

# や す ら ぎ 通 信

第 40 号 (平成 26 年 3 月 1 日) 発行 : 大阪府立急性期・総合医療センター

弥生(やよい)

## どこかで春が

作詞 百田宗治 作曲 草川 信

どこかで春が 生まれてる  
どこかで水が 流れ出す

どこかで雲雀(ひばり)が 啼(な)いている  
どこかで芽の出る 音がする

山の三月 東風(こち)吹いて  
どこかで春が 生まれてる

弥生3月、まだまだ季節は寒く冬の様相ですが、それでもどことなく春の兆しを感じられるようになってきました。弥生の語源は「弥（いや）」は「いよいよ」「ますます」などの意味で、「生（おい）」は「生い茂る」と使われるように草木が芽吹くことを意味するとか。つまり草木がだんだん芽吹く月であることから弥生となったとのこと。

気候も三寒四温を繰り返しながら徐々に、けれどもしっかりと本格的な春の到来に向け進んでいきます。この頃の言葉としてはまさに啓蟄（けいちつ）という言葉がぴったりと嵌まります。虫たちも春の訪れを感じ穴から出ようともぞもぞしているでしょう。

毎月紹介しています「季節のことば36選」、今月は「ひな祭り、なごり雪、おぼろ月」です。ひな祭りは桃の節句とも言われますが、桃の節句の起源は大変古いうで平安時代から五節句の一つ「上巳の節句」として、この日人々は野山に出て薬草を摘み、その薬草で体のけがれを祓って健康と厄除けを願っていましたが、やがて自分の災厄を代わりに引き受けさせた紙人形を川に流す「流し雛」へと変化し、室町時代には紙の雛でなく豪華なお雛さまを飾って宮中でお祝いするようになり、それが武家社会にも広がりさらに後世、庶民の間にも女の子の厄除けと健康祈願のお祝いをする「ひな祭り」となったとのこと。

雛人形は始まりが前述したように流してしまうような人形でしたから草木や紙で簡単に作られていましたが、江戸時代後期に有職雛と呼ばれる宮中の雅な装束を正確に表したものが現れ、明和年間（1764～72年）頃に古今雛として確立し現代に受け継がれています。飾り方はご承知のように親王、三人官女、五人囃子など段飾りとして豪華なものでは七段以上にもなるものもありますが、最近では住環境の制約もあり親王飾りという男雛、女雛のみのものが多くなっているようです。もっとも歴史的にはこちらの方が長く一般的だったようですが…。

現代になってもこのお祭りが脈々と続いているのは、やはり子思う親の気持ちはいつの世も変わらないことを表しているのでしょう。めぐりくる季節の中で親子が一緒になって準備し、楽しんだ思い出は、子供が大きくなってくるといったん途切れ、多くは雛人形とともに押し入れの中にしまわれたままになってしましますが、その子供が娘を持つようになった時に鮮やかに甦り、雛人形もまた新しい世代の思い出づくりのために息づくのでしょう。このような世代を紡ぐ思いが数多く集まって文化はさらに継続されていくと思えます。豪華に祝うか、質素に祝うかは別として親子の絆を深める行事としていつまでも私たちの暮らしに残していきたいものです。



春の訪れが少し感じられるようになってきたこの頃、寒さのためか出不精になっていた方もそろそろ何処かに出かけてみたいと思われているのではないのでしょうか。しかし、いざ出かけるとなると用意も費用も大変です。むろん旅のだいご味は、出かける前の準備の段階が一番楽しいという相当な旅好き？の方もいらっしゃるでしょうが無目的にぶらぶらするという旅も悪くないものです。

そのような旅の一つに JR の初乗り切符を買って1日中電車に乗るという一風変わった旅があることをご存知でしょうか。全国には鉄道ファンが約200万人いるといわれています。鉄道ファンは愛称で「鉄ちゃん」などと言われますが、それも細分化されて車両に詳しい「車両鉄」、乗ることを楽しむ「乗り鉄」、写真を撮る「撮り鉄」、駅弁を食べる「駅弁鉄」など多岐にわたっているようで、特に女性のファンは「鉄子」と呼ばれているそうです。このうちの「乗り鉄」の楽しみ方の一つに大回りというのがあります。

