

やすらぎ通信

第118号（令和2年9月1日） 発行：大阪急性期・総合医療センター

長月（ながつき）



撮影地：長居公園に咲くコスモス

<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. 3
今月のきらりさん	・・・P. 4
NEWS	・・・P. 5

掲示板	・・・P. 7
今月の風景	・・・P. 10
編集部局より	・・・P. 10
カレンダー	・・・P. 11

以心伝心～リレーエッセー～

。。。

9月は防災の日や敬老の日といった啓発日や祝日があります。最近、この両日は深く関係する日だとあらためて思うことがありました。私の母親は築50年以上経つ古い実家に一人暮らしをしています。家の裏のトタン屋根の傷みが激しく雨が漏るため、足元が滑りやすく転倒する危険がある、と実家に近い私の姉が報告してくれました。

そこで、改修業者への発注も考えましたが、姉弟でユーチューブを見て、夏休みの工作ならぬ、素人のトタン屋根作りにトライすることになった次第です。

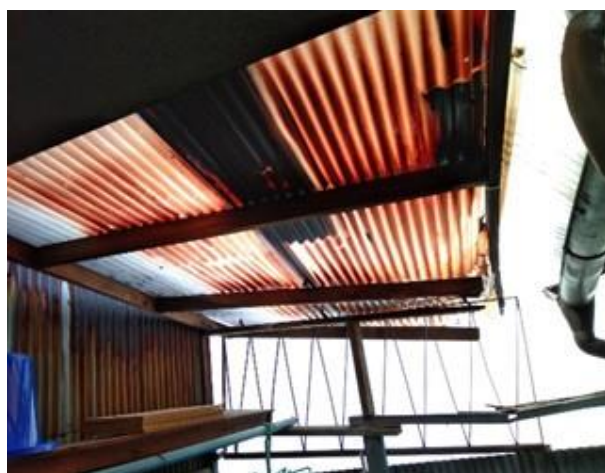
先ず初日に古いトタン屋根を採寸し、図を手書きし、木材や波板などを調達しました。そして、2日目に部材を裁断し、波板の表裏や傘釘の打つ場所を間違えるなど、試行錯誤しながら組み立てました。その後、埃まみれになりながら、朽ちたトタン屋根を取り壊し、なんとか新しい屋根を取り付けました。

トタン屋根のビフォア・アフターを比べると、以前より日光が射して足元が明るくなり、豪雨の時も雨漏りせず、安全になったと姉から報告を受けました。

それ以降、実家に帰った時には、危険な箇所が目につくようになりました。また姉弟で会うと、次回はどこに手を着けようか、ここが危ないからこう変えよう、と相談するようにもなりました。

日頃は意識できず行動に移せませんが、年老いた親の生活の安全に気を配ることで、少しでも敬老につながれば、と思う今日この頃です。

【ビフォア】



⇒

【アフター】



(事務局 西井宏之)

今月・来月の催し

※ 新型コロナウイルス感染症の拡大防止に向けて、10 月末までの下記イベントを中止または延期させていただくことになりました。

楽しみにしてくださっていた皆様には大変申し訳ありませんが、ご了承くださいますようお願い申し上げます。

- ・ 9 月 2 日 (水)
万代・夢寄席
- ・ 9 月 10 日 (木)
すこやかセミナー
- ・ 9 月 16 日 (水)
外来糖尿病教室
- ・ 9 月 25 日 (金)
すこやかセミナー
- ・ 10 月 12 日 (月)
相愛大学連携コンサート



※ 今後開催予定のイベントにつきましても、新型コロナウイルス感染が終息するまで、中止・延期とさせていただきます。なお、再開が決まりましたら当センターホームページ等でお知らせいたします。

