

やすらぎ通信

第72号（平成28年11月1日） 発行：大阪府立急性期・総合医療センター

霜月(しもつき)



（大阪府岸和田市 岸和田城の紅葉）

<目次>

| | |
|------------|--------|
| 喫茶室 | ・・・P.1 |
| 今月・来月の催し | ・・・P.2 |
| 今月のひまわりさん | ・・・P.4 |
| 管理栄養士のコーナー | ・・・P.5 |

| | |
|-------------|---------|
| NEWS | ・・・P.6 |
| 今月の風景 | ・・・P.10 |
| 地域の医療機関の皆様へ | ・・・P.11 |
| 編集後記 | ・・・P.13 |

11月です。このところ毎月休みの日の話をしていますが、今月の3日は「文化の日」、そして23日は「勤労感謝の日」です。私事で恐縮ですが、その勤労感謝の日は私の誕生日でもあります。誕生日を聞かれて「11月23日」と答えると「いつも休みの日です」とよく言われます。

半世紀以上前に泉州は岸和田で生を授かった私は父親の行きつけの理髪店の店主に「宗吉(そうきち)」と名付けてもらいました。父親が和歌山出身なので、紀州藩主だった徳川吉宗の名にあやかっただと思います。けれども私は小さい頃、自分の名前が何だか古臭くて子どもらしくないので、理髪店のおじさんや両親には申し訳ないのですが、正直なところ余り好きではありませんでした。せめて読みが「むねよし」なら未だましだったのに、と思っていました。小学校に上がった時には、出席簿で名前を呼ばれるのがちょっと恥ずかしくて嫌でした。またある時、一人でテレビを見ていると、男の人の写真と「〇〇宗吉」のテロップが映し出されました。初めて自分と同じ名前の人の存在を知って興奮したのも束の間、それはある事件のニュースでした。

でも高校生になって転機が訪れます。ある日、歌人の斎藤茂吉さんと作家の北杜夫さんが親子で、何と北杜夫さんの本名が「斎藤宗吉」さんだということを知ったのです。読み方も同じ「そうきち」です。思わず嬉しくなりました。北杜夫さんの作品は教科書で習った「どくどくマンボウ航海記」ぐらいしか読んでことがなかったのですが。

それからはいいこと続きです。前の職場で全国の自治体関係の記事を読んでいた時、東北地方のある町の町長さんのお名前が「宗吉」さんだと知りました。嬉しくなった私は全く縁もゆかりもありませんでしたが、その町のHPから広報担当の部署に「貴町の町長さんと下の名前が同じなんです」とメールを送ったところ、町長さんに伝えてくださったようで、メッセージと観光パンフレットを送っていただきました。

そして今年の春の朝ドラです。主人公一家が働いていた弁当屋の主の名前も「宗吉」さん。最初はちょっとイケズな役だな、と思いましたが、主人公たちを励まし支えるいい役で嬉しくなりました。ただその主のお母さんが「宗吉！」と言って叱り飛ばすシーンでは私まで怒られているようで思わず背筋がピンとなりました。

読書の秋、行楽の秋です。北杜夫さんの本を読み、未だ行ったことのない東北の町にもいつかは行ってみたいと思います。



今月・来月の催し

【第21回病院ギャラリー企画展 『伊藤継郎の世界』】

開催期間 9月12日(月)～12月9日(金)

展示場所 本館2階 病院ギャラリー

展示作品 26作品

本企画展は、大阪府立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6回 リウマチ教室】

日時 11月7日(月) 午後2時～4時

場所 本館3階 講堂

内容 関節リウマチの環境要因・診断・治療について

(免疫リウマチ科診療主任 前田 悠一)

リウマチのお薬について

(薬剤師 福地 祐哉)

おうちでできるリハビリテーション

ーやってみよう！リウマチ体操ー

(理学療法士 柚友 ひかり)

