

# やすらぎ通信

第 65 号（平成 28 年 4 月 1 日） 発行：大阪府立急性期・総合医療センター

卯月(うづき)



(当センター前「万領中央公園」の桜)

## <目次>

喫茶室	・・・P. 1
今月・来月の催し	・・・P. 2
今後のイベント予定	・・・P. 3
管理栄養士のコーナー	・・・P. 6
今月のひまわりさん	・・・P. 7

NEWS	・・・P. 7
地域の医療機関の皆様へ	・・・P. 10
今月の風景	・・・P. 11
編集後記	・・・P. 11

4月になりました。皆さん、お花見にはもう行かれましたか？ 毎年のことですが、桜のつぼみが次第に膨らみ、ぱっと満開の花を咲かせると、「春爛漫、いい季節だな」としみじみ思いますよね。その一方で、花の咲く時期が「別れ」と「出会い」の時期と重なるので、桜を見ると皆さん其々にいろんな思い出が蘇ってくるのではないのでしょうか。

私の遠い昔の思い出は「小学校の入学式」での桜です。少し大きめの真新しい制服を着た私が、多分着物姿だったと思うのですが、着飾った母に連れられ緊張した面持ちで迎えた入学式。校長先生やPTA会長の話など式の中身は全く思い出せませんが、終わった後、校庭だったか近所の公園だったかに咲いていた満開の桜のことは覚えています。後で幾度か見たその時母と二人で撮った写真も臉に浮かんできます。



ところで、小学校の入学式は4月の8日頃だったように記憶しているのですが、最近はまだもう少し早く桜が咲きますね。気象庁の調査などでも、やはり温暖化の影響で昔と比べて開花時期が早くなっているようです。

もう一つの思い出は、十数年ほど前ですが、東京に単身赴任した時の桜です。週の途中で年度が替わり、それまで慣れ親しんだ大阪から東京へ引っ越し、新しい職場で不安と緊張に包まれた木曜日、金曜日の長い長い2日間。それに引き替え、一緒に来ていた家族と楽しんだ土日はあっという間に終わってしまいました。家族も帰り本格的に単身赴任生活が始まる月曜日の早朝。大阪で日課にしていた仕事前のジョギングを東京でも続けようと近所へ走りに出かけました。少し走って石神井川の遊歩道に差し掛かった丁度その時です。それはそれは見事な桜を目の当たりにして、思わず立ち止まってしまいました。そんなに川幅の広くない石神井川の兩岸に植えられた桜の木々が満開で、正に「桜の花のトンネル」でした。

千鳥ヶ淵の桜や新宿公園の桜も確かに綺麗でしたが、事前にガイドブックやテレビなどで見ていたので、それほど感動しなかったのに対し、石神井川のあの桜はわざわざ見に行こうとして見たのではなく、ジョギングの最中に偶然通りかかった際に見たこと。そして生活環境や職場環境が変わって少し憂鬱になっていた心をぱっと明るく照らしてくれたこと。今までに見た桜の中で私の心と脳裏に残る一番綺麗で一番感動的な桜でした。満開の時期に是非もう一度見てみたいと思いますが、今度は前と違って心を揺るがすほど感動はしないかも知れませんね。でも美しさは変わらないと思います。私にとって日本一の桜です。

皆さんにとっての一番の桜はどこのだんな桜ですか？やはり桜は日本の「国花」ですね。

【第19回病院ギャラリー企画展 『創作木版画家 浅野竹二』】

開催期間 3月7日(月)～6月10日(金)

展示場所 本館2階 病院ギャラリー

展示作品 24作品

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ています。

【第37回万代・夢寄席「桂かい枝 春の落語独演会」】

日時 4月18日(月) 午後2時～3時

場所 本館3階 講堂

出演 桂 かい枝氏

入場料 無料

【相愛大学連携 第58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 4月20日(水) 午後2時～3時

場所 本館1階 アトリウム

内容 今、話題の糖尿病薬～SGLT2阻害薬についてもう一度お話しします～

(糖尿病内分泌内科主任部長 馬屋原 豊)