※ 感染防止のため、当センターにお越しの際は手洗い・うがいの上、マスク着用必須でお願いいたします。



～ちょっとおいしい話～



里芋のごまみそ煮

いつもと違う味つけで、ごまが入っているため冷めてもおいしく、お弁当にも活用できるメニューをご紹介します。

《材料》	(1 人分)	(2 人分)
里芋	80 g(中 2 個)	160 g(中 4 個)
人参	30 g	60 g
生しいたけ	20 g(1 枚半)	40 g (3 枚)
さやいんげん	20 g(2 本)	40 g (4 本)
みそ	10 g(大さじ 1/2)	20 g(大さじ 1 杯)
砂糖	3 g(大さじ 1/3)	6 g(大さじ 2/3)
酒	5 g(小さじ 1 杯)	10 g(小さじ 2 杯)
炒り白ごま(練りごまでも 代用可)	3 g(大さじ 1/3)	6 g(大さじ 2/3)
顆粒だし	1.5 g (小さじ 1/4)	3 g (小さじ 1/2)

(1 人前) エネルギー：123kcal たんぱく質：4.7g 脂質：2.4g 食塩相当量：1.8g

- ① 里芋は皮をむき 2cm くらいの輪切りにする。
- ② 人参は 1cm くらいのいちょう切りにする。
- ③ さやいんげんは沸騰した湯に 1 分くらい入れて下ゆでして斜め 4cm くらいの長さに切る。
- ④ 生しいたけは石突きを取り、十字に切る。
- ⑤ 炒りごまをすり鉢でよくする。
- ⑥ 鍋に里芋、人参を入れてひたひたにつかるくらいに水を入れて火にかける。
初めは強火にして沸騰したら弱火にして顆粒だしを入れて蓋をする。
里芋、人参に半分ほど火が通ったら、生しいたけを入れ、酒を入れてひと煮立ちしたら砂糖を入れて蓋をして弱火で 5 分ほど煮る。
- ⑦ これにごまを入れ、味がなじんだら火を止めて蓋をしたままにして余熱で更に味をなじませる。
- ⑧ 器に盛り付けて下ゆでをしておいたさやいんげんをちらしてできあがり。



里芋は下ゆでをすると味がなじみやすくなりますが、ご家庭で少し作るときはこれをしなくとも余熱でも充分おいしくなります。

管理栄養士 伊藤 晶

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さんを紹介させていただくコーナーです。

8階西病棟 中谷 縁

私たちが働いている8階西病棟は病床数50床で、呼吸器内科・呼吸器外科・総合内科の混合病棟です。大変忙しい病棟ですが、33名のスタッフが力を合わせて頑張っています。

8階西病棟に入院される患者様は、その病状から適切な酸素療法が重要です。病棟ではカニューラ、酸素マスク、リザーバーマスクなどでの酸素療法に加え、ネーザルハイフロー（高流量酸素療法）やNIPPV（マスク式陽圧人工呼吸法）、人工呼吸器管理も行っています。このように特殊な酸素療法を必要とする患者様は酸素化を悪化させない日常生活援助が必要です。呼吸状態が悪化した時には早期発見と対処が行えるよう、当病棟に設置しているHCUにて看護を行っており、緊急時の対応ができる経験を積んだ看護師を配置しています。

呼吸状態の悪化に対応できる知識を身につけるために、経験年数に応じた学習課題を設定し、先輩ナースや呼吸器内科医師による勉強会を年間計画として行っています。加えて肺がん治療に対しても、化学療法・外科療法・放射線療法を積極的に行っているため、それぞれの専門的な知識の習得が必要です。特に化学療法は特殊性が高く、選択される薬剤も多いため、経験年数に関わらず知識の向上に努め、日々の看護を行っています。

入院中の患者様はがん性疼痛や呼吸困難感を訴えられることが多いため、緩和ケア認定看護師と共に病棟内でカンファレンスを行い、入院中の療養環境が安楽になるよう努めています。また患者様が住み慣れた地域で生活が継続できるよう、訪問看護師やケアマネージャー、MSWなど多職種による退院支援カンファレンスを積極的に行っています。

私たちの病棟の誇れるところは、チームワークの良さです。人間関係が良好なだけではなく、スタッフがお互いに話し合い、刺激し合い、助け合うことができる職場風土です。このチームワークがあるからこそ、大変な毎日でも明るく笑顔で働くことができます。

