

やすらぎ通信

第83号（平成29年10月1日） 発行：大阪急性期・総合医療センター

神無月（かんなづき）



（大阪市鶴見区 花博記念公園鶴見緑地の風車の丘）

<目次>

季節を愛でる	・・・P.1	掲示板	・・・P.8
今月・来月の催し	・・・P.2	地域の医療機関の皆様へ	・・・P.10
管理栄養士のコーナー	・・・P.5	今月の風景	・・・P.11
今月のきらりさん	・・・P.6	編集後記	・・・P.12
NEWS	・・・P.7		

10月に入ると、渡り鳥を見かけるようになります。渡り鳥とは、秋から冬にかけて北方から日本に渡ってくる鳥を指します。雁（がん）、鴨（かも）、白鳥（はくちょう）、鶴（つる）などの大型のもの他、鶉（つぐみ）、鶺鴒（ひわ）、花鶏（あとり）、鶺鴒（ひたき）などの小型の鳥もやってきます。大阪では、大阪城公園のお堀に、ヒドリガモがたくさんやってきて越冬します。全長が40～50cmの愛らしい鴨です。環境省では、全国39カ所の地点で渡り鳥の飛来状況の調査を行い、毎年情報を公開しています。爽やかな秋晴れの日には、渡り鳥観察に出かけてみたいものです。

冒頭でご紹介した俳句は、渡り鳥である雁の長旅の疲れをねぎらう小林一茶の心温まる句です。お前たちは今日からは日本の雁なんだよ、安心してお休みなさいと声をかけたくなるくらい、懸命な姿で飛んでいたのでしょうか。一茶の優しさが溢れています。古来、V字形や一列に並ぶなど隊列を組んで飛ぶ雁の飛来は人々の心を捉え、「雁行（がんこう）」や「雁の竿（かりのさお）」といった季語が生まれました。雁は、「雁渡し（かりわたし）」と呼ばれる北風にのってやってきます。この風が吹き始めると、本格的な秋がやってくるのです。

秋の味覚、栗の収穫が始まると、私の大好きな「栗きんとん」がお目見えします。栗きんとんと言えば、岐阜県の中津川市が有名ですが、大阪にもおいしい栗きんとんがたくさんあります。中でも、津村屋さんという吹田市にあるお店で作られている栗きんとんは、いわゆる大阪産（おおさかもん）として、大阪府が認証している能勢栗100%の栗きんとんです。栗きんとんは、原材料が栗とお砂糖だけというシンプルなものですが、何故かお店によって味や食感が異なり、食べ比べてみるのもまた、楽しみの一つです。

10月は五穀豊穰を祝う秋祭りも最盛期を迎えます。岸和田のたんじり祭りは、9月例祭につづき、10月例祭が行われますし、河内長野、泉大津、鳳、稲田、久世など、府内で確認できただけでも51カ所でたんじり祭りが予定されています。他の秋祭りを含めると、相当な数のお祭りが開催されます。日本人はお祭りが大好きですね。新米も出回り始めました。今年の作況はまずまずのようです。私は毎年、泉州水茄子の浅漬けで新米を楽しむのですが、皆さまは、いかがでしょうか。

お祭りの日は、晴れてほしいものですが、ここで少し、天気俚諺（てんきりげん：天気に関することわざ）をご紹介します。『渡り鳥の早く来る年は雪が多い』、『鱗雲が出ると雨』、『遠くの山がはっきり見えると晴れ』、『朝霧が降るとその日は晴れ』などです。それぞれに根拠があるようですが、『猫が顔を洗うと雨』は、少々根拠が怪しいかもしれません。参考になさってみてください。

一茶の優しさのように、私たちは、患者の皆さんに安心とやすらぎを与える思いやりのある存在になれていますでしょうか。入院されている間は、心地よく療養に専念していただけるよう、環境作りにも出来る限りの配慮ができればと考えています。



今月・来月の催し

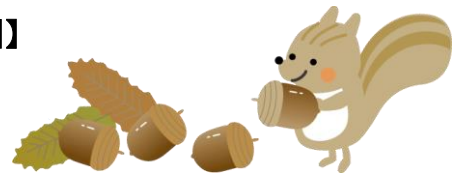
【第25回 病院ギャラリー企画展 『日本の風景写真展』】

開催期間 9月18日(月)～12月15日(金)