関西では例えば、大阪→尼崎→（東西線）京橋→天王寺→和歌山→五条→高田→木津→加茂→柘植→草津→米原→近江塩津→近江今津→山科→新大阪 といった感じでぐるりとおおよそ12時間かけて近畿2府5県を回ります。これで120円です。ただ途中下車できないことと乗車区間のすべてが JR の「大阪近郊区間」で一筆書きのように乗ることが必要です。乗車券の検札があっても切符と行程表を見せると大丈夫で、どうやら結構この楽しみ方は有名になっているようです。[なお、実際楽しめる場合は十分な情報をお求めください]

考えてみれば、降車できないということは知らない土地を訪ねる楽しみもご当地の名産を食べることも出来ない、ただ乗ることのみを目的化しただけの時間と体力にかかるマニアチックな娯楽に過ぎないとも言えます。ただ、乗ってくる人降りていく人をぼやっと見つめ、通勤電車でぎゅうぎゅう詰めの車内がだんだんとローカル線の雰囲気になり、気が付くと車内にほんの数人しか乗客が残っていなかったり、車窓から見る風景が、山や川や街や人の姿が同じ近畿の中なのにどんどん変わっていくことも楽しいものです。或いは興味を持った町があればそこで大回りを止めてしまい途中下車して知らない土地をぶらぶらしてみるのも一興かもしれません。

このように身近にあるものでも、いつもと違った観点で楽しみ方を見つけることは何も今回話題にした鉄道や旅に関してだけのことではないでしょう。例えば新聞やコミュニティ紙に載っている今まで興味もなかったイベントにちょっと出かけてみたりすることでも新たな楽しみが見つかるかもしれません。むしろ今まで縁のなかった分野である方がより大きな可能性が秘められていることも考えられます。

もう春です。草木が芽吹きいろいろな生き物が動き出す季節の到来です。先ほど啓蟄のことを書きましたが、虫ならぬ皆さんももぞもぞと自分の巣穴から出てきて活動を始められてはいかがでしょうか。

**【(新) ～地域の医療機関の皆様へ～****前立腺癌の手術 —開腹手術から腹腔鏡手術、そしてロボット手術へ—**

泌尿器科領域における手術の多くは腹腔鏡手術が主流となってきており、前立腺癌の手術にも多くの施設で腹腔鏡手術が行われるようになってきています。当科でも2009年より腹腔鏡下前立腺全摘術を開始していましたが、腹腔鏡手術のさらに進んだ形の内視鏡手術支援ロボット「da VinciS」(ダ・ヴィンチ)を使ったロボット手術を2012年6月から開始しました。

ダ・ヴィンチは術者が患者さんとは離れた位置で操作しながら手術を行う機械です。当院では2014年1月末までに約120例の前立腺癌に対するロボット手術を行っています。このダ・ヴィンチによる手術の特徴は術者が拡大された3次元の画像を見ながら手術操作を行うところにあります。手術操作鉗子の先は手首や指の関節のようになめらかに動き、人間の手以上の可動域を持っており、より細かな手術操作が可能となり、狭い骨盤の底で尿道と膀胱をつなぎ合わせる前立腺癌の手術には最適の医療技術と言われています。前立腺の周囲には血管や勃起に関係する神経や尿道括約筋が存在します。拡大された3次元の画像を見ながら、術者の手の動きは縮尺され、手ぶれも補正されて行われるため正確な手術が施行可能です。特に勃起神経の温存が極めて容易となり、早期から男性機能の改善が認められ、正確な手術により、術後の尿失禁も従来の開腹手術や腹腔鏡手術に比較して早期に回復が見られるようになりました。

