

やすらぎ通信

第104号（令和元年7月1日） 発行：大阪急性期・総合医療センター

文月（ふみづき）



（「伊根の舟屋」撮影地：京都府与謝郡伊根町）

<目次>

以心伝心～リレーエッセー～	・・・P. 1
今月・来月の催し	・・・P. 2
管理栄養士のコーナー	・・・P. 4
今月のほっとさん	・・・P. 5
NEWS	・・・P. 6

掲示板	・・・P. 6
今月の風景	・・・P. 9
編集後記	・・・P. 9
カレンダー	・・・P. 10

以心伝心～リレーエッセー～

「ふなきい～、ふなきい～」

今から 21 年前の冬、わたしは長野白馬のジャンプ台会場にいた。朝 5 時に起きて宿を 5 時 30 分に出発し、宿の奥さんが作ってくれたおにぎりを頬張りながら、冬季五輪ジャンプ団体競技の開始時間 9 時まで、吹雪の中を立ち見で待ち続けた思い出が懐かしい。大阪の自宅で作成し長野に持ち込んだ応援幕「We are the Champion JAPAN!」の効果が発揮された現場で、冒頭の絶叫をしながら興奮の坩堝にいた光景が脳裏をよぎる。

「forza Italia! forza Italia!」

今から 17 年前の夏、わたしは茨城の鹿島神宮の近くのスタジアムにいた。東京駅から鹿島までの電車内でイタリア人の喧騒に囲まれ、冒頭の怒号を聞きながら、当時のスター選手だったデルピエロ選手を観に行った記憶の FIFA ワールドカップであった。開幕前には同じくスターのベッカム選手を観に神戸に行ったのも思い出深い。

日本で行われる世界的スポーツイベントには目の色を変えて参加しようとする、典型的なスポーツイベント好きな日本人であるわたしにとっての 2019 年は、ラグビーワールドカップが開催され、また来年開催の東京オリンピックのチケット申し込みが始まるなど、胸躍る 1 年となる。

大阪でも、花園でのラグビーワールドカップ開催や、2025 年万博開催が決定するなど、ビッグイベントが続くが、まずはこの 6 月に G20 サミット開催というイベントが待ち受けている。子どもたちは休校になるため、胸が躍っているようだが、大人たちはそうはいかない。交通規制対応や要人対応など、様々な調整や折衝が必要となるため、大忙しである。あまり胸躍るような高揚感は感じられないが、本稿が発行される時には無事に終了し、未来ある世界の展望が開ける実りある会議となることを期待したい。

また当センターでも今年は、病院機能評価の受審や、ISO9001 の拡大審査受審など、医療の質に係る第三者評価を受けるイベントが続けざまに行われる。これまでの病院勤務経験の中で第三者評価受審の機会があれば、イベント好きの血が騒ぎ、率先して中心的な役割を担ってきたところではあるが、今回はその思いをできるだけ抑え、別のミッションである特定病院群の継続に向けた取り組みに勤しんでいる。

これらの業務が終わる秋には、心待ちのスポーツイベントであるラグビーワールドカップの観戦にスタジアムに足を運ぶ予定である。あわよくば 4 年前の強豪南アフリカを最後の最後で逆転勝利した日本代表の大活躍を大感動とともに再現されることを期待しつつ、また、念願の東京オリンピックの観戦チケットが入手できることを期待し夢見ながら、目の前の仕事のイベントに立ち向かう…。こうした人それぞれにあるイベントの存在が、その人の活力になり、潤いになり、励みになり、力になり、そして成長となる。人それぞれのイベントの数や内容によって、その人の人生に影響があるのでしょうかね。

みなさんの今年のイベントは何ですか？

あっ、そうそう、もう一つの今年のイベントを忘れていた。娘を夏休みに東京ディズニーリゾートに連れて行って、夏のボーナスをむしり取られるという財布に厳しいイベントを…。

(事務局 栗倉康之)



