

～下肢静脈瘤に対する高周波カテーテル治療のお知らせ～

当院では下肢静脈瘤の治療として、従来より行われてきた外科的治療と最新の血管内カテーテル治療を、患者さんの重症度や既往歴・併存症を考慮した上で適宜選択し施行しております。今回は、新たに保険認可となった最新の高周波カテーテル治療装置（以下RF）をいち早く導入したため紹介させていただきます。

非侵襲的な血管内カテーテル治療法として、平成24年1月国内で初めて保険適用となった980nmの連続波レーザー光を利用した装置を、当科でも近隣施設に先駆け導入しました。熱の作用を利用して血管を閉塞させる同装置は、当時行われていた他の術式と比べ、治療効果に関して遜色ない結果を得ることができましたが、術後の皮下出血や焼灼部に沿った痛み・ツッパリ感といった合併症が一定の頻度で発生していたのも事実です。いずれも数週間で消失するものではありませんでしたが、同症状に悩まれる患者さんに遭遇することは施術者としても悩みの種でありました。

今回導入したRF装置は、カテーテル内に装備されたセンサーによって「血管壁のみを選択的に」「効果を得るのに適切な温度を適切な時間だけ加える」ことができ、980nm連続波レーザー使用時のような術後合併症の頻度を大幅に減らすことが可能となりました。すでに導入後2か月が経過しましたが、以前のような合併症も発生せず、患者さんからの評判も良好です。

ただ、如何に優れた装置であっても、あまりに強く蛇行した血管ではカテーテルは通らず、また太くなりすぎた血管では十分に内腔が閉塞せず効果が不十分となり、古典的な外科的治療しか適応となりません。他の疾患と同様、早期発見・早期治療は静脈瘤においても当てはまります。明らかな血管の怒張が無くとも、足のだるさ・こむら返り・下腿内側の色素沈着等、静脈瘤の症状に共通する訴えや悩みをお持ちの患者さんがいらっしゃいましたら是非ご相談いただけますと幸いです。

形成外科主任部長 藤川昌和

高周波アブレーションカテーテル治療の特徴

- ・ 治療時間は片足20分~30分程度で「日帰り*」による手術が可能です。*医師の診断によります。
- ・ 傷跡はカテーテルを挿入するための小さな開口部のみです。
- ・ 下肢静脈瘤の治療としてアメリカで多く実施されている治療法の一つです。



*写真提供: Vein Institute of the North Shore, Beverly, MA
*結果には個人差があります。

今月の風景



(事務局 匿名希望「外交官の家」(撮影地：神奈川県横浜市))

編集後記

少し前に当センターの昔の写真を整理していたところ、職員運動会のモノクロ写真が出て来ました。出て来た写真は徒競走だったのですが、他にどんな競技をしていたのか、とっても気になります。

<お願い>

読者の皆様からも、今後の表紙と「今月の風景」を飾る写真の投稿をお待ちしております。ご投稿いただける方は下記宛先までお送りください。

【宛先】 kyuseisogo@opho.jp

【注意事項】

- ・ 投稿写真はご自分で撮影したオリジナルの作品に限ります。
- ・ タイトル、撮影日時、場所についてコメントをメール本文に記載ください。
- ・ 作品は著作権、肖像権を侵害するおそれのないものに限ります。

当センターは、当センターが「希望の医療空間」「よろこびの医療空間」「やすらぎの医療空間」となるよう日々努力しています。