また、大きな合併症もなく約10日～2週間ぐらいの入院期間で治療可能です。現在当科では前立腺癌の手術はほぼ全例にロボット手術を行っています。当院では地域との医療連携を図り、最新の医療を提供していきたいと考えております。また、前立腺癌患者とPSA検診の地域連携パスも開始予定であります。今後ともよろしくお願い申し上げます。

泌尿器科主任部長 山口誓司

**【～地域の医療機関の皆様へ～ 心臓血管センター不整脈科 開設のお知らせ】**

不整脈に関する研究はこの10年間で飛躍的に進み、カテーテルアブレーションや心臓植え込みデバイスと言った不整脈を取り巻く医療機器も著しく進歩しております。こうした専門的な治療を提供するため、このたび心臓血管センターに新たに不整脈科を開設いたしました。心臓内科や心臓血管外科と密な連携を図りながらこれまで以上によりよい医療を提供させていただきます。

**頻拍に対するカテーテル治療 (カテーテルアブレーション)**

カテーテルアブレーションの進歩により不整脈は根治可能な病気となっています。近年は不整脈の3DマッピングシステムであるCARTO 3を駆使して頻拍の根治を目指して治療に当たっています。心房細動は日常臨床で最も良く見られる不整脈です。1998年に心房細動の多くが肺静脈起源であることが分かり、肺静脈隔離術が考案されまし

た。当センターでも積極的に心房細動に対するカテーテルアブレーションを行っております。

### 心臓植込みデバイス

これまでペースメーカ植込み後はMRI検査を受けることは出来ませんでした。昨年より植込み後もMRI検査を受けることが可能なペースメーカが発売され、多くの症例で使用しています。

当センターは心不全患者を多く診療してきた実績があります。心不全患者で問題となる突然死を防ぐ植込み型除細動器（ICD）や心不全に対する心臓再同期療法も行っています。

当科では地域の先生方と連携を密にとりながら患者の治療に当たりたいと思っています。不整脈の発作時はいかなるときも救急での受診が可能です。治療を行い退院後はかかりつけ医の先生方に日常の診療をお願いしつつ、数ヶ月ごとに当科でもフォローさせていただきます。当センターの理念である「急性期医療・高度先進医療」のため、何卒御理解と御協力をよろしくお願い申し上げます。

心臓血管センター不整脈科部長 古川善郎

### **【～地域の医療機関の皆様へ～ C型慢性肝炎の新しい治療が始まります！】**

C型慢性肝炎は無症状に経過し肝硬変や肝臓がんに進む病気です。

約20年前からインターフェロンを中心としたC型肝炎ウイルス（HCV）に対する抗ウイルス治療が行われるようになり、HCVが排除された方では肝臓がんの発生が抑制されます。当初のインターフェロン単独治療では難治性C型慢性肝炎（血清グループ1型、高ウイルス量）に対するウイルス学的著効率が5%程度であったものが、ペグインターフェロンとリバビリンの2剤併用で50%と治療効果が進歩しています。さらに近年の世界的なDAA(Direct-acting Antivirus Agent)としての抗ウイルス剤開発により難治性C型慢性肝炎でも90%の著効が得られるようになりました。

2011年11月から保険使用可能となったプロテアーゼ阻害剤であるテラプレビルとペグインターフェロン+リバビリンの3剤併用に続き、昨秋には第2世代プロテアーゼ阻害剤のシメプレビルが承認され3剤併用療法として2013年12月から使用可能です。本治療法は副作用がテラプレビルに比べ少なく、従来のペグインターフェロン+リバビリン2剤併用と同程度とされています。開発治験では90%の著効率が報告されておりC型慢性肝炎治療として画期的と期待されています。一方でC型慢性肝炎がありながら検査を受けるチャンスがなく、わからないまま肝臓病が進行してしまう方がおられます。こういった方がないようにC型肝炎の検査を積極的に行い、肝硬変や肝臓がんにならないよう治療チャンスを作ることが医師の使命と考えます。