今月・来月の催し

【すこやかセミナー「こんな時どうする？子どもの症状別ホームケア」】

日 時 7月11日（木） 午後2時～3時
場 所 本館3階 講堂
講 師 小児救急看護認定看護師 市川 聡美
参加費 無料



【第63回 万代・夢寄席「豊来家玉之助 夏の太神楽」】

日 時 7月12日（金） 午後2時～3時
場 所 本館3階 講堂
出 演 豊来家 玉之助 氏
入場料 無料

【相愛大学連携 第94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 7月17日（水） 午後2時～3時
場 所 本館1階 アトリウム
内 容 糖尿病治療薬について
糖尿病患者さんの運動療法について
熱中症と飲料
参加費 無料

糖尿病内分泌内科医師 畑 雅久
理学療法士 高尾 弘志
相愛大学准教授 竹山 育子 氏

【第64回 万代・夢寄席「桂春団治一門会」】

日 時 7月24日（水） 午後2時～3時
場 所 本館3階 講堂
出 演 桂 梅團治 氏、桂 小梅 氏
入場料 無料



【すこやかセミナー「下肢静脈瘤の話～原因と治療について～」】

日 時 7月26日（金） 午前11時～12時
場 所 本館3階 講堂
講 師 形成外科主任部長 福田 健児
参加費 無料



【第16回 肝臓病教室「アルコールと肝臓」】

日 時 7月27日(土) 午前10時～12時(午前9時30分受付開始)
場 所 本館3階 講堂
内 容 アルコール性肝障害
アルコールに対するお薬
アルコールと食事について
肝臓をいたわる日常生活

参加費 無料

※休日のため、夜間・休日入り口からおはいりください。



消化器内科医長 俵 誠一
薬剤師 太田 亮
栄養管理室長 山根 泰子
消化器内科病棟 看護師

【第69回 相愛大学連携コンサート】

日 時 8月20日(火) 午後2時～3時
場 所 本館3階 講堂
出 演 未定
曲 目 未定
入 場 料 無料



【すこやかセミナー「認知症予防のための食事術 ～バランス良く、楽しく～」】

日 時 8月23日(金) 午前11時～12時
場 所 本館3階 講堂
講 師 栄養管理室長 山根 泰子
参加費 無料

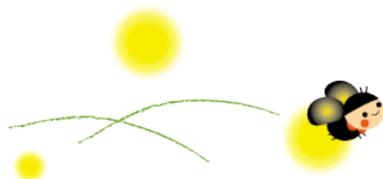


【第30回作品展(コスモス会)の開催と作品の募集について】

平成2年から始まった作品展も今回で30回目を迎えます。

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28日から30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28日(月) 午前9時～10時
作品返却日 10月30日(水) 午後4時～5時



～ちょっとおいしい話～

暑いときは冷たい麺が一番ですが、こまめに水分補給も必要なこの時期は、どこでも冷房が寒いくらいにきいている所も多いです。これに加えて、冷たいものばかり飲んだり食べてばかりでは、胃腸のはたらきも落ちてしまいがちです。

今回は体調不良の予防にもなる、胃腸を温めるメニューをご紹介します。

そうめんの卵あんかけ

《材料》	(1人分)	(2人分)
そうめん	75 g (1.5束)	150 g (3束)
卵	50 g (1個)	100 g (2個)
人参	20 g	40 g
ねぎ	10 g	20 g
そうめんつゆ*	200 ml	400 ml
片栗粉	5 g (大さじ半分)	10 g (大さじ1杯)



*そうめんつゆは必ず表示を確認して、濃縮タイプのものは表示通りに希釈してください。

(1人分) エネルギー：362kcal たんぱく質：13.6g 脂質：6.4g 食塩相当量：2.9g

- ① 鍋に水を入れ、沸騰したらそうめんを入れる。冷やしそうめんのときより硬めのところでざるに上げて冷水で洗って麺をしめる。
- ② 人参は千切り、ねぎは小口切りにする。
- ③ 鍋に人参を入れて人参が浸るくらいまで水を入れてフタをして火をつける。
- ④ 人参がやわらかくなる前に水が少なくなってきたら差し水をする。
- ⑤ 人参がやわらかくなれば、めんつゆ、ゆでたそうめんを入れる。
- ⑥ そうめんが温まったら、片栗粉と同量の水で溶いた片栗粉を入れてとろみがついたら溶き卵を回しかける。卵が半熟になったら火を止める。
- ⑦ 器に盛り付けてねぎをかける。