今年の8西スローガンはスタッフ全員で、「届けよう 確かな看護 溢れる笑顔」に決めました。私達らしいスローガン通り、これからも頑張っていきたいと思います。



【～北側駐車場閉鎖のお知らせ～】

8月17日（月）から当面の間、北側駐車場を閉鎖致します。

ご不便をおかけいたしますが、ご来院の際は公共交通機関をご利用いただくか、南側駐車場をご利用ください。

（駐車場台数が減少致しますので、入庫に時間を要する場合があります。お早めにお越しいただくか、公共交通機関でのご来院をお願い致します。）

【～障がい者用駐車スペースの増設について～】

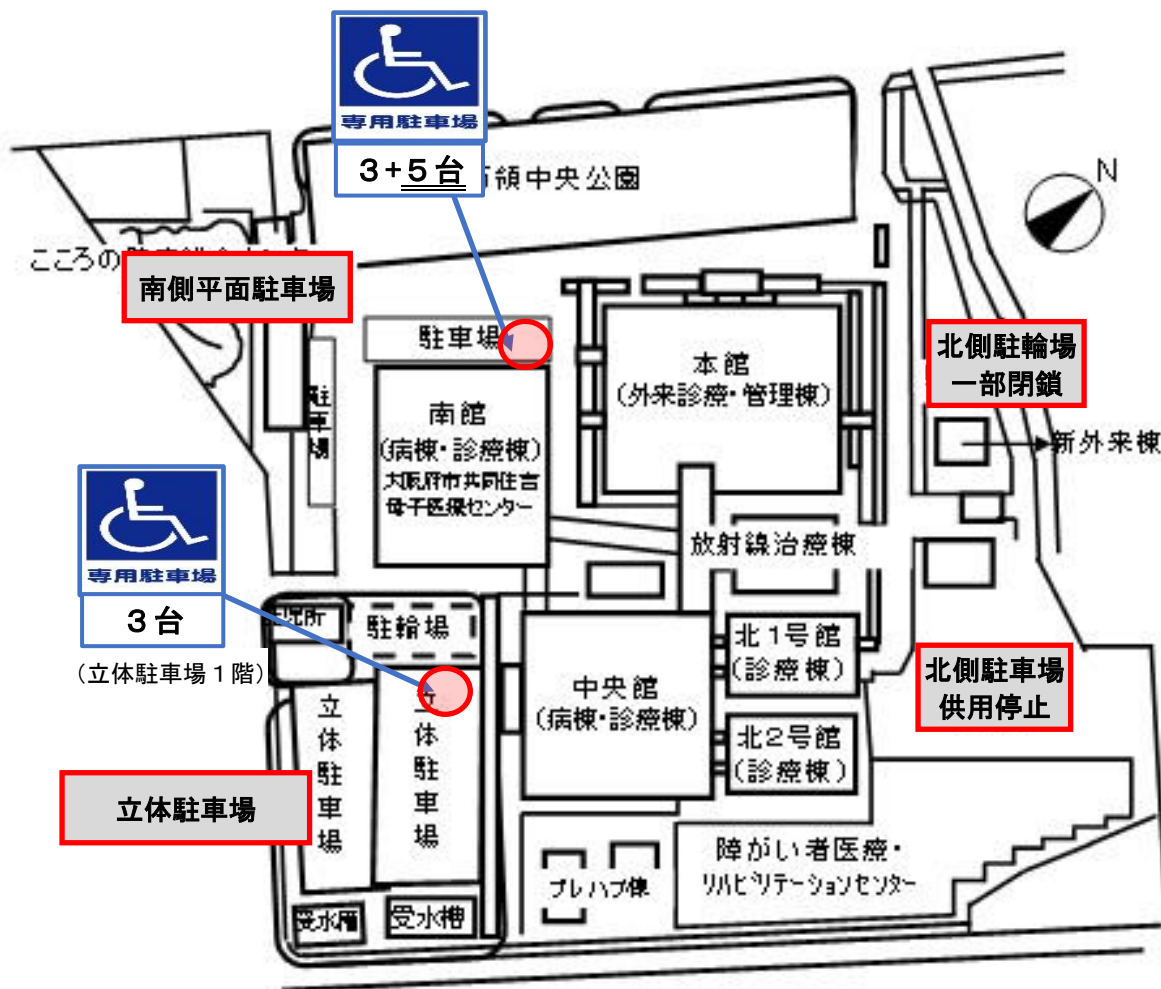
北側駐車場の閉鎖に伴い、南側平面駐車場に障がい者用駐車スペースを新たに5台増設致し8台駐車可能となります。立体駐車場1階の3台分と併せて合計11台ご利用可能です。