参加費 無料



【第42回万代・夢寄席「旭堂小二三 講談会」】

日時 11月8日(火) 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「患者さん中心の糖尿病治療

～ご高齢の糖尿病患者さんの治療目標について～】

日時 11月10日(木) 午後2時～3時

場所 本館3階 講堂

講師 糖尿病内分泌内科主任部長 馬屋原 豊

参加費 無料



【相愛大学連携 第3回 糖尿病フェスタ「びっくりぼん！糖尿病！！」】

参加者には記念品を用意しております。

日 時 11月19日（土） 午後1時30分～4時（午後1時受付開始）
場 所 本館3階 講堂
参加費 無料

【すこやかセミナー「いつも飲んでいる薬について考えてみよう！

～薬の必要性和リスクについて～】

日 時 11月25日（金） 午前11時～12時
場 所 本館3階 講堂
講 師 総合内科医師 宮里 悠佑
参加費 無料



【すこやかセミナー「股関節・膝関節の痛みでお困りの方へ

～最新の治療方法をご紹介します～】

日 時 12月8日（木） 午後2時～3時
場 所 本館3階 講堂
講 師 整形外科主任部長 西井 孝
参加費 無料



【府民公開講座「成人気管支喘息治療のポイント 2016年」】

日 時 12月10日（土） 午前10時～11時30分
(午前9時30分受付開始)

場 所 本館3階 講堂
講 師 免疫リウマチ科主任部長・喘息専門外来 藤原 弘士
参加費 無料
定 員 100名（当日先着順）



【相愛大学連携 第 65 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 | 12月13日(火) | 午後2時～3時 |
| 場 所 | 本館1階 | アトリウム |
| 内 容 | シックデイ～体調が悪いときの対処方法について～ (糖尿病内分泌内科副部長 藤木 典隆) 血圧のはなし (糖尿病看護認定看護師 後藤 博美) 冬太りを撃退しよう！ (管理栄養士 隈元 理香) | |
| 参加費 | 無料 | |



【第 50 回相愛大学連携コンサート「ピアノ」】

| | | |
|-----|-----------|---------|
| 日 時 | 12月22日(木) | 午後2時～3時 |
| 場 所 | 本館3階 | 講堂 |
| 出 演 | 植永 麻美 氏 | 西村 奈菜 氏 |
| | 和田 真理子 氏 | |
| 入場料 | 無料 | |



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。

【初診窓口 植村さんの巻】

私は初診窓口で受付業務をしています。

初診窓口は地域の開業医の先生からの紹介で初めて来院される患者さんや、久しぶりに来院される患者さんなどが一番はじめにお寄りになる窓口です。

そのため、各種保険や各診療科・検査室の受付日や時間、内容などを理解して対応しなければなりません。

働き始めて2年になりますが、いまだに分からないことや、尋ねられて困ってしまう事もあります。そのような時は先輩や上司に聞いて、なるべく落ち着いて応対するようにしています。

また、院内の場所を案内する場合は、地図を見ていただきながら、分かりやすく話すように努めています。「丁寧に教えてくれてありがとう。」と言っていたときは、とても嬉しい気持ちになります。

これからも、患者様の立場に立って考え、行動できるよう頑張りたいと思います。

管理栄養士のコーナー

～ちょっとおいしい話～

11月になり、寒さも増してきて冬本番が近づいてきました。
今回は秋の食材里芋を使った料理をご紹介します。



『里芋の帆立あんかけ』

《材料》 (2人分)

| | | | |
|-------|-----------|----------|-----------|
| 里芋 | 小 3 個 | 帆立貝柱ほぐし身 | 30g |
| ○ 出汁 | 100 cc | ● 出汁 | 大さじ 4 杯 |
| 薄口醤油 | 小さじ 1/2 杯 | ● 薄口醤油 | 小さじ 1/2 杯 |
| みりん | 小さじ 1 杯 | ● みりん | 小さじ 1/2 杯 |
| 酒 | 小さじ 1/2 杯 | ▲ 片栗粉 | 小さじ 1 杯 |
| △ 片栗粉 | 大さじ 1 杯 | 青ネギ | 2 本 |
| 揚げ油 | | | |