お好みで食べる前にごま油、七味唐辛子をかけてください。



管理栄養士 伊藤 晶

今月のほっとさん

“ほっと”という言葉に、あなたはどんなイメージを持ちますか？「顔を見ただけでほっとするわ」というとき、ここには「安心」や「安らぎ」のイメージがあります。「さてほっと一息」というと、「なごみ」や「癒やし」の雰囲気がにじみ出ます。逆に英語的な「ホットな人」というと、熱く業務に取り組む姿勢が伺われますし、「ホットスポット」というと、みんなの注目を集める場所を表したりします。一番厳しい局面に立つ部署を「ホットコーナー」と呼んだりもします。野球で、きつくて速い打球が飛んでくる三塁手などがこのように呼ばれます。“ほっと”という言葉はなかなか深みのある言葉ですね。

平成31年4月より、医療技術部、薬局、品質管理部がこのコーナーを担当します。様々な“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います。



薬局 中央業務室 村井さん



『今月のほっとさん』を、2019年7月から2020年2月号まで薬局が担当することになりました。薬局は大きく中央業務室・病棟業務室・化学療法管理室・医薬品情報室という4つの担当業務室に分かれて仕事をしています。その中の一つ中央業務室に所属する村井と申します。主な業務内容は、入院・外来の調剤業務、注射業務、中心静脈栄養のミキシング、院内製剤薬品の作成や管理、麻薬管理等多岐にわたっています。また、新規採用や適応拡大の薬剤も多く、日々勉強の大切さを感じています。

今年度薬局に4名の新人が入局しました。多くの業務を新しく覚えながら毎日頑張っていますが、オフの時には“ほっと一息”ついてほしいと思っています。

“ほっと一息”つく方法としては人それぞれあると思いますが、私は学生時代から神社仏閣巡りが好きで、思いついた時にふらりと訪れていました。今回は私が訪れた中の一つ、京都の鈴虫寺について紹介したいと思います。

正式には妙徳山 華厳寺(みょうとくざん けごんじ)といますが、そこでは一年中鈴虫が鳴いていることで有名なため、鈴虫寺と呼ばれるようになったそうです。

部屋に入ると鈴虫の心地よい音色の中、禅宗の教え茶礼に基づき、お茶とお茶菓子をいただきながら、ご住職のお話を聞きます。このお話は『鈴虫説法』といい、そこまで堅苦しいものではなく、このお寺の話やお参りの仕方、日々の心の持ち方について等の話面白おかしく話されますが、笑いを交えつつも大変含蓄のあるお話です。

このお寺には春夏秋冬の四季の部屋がありますが、ご住職の話聞くのは鈴虫の音色が響く秋の部屋です。訪れたのは初夏の暑い日でしたが、外を眺めると新緑の美しい景色が目映りました。鈴虫のための空間ではありましたが、まさに外界から隔離された空間にいる感じがしました。どの季節に行ってもその空間は秋なので、それぞれの時期の楽しみ方もあると思います。その他にも、竹林が素敵な境内、わらじを履いたお地蔵様など、みどころ満載です。