本駐車スペースは、車椅子ご利用等乗降にスペースを必要とする方のために確保しておりますので、一般の方の駐車はご遠慮ください。

【～北側駐輪場一部閉鎖について～】

9月9日（水）（予定）から、北側駐輪場（7番・8番）を閉鎖・撤去致します。

ご不便をおかけいたしますが、代替駐輪場を用意致しますので、代替駐車場をご利用ください。



【～メディカルゲート（診療費後払いシステム）開始のお知らせ～】

7月1日より、ご利用のメールアドレス、クレジットカードを登録することで、診察が終われば、会計を待たずにお帰りいただける診療費後払いサービス（メディカルゲート）を開始しています。

ご利用には事前登録が必要です。

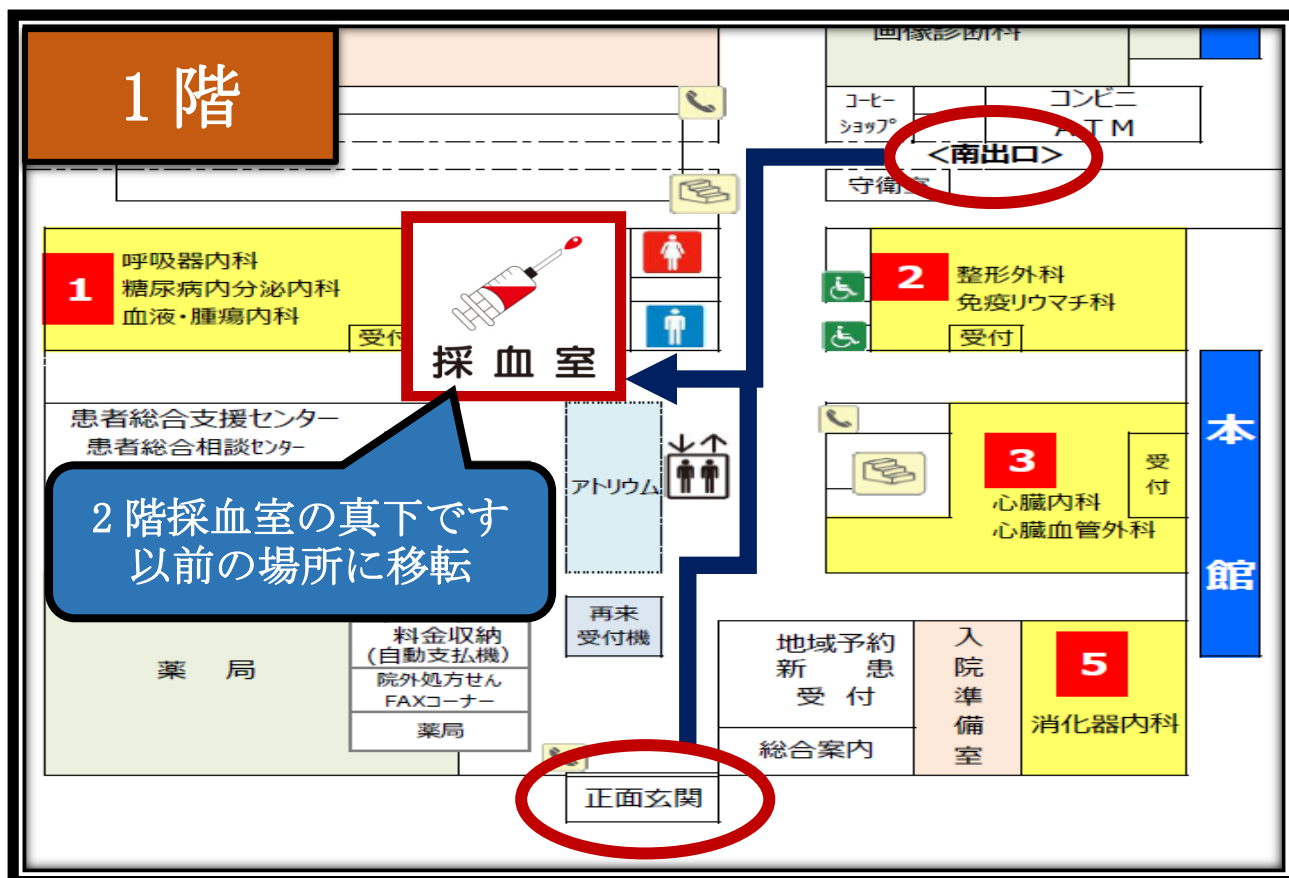
詳細は、本館1階「メディカルゲート受付」までお問い合わせください。



【～「中央採血室」移転のお知らせ～】

8月11日（火）より1階（2階採血室の真下）に移転しています。

ご迷惑をおかけしますが、今後ともよろしくお願い申し上げます。



掲 示 板

【駐車料金について】

当センターの駐車場は有料となっています。

●ご利用時間：24時間（北側駐車場は閉鎖しています。）

●駐車料金：1時間につき300円

次のいずれかに該当する方は、駐車料金が「割引」又は「無料」になります。

該当する方は、必ず院内の所定の場所で「割引手続き」をお済ませください。

なお、駐車料金の精算は「事前精算機」をご利用ください。

【割引手続実施場所】

〈病院ご来院の方〉

●平日（9時～17時30分）

- ・総合案内
- ・本館、南館及び障がい者・医療リハビリテーションセンターの会計窓口（会計時に限る）

●土日祝及び夜間（17時～翌朝9時）

- ・守衛室
- ・救急外来窓口（会計時に限る）

〈障がい者自立相談支援センターご利用の方〉

〈障がい者自立センターご利用の方〉

- ・各センター事務所（利用時に限る）

【病状説明（インフォームド・コンセント）等の実施時間について】

医師をはじめとする病院職員の長時間労働が社会問題となっており、厚生労働省から全ての医療機関に対し、労働時間短縮に向けた取り組みが求められています。

そのため、当センターでは、提供する医療の質や安全を維持しつつ、「働き方改革」の趣旨に基づき、職員の労働時間短縮に向けた取り組みの一つとして、緊急でない患者の病状説明（インフォームド・コンセント）等は、原則、平日の診療時間内に行うことにしております。なお、診療上、主治医が判断した場合は、この限りではありません。

より良い医療を提供するため、皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

