

やすらぎ通信

第 122 号（令和 3 年 1 月 1 日） 発行：大阪急性期・総合医療センター

睦月（むつき）



撮影地：鶴見緑地公園のスノードロップ

<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. 6
今月の風景	・・・P. 11
編集部局より	・・・P. 11
カレンダー	・・・P. 12

以心伝心 ～リレーエッセー～

「もう いくつ寝ると お正月ー ♪」。

みなさま、新年明けましておめでとうございます。

今年の干支は「丑（うし）」です。「モ～、そんな事は誰でも知っているよ」という声が聞こえてきそうですが、皆さんは丑が干支の2番目になった理由をご存じでしょうか。世界ではいくつかバリエーションはあるようですが、有名な物語としてはおおむね次のとおりです。



ある時、神様が動物たちに「元日の朝、私のところに早く到着した12までの動物を、順番でその年の大将にしよう」と提案されました。すると、足が遅い牛は密かに計画を立てました。「よ～し、僕は足が遅いから他の動物たちよりも早く出発して1番でゴールするぞ」と。計画どおり他の動物より一足早く出発した牛は、目の前に見えてきたゴールに1番でゴールするはずでした。ところが、ゴール直前で牛の背中に隠れていたネズミが「ぴよ～ん」と飛び出して先にゴールし、牛は2番目になってしまいました。こうして、牛は2番目の干支になったという物語です。

昨年（2020年）を表す漢字は「密」一。昨年12月14日、日本漢字能力検定協会が、全国から募った「今年の漢字」を清水寺の舞台で発表しました。新型コロナウイルスが猛威をふるう中、「自粛」「時短」「G o T o」といったコロナウイルスに関する言葉を耳にしない日はないといった日々が続いています。我が家も休日は基本的に自宅で過ごすことにしています。食料品や日用品等の買い出しなど、生活のため必要となる外出はしますが、外出から自宅に帰ってきたら、玄関に常備しているアルコールで手指消毒とうがいを済ませてリビングへ、という行動パターンが定着しています。

私は当センターで事務職として勤務する職員ですが、新型コロナウイルスへの対応が長期化するなか、第一線で奮闘されている医療従事者の皆さまに対し、心から感謝申し上げます。新型コロナウイルスの一日も早い収束を祈ります。

（事務局 加藤 武志）

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、令和3年2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。

楽しみにして下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。

- ・ 令和3年1月14日（木）
新春太神楽
- ・ 令和3年1月20日（水）
相愛大学連携コンサート
- ・ 令和3年2月16日（火）
万代・夢寄席
- ・ 令和3年2月25日（火）
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～



新年明けましておめでとうございます。お正月は、おせち料理など普段より豪華な料理を、ダラダラと食べ過ぎてしまった方も多いのではないのでしょうか。

新年は規則正しい食生活も新たにスタートさせたいものですね。

さて、今回は冬に旬を迎えるブリ（鰯）を、ゆずの香りを生かして減塩献立に仕立てた『ブリの柚庵焼き』を紹介します。

《材料》	（1人分）	（2人分）
ブリの切り身	1切れ 80 g	2切れ 160 g
A { 濃口醤油	小さじ 1	小さじ 2
みりん	小さじ 1	小さじ 2
酒	小さじ 1	小さじ 2
ゆず	1/6 個	1/3 個

	(つくりやすい分量)
かぶ	中 2～3 個
B { 塩	小さじ 1/2
砂糖	大さじ 1
酢	大さじ 3
赤唐辛子	小口切り 1 本



(1人前) エネルギー:250kcal たんぱく質:18.6g 脂質:13.9g 食塩相当量:1.2g

- ① かぶは皮を剥き薄切りにし、塩をまぶして10分おく。水分を絞り、材料Bに漬け込む。
- ② ゆずの皮を薄く剥き、千切りにして飾り用にとりおく。ゆずの実の部分は薄切りにし、材料Aと合わせ、ブリを30分漬ける。
- ③ グリルを使用して両面焼き上げ、両面に②のタレを2、3度塗って乾かす。
- ④ ブリを皿に盛りつけ、ゆずの千切りを上のにのせる。かぶを添えれば完成！

ブリは血液をサラサラにされているEPA（エイコサペンタエン酸）を豊富に含んでいますが、魚の中でもエネルギーが高めです。エネルギーを低く抑えたい方は、鮭やサワラに代えてもおいしくいただけます。

管理栄養士 山根 泰子

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又は病棟の紹介をさせていただくコーナーです。

10階西病棟 看護師長 村時 弘子

10階西病棟は消化器外科、消化器内科、歯科口腔外科、放射線治療科の4診療科を担当する病棟です。

病棟では一泊二日の検査や手術、数日の短期入院から退院まで一か月近くかかる大きな手術を受ける患者さんが入院されます。

看護師、医師、歯科医師をはじめ薬剤師、栄養士、セラピスト、MSW（医療ソーシャルワーカー）などと一緒に手術や検査を受ける患者さんの不安に寄り添い、入院期間を乗り越え、退院にむけての指導や地域連携を行っています。

