

やすらぎ通信

第99号（平成31年2月1日） 発行：大阪急性期・総合医療センター

如月(きさらぎ)



(兵庫県神戸市 明石海峡大橋)

<目次>

以心伝心～リレーエッセー～	・・・P. 1	掲示板	・・・P. 9
今月・来月の催し	・・・P. 2	医療機関向け研修会	・・・P. 11
管理栄養士のコーナー	・・・P. 4	今月の風景	・・・P. 11
今月のほっとさん	・・・P. 5	編集後記	・・・P. 12
NEWS	・・・P. 6	カレンダー	・・・P. 13

以心伝心～リレーエッセー～

2月22日は「猫の日」です。

私はこれまで犬を4匹飼っていたことと、小学生の頃に野良猫に晩御飯の魚を盗まれたことから、根っからの犬派で猫は嫌いでした。

そんなわが家に、妻が野良の子猫を保護して連れて帰ってきました。その子猫は黒猫で、猫？しかも黒猫なんて不吉な…と思ったものです。私は幼い頃、黒猫が前を通ると不幸が起こるといふ迷信を信じていて、黒猫を見れば前にならないように体を背けたりしていました。

私の中では、猫はペットというより野生動物に近いイメージでしたから、飼うということ想像することもできませんでした。実際に飼ってみると、こちらが構ってほしい時は無視するくせに、自分が構ってほしい時は棚の上の物を落としたり、テレビの前で画面が見えないように邪魔したりと悪さをして、構わざるをえないように仕向けます。なんてわがままな生き物だと思いました。

しかし、普段はツンツンとしているのに、気付いたら横に静かに座って見上げてきたり、顔や体を擦り付けて甘えてきたりと、たまにデレた態度を取ってきます。そんな猫のツンデレな態度に、私はいつの間にか猫にご褒美をあげるのではなく、猫様からご褒美をいただいているという感覚になりました。

黒猫を不吉の象徴とする迷信は西洋の考え方の影響によるもので、西洋の影響をあまり受けていなかった近代以前の日本では、黒猫はむしろ幸せを運んでくる存在とされており、「福猫」として魔除け・厄除けの象徴とされていたようです。

最初、黒猫なんて…と思っていた私ですが、わが家に福猫様が来てくれたおかげで、大きな問題もなく過ごすことができ、さらには新たな家族に恵まれるなど、大きな幸運を運んでくれる存在になりました。

2月といえば、バレンタインデーもあります。

バレンタインデーといえば、日本では女性から男性へチョコレートを贈るのが一般的でしたが、最近では友達同士や家族でチョコを贈りあうことが多くなりました。そもそも日本以外では、友人や家族に感謝や愛情を伝える日と認識されているようです。

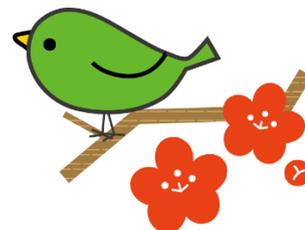
職場内でのバレンタインデー・ホワイトデーの強要は「環境型セクシャルハラスメント」と考えられることもありますので、義務感や慣習から行う必要はなく、自由に楽しんでください。

最近、忙しくて友人や家族にツンツンしているなど思われたら、猫のようにたまにデレて、友人や家族に日々の感謝の気持ちを伝えてみてはいかがでしょうか。



(事務局 和田隆一)

今月・来月の催し



【第14回 脳卒中教室 ～脳卒中は予防できる～】

日時 2月12日(火) 午後2時～4時
場所 本館3階 講堂
テーマ 脳梗塞は予防できる！！～早期発見と早期治療が大事～
内容 脳梗塞について 脳神経内科副部長 星 拓
脳梗塞の治療 脳神経外科医長 堀内 薫
日常生活の注意点について 8階東病棟看護師 鴨井 沙耶香
リハビリテーションについて 作業療法士 森本 幸二
薬の飲み方について 薬剤師 吉田 紗理
栄養について 管理栄養士 隈元 理香
参加費 無料

