

# やすらぎ通信

第134号（令和5年（夏号）7月1日）発行：大阪急性期・総合医療センター

文月（ふづき・ふみづき）：July



面会再開について

P.1

以心伝心～リレーエッセー～

P.2

ドクターコラム

P.3

ちょっとおいしい話

P.4

今月のほっとさん

P.5

イベント・おしらせ

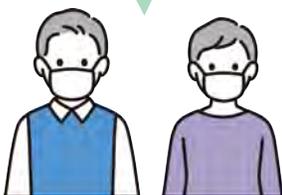
P.6

# 4日以上、中央館に入院されている 患者さんとの面会を再開します

南館(産科・小児科)は中央館とは異なります。詳細は病棟にてご確認ください。

**!** 患者さんを感染から守るために、  
以下のことを必ずお約束ください **!**

不織布マスクの着用  
入退室時の手指消毒  
面会中の飲食不可



患者さんご家族  
15歳以上の方 **2名**まで

当センターでは、新型コロナウイルスの感染症において、重症化リスクの高い患者さんが多く来院・入院されています。このため長らくの間、患者さんやご家族の皆さまには、面会禁止にご理解・ご協力いただきありがとうございました。

7月3日から、段階的ではありますが、中央館に入院されている患者さんの面会を再開いたします。混雑や感染拡大を防ぐため、当面の間、面会予約はインターネットでのお申込みとなります。なお、産科・小児科(南館)は中央館と異なりますので、病棟にお問い合わせください。

また、感染状況などにあわせて、**面会方法が変更**になる場合があります。面会の際は、当センターホームページでご確認のうえ、ご来院くださいますようお願いいたします。

引き続き

## マスク着用のご協力をお願いします

マスク着用は個人の判断が基本とされていますが、受診時や医療機関を訪問する時は、マスクの着用が推奨されています。当センターには重症化リスクの高い患者さんが多く来院・入院されています。

ご来院いただく際には、感染拡大を防ぐために、引き続きマスクの着用をお願いいたします。



厚生労働省  
ホームページ

周囲の方に感染を広げないために

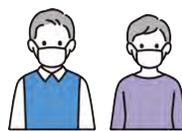


高齢者施設や  
病院へ行くとき



混雑した電車・  
バスに乗るとき

ご自身を感染から守るために



高齢者の方



基礎疾患を  
お持ちの方



妊婦さん

# 以心伝心 いしん でんしん

はじめまして。この4月より、大阪国際がんセンターの医事グループより大阪急性期・総合医療センターの施設保全グループに配属となりました森口直之と申します。がんセンターでは医事を4年間経験させていただきました。

私は京都で生まれ育ち、小学校まで京都で過ごしました。その後、中学校から就職までの期間を大阪で過ごしました。大学を卒業後、京都で医療事務として働くことになりましたが、実家のある大阪での生活が続きました。

私は47歳の時に、ひよんなご縁で大阪府立病院機構に入職いたしました。本部事務局で10ヶ月間勤務した後、異動により大阪国際がんセンターの医事グループに配属されました。施設保全グループは、私にとっては未知の世界です。私はこれまで医療事務員として、医師や看護師、患者さんとのやり取りに携わってきましたが、施設保全グループでの業務には契約事務や施設修繕・工事に関する業務は未経験でした。

今は戸惑、真最中です！新しい業務に挑戦することで、自分自身の成長を感じることができています。施設保全グループの業務は、建物の構造や設備に関する知識が必要です。私はこの知識を身に付けることで、施設の問題点を早期に発見し、修繕や改善を行うことができるようになるだろうと思っています。

また、施設保全グループでは、他の部署との連携が非常に大切です。例えば、医療機器や設備にトラブルが生じた場合は、医療現場と密に連携して対応する必要があります。そのため、コミュニケーション能力も重要なスキルの一つです。私は、この未知の世界に飛び込んでから、多くのことを学ぶことができています。施設の保全やメンテナンスについての知識や技術はもちろんのこと、コミュニケーション能力やチームワークなど、様々なスキルを身に付けることができるよう

日々努力しています。今後も、施設保全グループでの業務に取り組む中で、自分自身を成長させることができるように努めていきたいと思っています。また、医療現場に携わる過去の経験を活かし、医療機器や設備のトラブルに対する対応力や、医療現場との連携力を発揮できるように努めていきます。

施設保全グループでは、施設の維持管理だけでなく、患者さんや医療従事者の安全にも責任を持っています。そのため、業務を行う中で常に安全性を意識し、問題点を早期に発見し、改善を行うことが求められます。私は、施設保全グループでの業務において、この責任をしっかりと果たしていきたいと思っています。自分自身の成長だけでなく、施設や医療現場に貢献することができるよう、日々努めていきます。