検査のはなし(臨床検査科 臨床検査技師 谷 恵理子)

始めよう減塩生活(栄養管理室 管理栄養士 未定)

参加費 無料

【すこやかセミナー「自然気胸の診断と治療」】

日時 4月22日(金) 午前11時～12時

場所 本館3階 講堂

講師 呼吸器外科主任部長 大森謙一

参加費 無料

※3月号でお伝えしていたテーマから変更となりました。

【すこやかセミナー「パーソナリティ障害の理解と関わり方

～パーソナリティ障害について知っておきたい基礎知識～】

日時 5月12日(木) 午後2時～3時

場所 本館3階 保健教室

講師 精神科診療主任 福本素由己

参加費 無料



## 【相愛大学連携 第59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 5月24日(火) 午後2時～3時  
場 所 本館1階 アトリウム  
内 容 糖尿病教育入院について(糖尿病内分泌内科医長 藤木典隆)  
糖尿病の運動療法(リハビリテーション科 理学療法士 山本麻美)  
外食を上手に利用しよう(栄養管理室 管理栄養士 未定)  
参加費 無料

## 【リウマチ教室】

日 時 5月24日(火) 午後2時～4時  
場 所 本館3階 講堂  
内 容 関節リウマチの治療 2016年(免疫リウマチ科主任部長 藤原弘士)  
リウマチ患者の栄養管理(栄養管理室室長 山根泰子)  
フットケアで感染予防(糖尿病看護認定看護師 後藤博美)  
参加費 無料

## 【すこやかセミナー「ほくろやしみの治療について」】

日 時 5月27日(金) 午前11時～12時  
場 所 本館3階 講堂  
講 師 形成外科医師 長山裕美  
参加費 無料

## 今後のイベント予定

《万代・夢寄席》

万代・夢寄席では、落語や講談、太神楽といった日本の古典芸能がお楽しみいただけます。多くの方に笑う事で元気になっていただくことを目的として開催しています。



日程(時間は全て午後2時～3時)		出演者
2016年	4月18日(月)	桂かい枝氏
	6月8日(水)	旭堂小二三氏
	7月21日(木)	豊来家玉之助氏
	8月1日(月)	三代目桂春團治一門会(桂春蝶氏、桂小梅氏)
	9月中旬予定	桂かい枝氏
	11月8日(火)	旭堂小二三氏
2017年	1月5日(木)	豊来家玉之助氏
	2月中旬予定	三代目桂春團治一門会(出演者未定)