(1人前) エネルギー: 133kcal たんぱく質: 4.11g 脂質: 5.73g 食塩相当量: 0.71g

- ① 皮をむいた里芋を一口大に切り○の材料で柔らかくなるまで煮る。
- ② 柔らかくなった里芋に△の片栗粉をまぶし、油で揚げる。
- ③ 表面が薄いきつね色程度になるまで揚げ、油を切る。
- ④ 帆立あんを作る。
帆立貝柱ほぐし身と●の調味料を鍋に入れ火にかける。
沸騰したら▲の片栗粉でトロミをつける。
- ⑤ 青ネギを刻む。
- ⑥ 里芋に帆立あんをかけ、刻んだ青ネギを散らすと出来上がり。



※里芋は揚げずに煮るだけでもおいしいですよ。

帆立貝柱は生を茹でたり、又はカニ缶でも代用できます。

秋の旬野菜里芋

里芋にはぬめり成分のムチン、ガラクトンなどの成分を含みます。

ムチンは胃の粘膜を保護して、胃潰瘍などの予防に役立ち、ガラクトンは血中脂質を減らし動脈硬化予防などの効果があると言われています。

里芋は縞模様がくっきりしていて、身が固く締まっている物を選びましょ

栄養管理室 本多 直子

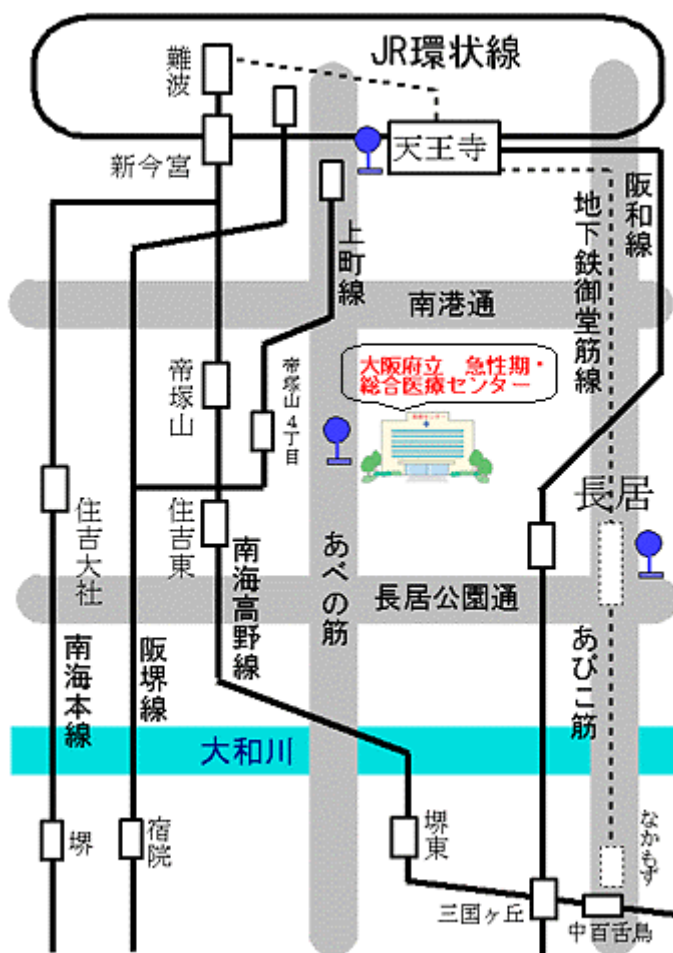
【公共交通機関ご利用のお願い】

大阪府市共同住吉母子医療センター（仮称）の建設工事に伴い、南側平面駐車場を閉鎖し、中央館南側の立体駐車場及び北側駐車場をご利用いただいております。