担当するどの診療科も「がん」を扱うことから、外科的治療、内科的治療、放射線治療にも対応できる看護師の育成を行っています。術前術後の看護はもとより、がんで治療を受けられる患者さんの気持ちに寄り添える看護を目指してそれぞれが研鑽しています。

消化器外科・消化器内科・歯科口腔外科の特徴は、年齢や手術、治療により食べられる物や食べられる量、食形態などを変えなくてはならないことがあります。

胃の手術だと一度に食べられる量は減ります。それを複数回に分けて食べることを入院中に指導します。高齢であれば誤嚥をしないように、食事を細かくし、とろみをつけるなど栄養士と相談をします。このように患者さん一人ひとりの健康状態を見極め、単に栄養だけでなく、食べ物の形態や食べ方など、そして患者さんの趣向も踏まえ「食べる」ことへのサポートに力を注いでいます。そのため病棟ではNST（栄養サポートチーム）、摂食・嚥下チーム・歯科医師・歯科衛生士、ST（言語聴覚士）と一緒に「食」に関する情報を共有し、少しでも質の良い食事を入院中、退院後にも食べていただけるように日々患者さんも交えて話し合いを行っています。

病棟には10代から90代までの患者さんが入院されます。高齢独居や高齢者の二人暮らし、90歳台の患者さんも珍しくありません。PFM（入院準備室）と協力し、患者さん一人ひとりがどのような生活をしてこられたかをお聞きし、できるだけ元の生活に戻れるように、入院期間が短くても、たくさんの医療関係者とともに考え、地域の担当者との連携を密にして退院後も入院前と変わらないように継続看護にも力を入れています。

【～A I 体表検知カメラの設置のお知らせ～】

当センターでは、A I 体表検知カメラを正面玄関からアトリウム、夜間通用口付近、南館入口付近、時間外救急受付付近に設置し、検温やマスク着用のセルフチェックをお願いしています。

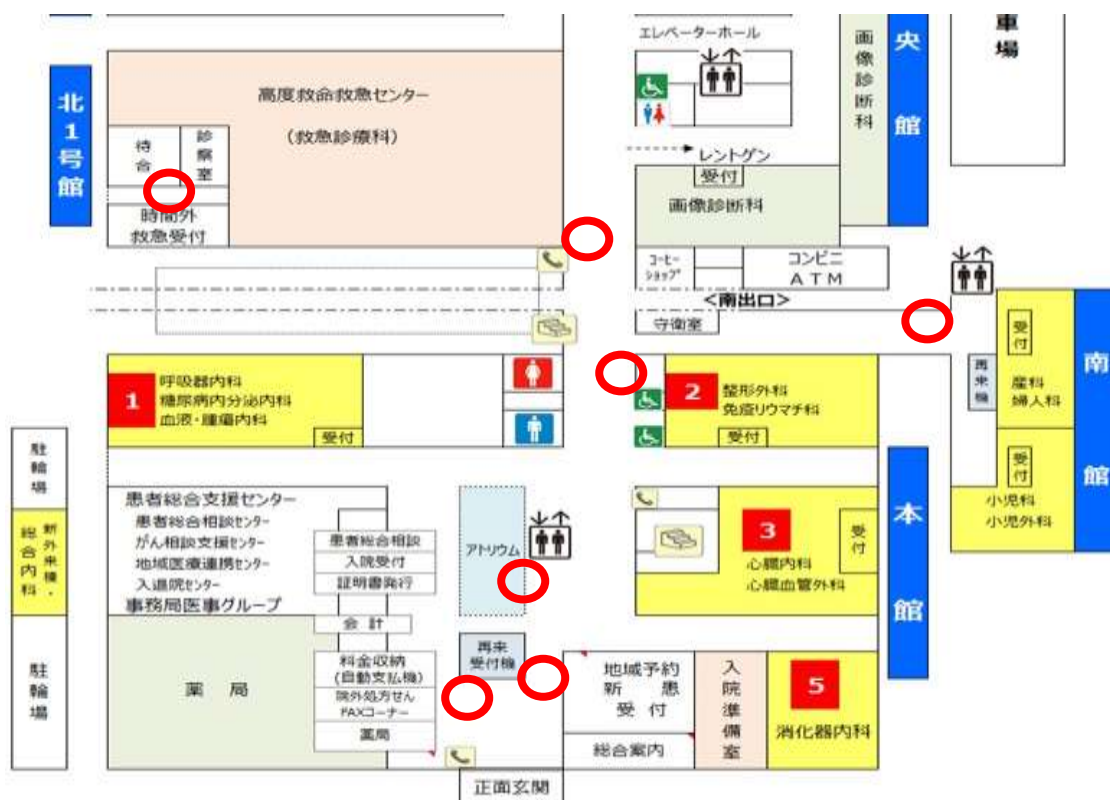
感染症対策の啓発と予防を行うもので、マスク着用の有無を察知して、着用を促すとともに、非接触により体温を即時に検知し、体温の正常と異常をアラームでお知らせします。