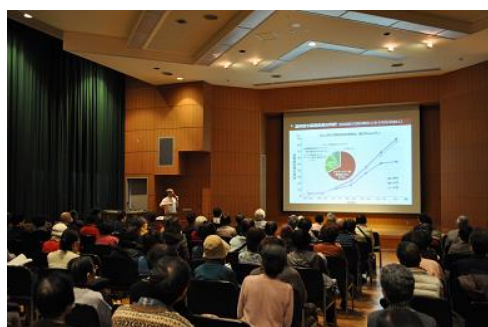
《すこやかセミナー》

すこやかセミナーは府民の皆様を対象としたセミナーです。  
当センター医師や医療従事者が講師となって、医療や健康にまつわる役立つ情報をお届けしています。



日程、場所	時間	テーマ	所属	演者
4月22日(金) 講堂	午前11時 ～12時	自然気胸の診断と治療	呼吸器外科 主任部長	大森謙一
5月12日(木) 保健教室	午後2時 ～3時	パーソナリティ障害の理解と関わり方 ～パーソナリティ障害について知っておきたい基礎知識～	精神科 診療主任	福本素由己
5月27日(金) 講堂	午前11時 ～12時	ほくろやシミの治療について	形成外科 医師	長山裕美
6月9日(木) 保健教室	午後2時 ～3時	あなたの家族はむせていませんか？～気をつけたい食事と肺炎の関係～	摂食・嚥下障害看護認定 看護師	山本陽子 井上文子
6月24日(金) 講堂	午前11時 ～12時	ご存知ですか！あなたのお役にたちます相談員	患者総合支援センター	逸見尚子
7月14日(木) 保健教室	午後2時 ～3時	眼精疲労とその対策	眼科 主任部長	内堀恭孝
7月22日(金) 講堂	午前11時 ～12時	ふえてます！乳がん～診断・治療からの最新の検査まで～	乳腺外科 診療主任	綱島 亮
8月26日(金) 講堂	午前11時 ～12時	日ごろよく見かける子どもの外科疾患 その2	小児外科 主任部長	中村哲郎
9月8日(木) 講堂	午後2時 ～3時	肺がんとはどんな病気	呼吸器内科 主任部長	上野清伸
9月23日(金) 講堂	午前11時 ～12時	アンドロロジー（男性学）とは何か？	泌尿器科 主任部長	高尾徹也

～開催風景～



《相愛大学連携 外来糖尿病教室》

外来糖尿病教室は当センターと相愛大学が連携して開催している、府民の皆様を対象としたセミナーです。糖尿病の治療に関する知識や、薬や食事の注意点など、糖尿病に関する最新情報をお伝えしています。



日程	テーマ	所属	演者
4月20日(水)	今、話題の糖尿病薬～SGLT2 阻害薬についてもう一度お話しします～	糖尿病内分泌内科 主任部長	馬屋原 豊
	検査のはなし	臨床検査科 臨床検査技師	谷 恵理子
	始めよう減塩生活	栄養管理室 管理栄養士	未定
5月24日(火)	糖尿病教育入院について	糖尿病内分泌内科 医長	藤木典隆
	糖尿病の運動療法	リハビリテーション科 理学療法士	山本麻美
	外食を上手に利用しよう	栄養管理室 管理栄養士	未定
6月22日(水)	炭水化物は糖尿病の敵なの？ 糖質制限食について考えよう	糖尿病内分泌内科 医師	藤田洋平
	体重の話 ～どうしたら痩せられるの？～	糖尿病看護認定看護師	後藤博美
	「間食」していませんか	栄養管理室 管理栄養士	未定
7月19日(火)	糖尿病の大事なキーワード「し・め・じ」 って何？糖尿病の三大合併症について	糖尿病内分泌内科 医師	清水彩洋子
	糖尿病の内服薬について	薬局 薬剤師	未定
	おいしい減塩食	相愛大学 講師	岸田由岐氏
9月21日(水)	糖尿病の大事なキーワード「え・の・き」 って何？糖尿病の大血管障害について	糖尿病内分泌内科 医師	笠井乃梨子
	眼底検査	臨床検査科 臨床検査技師	藤田 武
	骨のための糖尿病食	相愛大学 准教授	竹山育子 氏

## 管理栄養士のコーナー



### ~ちょっとおいしい話~

すっかり春の陽気になり、お弁当を持って行楽に行きたい季節になりました。お弁当に入れてもおいしいおかずを1品ご紹介します。

《材料》	(1人分)
豚ロース (薄切り)	60 g (3 枚)
こしょう	少々
アスパラガス	3 本
醤油	小さじ2 杯
料理酒	小さじ2 杯
みりん	小さじ2 杯
しょうが (すりおろし)	適量

(1人分) エネルギー：229kcal たんぱく質：13g 脂質：13g 食塩相当量：1.6g

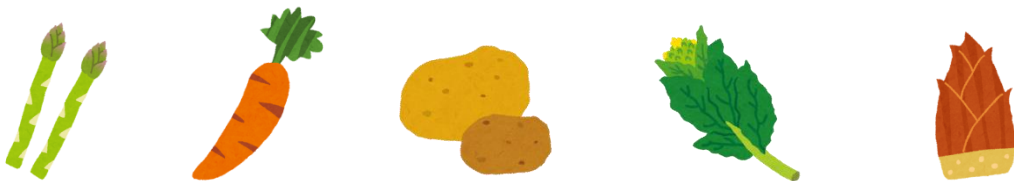
- ① 豚肉にこしょうをふっておきます。
- ② アスパラは下のほうをピーラーで皮をむき、豚肉の大きさに合わせて3等分程度に切ります。
- ③ 切ったアスパラを3つずつ豚肉で巻いていきます。お弁当に入れる場合は、爪楊枝をさしておくとお食べやすくなります。
- ④ フライパンを熱し、巻き終わりを下にして焼いていく。転がしながら全体に火を通します。
- ⑤ 調味料を加えて味付けします。お好みでしょうがの量は調節してください。