駐車スペースが限られるため、入庫するまでに時間がかかる場合があります。

大変ご不便をおかけいたしますが、来院の際には余裕をもってお越しいただくか、公共交通機関をご利用いただきますようお願いいたします。

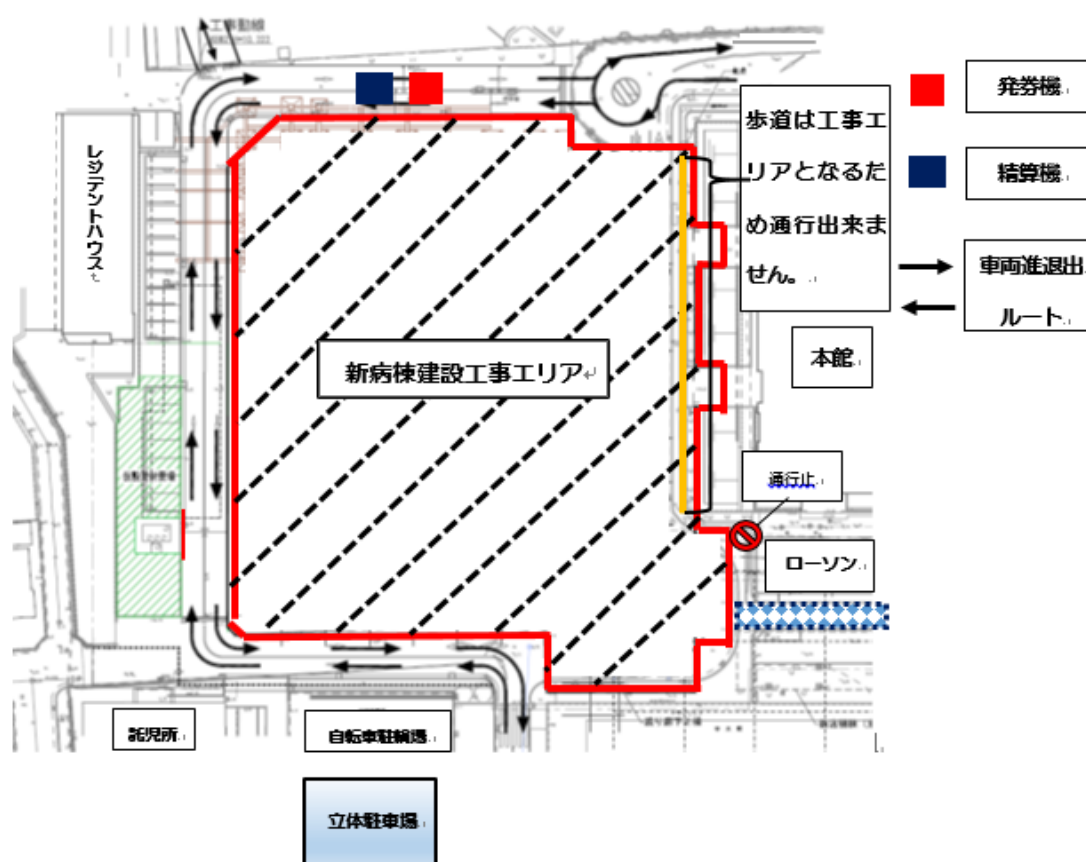
(URL) <http://www.gh.opho.jp/access.html>



【大阪府市共同住吉母子医療センター(仮称)建設に伴う立体駐車場への車両通行ルートの変更について】

大阪府市共同住吉母子医療センター(仮称)の建設に伴い、平成28年11月5日(土)から立体駐車場への車両通行ルートが図のとおり変更になります。また、歩行者も工事期間中は、同センター建設工事エリアと本館との間が通行できません。

工事期間中は、大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をいただきますようお願いいたします。



【ボランティア活動のお知らせ】

当センターでは、採血室受付や図書コーナー、入院時の病棟への案内、看護学生のボランティアを受け入れるとともに、リハビリ病棟の長期入院患者さんを対象に、ハンドマッサージ(大阪府鍼灸マッサージ師会の協力)や理髪ボランティア(近隣理髪店の協力)、ピアサポートを実施しています。