【第60回 万代・夢寄席「桂春団治一門会」】

日時 2月13日(水) 午後2時～3時
場所 本館3階 講堂
出演 桂一蝶氏、桂紋四郎氏
入場料 無料

【すこやかセミナー「あれ？自分だけ？相談しづらい尿モレのトラブル」】

日時 2月14日(木) 午後2時～3時
場所 本館3階 講堂
講師 皮膚・排泄ケア認定看護師 五島 愛
参加費 無料

【相愛大学連携 第89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 2月20日(水) 午後2時～3時
場所 本館1階 アトリウム
内容 糖尿病合併症「し・め・じ」について 糖尿病内分泌内科医師 大本 真由
自己血糖測定(SMBG)の機器について 臨床検査技師 松川 知寿香
食べ方 相愛大学准教授 竹山 育子氏
参加費 無料

【すこやかセミナー「インプラントという選択～自分にあった治療を見極めよう～】

日時 2月22日(金) 午前11時～12時
場所 本館3階 講堂
講師 歯科口腔外科副部長 山田 龍平
参加費 無料



【第 66 回 相愛大学連携コンサート】

日 時 3月5日(火) 午後2時～3時
場 所 本館3階 講堂
出 演 未定
入場料 無料



【府民公開講座】

日 時 3月9日(土) 午後1時30分～3時(午後1時開場)
場 所 本館3階 講堂
内 容 脳卒中を防いで軽くいなすには 脳神経内科主任部長 坂口 学
参加費 無料

【すこやかセミナー「歩き続ける身体を保つには～寝たきりにならないために～」】

日 時 3月14日(木) 午後2時～3時
場 所 本館3階 講堂
講 師 医療技術部副技師長 山田 保隆
参加費 無料

【世界腎臓 Day 腎臓・高血圧内科教室】

日 時 3月14日(木) 午後3時30分～5時
場 所 本館3階 講堂
内 容 もっと知りたい!慢性腎臓病! 腎臓・高血圧内科主任部長 林 晃正
腎臓のお食事 Q&A 管理栄養士 隈元 理香
参加費 無料

【相愛大学連携 第 90 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 3月20日(水) 午後2時～3時
場 所 本館1階 アトリウム
内 容 診察前の検査でわかること 糖尿病内分泌内科医師 畑 雅久
運動療法について 理学療法士 安田 晴彦
春の味覚 管理栄養士 隈元 理香
参加費 無料

【すこやかセミナー「足腰だけじゃない!のども鍛えて美味しく長生き!」】

日 時 3月22日(金) 午前11時～12時
場 所 本館3階 講堂
講 師 9階西病棟看護師 井上 文子
参加費 無料





～ちょっとおいしい話～

気温がぐっと低くなり、寒さが身にしみる季節ですね。

今回は旬のれんこんを使った『れんこん団子』のレシピをご紹介します。

《材料》	(2人分)		
れんこん	120g	サラダ油 (揚げ用油)	適量
豚ミンチ	140g	ゆず果汁	少々
葉ねぎ	2本	濃口醤油	大さじ 2/3 杯
片栗粉	大さじ 1 杯	かつお出汁	大さじ 2 杯
卵	1/2 個	塩こしょう	少々