新型コロナウイルス感染症だけでなく、インフルエンザ等の対策にも役立つことを期待しています。

ご来院の際、ご利用いただきますようお願いいたします。



A I 体表検知カメラの設置場所



掲 示 板

【～北側通路一時閉鎖のお知らせ～】

現在、平日昼間について北側通路を閉鎖致しており、北側通路からのご入館ができません。ご迷惑をおかけいたしますが、正面玄関・時間外出入口（南側）をご利用ください。

（閉鎖時間帯） 平日 午前9時 ～ 午後5時

なお、リハビリテーション科外来・障がい者歯科・大阪府立障がい者自立センター・障がい者自立支援センターご利用の方は、建物専用出入口からこれまで通り入出館可能です。

【～北側駐車場閉鎖のお知らせ～】

現在、北側駐車場を閉鎖しています。

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。

【～障がい者用駐車スペースの増設について～】

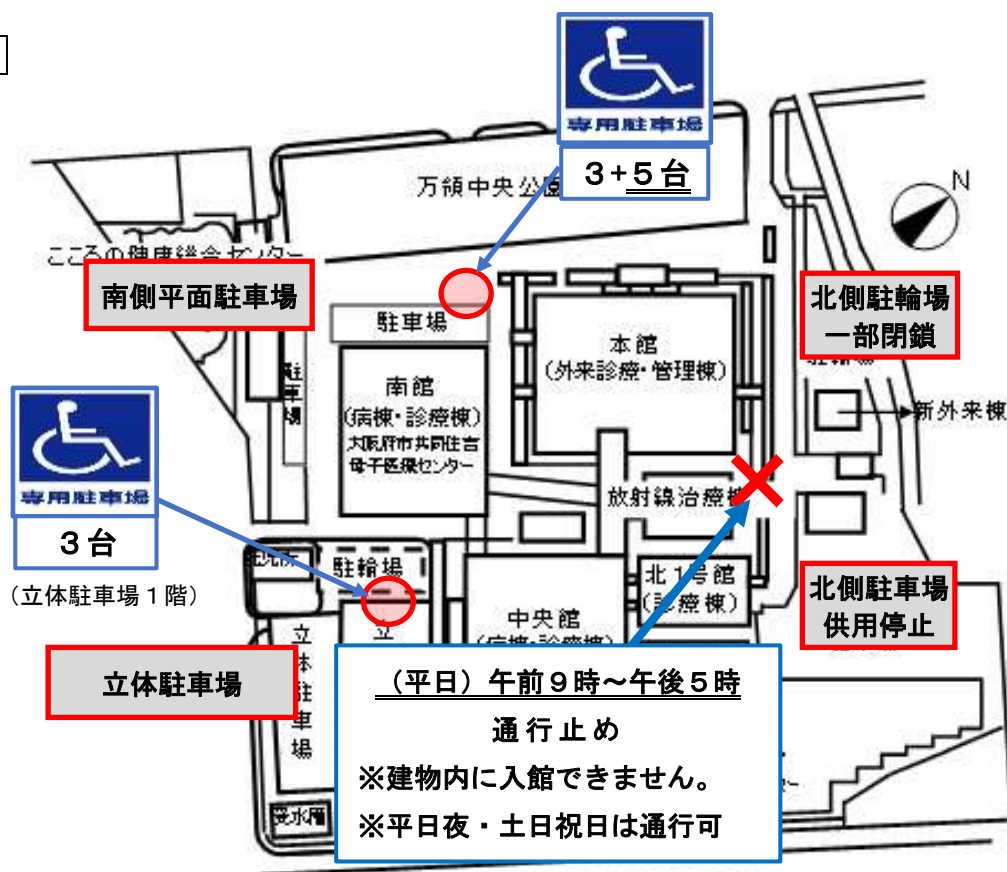
北側駐車場の閉鎖に伴い、南側平面駐車場に障がい者用駐車スペースを新たに5台増設し、8台駐車可能となっています。立体駐車場1階の3台分と併せて合計11台ご利用可能です。

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～】

北側駐輪場の一部（7番・8番）を撤去致しました。ご不便をおかけいたしますが、代替駐輪場をご利用ください。

【敷地内図面】



【～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。



【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

なお、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）も導入していますので、どうぞご利用（登録必要）ください。

【「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	



【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。

【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>

【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。

【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。



【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



【反橋（住吉大社の太鼓橋）（ソリバシ（スミヨシタイシャノタイコバシ））】

住吉大社の初詣ですが、2021 年は正月三が日を避け、2 月 3 日頃までの分散参拝を呼びかけています（露店は出ないようです）。

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。



SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
					 元旦	2
3	4	5	6	7	8	9
10	 成人の日	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						