また、小児科病棟では、保育学生のボランティアやクリニックラウン(臨床道化師)の訪問を受け、入院生活を送っている子どもたちに笑顔をもたらし、ご家族

とともに、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いています。

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。また、ボランティアを随時募集していますので、お問い合わせください。

(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。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 —地域医療連携センター—

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、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、ご注意くださいいただきます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】

当センターでは、入院患者さんへのサポートを総合的・集約的に行う入退院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。)

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。

今月の風景



【コメント】

標高 2450mの室堂から見た立山です。花が終わり黄葉したイワイチョウ（岩銀杏）が一面に広がり、秋を迎えようとしています。夜は天の川を始め、満点の星が見られました。複数の流れ星も！

(室井 政子氏 撮影「錦秋の立山」(撮影地: 富山県の室堂))

地域の医療機関の皆様へ

【腎臓・高血圧内科の診療のご案内】

腎臓・高血圧内科では地域医療機関より年間約 600 名の患者さんをご紹介いただいております。近年増加傾向にあります(図 1)。特に検尿異常や eGFR の低下 (eGFR<60ml/min/1.73m²) といったいわゆる慢性腎臓病 (CKD) の早期段階でのご紹介が著明に増加しており、それと並行して腎疾患の早期診断ツールとしての腎生検患者数も著明に増加しております(図 2)。CKD の進行抑制・透析導入阻止には早期診断・早期介入が最も効果的であり、地域の CKD 診療の醸成を感じております。また、CKD は原疾患が同じであっても症例ごとの病態は多様化しており、特に糖尿病性腎症では近年その傾向が顕著になっております。このことは従来のレニン-アンジオテンシン系 (RAS) 阻害薬中心の CKD 治療戦略の限界を意味しており、海外では CKD に対する RAS 阻害薬の有用性が再検証され始めております。当科では全国に先駆けて 2011 年より慢性腎臓病対策外来を開設し、従来の CKD 患者さんに対する集団指導を改め、個別指導・個別化治療に取り組んでまいりました(図 3)。「効率は悪くても救える患者さんを一人でも多く救う」の精神のもと、CKD 進行抑制のみならず寛解に至る症例も多く経験するようになりました。糖尿病性腎症は新規透析導入患者の原疾患の約 45% を占め、1998 年以降透析導入原疾患の第一位となっております。糖尿病性腎症は発症後急激に進行するため、より早い腎臓専門医の介入が必要となりますが、上述のように病態に応じた介入がその進行を抑制し透析導入を阻止する鍵となります。

さて、10 月 27 日に当センターならびに阪南 6 区医師会共催による病診連携研修会が開催されました。今回の病診連携研修会のテーマはまさに「糖尿病性腎症の進行阻止」であり、昨年 10 月大阪大学医学部に開講した腎臓内科学教室の初代教授である猪阪善隆先生をお招きして「病態生理を考慮した糖尿病合併 CKD 患者の治療」についてご講演をいただきました。また、当科の島田果林医師と岩田幸真医師からそれぞれ「コレステロール結晶塞栓症による腎障害」ならびに「糖尿病性腎症患者の腎臓専門医紹介時の病態と腎予後」に関する臨床研究の結果を発表させていただきました。明日からの CKD 診療に役立つ盛り沢山な内容であったかと思えます。

今後も CKD 診療における病診・病々連携の発展のため、地域の患者さんや先生方のニーズにあった診療形態を探求し続け、多くの CKD 患者さんの「透析導入阻止」が実現できればと思えます。