(1人分) エネルギー：300kcal たんぱく質：15.8g 脂質：19.4g 食塩相当量：1.2g

- ① お味噌汁を作る時などに煮出すかつお出汁を、耐熱皿に取っておきましょう。
- ② れんこんは皮をむいてすり下ろし、葉ねぎは小口切りにします。
- ③ ボールに豚ミンチを入れ、塩こしょうをしてよくこねる。
- ④ ③にすり下ろしたれんこんを加え、混ぜ合わせる。
- ⑤ さらに、④に葉ねぎ・片栗粉・卵を加えて混ぜ合わせてタネの完成です。
- ⑥ 鍋でサラダ油 (揚げ用油) を温めます。
- ⑦ 油が温まったら、タネを4cmの大きさに丸めながら、こんがり色づくまで揚げていきます。コロコロと転がしながら揚げていきましょう！
- ⑧ ①に濃口醤油を加えてレンジで20秒加熱します。そこにゆず果汁を少々加えて柚子ソースの出来上がりです。(ポン酢で代用可能)
- ⑨ こんがり揚がったれんこん団子に、柚子ソースをかけて完成です！

○ れんこんの豆知識 ○

おいしいれんこんを選ぶときのポイントは切り口が新しく、表面につやがあり、傷がなく茶色に変色していないもの。節と節の間が長くて太いものが良質です。

れんこんの主成分は炭水化物です。たんぱく質とミネラルは少なく、ビタミン類ではCが豊富に含まれています。ビタミンCはたんぱく質と一緒に働き、細胞をしっかり繋げるコラーゲンの生成を促し、丈夫な粘膜にしてくれます。旬の頃は風邪のシーズンですので、ありがたい野菜の一つです。さらに野菜には少ないビタミンB12が含まれており、貧血を予防して肝臓の働きを助けます。また、食物繊維もきのこ並みに多く含まれます。旬のおいしい時期に是非食べてくださいね！

今月のほっとさん

平成30年4月より、医療技術部がこのコーナーを受け持つことになりました。医療技術部は多くの職種から成り立ち、病院の医療を縁の下で支える役割を担っています。そんな私たちの熱くて優しいなごみの気持ちをお伝えするため、コーナー名を「今月のほっとさん」と名づけました。日頃は地味な私たちですが、色々な“ほっと”を患者さんやご家族、そして医療現場の仲間たちにお届けしたいと思えます。



生殖医療センター 辻さん

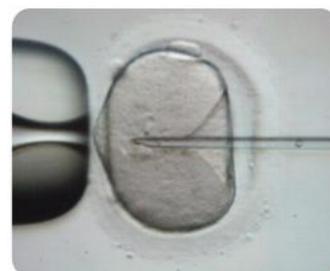
2018年10月に開設された生殖医療センター（産科・婦人科）で胚培養士として働いている辻と申します。生殖医療センターでは主に不妊治療（一般不妊治療+生殖補助医療）を行っています。今回は不妊治療と胚培養士についてご紹介したいと思います。

【不妊治療について】

早速ですが、日本の全出生児数に対する、生殖補助医療による出生児の割合をご存じでしょうか。2016年の日本全体の出生児数は976,978人（厚生労働省）、それに対し生殖補助医療による出生児数は54,110人（日本産科婦人科学会）ですので、18人に1人は生殖補助医療により誕生した児になります。わずか10年前までは56人に1人の割合でしたので、不妊治療がいかに身近な医療になってきたのか、お分かりいただけるかと思えます。

【胚培養士ってなに？】

胚培養士は、不妊治療に用いる技術の高度化に伴い誕生した職種で、主な仕事は生殖細胞（精子・卵子）や受精卵（胚）を取り扱う仕事になります。具体的にご説明すると、生殖補助医療と呼ばれる体外受精や顕微授精、受精卵を育てるための胚培養、受精卵を保存するための胚凍結、そして培養業務を行うための環境の管理なども大切な仕事になります。



胚培養士として一番やりがいを感じることも・・・それは生命の誕生に携われることです。生命の誕生は、赤ちゃんが生まれるずっと前の段階に起こる『受精』から始まります。私たち胚培養士はこの生命の誕生に、直接的あるいは間接的に関わることができるのです。ただし、卵子や精子を取り扱う際の重圧は非常に大きいものです。こればかりはどれだけ経験を積んでも、『無事に受精してくれたか』、『元気に発生（受精卵が成長すること）してくれているか』、『培養器（培養している機器）は正常に作動しているか』と、不安になることもあります。そして一番の責務は、妊娠・出産に至る受精卵を育てることです。胚培養士としてのやりがいも不安も、全てはこの責務のためにあることを忘れないように心掛けています。