★野菜を肉で巻くことで、ボリュームの割に低エネルギーに抑えられるメニューです。

豚肉を脂身の少ない部位に変えるとさらに低エネルギーにできます。

★塩分を控えたい場合は、調味料を減らして豆板醤やコチュジャン、七味唐辛子などを加えてピリ辛にするのもオススメです。しょうがを増やしてもOK!

★今回は、巻きやすいアスパラを使用しましたが、にんじんを入れると彩りもキレイになります。また、菜の花やたけのこ、新じゃがなどの旬の食材を巻いても楽しめます。お気に入りの食材を探してみてください。



栄養管理室 管理栄養士 笠井香織

## 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。

### 【入院窓口担当 菌さんの巻】

私が勤務している入院窓口では、「おはようございます。本日もよろしくお願ひ致します。」という朝の挨拶から一日が始まります。窓口前一行に並んで、前にいらっしゃる患者様に一礼した時、私たち自身、「今日も一日頑張ろう！」という気持ちになります。

入院窓口の主な業務は、入院の事前申し込みや当日緊急入院の手続きです。

窓口には、毎日たくさんの方が来られます。何人ものご家族に付き添われて入院される方、杖をつきながら、お一人で手続きに来られる方、ご友人と来られる方など様々です。

入院はどなたにとっても喜ばしいものではなく、不安が伴うものです。私たちにできることはわずかですが、丁寧に説明することや、笑顔で対応する事だと考えています。忙しい窓口業務に追われると、十分に対応できていない事もあると思いますが、これからも入院窓口スタッフと共に、頑張っていきたいと思ひます。

## NEWS

### 【ボランティア活動のお知らせ】

病院ボランティアの活動は、病院を訪れる患者さんやご家族の気持ちを癒し、和らげ、安心感につながるとともに、ボランティア自身も新たな気づきが生まれます。当センターでは、採血室受付や図書コーナーでの活動のほか、入院時の病棟への案内、さらには、大阪府鍼灸マッサージ師会の協力を得て、ハンドマッサージを実施しています。

今回、リハビリ病棟の長期入院患者さんを対象に、理髪ボランティア（有償）をスタートしました。プロの理容師によるカットが、車いすのままでも可能なこともあって、さっぱりした、気持ちがいいと好評を得ています。

また、2月23日の午後、小児科病棟をクリニクラウン（臨床道化師）が訪問し、入院生活を送っている子どもたちに、笑顔をもたらしてくれました。クリニクラウンは、子どもたちが子ども本来のチカラを取り戻し笑顔になる環境を創るために活動しており、子どもたちとご家族には、本当に嬉しい顔、喜ぶ顔、歓声で、楽しい時間を過ごしていただきました。

これらの活動状況は、当センターホームページで紹介していますので、是非ご覧ください。

多くの方々に病院ボランティアのご参加をいただきたいと思ひます。

(URL) <http://www.gh.opho.jp/recruit/10.html>



## 【「急性期・総合医療センターの最新治療がわかる本」と

### 「当センターの60周年記念動画」をホームページで公開しています！】

平成26年春、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紹介した書籍を出版しましたが、このたび一部を時点修正し、当センターホームページからすべての内容をご覧いただけるようにしました。

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執筆しています。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情報としてご活用いただければ幸いです。

また、当センターは平成27年で創立60周年を迎えました。これを記念して作成した動画も公開しています。当センターの沿革や概要、治療方針などを分かり易く紹介しています。是非ご覧ください。