新しい治療はインターフェロン地域医療連携で行うこともできます。地域でC型肝炎を囲い込み一人でも肝臓がんになる人が少なくなればと考えております。

ご協力ご支援をお願い申し上げます。

消化器内科主任部長 井上敦雄

### 【エコロジーガーデン事業を実施中です】

当センターでは、10月から施設内に観葉植物を配置することにより、患者さんやその家族の方々などに緑化によるやすらぎの空間を提供するエコロジーガーデンと名付けた院内緑化事業を行っています。配置する植物はCO<sup>2</sup>(二酸化炭素)やVOC(揮発性有機化合物)の吸収にすぐれており、土壌は消臭効果の高い活性炭や石灰岩を利用するなど空気浄化能力も備えており、鉢植えにして主に本館1階のやすらぎセンターや2階の病院ギャラリー付近を中心に正面玄関口や病棟に向かう廊下にも配置しています。なお、この事業はエコロジーガーデン事業の趣旨に賛同するグリーンオフィシャルスポンサーの応援を頂いて実施しています。

当センターでは、今後も来院される皆様方に少しでも心地よい環境を提供するため配置箇所の増加などに努めてまいります。

### 【分娩入院についての紹介動画を作成しました—産婦人科—】

当センターでの分娩について紹介する産婦人科の動画を新たに作成いたしました。分娩前から出産後までのお母さんへの支援や母親教室の様子などを分かりやすくお知らせしています。ぜひ一度ご覧ください。

アクセスは、当センターホームページ (<http://www.gh.opho.jp/>) 産婦人科まで。携帯サイトでも紹介動画をご用意しています (<http://www.gh.opho.jp/m/index.php>)。

### 【「医療相談」コールセンターのご利用を —地域医療連携室—】

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を、専門の看護師が電話でのご相談に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。

電話番号は 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

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。よろしくお願いいたします。

(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 糖尿病代謝内科

皮膚科 形成外科 腎臓・高血圧内科

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】

当センターにおきましては、入院患者さんへのサポートを総合的・集約的に行う入院センター（やすらぎセンター）におきまして、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をお知らせするサービスを行っています。

また、CT、MRI、RI、エコー検査など検査費用の概算を医療・福祉相談コーナーなどでお知らせするサービスも行っていきます。

### 今月の催し

#### 【(新) 第1回腎臓・高血圧内科教室】

日時 3月4日(火) 午後2時～3時

場所 本館3階 保健教室

内容 将来透析を避けるために今すべきこと

(腎臓・高血圧内科主任部長 林 晃正)

参加費 無料

#### 【(新) 府民公開講座】

日時 3月8日(土) 午後1時30分～3時

場所 本館3階 講堂

内容 糖尿病網膜症とその治療(眼科医長 御手洗慶一)

頭頸部がん治療の最前線(耳鼻咽喉・頭頸部外科主任部長 坂田義治)

参加費 無料

#### 【すこやかセミナー「血管内レーザーによる下肢静脈瘤の治療」】

日時 3月13日(木) 午後2時～3時

場所 本館3階 保健教室

講師 形成外科診療主任 田島宏樹  
参加費 無料

### 【相愛大学連携 第 35 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 3月19日（水） 午後2時～  
場所 本館1階 アトリウム  
内容 境界型糖尿病の話（糖尿病代謝内科医師 藤田洋平）  
糖尿病の飲み薬（薬局薬剤師 天野二愉香）  
野菜を食べよう（栄養管理室管理栄養士 笠井香織）  
参加費 無料

### 【(新) 世界腎臓 Day イベント】

日時 3月20日（木） 午後3時～4時30分  
場所 本館1階 アトリウム  
内容 Stop 腎臓病！ 腎臓病と言われたらどうしたらいいの？  
(腎臓高血圧内科主任部長 林 晃正)  
腎臓を守るための塩分のお話（栄養管理室管理栄養士 隈元理香）  
参加費 無料

