

やすらぎ通信

第55号（平成27年6月1日） 発行：大阪府立急性期・総合医療センター

水無月（みなづき）



（長居植物園「万葉のみち」に咲くあじさい）

<目次>

喫茶室	・・・P.1
今月・来月の催し	・・・P.2
管理栄養士のコーナー	・・・P.5
今月のひまわりさん	・・・P.6

NEWS	・・・P.6
地域の医療機関の皆様へ	・・・P.9
今月の風景	・・・P.10
編集後記	・・・P.10



喫茶室

6月になりました。6月と言えば「梅雨」。雨の日が続いて、お天気だけでなく、気分まで鬱陶しくなってしまうので、私は梅雨が余り好きではありません。

今年は春先にも雨がよく降りました。それも土日に。満開の桜を見に行こうと思っていたのに雨で散々だった、断念した、という方も多かったのではないのでしょうか。私もその一人です。故郷、岸和田のお城まつりに行ったのですが、雨に降られてちょっと残念でした。

雨が多かった春先とは打って変わって、ゴールデンウィークは殆ど毎日「晴れ」の、それこそゴールデンな絶好の行楽日和でした。皆さん、いろんなところへ出かけられたのではないのでしょうか。私は日帰りバスツアーで、開創1200年の高野山へ行ってきました。

長年、南海高野線沿線に住んでいるにもかかわらず、恥ずかしながら今まで一度も高野山へは行ったことがありませんでした。「南海電車に乗って、ケーブルカーで上がった直ぐのところに数か所お寺が集まっているのだろう」ぐらいに思っていたのですが、行ってみてあんな山の上の広いエリアに多くのお寺やお墓、宿坊などがあると本当にびっくりでした。壇上伽藍や奥之院、金剛峯寺、太い幹の大きな杉林。1200年の歴史を体全体で感じてきました。

そして6月、「梅雨」です。冒頭に好きではないと書きましたが、空梅雨では困ります。大阪は近畿の水瓶、琵琶湖から水を供給してもらっていますので、少々雨が降らなくても大丈夫なのでしょうが、それでも過去には水不足で自治体が各家庭に節水と呼び掛けたり、公営プールが閉鎖になったりしたこともありました。また逆に降り過ぎても水害などの被害が出たり、農作物に悪影響を与えたりして大変です。

日本では喫茶店やレストランなどでは、先ず「只」の水が出てきますが、海外では有料の国もあります。また遠くの水源まで水を汲みに行ったり、苦勞して井戸を掘ったりしている国もあります。普段当たり前のように飲んでいる水、それこそ「湯水のごとく」使っている水ですが、梅雨のこの時期に今一度、「恵みの雨」のありがたさに感謝しなければと思っています。

今月・来月の催し

【(新) 第30回万代・夢寄席「旭堂小二三 夏の講談会」】

日 時 6月4日(木) 午後2時～3時
場 所 本館3階 講堂
出 演 旭堂小二三 氏
入場料 無料

【相愛大学連携 第49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 6月9日(火) 午後2時～3時
場 所 本館1階 アトリウム
内 容 糖尿病は甘くない～HbA1cは7%未満が望まれます～
(糖尿病内分泌内科医長 藤木典隆)
膵臓の働きと検査のお話し(臨床検査科 検査技師 西田 収)
外食について(栄養管理室 管理栄養士 笠井香織)
参加費 無料

【すこやかセミナー「糖尿病お薬の話～最新の新しいお薬を含めて～」】

日 時 6月11日(木) 午後2時～3時
場 所 本館3階 講堂
講 師 糖尿病内分泌内科副部長 畑崎聖弘
参加費 無料

【府民公開講座「高齢者の排尿障害の診断と治療」】

日 時 6月13日(土) 午後1時30分～3時(午後1時開場)
場 所 本館3階 講堂
講 師 泌尿器科主任部長 高尾徹也
参加費 無料

【(新) 森ノ宮医療大学連携

平成27年度 第1回市民公開講座 「臨床検査の進歩」】

日 時 6月21日(日) 午後2時～4時(午後1時30分 受付開始)
場 所 森ノ宮医療大学(大阪府大阪市住之江区南港1-26-16)

- 内 容 基調講演「臨床検査の過去・現在・未来」
 (臨床検査科主任部長 岡田倫之)
 講演1「心臓エコー検査の進歩」
 (森ノ宮医療大学 客員教授 脇 英彦 氏)
 講演2「心肺機能検査とリハビリテーション」
 (森ノ宮医療大学保健医療学部 理学療法学科教授 金尾顕郎 氏)
 講演3「臨床検査と看護」
 (森ノ宮医療大学保健医療学部 看護学科講師 田中晶子 氏)