【自然災害などによる診療状況変更等のお知らせ】

自然災害など不測の事態の際は、診療の状況等の重要なお知らせをホームページで行う場合がありますので、適宜、ご確認ください。



【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。

また、認定NPO法人日本クリニクラウン協会から、小児科病棟（大阪府市共同 住吉母子医療センター）にクリニ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に丁寧なかかわりをもって一人一人の変化をつかみ、心を和ませていただき、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。現在、新型コロナウイルス感染症の拡大防止に向けて、ボランティア活動は休止しています。再開の目途が立ちましたらホームページでご案内させていただきます。

(URL) <http://www.gh.opho.jp/recruit/10.html>

【医療費のお支払いについて】

当センターでは、お支払いに、現金の他、以下のクレジットカードをお使いいただけます。

また、デビット付きキャッシュカードでのお支払いの場合、引き落としの手数料は不要ですのでご利用の場合は「会計窓口」へお申し出ください。



VIZA カード



Master カード



JCB カード



アメリカン
エクスプレス



DC カード



ジェイデビット



MUFG カード



Nicos カード



UFJ カード

【「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2時～午後4時(平日のみ) ※6月1日から変更しました。

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3回（4、8、12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】

にこ淵（にこぶち）：高知県

仁淀川の支流である枝川川にある日本一美しい滝壺とされています。水神の化身とされる大蛇が棲む所とされ、地元の人々は近づかない神聖な所です。

編集部局より

<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。

食欲の秋！

バランスの良い食事で

健康増進



2020年9月

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21 敬老の日	22 秋分の日	23	24	25	26
27	28	29	30			

大阪急性期・総合医療センター 医療サービス改善委員会