

やすらぎ通信

第123号（令和3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）



撮影地：長居植物園に咲く水仙

<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～

「福は内！鬼は外！」、今年も節分の豆まきの季節となりました。

我が家の豆まきは子どものころから私の役割、我が子達が幼いころには、私が鬼役にもなったりして賑やかに豆まきもしましたが、彼らも独立した今は、私がお近所迷惑にならない程度に豆まきしています。

ところで今年の節分は例年とは違い1日はやい2月2日、なんと1897（明治30）年以来124年ぶりだそうです。それには「太陽年」や「閏（うるう）年」が大きく関与しているとのことですが、その解説はここではご容赦ください。

そもそも節分とは、季節を分ける節目であり、つまり四季の移り変わる節目、立春・立夏・立秋・立冬の前の日を指すもので年に四回あります。なかでも冬から春に変わる「立春」が旧暦では年のあらたまる重要な日とされ、その前日、すなわち大みそかにあたるこの日が重要視されてきたのです。

元々は季節の節目には邪気が出現するといわれていましたが、今ではほとんどの「邪気払い」の行事も衰退しています。ただし、寒い時期には特に邪気が強くなると考えられてきたため、「節分」といえば「2月上旬のみ」というのが一般的になり、豆まきなどの風習が行われています。

豆まきの由来を調べると、諸説ありますが、平安時代、京都鞍馬山の鬼が都に出没したとき、鬼の目（魔目）に豆を投げつけて退治した故事が由来で、庶民に広まったのは江戸時代のことだそうです。

鬼は牛の角を生やし、虎の皮（パンツ？）を身にまとっている姿で現わされることが多いですね。

これは、鬼がいわゆる「鬼門（北東）」の方角から出現する、すなわち丑寅（ウシトラ）の方角から出現するとの考えからのようです。

しかし、昨今はアニメ「鬼滅の刃」が人気で、いろんな姿の鬼が登場するようなので、これからは鬼の姿も変わっていくのかもしれませんがね。

124年ぶり2月2日の節分、皆さんも、新型コロナウイルスという邪気を払いのける思いを込めて、今年はお近所迷惑考えず豆まきしてみませんか？



（事務局 福本 泰延）

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、3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、ご了承いただきますようお願い申し上げます。

- ・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。

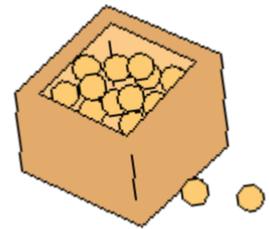




～ちょっとおいしい話～

お正月に食べ過ぎてしまって体が重い、なんて方もいらっしゃるのではないのでしょうか？
2月の行事と言えば節分です。運動も兼ねて元気よく豆まきした後は、余った大豆を美味しくいただきます。今回はお肉の半分を大豆に変えた和風ハンバーグをご紹介します。

《材料》	(1人分)	(2人分)
合い挽き肉	30g	60g
煎り大豆	15g	30g
玉ねぎ	1/8個	1/4個
パン粉	大さじ 1/2	大さじ 1
牛乳	大さじ 1/2	大さじ 1
卵	1/4個	1/2個
味噌	小さじ 1/4	小さじ 1/2
サラダ油	大さじ 1/2	大さじ 1
大葉	1枚	2枚
大根おろし	大さじ 1	大さじ 2
ポン酢	大さじ 1/4	大さじ 1/2



(1人前) エネルギー:193kcal たんぱく質 13.3 : g 脂質:12.4g 食塩相当量 : 0.6g

- ① 煎り大豆を一晩水に漬けておく（茹で大豆を使用する場合は1人分30g）。
- ② 玉ねぎはみじん切りにして電子レンジで3分加熱し、冷ましておく。
- ③ 戻した大豆と牛乳をミキサーにかけ、パン粉と合わせておく。
- ④ 玉ねぎ・③・合い挽き肉・卵・味噌をボウルで混ぜ合わせ、捏ねる。
- ⑤ よく油を熱したフライパンでハンバーグの両面を強火でサッと焼き、焼き色が付いたら水(分量外)を加えて中火で蒸し焼きにする。
- ⑥ 大葉、大根おろしを盛りつけてポン酢をかければできあがり。

豆まきに使う煎り大豆は、一晩水に浸すと茹で大豆と同じように扱うことができます。

大豆は食物繊維が豊富で、すべてお肉で作ったハンバーグに比べ約5倍の食物繊維が含まれます。今回は大葉とおろしで和風ハンバーグにしましたが、ケチャップやデミグラスソースなどと合わせて洋風にもアレンジしてみてもいいかもしれません。