展示場所 本館2階 病院ギャラリー

展示作品 写真:25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。



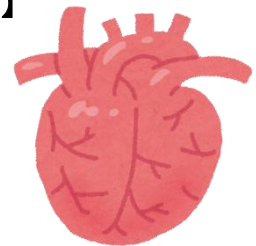
【すこやかセミナー「心房細動ってどんな病気? ～診断と治療～」】

日時 10月12日(木) 午後2時～3時

場所 本館3階 講堂

講師 心臓内科診療主任 川崎 真佐登

参加費 無料



【相愛大学連携 第74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18日(水) 午後2時～3時

場所 本館1階 アトリウム

内容 当センターの糖尿病透析予防外来について

糖尿病内分泌内科主任部長 馬屋原 豊

糖尿病の飲み薬について 薬剤師 石川 佳澄

食欲の秋 管理栄養士 隈元 理香

参加費 無料

【第56回 相愛大学連携コンサート「弦楽四重奏演奏会」】

日時 10月19日(木) 午後2時～3時

場所 本館3階 講堂

出演 神谷 将輝 氏(1st ヴァイオリン)、長尾 賢 氏(2nd ヴァイオリン)

長尾 怜奈 氏(ヴィオラ)、奥村 悠樹 氏(チェロ)

入場料 無料

【すこやかセミナー「歯周病を予防して健康力アップ!」】

日時 10月27日(金) 午前11時～12時

場所 本館3階 講堂

講師 障がい者歯科副部長 久木 富美子

参加費 無料



【森ノ宮医療大学連携 平成 29 年度第 3 回 市民公開講座「高齢者の耳鼻科疾患」】

日 時 10 月 29 日（日） 午後 1 時 30 分～3 時 30 分（受付 午後 1 時～）

場 所 森ノ宮医療大学（地下鉄中央線コスモスクエア駅下車②番出口）

内 容 高齢者の耳鼻科疾患～最近の進歩～

耳鼻咽喉・頭頸部外科主任部長 宇野 敦彦

耳鼻科疾患と看護

森ノ宮医療大学 看護学科 教授 伊津美 孝子 氏

耳鼻科疾患と鍼灸療法

森ノ宮医療大学 鍼灸学科 教授 仲西 宏元 氏

耳鼻科疾患と作業療法

森ノ宮医療大学 作業療法学科 教授 小林 貴代 氏

参加費 無料

定 員 先着 100 名 申込不要

【第 50 回 万代・夢寄席「旭堂小南陵 秋の講談会」】

日 時 11 月 8 日（水） 午後 2 時～3 時

場 所 本館 3 階 講堂

出 演 旭堂 小南陵 氏

入場料 無料



【すこやかセミナー「放射線治療の今とこれから」】

日 時 11 月 9 日（木） 午後 2 時～3 時

場 所 本館 3 階 講堂

講 師 放射線治療科医師 玉木 伸幸

参加費 無料



【第 10 回 リウマチ教室】

日 時 11 月 21 日（火） 午後 2 時～4 時

場 所 本館 3 階 講堂

内 容 知ってほしい！関節リウマチのあれこれ
～リウマチ性疾患との違いってなに？～

免疫リウマチ科診療主任 細川 貴司

関節リウマチと上手につきあうために ～日常生活の留意点～

外来看護師 土田 愛

参加費 無料

【すこやかセミナー「肺がんの外科治療～胸腔鏡手術～」】

日 時 11月24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 船越 康信
参加費 無料



【相愛大学連携 第4回 糖尿病フェスタ「糖尿病！ファースト！！」】

スタンプラリー参加者には記念品を用意しております。

日 時 11月25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

【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30日から11月1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30日（月）午前9時～10時
作品返却日 11月1日（水）午後4時～5時



～ちょっとおいしい話～

食欲の秋がやってきました！脂の乗ったサンマや甘い果物など美味しいものが店頭賑やかに並ぶ季節。ついつい食べ過ぎてしまいますよね。

今回は、エネルギーを抑えるためにキノコを入れたハンバーグを紹介します。旬のミョウガと大葉の香味野菜をたっぷりのせていただきます。

《材料》	(2人分)	
合挽き肉	120	g
玉ねぎ	50	g
エリンギ	40	g
麩 (パン粉でも可)	5	g
牛乳	大さじ1	杯
溶き卵	1/2	個
塩	小さじ1/6	杯
ナツメグ・こしょう	少々	
油	大さじ1	杯弱
大根	150	g
ミョウガ	1	個
大葉	4	枚
ポン酢醤油	小さじ2	杯



(1人分) エネルギー：255kcal たんぱく質：14.4g 脂質 17.6g
炭水化物 9.0g 食塩相当量：0.9g

- ① 玉ねぎをみじん切りにし、電子レンジで1分加熱して冷ましておく。
- ② 麩はフードプロセッサーで細かくし牛乳でふやかす (麩は手で潰すのも可)。
- ③ エリンギを粗みじん切りにする。ミョウガは小口切り、大葉は千切りにする。大根はおろして水分を切っておく。
- ④ 合挽き肉・塩・ナツメグ・こしょうをボールに入れて、粘りけがでるまでこねる。さらに①・②・エリンギ・溶き卵を混ぜて成形する。
- ⑤ フライパンを中火で熱し、油をひき1～2分焼いて下面をこんがりさせる。裏返して弱火にし、蓋をして4～5分加熱する。
- ⑥ ハンバーグに大根おろし・ミョウガ・大葉をのせ、ポン酢醤油をかければ出来上がり。