今回の異動により、未知の世界に挑戦することができ、自分自身の成長を感じることができるよう期待でいっぱいです。私は、この経験を生かし、今後も新しい業務にチャレンジし続け、自分自身を成長させていきたいと思っています。また、医療現場に貢献することができるよう、患者さんや医療従事者の安全を常に意識し、業務に取り組んでいきます。今後とも、施設保全グループの森口をどうぞかわいがってください。

施設保全グループ 森口直之



# 放射線はこわい？怖くない？



「放射線」と聞くと、皆様の中には、原子力発電所の事故や原子爆弾による被ばくを思い浮かべ、放射線に怖いイメージを抱かれる方がおられるかもしれません。医療で使用される放射線はそれらとは全く異なり、病気を発見したり治療したりするために厳格に管理し、適正に使用され、医療の現場で活用されています。



医療で放射線がどのように利用されているかご理解いただき、放射線に対する不安を少しでも減らしていただきたいと私どもは望んでいます。ぜひ、ホームページ（QR参照）も併せてご覧いただければ、実際の検査や放射線被ばくについて理解を深めていただけると幸いです。



## そんなに検査して、大丈夫なの？

画像診断科で扱う放射線業務には、①胸、骨、乳房などのレントゲン写真、胃のバリウム検査、全身のさまざまな部位のCT検査といったX線をを用いた画像診断、②カテーテルによる治療に代表される体の中の管をX線で透かし見て行う手技、③放射性同位元素から出るガンマ線で画像診断を行う核医学検査があります。これらのX線やガンマ線といった医療用放射線による被ばくは、線量の値が低いので、低線量被ばくと呼ばれ、体に浴びる放射線の量は検査や手技によって様々ですが、発がんのリスクが上がるということが知られている線量よりもはるかに低い線量です。低線量被ばくが人体におよぼす影響は、未だ十分に解明されていませんが、大人では、環境や生活習慣（たばこ、飲酒、食事、肥満、運動不足など）が人体におよぼす影響と比較して小さいと考えられています。

医療で放射線を用いる前提として、「放射線を用いて病気を発見し、治療する。」という大きなメリットがあることが必須であり、主治医はそのメリットを十分に検討された上で検査や治療の依頼を出されています。放射線検査やカテーテルによる治療では、関連する学会を中心に「診断参考レベル」と言われる標準的に使用される放射線量の基準が示され、必要にして十分な最適の量の放射線を人体の限られた部位にあてて検査や治療を行うことが求められており、当センターでもこれに照らし合わせて検査や治療を行い、患者さんが浴びた放射線の量を記録・管理しています。このようにして、低線量被ばくといえども、人体に対する放射線の影響を最小限にとどめるべく、検査や治療を行っています。

## 病気の発見・治療と放射線被ばく

当センターでの患者さんの被ばく線量の最近の変化を調べてみました。法律や学会のガイドラインの遵守、および、撮影技術の進歩によって、胸部のCT検査では、50%近くの被ばく線量の低減に成功しています。（図1）

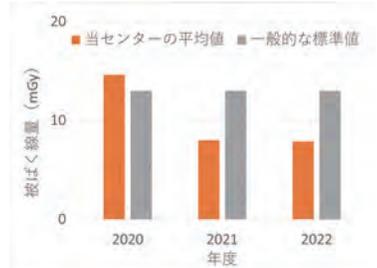


図1. 胸部CT検査での被ばく線量の推移

また、血管のカテーテル治療では、患者さん個人個人の病気の進行度や血管の形状によって治療の手技に要する時間が左右され、手技に時間がかかると、その分、被ばく線量は多くなります。手技に熟練を要する心臓の冠動脈カテーテル治療で調べてみますと、当センターでは、医師や技師の手技の熟練や器具の進歩によって、全国の標準的な値より20%以上低い被ばく線量で治療が行えていることがわかりました。（図2）

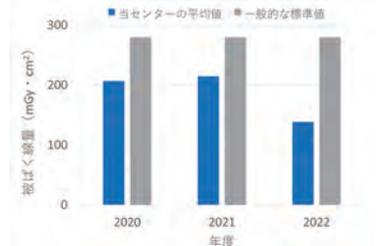


図2. 冠動脈カテーテル治療での被ばく線量の推移

冒頭に述べた「放射線＝怖い」のイメージは少し変わったでしょうか？医療で用いられる放射線は適正に管理・使用されており、「病気を発見して治療する」という非常に大きなメリットをもたらしてくれます。ただし、不必要な被ばくは絶対に避けなければいけません。患者さんの被ばく線量の低減化・最適化を今後も継続して行っていくことが私どもの責務であると考えています。