栄養管理室 管理栄養士 隈元 理香

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。

5階南病棟 小児救急看護認定看護師 市川 聡美

私は、2015年に小児救急看護認定看護師の資格を取得しました。小児救急の対象は、高度救命医療だけでなく、1次・2次医療も含め、ご家族が「救急」と考え受診されたお子様とご家族です。小児は、成人と異なり成長発達の途中にあり、心身共に未熟なため、病状の変化も速く自分で症状を的確に訴えることができません。そのため看護師は、幅広い疾患の知識と病態を適切に捉え、緊急度・重症度を判断し、迅速に対応する実践能力が求められます。また、少子化に伴う核家族化により、家族内では子どもに接する機会が少なく、わが子で初めて育児を経験することが多くなっています。そのため、育児全般に対する不安や、お子様の病気・怪我となれば、尚更、ご家族が戸惑うことは当然のことです。そこで、認定看護師として、ホームケア指導や事故予防の指導、育児相談、虐待への対応など行っています。そして、小児科看護師の専門性を高め必要なスキルを身につけるためにも看護師へセミナーを開催しています。また、育児支援活動の一つとして、小児科スタッフと共に症状別ホームケアのリーフレットを作成し、ご家族への説明時にお渡ししています。QRコードからもダウンロードできますので、是非多くの方にご活用ください。

小児科看護師一同、ご家族の受診に至る背景を理解・把握し、ご家族の不安やお子様の病状を心配される気持ちに寄り添うことを心がけています。また、ご家族と協力し、なるべくお子様にも分かりやすい言葉で説明し、お子様自身が「自分で選択した」「頑張った」と思えるように関わることを大切にしています。当院の小児科は、急性疾患だけでなく慢性疾患で入退院をされるお子様も多数おられます。病棟と外来で連携し、課題を共有し、継続的にお子様の成長発達やライフステージに合わせた課題を乗り越えていけるよう、療養指導を通して関わっています。そのような関わりの中で、「受診して良かったです」と安心して笑顔で帰ってくださること、お子様の成長と一緒に共有させてもらえることが、私たち小児科看護師の一番の喜びであり、やりがいとなっています。



【～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。

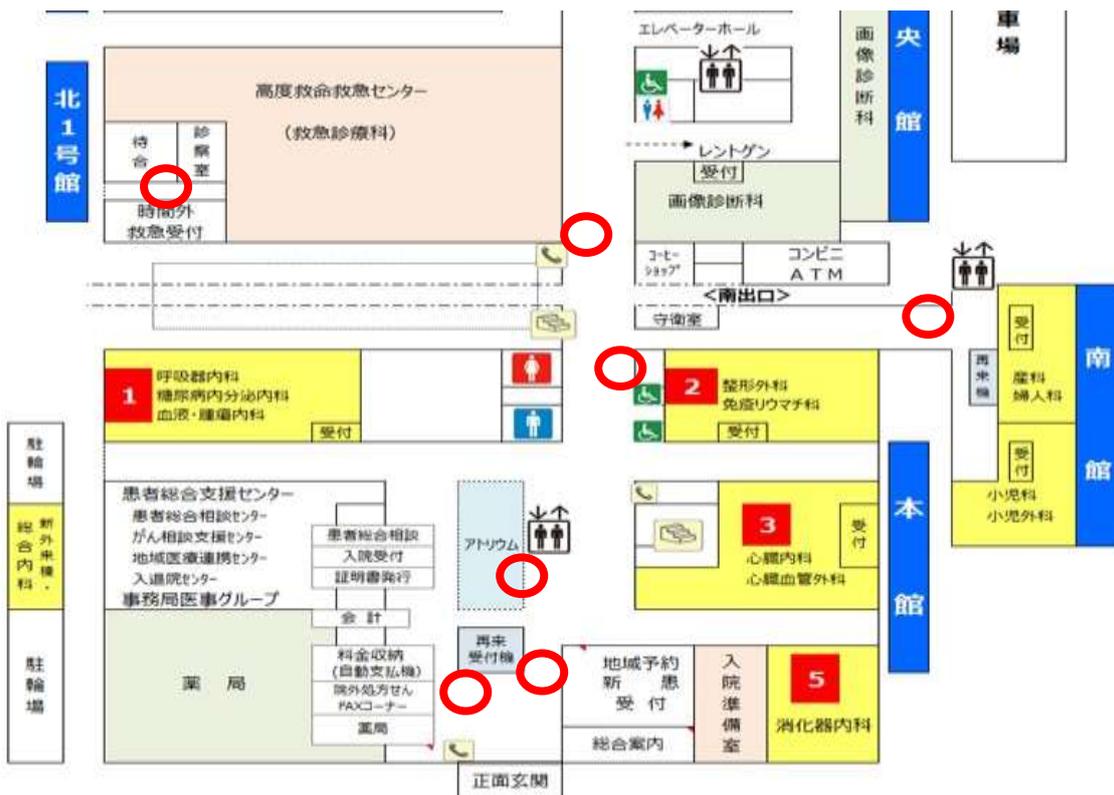
感染症対策の啓発と予防を行うもので、マスク着用の有無を察知して、着用を促すとともに、非接触により体温を即時に検知し、体温の正常と異常をアラームでお知らせします。