★お肉はなるべく脂身の少ない物を選びましょう。エリンギはやや大きめにすると食感が残り美味しいです。

管理栄養士 谷 菜穂子

今月のきらりさん

自分の持ち味を生かした看護、すなわち“きらりと光る看護”を行っている当センターの看護師を紹介させていただくコーナーです。

11階東病棟 清水由希子看護師長

こんにちは。私は11階東病棟（精神科病棟）で看護師長をしています。

当センター精神科は、身体合併症を積極的に受け入れている大阪では数少ない精神科閉鎖病棟です。そのため、私達看護師は、精神疾患の知識と技術だけではなく、身体疾患の知識と技術も必要とされます。

精神疾患を持ちながら、身体疾患の治療が行われることは、患者さんにとって大変不安が大きく、精神的にも不安定になりやすくなります。私達は、患者さんのそんな思いをくみ取り、不安の軽減に努め、身体治療への理解を得るためにわかりやすく説明するなど必要な看護を日々頑張っています。

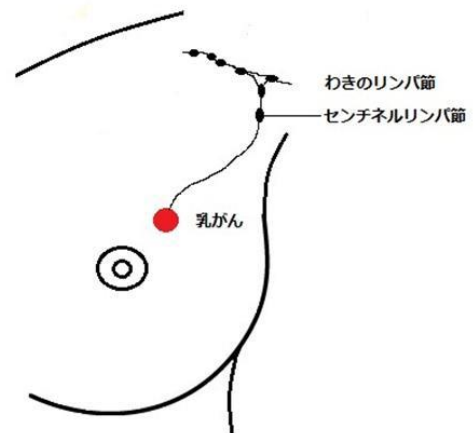
医師や精神保健福祉士などの多職種で連携して退院支援にも力を入れ、多くの患者さんが自宅に退院されています。精神的に落ち着き、身体的にも回復して笑顔で退院される患者さんの姿を見ると大変うれしく思います。

精神科看護は、奥が深くやりがいのある看護だと思います。「患者さんの思いに気づき、笑顔を引き出す、明るく元気な精神科看護の実践」を目標として、これからもスタッフ全員で、知識と技術に磨きをかけて、精神科看護を実践していきたいと思えます。



【造影 CT と造影 MRI を用いたリンパ節転移診断によるわきの手術の回避】

乳がんの手術として、わきのリンパ節全摘手術（郭清）がかつて広く行われていましたが、術後腕のむくみや神経障害などの後遺症に悩まされることもまれではありませんでした。そこで、治療成績は同じで最小限のリンパ節を切除する手術が考案され、標準的に行われるようになりました。「センチネルリンパ節」は乳がんが最初に転移するわきの第一リンパ節で、これを摘出し、調べて転移がなければ他の第二、第三のリンパ節には転移はないので郭清を回避できます。この第一リンパ節のみを切除する手術がセンチネルリンパ節生検です。しかしながら、体に負担の少ない手術とはいえ、わきにメスを入れることとなりますので手術の後に傷の痛み、しびれ、腕のむくみなどを生じることがあります。そこで、もし手術の前に画像診断でセンチネルリンパ節に転移がないと診断できれば、センチネルリンパ節生検の手術も不要のものとなり、これによる後遺症も生じません。



私たちはこれまで造影 CT で画像上センチネルリンパ節を特定し、これについて造影 MRI で転移診断が可能かどうか検討を重ねてきましたが、その結果、正確な診断が行えることが明らかになりました。そこで、この方法を用いて手術の前に転移診断を行い、転移がないと診断された患者さんにわきの手術（センチネルリンパ節生検）を回避する治療法を開始しました。これまで全体の約7割の患者さんはセンチネルリンパ節に転移がないにもかかわらずセンチネルリンパ節生検が行われてきましたが、この方法で回避できます。

本治療法は現時点で標準治療ではありませんので、臨床試験という形で行っています。したがって本治療法を受けていただく際には、十分ご理解、ご同意をして頂いた上で行います。

お問い合わせは、乳腺外科までお願いいたします。

乳腺外科 主任部長 元村 和由

【電子タバコについても敷地内での喫煙を禁止します】

当センターでは、健康増進法の趣旨にしたがい、敷地内全面禁煙を実施しています。電子タバコ等の新しいタバコに関しましても従来のタバコと同様に敷地内全面禁煙とします。皆様のご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

(URL) <http://www.gh.opho.jp/hospital/12.html>

掲示板

【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>

【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やクリニック라운の訪問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、看護学生や保育学生が話し相手や遊び相手のボランティアをしています。