いずれもトップページ下部からご覧いただけます。(URL) <http://www.gh.opho.jp/>

## 【「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。

### 【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。

### 【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。

### 【4月からの新しい体制について】

3月31日付で、院長 吉岡敏治、薬局長 室井政子が退任いたしました。

4月からは、院長制を廃止し、総長・病院長体制となります。また、新たに血液・腫瘍内科を開設します。

<4月1日付>

総長	後藤満一
病院長	福並正剛
血液・腫瘍内科 主任部長	中川雅史
薬局長	田中恵美子

今後ともよろしくお願ひ申し上げます。

### 【乳腺外科からのお知らせ～病診連携研修会のお知らせ～】

当センターでは、病診連携、病病連携を緊密なものとするために主に地域医療連携センターの企画でいろいろな行事・催しを行っております。その一環として年に数回開催される病診連携研修会というものがございますが、本年3月10日（木）に開催された病診連携研修会を乳腺外科で担当させていただきました。

一般演題の1題目は、当科の綱島 亮診療主任が遺伝性乳がん卵巣がん症候群に関する話をさせていただきました。遺伝子異常が原因で発症する遺伝性乳がんは全乳がんの5-10%で、そのうち約半数がBRCA1、BRCA2 遺伝子変異により起こる「遺伝性乳がん卵巣がん症候群（Hereditary Breast and Ovarian Cancer: HBOC）」であると考えられています。女優のアンジェリーナ・ジョリーは、これにより乳がん発症の可能性が87%と診断され、その後予防的両側乳房切除と再建手術を受けたことがセンセーショナルに報道されました。当センターでは平成28年1月より、HBOCに対処すべく遺伝子検査、および遺伝カウンセリングが行えるようになりましたので、これについてご紹介いたしました。

2題目は、当科の三宅智博診療主任が乳がん手術における乳房再建に関する話をさせていただきました。最近10年の間に乳がん手術における乳房再建の様々なテクニックが確立し、これを用いて美容的に優れた乳房を残すことが可能となってきました。これまで当センターで行ってきた乳がん手術における乳房再建の実際をお見せし、その成果について報告いたしました。

特別講演は、大阪大学大学院医学系研究科 乳腺内分泌外科の野口眞三郎教授にお越しいただき、乳がんに関する最新の話題についてお話していただきました。乳がん薬物治療において、最適な薬剤を選択する上で遺伝子検査が広く用いられるようになってきています。大阪大学では国内でもパイオニアとして乳がんの遺伝子解析をテーマに研究に取り組みされており、これについて野口教授にわかりやすく概説していただきました。

この病診連携研修会を通して、地域の医療機関の方々との連携を緊密にしていき、患者さんに対してより最良の医療を提供して参りたいと考えております。

よろしくお願ひいたします。

乳腺外科主任部長 元村和由

## 今月の風景



### 【コメント】

荒山公園は、多治速比売神社の敷地の一部を取得して造られた、総面積 17 ヘクタールの総合公園で、梅林は、昭和 59 年から昭和 60 年にかけて、面積 2.7 ヘクタールの土地に植栽されました。

現在、50 品種・約 1400 本あり、2 月中旬から 3 月上旬に見頃を迎えます。(荒山公園 HP より)

梅は櫻に次いで、日本を代表する花ではないかと思われます。しかし、櫻ほどのエンターティナーではありませんが、その楚々とした花姿には趣を感じますし凛々しさも伝わってきます。ことに繊細な花心の表情がとても美しく、初々しさを覚えるシベの鮮やかさやデリケートな雰囲気が写欲をそそります。

(阿倍野区医師会 伊藤医院 伊藤一男 氏撮影)

「ウメ・梅・うめ 荒山公園・梅林」(撮影地：堺市 荒山公園梅林)

## 編集後記

今月の表紙の写真は、当センター目の前にある万領中央公園の桜です。桜も見事ですが、花壇に咲いているパンジーも愛らしいので、当センターを訪れる時は上ばかり見上げるのではなく、足元にもご注目ください。

<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](mailto: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。