医療技術部放射線部門 西田 崇  
画像診断科主任部長 細見 尚弘



府民公開講座

# 腎臓を 長持ちさせるために

腎臓・高血圧内科主任部長 上田仁康

## 2023/9/1 YouTubeにて公開予定

詳しくは、当センターホームページでご確認ください



次回は 2024 年 2 月に放射線治療科が新装された「リニアック」をご紹介予定！  
(放射線治療装置)

管理栄養士の

ちょっと  
おいしい話

## 手軽に栄養補給！ アレンジ豊富な冷麺



材料

2人前

具材

白滝(湯がき)	400g
ささみ	2本
キムチ	60g
きゅうり	1/2本
卵	2個
ごま	少々

冷麺スープ

水	300cc
酢	大さじ3
濃口しょうゆ	大さじ1
鶏がらスープの素	小さじ2

作り方

1. 茹で卵を作る（半熟にしたい場合は沸騰してから 6～7 分、固ゆでの場合は 9 分が目安）
2. ささみを湯がき食べやすい大きさに割く
3. きゅうりを千切りにする
4. 水、酢、濃い口醤油、鶏ガラスープの素を混ぜ合わせて、
5. スープを作り、冷蔵庫で冷やしておく
6. 小鍋で白滝を茹でる（茹で過ぎるとコシがなくなるので1分ほど）
7. ざるにあげて流水で冷やし、しっかり水気を切る
8. お皿に盛り付けたら完成

こんなアレンジも  
おすすめ！

- 麺を素麺やうどん、ところてんに変えて♪
- お肉が硬い場合は魚肉ソーセージやカニかまなども！
- 湯がいたもやしは食べ応え満点のかさ増しテクニックとして最適！
- 味が薄い場合やお酢が苦手な場合は、レモン汁をかけてみるのも工夫のひとつです
- ネギやミョウガなど香味野菜も活用次第でお好みに♪

食欲の落ちる夏場に是非食べて欲しいのが冷麺です！

今回のアレンジ冷麺はあのモチモチとした食感の麺ではなく身近にある白滝を使用しました。白滝はよく噛む必要があるため、食べ過ぎ防止になります。また白滝は低カロリー、低糖質なうえに食物繊維が豊富に含まれています。トッピングに使う具材も脂身の多い焼き豚や高たんぱく質のささみ等好みで変えることで用途に応じた栄養素を補えます。冷麺のスープはラーメンのスープと比較して塩分が控えめです。



文責：栄養管理室

# 今月の「ほっとさん」

隔年で、看護部を「きらりさん」、その他の病院スタッフを「ほっとさん」として紹介しています。2023年度は「ほっとさん」をお届けします♪

医療技術部 臨床工学室 中村年宏

皆さん、臨床工学技士をご存知でしょうか？臨床工学技士は医療機器の保守・点検・操作を仕事とします。当センターでは人工心肺や人工呼吸器、心臓カテーテル検査、ペースメーカー、血液浄化（人工透析）などの業務に従事しています。特に患者さんと接する機会が多いのはペースメーカーのチェックや人工透析になると思います。私たち臨床工学技士は22名体制で、進化する医療機器に対応し、専門知識や技術習得に努め、医師や看護師、他職種と連携しながら日々の業務を行っています。

そんな私の「ほっと」する時は田舎に帰り、田んぼの土の匂いを感じた時です。以前は稲作をしていましたので、少し「田植え」についてご紹介させていただきます。

「田植え」を聞いたことのある方は多いと思いますが、その前に行く「田起こし」や「代掻き」を聞いたことのある方は少ないのではないのでしょうか？「田起こし」とは、春先にトラクターで土をかき混ぜて土に空気をたくさん触れさせることで、土壌の養分を活性化させます。土が空気をたくさん含むことで、田植えの時に根の成長を促進することができます。この時期は、爽やかな風に吹かれて土の匂いがすると春が来た実感します。

「代掻き」とは田植え前にトラクターで水を張った田んぼに苗が植え付けしやすいようにす

ることです。土を柔らかくし、表面を平らにして、水の深さを均等にします。（これで田んぼの高低や水位が変わるので、慣れるまでは結構難しい！）この時期は日差しが強く、初夏を感じる瞬間です。

「田植え」は皆さんも良く知っておられる通り、苗を15～20cm間隔で植えます。もちろん、田植え機を使用してですが。（機械で目印を付けても真っすぐに植えるのは難しい！）現在、稲作は近所の方をお願いしていますので、今年は野菜作りに初挑戦しています。種類はトマト、胡瓜、茄子、西瓜など、元気に育ってくると良いのですが・・・。

日常の業務でも新しい医療機器を導入するまでに勉強会や試用期間を設け、装置を安心・安全に使用できるようにしていますので、農作物を植えるための準備と共通している部分も多いと感じています。



書店・コンビニ・Amazonにて発売中!