【不妊治療における胚培養士の在り方】

不妊治療はマラソンに例えられることがあります。妊娠・出産というゴールを目指す皆さんをサポートするために、私たち生殖医療センターのスタッフがいます。その中で、胚培養士ができることは、一つでも良い受精卵を育てること、そしてその受精卵の状態をできるだけ正しく皆さんに伝えし、少しでも治療に対する不安を取り除くことにあります。

堅い内容になってしまいましたが、私たち胚培養士について少しでも知っていただければ嬉しく思います。これからも胚培養士としてのやりがいと責務を日々噛み締めながら、患者さんをサポートできるよう、精一杯精進してまいります。

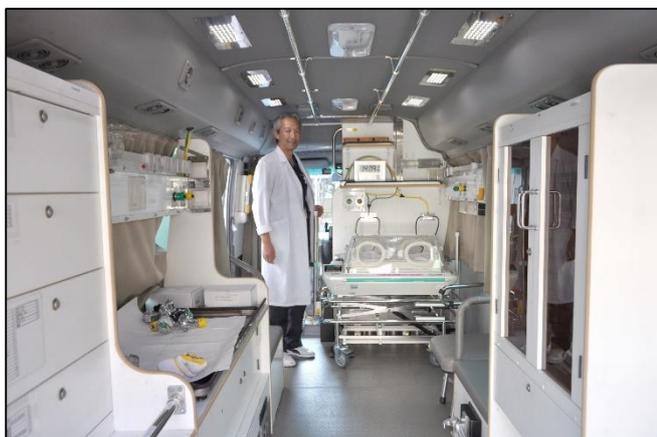
NEWS



【ドクターカーを導入しました】

平成30年11月から、新生児搬送に対応した救急車「ドクターカー」を導入し、3か月がたちました。一般的な救急車とは違い、新生児医療に精通した医師が救急車に同乗し、地域医療機関まで新生児のお迎えに駆けつけます。必要な処置を行い当センターの新生児集中治療室（NICU）まで安全に搬送することができる救急車です。

地域医療機関での、思いがけない早産や予期せぬ出生時の症状、出生後の急変など、近隣分娩の新生児に関するお困りごとに、新生児科医が今まで以上に迅速に対応できるようになりました。平成30年4月にオープンした「大阪府市共同 住吉母子医療センター」は、まだハイハイができるようになったばかりですが、これからも地域の方々に支えられながら成長していきたいと考えています。地域の子どもたちと、そのご家族のために一層尽力していきます。



【神経内科の診療科名を変更しました】

平成31年1月1日より、当センター「神経内科」を「脳神経内科」に診療科名を変更しました。診療内容などに変更はありません。

脳神経内科は脳卒中やパーキンソン病、認知症、てんかんや運動機能障害といった脳や神経、筋肉の病気を専門として診療する内科です。突然の運動や言葉の障害があるときにはすぐに救急車を呼んで、徐々に進行する動きづらさやしびれ、ふらつき、物忘れがあるときには外来予約を取って、全身を診て原因を見極めることができる脳神経内科を受診してください。

【情報誌「きらり」を創刊しました】

このたび、当センターや大阪府市共同 住吉母子医療センターの情報をお届けする情報誌「きらり」を創刊しました。イベント情報や子育てに関するフシギ、健康のためのまめ知識など、健康に役立つ身近な話題や医療に関する情報を取り上げ、皆様の生活に寄り添う情報誌を目指してまいります。