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・障がい者自立相談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～】

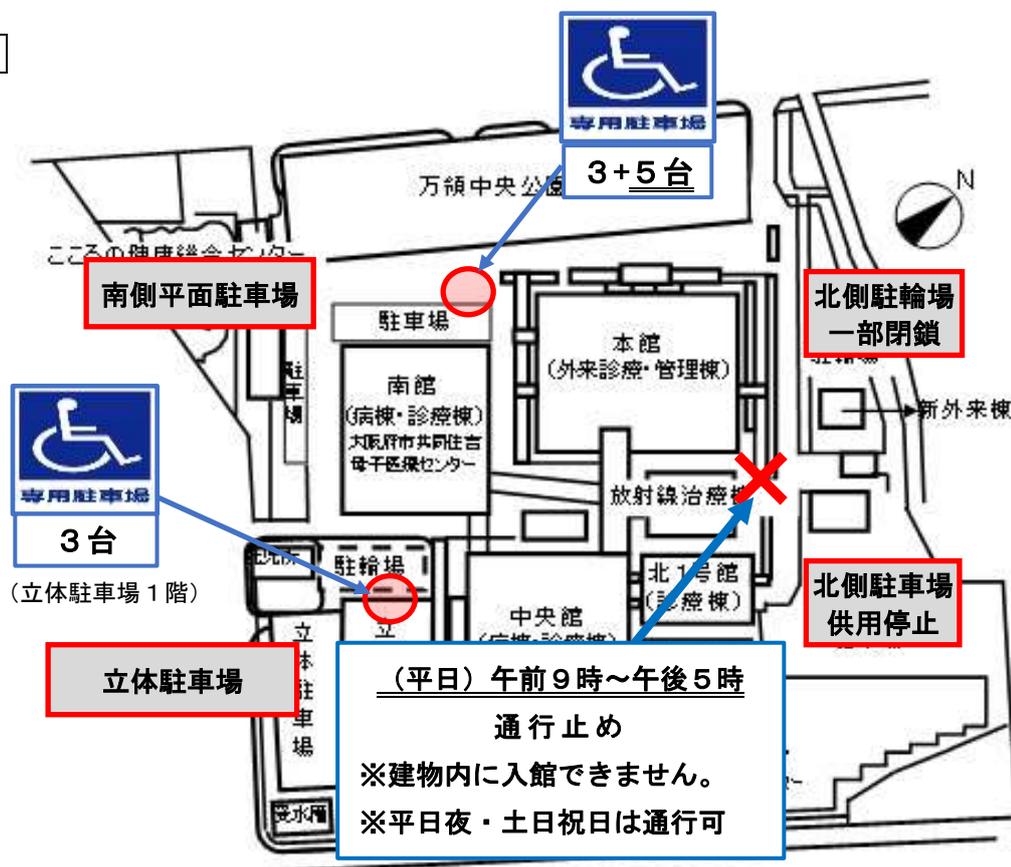
北側駐車場の閉鎖に伴い、南側平面駐車場に障がい者用駐車スペースを新たに5台増設し、8台駐車可能となっています。立体駐車場1階の3台分と併せて合計11台ご利用可能です。

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。



VISA 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。

【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



【2月14日は「バレンタインデー(St.Valentine'sDay)」です。】

チョコレートを贈る習慣は日本独自のもので、一説によると都内デパートで開かれたバレンタインセールで、チョコレート業者がキャンペーンを行ったのが発端だそうです。

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。



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
01	02	03	04	05	06	07
08	09	10	11 建国記念の日	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23 天皇誕生日	24	25	26	27	28