### 【第 31 回相愛大学連携コンサート

#### ～春の優雅なギターの音色に心預けてみませんか～】

日時 3月27日（木） 午後2時～  
場所 本館3階 講堂  
出演 ギター演奏 中西勇介  
宇田奈津美  
入場料 無料

### 【すこやかセミナー「ほくろのように見えるガン】

日時 3月28日（金） 午前11時～12時  
場所 本館3階 保健教室  
講師 皮膚科部長 中島武之  
参加費 無料

### 【第 11 回病院ギャラリー企画展 「京の美を巡る」

#### 岩宮武二写真展 “日本の美 京いろとかたちシリーズより” 】

岩宮武二は1920年に鳥取県米子市に生まれ89年に没するまで、「今を生きる」を座右の銘に、今、現在生きていることを意識し、過去から現在、未来へと続いていく



事象や形を豊かな感性で見つめる写真家として活動しました。

今回は第9回、第10回に引き続き岩宮武二写真展の第3弾として、京の美を巡ると称して岩宮の独特のカメラワークで切り取られた京都の名庭の数々を展示しています。

開催期間 2013年12月24日(火)～2014年4月25日(金)

展示場所 本館2階 病院ギャラリー

展示作品 京いろとかたちシリーズ 26枚(銀閣寺、大徳寺塔頭ほか)

※ 本企画展は、大阪府立江之子島文化芸術創造センターのご協力を得て実施しています。

### 【(予告) 第2回腎臓・高血圧内科教室】

日 時 4月22日(火) 午後2時～3時

場 所 本館3階 保健教室

内 容 腎代替療法とはなにかー血液透析・腹膜透析・腎移植どう違うの?ー  
(腎臓・高血圧内科副部長 鈴木 朗)

腎臓を守る塩分のお話(栄養管理室管理栄養士 隈元理香)

### 【(予告) 第21回万代・夢寄席 桂かい枝独演会】

日 時 4月24日(木) 午後2時～

場 所 本館3階 講堂

出 演 落語家 桂 かい枝

入 場 無料

## Topics



### 【 管理栄養士のコーナー 】 ～ ちょっとおいしい話 ～



明るいう陽射しの中に、暖かな春を感じる季節となりました。

喜ばしいことに昨年には、和食文化が世界無形文化遺産に登録されました。

今月は、伝統的な和食献立の中から、親しみのある『ちらし寿司』をご紹介します。古来よりお寿司は、お祝いの席や人々の集う席でのおもてなし料理に花をそえてきました。桃の節句にふさわしい目にも鮮やかなちらし寿司を塩分制限のある方にも楽しんでいただけるよう配慮しています。

《 材料 》		( 2人分 )	
えび (中)	3匹	75g	
A	水	50ml	
		酒	50ml
菜の花	1/2束	100g	
人参	1/3本	50g	
卵		2個	
油		小さじ2	
れんこん	1/3節	70g程度	
B	酢	50ml	
		砂糖	大さじ2
		塩	小さじ1/6
		水	大さじ2
干し椎茸	3枚	9g	
C	戻し汁と水	100ml	
		砂糖	小さじ1
		みりん	小さじ1
		しょうゆ	小さじ1
すし飯			
米		1合	
だし昆布		5センチ角1枚	
D	酢	25ml	
		砂糖	小さじ2
		塩	小さじ1/6
あればすだちの果汁		1個分	
いりごま		大さじ1	
青じそ		5枚	



