

やすらぎ通信

第66号（平成28年5月1日） 発行：大阪府立急性期・総合医療センター

皐月(さつき)



(中之島公園のバラ)

<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
今月のコンシェルジュ	・・・P.6

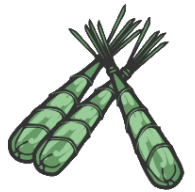
NEWS	・・・P.6
地域の医療機関の皆様へ	・・・P.9
今月の風景	・・・P.10
編集後記	・・・P.10

このたびの熊本地震で被災された方々にお見舞い申し上げますとともに、お亡くなりになられた方々のご冥福をお祈りいたします。大阪府立病院機構では震災直後から、災害時派遣医療チーム(DMAT)や医療救護隊を派遣しています。一日も早い復旧、復興をお祈り申し上げます。

さて、この「喫茶室」を担当して2年目を迎えます。毎月、その月に因んだウィットに富んだ話を書かねばと思っはいるのですが、如何せん知識が乏しいもので、自分自身の思い出ばかりになってしまい申し訳ありません。今月もそんな話ではありますが、最後までお付き合いいただければ幸いです。

5月と言えば「こどもの日」。「鯉のぼり」の話は去年書きましたので、今回は童謡「背くらべ」に出てくる「ちまき」についての話から始めていきたいと思ひます。

小さい頃に初めてこの歌を聞いた時、「ちまき」って何だろうと思ひました。「ちまき食べ食べ兄さんが・・・」との歌詞なので食べ物、おやつなんだろうと思ひましたが、こどもの日のおやつは我が家では「柏餅」しかありません。どんなおやつなんだろうな、と思ひながらも、父親譲りの甘いものが大好きな私は柏餅さえあれば幸せでした。初めて「ちまき」を口にしたのはいつだったか記憶が定かではありませんが、随分大きくなってからだったと思ひます。餡子は入っていませんが、笹の葉の香りとほんのり塩味がして、これはこれで美味しいものでした。



父の話をしてしましたが、私の父は本当に甘いものが大好きでした。父が子どもの頃、饅頭を一度に20個食べた、とよく言っていました。昔のことですから、父のきょうだいも多く、一人でそんなに食べられたのか、と疑ってしまいますが、父ならではの「秘策」があったのです！沢山の饅頭を前にしたきょうだいの中で、父はいち早くその饅頭の一つを手に取り、もう片方の手の指先を舐め、その指を素早く残りの饅頭の上につけていったそうです。「唾をつける」という言葉がありますが、幼い頃の父は悪知恵を働かせて饅頭を殆ど一人占めしていたんですね。20個はオーバーだと思いますが、この話は伯父や叔母からも笑い話として聞いたことがあります。

饅頭好きの父は、私が子どもの頃、仕事で難波に行くと帰りによく「酒饅頭」を買ってきてくれました。初めて手に取った時のあの柔らかさ、口に近づけた時のほのかな酒の香り、一口かじった時のほっぺたが落ちそうなくらいの美味しさを今も思い出します。あの酒饅頭のお店は今もあるのでしょうか？店の名前は父から聞いたかも知れませんが、幼かったし、食べるのに夢中で覚えていないのが残念です。

あの酒饅頭が食べられない今、一番よく食べるのは「桜餅」です。薄い桜の葉っぱに包まれ薄い桜色に染まった小さくて上品な桜餅。未だチャレンジしたことはありませんが、この大きさなら父に負けず一度に20個は食べられそうな気がします。



今月・来月の催し

【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。

【『看護の日』 ～あなたの笑顔であったかいんだから～】

日時 5月12日（木）

内容 第1部：午前10時30分～11時30分

本館1階アトリウム：アロママッサージ

本館2階8番外来前：骨密度測定

第2部：午後2時～3時30分

本館3階講堂：大道芸・〇×クイズ・健康体操

パープルシンガーズによるコーラス

参加費 無料



【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（糖尿病内分泌内科副部長 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 谷菜穂子）

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

【第46回相愛大学連携コンサート「ピアノ」】

日 時 5月26日(木) 午後2時～3時
場 所 本館3階 講堂
出 演 山崎雅世氏
入場料 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

【第38回万代・夢寄席「夏の講談」】

日 時 6月8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

【すこやかセミナー「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関係～】

日 時 6月9日(木) 午後2時～3時
場 所 本館3階 保健教室
講 師 看護部 摂食・嚥下障がい看護認定看護師
参加費 無料



【府民公開講座「意外と多い身近な疾患～静脈瘤の病態と治療～」】

日 時 6月11日(土) 午後1時30分～3時 (午後1時開場)
場 所 本館3階 講堂
講 師 形成外科医長 門脇未来
参加費 無料



【相愛大学連携 第60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 6月22日(水) 午後2時～3時
場 所 本館1階 アトリウム
内 容 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 谷菜穂子)
参加費 無料

【すこやかセミナー「ご存知ですか！】

あなたのお役にたちます相談員】

日 時 6月24日(金) 午前11時～12時
場 所 本館3階 講堂
講 師 患者総合支援センター 逸見尚子
参加費 無料



【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日から28日の間、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・人事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(水) 午前9時～10時
作品返却日 10月28日(金) 午後4時～5時

管理栄養士のコーナー

～ちょっとおいしい話～

夏が近づいてきました。今回はこの季節におすすめのさっぱりとしたゼリーを紹介します。果物は旬の夏みかんでもいいですが、年中手に入るグレープフルーツを使用しています。お砂糖の代わりに低カロリー甘味料を使用していますので、体重が気になる方にもおすすめです。