バックナンバーはこちら (URL) <http://www.gh.opho.jp/hospital/24.html>



バックナンバーはこちらのQRコードからもご覧いただけます。



【「わくわくるーむ」がオープンしました】

マニユライフ生命保険株式会社様及び特定非営利活動法人子ども健康フォーラム様のご協力をいただき、小児科病棟内に療養中の子どもたちのためのプレイルーム『マニユライフわくわくるーむ』が10月17日にオープンしました。「癒しの森」をテーマに、異なる年齢の子どもたちが共に過ごせるよう工夫をこらしたプレイルームです。

施設内には、一般社団法人 OSAKA あかるクラブ様及び国際ソロプチミスト大阪-中央様から寄附などのご協力をいただき、様々なおもちゃも置かれています。療養中の子どもたちが共に関わり合いながら、楽しく遊べる場にしたいと考えています。





【10月1日「生殖医療センター」を開設しました】

体外受精等の不妊治療を行う『生殖医療センター』を、10月1日に開設いたしました。「妊娠を試みているけどなかなか成立しない」「病気があるけど妊娠しても大丈夫かな?」「妊娠できるかな?」「不妊治療ってどんな内容か聞いてみたいけど治療費が高いのかな?」など、悩みをかかえる女性、男性はあなただけではありません。

『生殖医療センター』は、総合病院内にある強みを生かして、周産期はもちろんのこと泌尿器科と連携するなど、他科疾患合併を有する患者さんも積極的に診療させていただきます。

当センターでは、卵からゆりかごまで、さらにそれ以降もトータルにお役にたてる医療を提供していきます。〔妊娠を希望されたら、まずお気軽にご相談ください。〕

(URL)

<http://www.gh.opho.jp/patient/17/4/19.html>

診察場所：中央館 5 階西 生殖医療センター

診察時間：初診/ 月～金 9 時～ 15 時

再診/ 月～金 9 時～ 16 時 30 分

お問い合わせ先：生殖医療センター

電話番号 06-6692-1201

月～金 9 時～ 16 時 30 分

(年末年始・祝日を除く)

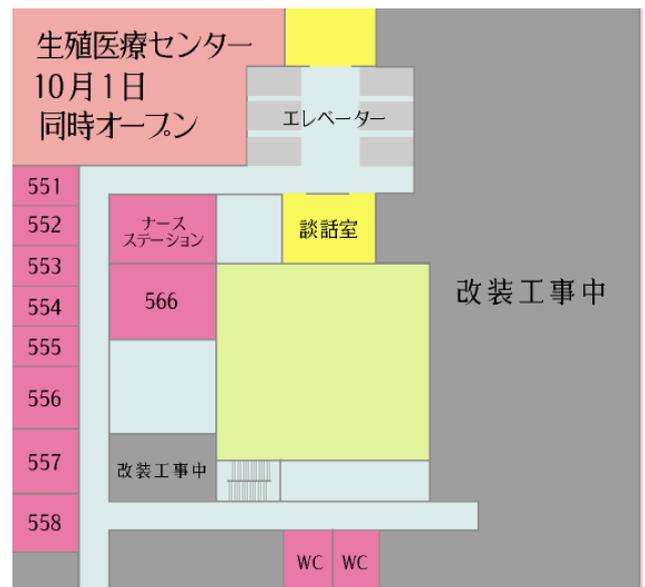
診療内容：

- ・一般不妊治療 (人工授精含む)
- ・生殖補助医療
(体外受精・胚移植、顕微授精含む)
- ・腹腔鏡手術
- ・子宮鏡手術
- ・他科疾患合併 (悪性腫瘍含む)
- ・男性不妊
(顕微鏡下精巣内精子回収含む)

【10月1日にレディース病棟を開設しました】

生殖医療センターと同じ中央館 5 階西に、『レディース病棟』を開設いたしました。

レディース病棟は乳腺外科、婦人科疾患を中心とした女性専門病棟です。入院中の女性の身体や心を、細やかな心遣いやケア等でサポートを行うとともに、女性としての QOL を尊重する医療を提供していきます。