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>

【「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 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、医療・福祉相談コーナーなどでCT、MRI、RI、エコー検査など検査の概算費用をお知らせするサービスを行っています。

【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。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、一般のクレジットカードでのお支払いもできます。

【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。



【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、「大阪急性期・総合医療センター」にて可能です。

【呼吸器外科の診療のご案内】

当科は、本年4月より船越、高島の常勤医2名及び外科専門医を目指して修練中のレジデント、研修医の協力体制のもと診療を行っております。

対象疾患は主に肺癌、自然気胸、縦隔腫瘍などの肺・縦隔の外科的疾患で、心臓・大血管及び食道を除いた胸部領域のほぼ全疾患を扱っております。年間の全身麻酔下の手術件数は約140件で、約半数を肺癌が占めています。全身麻酔手術件数、肺癌手術件数とも年々増加しております（図1）。

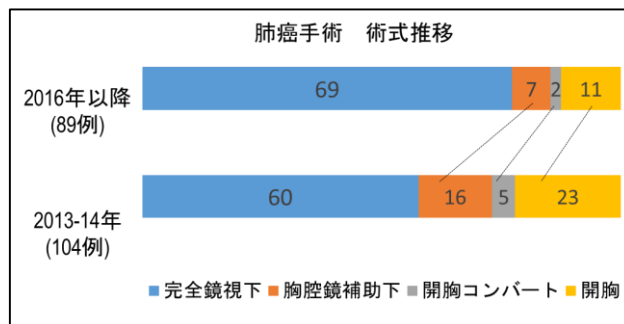
	2012年	2013年	2014年	2015年	2016年
肺癌	46	53	58	60	61
転移性肺腫瘍	16	15	3	10	12
気胸・肺嚢胞	13	19	31	31	36
縦隔腫瘍	12	13	16	10	9
良性肺腫瘍	8	15	3	9	11
胸膜疾患・膿胸	5	7	2	5	6
その他	1	3	13	17	9
全身麻酔手術	101	125	126	142	144

（図1）

■肺癌■

胸腔鏡手術を積極的に導入しており、2016年1月から2017年5月までに施行した89例の肺癌手術症例の内訳は、完全鏡視下手術69例(77.5%)、胸腔鏡補助下7例(7.9%)、開胸コンバート2例、開胸11例で、約8割に胸腔鏡手術を導入し低侵襲手術に努めております。2013-14年に施行の肺癌手術104例と比べ鏡視下手術の割合が増加し開胸手術の割合が減少しております（図2）。

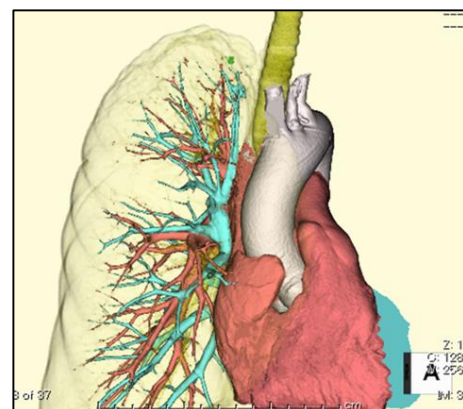
また、手術症例全例に術前CTよりSYNAPSE VINCENT®を使用して3D画像を作成し、シミュレーションを行っております（図3）。解剖のバリエーションが多い胸腔内手術の際には非常に役立っております。



（図2）

当科のもう一つの特徴としては術前からの徹底した禁煙指導と周術期の口腔ケアを行っており、術後肺炎の発生予防に取り組んでおります。入院は原則手術前日とし、クリニカルパスを適用して早期離床に取り組むことで2017年5月の平均入院期間は8.5日でした。

当科外来は、毎週水曜日、金曜日に予約を受け付けております。地域連携を通してご紹介頂ければ幸いです。今後とも宜しくお願い申し上げます。



（図3）

呼吸器外科 主任部長 船越 康信

今月の風景



【コメント】

10月31日はハロウィンですね。ハロウィンは、秋の収穫を祝い悪霊を追い出す祭りで、ハロウィンの風物詩として知られているジャック・オー・ランタンには、魔除けの意味があるそうです。

(匿名希望「ジャック・オー・ランタン」)

(撮影地：大阪市此花区 ユニバーサル・スタジオ・ジャパン))

編集後記

今月の表紙は、橘 良政 氏よりご投稿いただきました、花博記念公園鶴見緑地の風車の丘の写真です。花博記念公園鶴見緑地には風車の丘にも様々なエリアがあるそうです。地下鉄長堀鶴見緑地線「鶴見緑地駅」から徒歩すぐとアクセスも良いため、秋のお出かけに行ってみたいと思います。

<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。