腎臓・高血圧内科主任部長 林 晃正

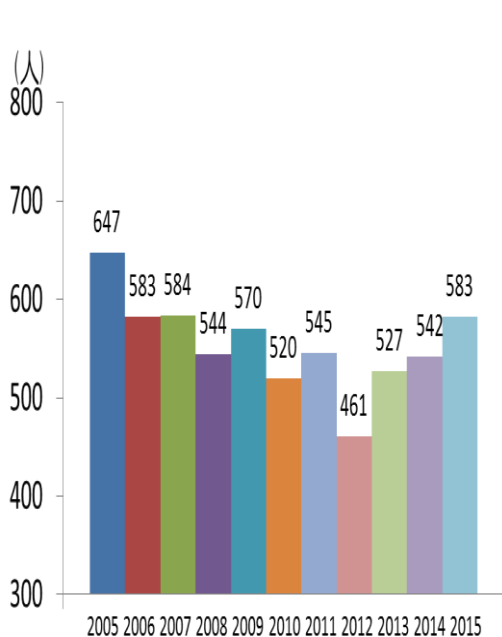


図1 地域からの紹介患者数

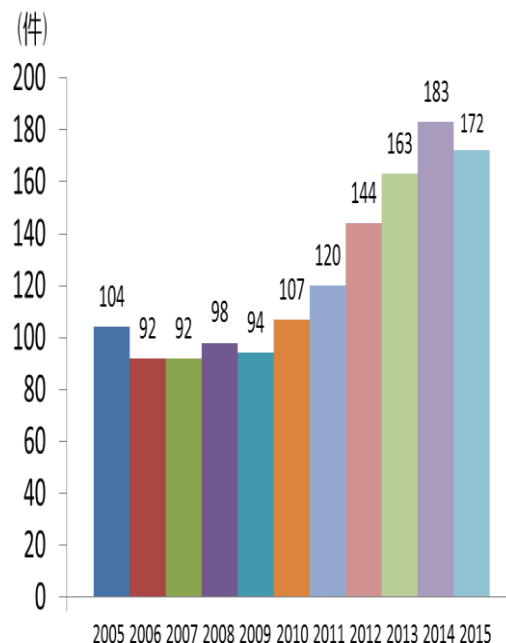


図2 腎生検患者数

慢性腎臓病対策勉強会のご案内

慢性腎臓病の進行を止めよう！

腎臓・高血圧内科では、2011年12月より**慢性腎臓病対策勉強会**を毎月第1月曜日に開催しております。医師・看護師・栄養士・薬剤師などによる講義や指導を**外来で時間をかけて繰り返し**受けることができます。**ご家族と一緒にぜひご参加ください。**

1回5組限定ですので、参加には予約が必要です。外来主治医または7番外来看護師にお尋ねください。2016年4月以降1年間の日程とテーマは下記のようにしております。

予約は簡単です。
7番外来受付まで！

日時 毎月第1月曜日 15:00～17:00
場所 人工透析室(受付は7番外来)

| | |
|-------------------------|-------------------------|
| 4月11日(月) 慢性腎臓病の血圧管理について | 10月3日(月) 慢性腎臓病の薬物療法について |
| 5月9日(月) 慢性腎臓病の栄養管理について | 11月7日(月) 慢性腎臓病の栄養管理について |
| 6月6日(月) 慢性腎臓病のミネラル異常 | 12月5日(月) 慢性腎臓病の血圧管理について |
| 7月4日(月) 慢性腎臓病の栄養管理について | 1月16日(月) 慢性腎臓病の栄養管理について |
| 8月1日(月) 慢性腎臓病の血圧管理について | 2月6日(月) ミネラル異常について考えよう |
| 9月5日(月) 慢性腎臓病の栄養管理について | 3月6日(月) 慢性腎臓病の栄養管理について |

大阪府立急性期・総合医療センター 腎臓・高血圧内科

図3 慢性腎臓病対策勉強会のご案内

編集後記

今月の表紙は、だんじり祭りで有名な大阪府岸和田市の岸和田城城門（多聞櫓）の写真です。岸和田城庭園（八陣の庭）は国の名勝にも指定されており、昭和29年に再建された天守閣から眺める景色をぜひ観に行ってみてください。歴史と紅葉で秋を感じてみてはいかがでしょうか。

<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、場所についての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。