# 頼れるドクター

大阪・堺 Vol.6

Pick up

大阪急性期・総合医療センター 36診療科の中から

消化器外科 泌尿器科 生殖医療センター

ウェブ版はQRコードからご覧いただけます



# 当センターからのお知らせ

## 入院中の荷物受け渡しについて

洗濯物などの、荷物の受け渡しは、下記の時間・場所にて対応しております。また、平日夜間・休日は防犯対策のため出入口を閉鎖しております。北出口・南出口よりインターネットでお知らせください。

受け渡し対応時間



**15:00~17:00**

(土日祝 も対応しております)

### 中央館にお届け

中央館 1階  
エレベーター  
ホール前

### 南館にお届け

総合案内または  
守衛室へ

## アプリで支払待ち時間ゼロ！ 調剤薬局もキャッシュレス

診察後、会計を待たずにお帰りいただける診療費後払サービス「メディカルゲート」を導入しています。

お申し込みにはスマホ・パソコンなどインターネットにつながる機器、クレジットカードが必要です。(公費などの利用状況により、メディカルゲートをご利用いただけない場合があります) お申し込みは当センター本館 1階「メディカルゲート受付」までお越しください。

調剤薬局との連携で、スマホアプリから処方せんを調剤薬局に送信すると、お薬も自動決済できるサービスもスタートしました。

詳しくは下記のサポートセンターにお問い合わせください。

カード登録で  
病院も薬局も  
らくらく自動決済♪



### Medical Gate サポートセンター

地方独立行政法人 大阪府立病院機構 本部事務局内  
受付窓口電話番号

**06-4397-4150**

平日 9:00 ~ 17:00 対応 (年末年始除く)

## 診療状況が、 インターネットで確認できます

当センターのホームページ、または QR コードより、現在の診療状況が確認できます。

当センターにご来院後、再来受付機にていただき、お申し込みしながら①診療科を選択②診察室を選択していた診療状況がご確認いただけます。待合での混雑緩和のためにも、是非ご利用ください。

**現在調整中**



## 9つの診療科の診察予約が、 電話で変更できます

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ます。(初診についてはご利用いただけません。)

**06-6692-1201** (代表)

「予約変更センター」とお伝えください。

呼吸器内科	皮膚科
消化器内科	糖尿病内分内分泌科
形成外科	耳鼻咽喉・頭頸部外科
脳神経内科	腎臓・高血圧内科
脳神経外科	

## 医療相談コールセンター 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しております。

医療相談  
専用電話

**06-6692-2800**  
**06-6692-2801**

9:00~17:00

月曜日～金曜日 (年末年始、土・日・祝日除く)

医療相談を希望されるご本人・ご家族など

# 当センターの取り組み

## 病状説明 (インフォームド・コンセント) の実施時間について

当センターでは、厚生労働省の「働き方改革」の趣旨に基づき、緊急でない患者さんへの病状説明 (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っております。

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。

## 決済方法と、医療費のお見積りについて

### 決済方法

現金  
各種クレジットカード  
デビットカード (窓口対応)



### 医療費のお見積り

入院申込時に標準的な治療を行った場合の概算費用、また、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できます。

## 今月の風景



毎年、当センターではこの時期になると看護部の前には笹飾りが飾られます。たくさんの飾りがついていますが、輪をいくつも繋いだ「わつなぎ」は、人のつながりや夢が続いていくように、網飾りは漁師の網に見立てて食べ物に困らないように、提灯には魔よけの意味があるそうです。今年も、短冊に込めたそれぞれの願いが叶いますように！

読者の皆様からも写真の投稿お待ちしております。ご投稿いただける方はコチラからメールをお送りください→→→→→→→→→→→→



## 広報のご案内

# Facebook



公式Facebookページを開設しております。各診療科のページもありますので、ぜひチェックしてみてください。



これからママになる方への情報や、子育てに関するギモンを医療機関ならではの目線でお届けしています！



## 駐車場について

24時間ご利用いただけます

- 受診された方 (当日のみ)
- 入院患者さんのご家族
- 当センターより、ご家族に来院をお願いした方

1日1回 **300円**

- 血液提供などで、当センターから要請があった方
- 療育手帳
- 障がい者手帳 をお持ちの方
- 障がい者 自立相談支援センター、自立センターをご利用の方

無料

## 駐車料金のお手続きは

病院をご利用の方

平日(9:00~17:30)

総合案内・各会計窓口でお手続きください

土日祝・夜間(17:00~翌朝9:00)

守衛室、または救急外来窓口でお手続きください

障がい者自立センター

障がい者自立相談支援センター をご利用の方

各センター事務局にてお手続きください

**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。**