皆さんも京都へ行く機会がありましたら、立ち寄ってみてはいかがでしょうか。

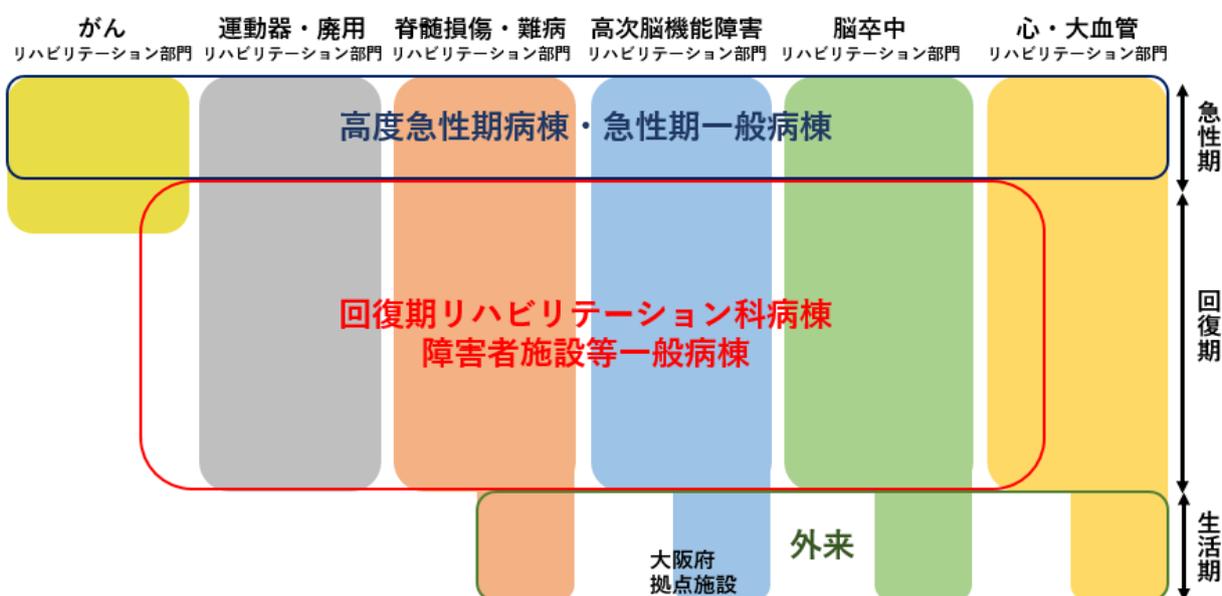


【総合リハビリテーションセンターを開設しました】

平成 31 年 4 月 1 日より、6 つの部門を柱とし、多職種が連携してリハビリテーション治療を行う、総合リハビリテーションセンターを開設しました。当センターにはいろいろな病気や事故のため救急車で運ばれて入院される重症の患者さんも多くおられます。病気やけがによって生じた様々な障害に対するリハビリテーションの必要性を判断し、早期にリハビリテーション治療を開始しています。また各科での初期治療が終わった後、障害などが残った患者さんには、できるだけ元の生活に戻ることができるようリハビリテーション治療を行います。

このような活動により、それぞれの患者さんが日常生活をよりスムーズに送るための一助となることができるよう、リハビリテーション医療に取り組んでまいります。

総合リハビリテーションセンターの6つの柱



掲示板

【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「入院時病棟案内および外来患者移動支援」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。6月13日には、認定NPO法人日本クリクラウン協会から、小児科病棟（大阪府市共同 住吉母子医療センター）にクリ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。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、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、患者総合相談窓口で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ので、お問い合わせください。



【情報誌「きらり」を発行しています】

大阪府市共同 住吉母子医療センターの情報誌「きらり」を、年に4回（1、4、7、10月）発行しております。これからママになる方への情報や、子育てに関するフシギを医療機関ならではの目線で様々な情報を発信しております。きらり本誌では、医師や看護師に聞いてみたい子育てに関する質問も募集しております！ぜひご覧ください。

また、当センターホームページでバックナンバーもご覧いただけます。

右記 QR コードよりアクセスお待ちしております！

バックナンバーはこちら

(URL) <http://www.gh.opho.jp/hospital/24.html>

情報誌「きらり」



【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。

Facebook



【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。



今月の風景



【コメント】

今月の風景は、ベランダで咲いたアサガオです。

夏休みになる前に幼稚園から、お家で子どもがお世話をするようにと持ち帰ってきました。毎朝、子どもはじょうろで水遊びをしながらの水やりをし、ひとつめの花が咲いて大喜びでした。

<匿名希望 「アサガオ」

撮影地：大阪市内>

編集後記

今月の表紙は、投稿いただきました「伊根の舟屋」の写真です。波静かな湾内に建ち並ぶ舟屋は、まるで家が海に浮かんでいるように見えます。波の音とカモメの声を聴きながら素晴らしい景色に癒やされて、ゆっくりのんびりすごしたいですね。

<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。

2019年7月



明るい笑顔とあいさつで
爽やかな夏をおかえしましょう



SUN	MON	TUE	WED	THU	FRY	SAT
	1	2	3	4	5	6
7 	8	9	10	11 すこやか セミナー	12 万代・夢寄席	13
14	15 	16	17 外来糖尿病 教室	18	19	20
21	22	23	24 万代・夢寄席	25	26 すこやか セミナー	27 肝臓病教室
28	29	30	31			

大阪急性期・総合医療センター接遇担当チーム