● 手順 ●

～上にのせる具を用意します

①れんこんはうす切りにし、水にさらした後、酢水（分量外）でさっと茹でて熱いうちに B 漬ける。

②干し椎茸はぬるま湯で戻して、うす切りにする。戻し汁と水に C を加えて椎茸を入れる。弱火で煮汁が少なくなるまで煮詰め、そのまま冷まして味を含ませる。

③菜の花は食べやすい大きさに花と茎を切り分け、茎から先に色よく茹でる。人参も同様に薄切りにして茹でておく。（花型に抜くと綺麗です）

④卵はうす焼きにし、千本に切る。

⑤えびは背わたをとり、殻ごと A で1～2分茹でてそのまま冷めます。冷めたら殻をむいて、縦半分にスライスする。

～すし飯を作ります。

①米を洗い、通常量の水と昆布を入れて炊く。

炊きあがりのご飯は、昆布を取り出して、あれば木製の飯台に、なければ広めのバットかボールに広げて、合わせ酢 D を一度に回しかける。

②しゃもじで切るように混ぜて、うちわであおぎあら熱を取る。

③千切りにした青じそはさっと水にさらします。

④いりごまと⑧のしそを⑦のすし飯にまぜる。

⑤お皿にすし飯を広げ、①～⑤までの具を飾り、おこのみで木の芽（分量外）を飾ります。

（1人前）エネルギー：538kcal 蛋白質：22g 脂質：13g 食塩相当量：1.5g



うちわで冷ましてからは混ぜすぎないのがポイント！

緑黄色野菜の菜の花は、抗酸化作用のあるカロテンなどのビタミンやミネラルが豊富です。年中出回る野菜も多いですが、旬の野菜は美味しく安価で、ビタミンの含有量も倍増します。しかし、中にはシュウ酸などの（えぐ味成分）が多く含まれるものもあります。（ほうれん草など）そんな場合には、先に切り分けてから茹でると、効率よく除くことが可能です。食味にはほとんど影響ありません。季節の具材をアレンジして楽しんでください。

栄養管理室 管理栄養士 伊藤聡恵

### 今月のひまわりさん

各種窓口でセンターご利用のお手伝いをさせていただいている医事事務委託会社ソラストの窓口担当を紹介させていただくコーナーです。

### 【(新) 画像診断科担当 田坂さんの巻】

私は画像診断科の受付で働き始めてもうすぐ一年になります。主な業務は、レントゲン撮影に来られた患者様の受付や、CTやMR・注腸検査などの検査の説明、撮影したレントゲン画像をCDに加工する事です。

働き始めた頃は覚える事がたくさんあってすごく大変でした。検査の説明をする時に検査当日は食事を抜いていただく事や検査前に飲んでいただくお薬の説明などを患者様に正確にお伝えしなければいけません。

予約の説明をする事だけでもすごく緊張していた頃に、ある患者様が左利きの私を見て、「左手で上手に書くねえ」と一言声をかけてくださいました。その一言をきっかけにそれから会話が弾み、緊張が一気に解けたことがとても印象に残っています。その後も、よく患者様からの「左利きだね」という言葉をいただきます。それが患者様と私のコミュニケーションのきっかけとなり、いろいろお話をすることができるようになり徐々に仕事が楽しくなってきました。

最近では検査の予約説明が終わった後に、「詳しく教えてくれてありがとう」「説明を聞く前はどんな検査か分からず不安だったけど、話を聞いたおかげでよく分かったよ」と言ってくれ、とてもうれしい気持ちになるのと同時にやりがいを感じます。まだまだ覚えるべき仕事はたくさんありますが、少しでも患者様を笑顔にできるようこれからも頑張っていきたいと思っております。

## その他のお知らせ

### 【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。

これらの金融機関はJ-Debitに加盟していますので、キャッシュカードに自動的にデビット機能が付与されているからです。(ただし、キャッシュカードでお支払いいただいた場合は即座に口座から引き落とされることとなるため、口座に引き落とし金額以上の残高が必要ですのでご注意ください。)

このため、医療費の支払いのための現金を持たなくても、キャッシュカードさえあればお支払いが可能です。

また、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、合わせて一般のクレジットカードでのお支払いもできます

### 【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み」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、「大阪府立急性期・総合医療センター」にて可能です。

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。