《材料》	(4 個分)
グレープフルーツ (夏みかんでも)	1 個 (450 g)
★ { 低カロリー甘味料	大さじ 2
水	200 ml
粉ゼラチン	5 g
ミントの葉 (あれば)	4 つ

(1 個分) エネルギー : 34kcal たんぱく質 : 1.9g 脂質 : 0.1g 炭水化物 : 7.5g

- ① グレープフルーツを横半分に切る。片方は果汁 (100ml 程度) を搾りとり、もう片方は種をのぞき、実をスプーンなどで取り出す。
- ② 鍋に★を入れて、火にかけて沸騰させて甘味料を溶かす。
- ③ 鍋の火を止め、粉ゼラチンを入れて完全に溶かす。
- ④ ③と①の果汁を混ぜる。
- ⑤ ①の実を容器に入れて、④を流し込み、あら熱をとる。
- ⑥ 冷蔵庫で1時間程度冷やし固めて、ミントの葉をのせれば完成。



栄養管理室 谷 菜穂子

今月のコンシェルジュ

平成 28 年 4 月 1 日よりコンシェルジュのメンバーが
代わりましたので、紹介させていただきます。

【コンシェルジュ 佐野さんの巻】

4 月 1 日よりコンシェルジュ業務を請け負う事になり、現在 6 名のメンバーで業務についております。主な勤務場所は、正面玄関および 1 階フロアです。病院にお越しになる多くの患者様に、安心して診察を受けて頂けるよう、案内業務を中心に、様々なサポート業務を行っています。

コンシェルジュには細やかな気配りと接客スキルが求められます。病院様の顔として接客の最前線に立たせていただけることを感謝すると同時に、対応一つで病院様のイメージが左右されることもあるため、責任の重さを痛感しております。またコンシェルジュは「笑顔」と「親しみやすさ」をベースにした中で、思いやりの心や患者様の視点に立った接客をお届けしなければなりません。

勤務し始めてまだ日が浅いため、沢山の方に助けていただいておりますが、それに甘えることなく精進してゆきたいと思っておりますので、皆様どうぞよろしくお願い致します。

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、病院に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、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。

また、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。

さらに、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おりますので、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います。

(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。

【免疫リウマチ科からのお知らせ～免疫リウマチ科の診療のご案内～】

免疫リウマチ科では、関節リウマチを中心とする膠原病、気管支喘息を中心とする成人アレルギー疾患の診療を行っております。

1. 関節リウマチ（RA）：有病率が高い疾患であることもあり地域の先生方との病診連携治療を基本としております。治療の進歩により、ほとんどの患者さんで疾患活動性のコントロールが可能となりました。とりわけ、有効性が極めて高い生物学的製剤（TNF 阻害剤、IL-6 阻害剤、T 細胞選択的共刺激調節剤）や JAK 阻害剤に関しては、関節リウマチ・バイオサポートセンターにて投与前・投与中の評価は勿論、救急に強い病院だからこそできる合併症受け入れを含めた徹底サポートを行っております。

2. 気管支喘息：気管支喘息専門外来での鑑別診断や吸入薬の選択を含めた治療調節は勿論、ER、呼吸器内科、高度救命救急センター、ICU とも連携し喘息発作の受け入れを積極的に行っております。気管支喘息の診療に有用な検査である“呼気中一酸化窒素濃度（呼気 NO : FeNO）検査”を平成 27 年 11 月より開始しました。気管支喘息も日常は逆紹介を大原則としております。

3. 関節リウマチ以外の膠原病に関しましては、平成 27 年より新しい難病医療費助成制度の開始により、これまでより多くの膠原病が指定難病となったため、地域の先生方からの専門施設へのご紹介が重要となりました。膠原病に関しましては、とりわけ全身の臓器を障害する可能性があるために、産婦人科、呼吸器内科、神経内科、腎臓・高血圧内科、血液・腫瘍内科、ICU など全ての診療科の整った当センターでの精査が患者さんにとって最適と考えます。

いずれの疾患に関しましても、日常の連携がなくても原則救急は受け入れます。

関節リウマチ・喘息・膠原病の診療を通じて、地域医療に貢献していきたいと存じますので、これまで以上のご紹介をよろしくお願い申し上げます。

免疫リウマチ科 主任部長 藤原 弘士



今月の風景



【コメント】

カタクリは3－4月に咲くユリ科の花。山地の林の中に棲息する多年草。花言葉は「謙遜、尊重される」

早春に2枚の葉の間から出した花茎の先に、淡い紅紫色の花びらを後ろにそらして、勢いよく前におしべを出している。下向きに咲き、花弁は6枚で、中心には6本のおしべと1本のめしべ、濃い紫色の模様があり、日中は花弁が大きく外側に反り返り、日が暮れると閉じる性質が特徴です。

(阿倍野区医師会 伊藤医院 伊藤一男 氏撮影)

「カタクリ (春の妖精)」(撮影地：奈良県宇陀市大宇陀上新・森野旧薬園)

編集後記

今月より編集担当が代わりました。表紙の写真は、中之島公園のバラです。およそ3,700株のバラが咲き誇る光景は圧巻です。天気の良い日には、バラ園散策と隣の芝生広場でひなたぼっこをしたいと思います。

<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。