掲示板

【インフルエンザ対策についてのお願い】

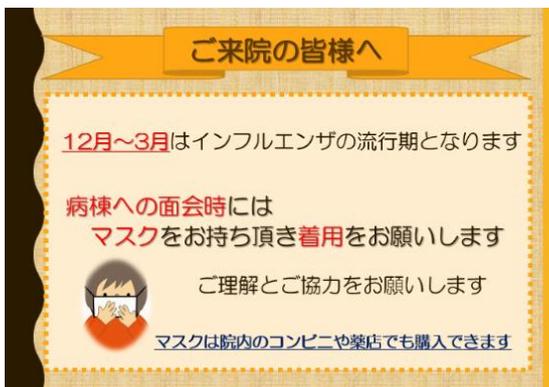
12月～3月はインフルエンザの流行期です。高熱・関節痛などの症状や感染力が強いことが特徴です。短期間に多くの方が感染してしまいますので、感染を広げないために、来院の時には、下記の事項へのご協力をお願いします。

咳エチケット



- ◇発熱や咳等の症状がある時はマスク着用してください。
- ◇急に咳がでそうになったら、他の人に咳やツバが飛ばないように、口や鼻をハンカチやティッシュペーパーでおおってください。
- ◇咳やくしゃみの後は手洗いをしてください。

面会時の注意事項



- ◇発熱のある方の面会のご遠慮ください。
- ◇インフルエンザ流行期の12月～3月は、マスクをご持参頂き着用してください。
- ◇病室への出入りの際は、各病室前に設置してある消毒剤で手指の消毒をしてください。

【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「入院時の病棟への案内」を中心に、毎日ボランティアが活動しています。また、看護学生や保育学生による話し相手や遊び相手のボランティアや、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（年3回）を実施しています。8月30日には、認定NPO法人日本クリニックラウン協会から、新しくなった小児科病棟（大阪府市共同 住吉母子医療センター）にクリニックラウンの訪問を受けました。入院中の子どもさんやご家族とともに、癒しのひとときを過ごしました。

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。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。

【「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。お願いします。

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 脳神経内科 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。

【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。

医療機関向け研修会

【病診連携研修会～脳神経外科ネットワーク～のお知らせ】

日 時 2月14日(木) 午後6時30分～8時30分

場 所 天王寺都ホテル 6階「吉野の間」

プログラム

○一般演題

講演1 「ここまで出来る！最近の脳血管内治療について」

脳神経外科医長 堀内 薫

講演2 「小児脳外科周術期におけるイーケプラの有用性」

脳神経外科副部長 横田 浩

○特別講演

「機能外科手術ーパーキンソン病、てんかんー」

大阪大学大学院医学系研究科 脳神経外科教授 貴島 晴彦 先生

今月の風景



【コメント】

海の近くでとても寒い中、温泉に入るカピバラがかわいかったです。

< 松川 和久 氏 (事務局)

「温泉に浸かるカピバラ」

撮影地：みさき公園 (大阪府泉南郡) >

編集後記

今月の表紙は明石海峡大橋の写真を選びました。橋の長さ全長 3,911m、中央支間 1,991m で世界最長の吊橋とされています。普段立ち入ることが出来ない管理用通路を通り、海面上約 300m の主塔から 360° のパノラマを体験できるツアーもあります。普段見慣れている景色でも視点が変わると新鮮ですね。

<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。



笑顔で挨拶!!
心もあたたまる!!

2019年2月

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
					1	2
3 節分	4 立春	5	6	7	8	9
10	11 建国記念の日	12 脳卒中 教室	13 万代・ 夢寄席	14 すこやか セミナー	15	16
17	18	19	20 外来糖尿病 教室	21	22 すこやか セミナー	23
24	25	26	27	28		

大阪急性期・総合医療センター 接遇担当チーム