【第40回相愛大学連携コンサート「チェロアンサンブル」】

- 日 時 6月25日(木) 午後2時～3時
 場 所 本館3階 講堂
 出 演 SOAI Cello Family
 入場料 無料



【すこやかセミナー「聞こえの仕組みと難聴、難聴の治療」】

- 日 時 6月26日(金) 午前11時～12時
 場 所 本館3階 講堂
 講 師 耳鼻咽喉・頭頸部外科主任部長 宇野敦彦
 参加費 無料

【(新)第8回 肝臓病教室

「よくわかる肝臓のおはなし —医・薬・食— 3つの視点からバッチリおさえましょ!!!」

- 日 時 6月27日(土) 午前10時～12時(午前9時30分 受付開始)
 場 所 本館3階 講堂
 内 容 1. 飲み薬だけによるC型肝炎治療の本格的な幕開け
 (消化器内科副部長 春名能通)
 2. 肝臓がんの診断と治療(消化器内科診療主任 長谷川徳子)
 3. 肝臓病と栄養剤～薬を飲み続けることの大切さ～
 (薬局 薬剤師 鎌田宏和)
 4. 肝臓病と食事～バランス良く食べることの大切さ～
 (栄養管理室 管理栄養士 谷 菜穂子)
 参加費 無料

【第16回病院ギャラリー企画展 『花博写真美術館コレクション展』】

1990年4月から半年間、大阪の鶴見緑地公園で『国際花と緑の博覧会』が開催されました。多数の記念館やパビリオンが立ち並び、その中でも一際注目を浴び、好評だったのが『花博写真美術館』でした。

今回の展示は『花博写真美術館コレクション展』と題し、大阪府へ寄贈された写真の中で、日本の写真家による29作品を展示します。

(本企画展は、大阪府江之子島文化芸術創造センターのご協力を得て実施します。)

開催期間 2015年5月18日(月)～2015年8月21日(金)まで

展示場所 本館2階 病院ギャラリー

展示作品 写真 29作品

【(予告) すこやかセミナー「歯医者さんで糖尿病改善」】

日時 7月9日(木) 午後2時～3時

場所 本館3階 講堂

講師 障がい者歯科 歯科衛生士 藤原富江

参加費 無料

【(予告) 相愛大学連携 第50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 7月22日(水) 午後2時～3時

場所 本館1階 アトリウム

内容 糖尿病のしめじ!? (糖尿病内分泌内科医師 藤田洋平)

糖尿病の運動療法 (リハビリテーション科 理学療法士 堀毛信志)

やめとこ その一口 (栄養管理室 管理栄養士 笠井香織)

参加費 無料

【(予告) 第31回万代・夢寄席「太神楽」】

日時 7月23日(木) 午後2時～3時

場所 本館3階 講堂

出演 豊来家玉之助氏

入場料 無料

【(予告) すこやかセミナー「渡航関連の感染症や病気の話」】

日時 7月24日(金) 午前11時～12時

場所 本館3階 講堂

講師 総合内科部長代理 大場雄一郎

参加費 無料



管理栄養士のコーナー



～ちょっとおいしい話～

暑くてジメジメした日が多くなってきました。今回は、梅ぼしと酢でさっぱりと食べられるアジの梅煮を紹介します。

《材料》	(1人分)	(2人分)	
アジ	1 尾	2 尾	
梅ぼし	1/2 個	1 個	
しょうが	10 g	20 g	
★ {	薄口醤油	10 g	20 g
	みりん	10 g	20 g
	酢	15 g	30 g
	酒	15 g	30 g
	水	適量	適量

(1人分) エネルギー：160kcal たんぱく質：22.0g 脂質 3.5g 食塩相当量：3.0g

- ① アジは頭を落とし、内臓を取りきれいに洗う。しょうがは薄く切っておく。
- ② ★を合わせておく。
- ③ 鍋にアジ、梅ぼし、しょうが、②を入れ、弱火でアクを取りながら水分が少なくなるまで煮る。

気温・湿度が高い6月頃から9月頃までは、特に食中毒に注意が必要です。そこで、食中毒予防の3原則をご紹介します。

1. 菌をつけない・・・洗う・分ける
手洗いや、調理器具の洗浄をこまめに！
2. 菌を増やさない・・・低温で保存する
生鮮食品はすみやかに冷蔵庫に！
3. 菌をやっつける・・・加熱・殺菌調理
多くの細菌やウイルスは加熱によって死滅します

ご家庭でも是非実践してみてください。



栄養管理室 管理栄養士 織田 都

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)書類係 森山さんの巻】

私が証明書発行業務を担当するようになって、約一年が過ぎようとしています。
担当した当初は扱う文書の種類が多く、それぞれの処理方法が異なるため、戸惑う
こともあり、毎日が緊張の連続でした。

書類発行のご依頼を受けると、まず受付で依頼内容に基づき、書類係から先生に依
頼します。書類が完成し次第、出来上がりを確認し、患者様に出来上がりの連絡を入
れ、受け取りに来て頂きます。

患者様の中には、依頼すればすぐに出来上がるとお思いになられる方がいらっしや
いますが、このように様々な行程を経るため、時には三週間以上かかってしまうこと
もあります。依頼される書類は、患者様にとって大切な文書ですので、正確にスピー
ディーにお手元にお返しできるよう常に心がけています。

出来上がった書類をお渡しする際に、「ありがとう。」と患者様からお声をかけて頂
けた時は、とても嬉しくホッとする一瞬です。

こうした事を忘れず、書類担当者として今後とも精度を高める努力を続けたいと思
います。

NEWS

【「医療相談」コールセンターのご利用を ー地域医療連携センターー】

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

(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적으로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
ます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 糖尿病内分泌内科
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ます。

【「急性期・総合医療センターの最新治療がわかる本」が出版中です！】

府民の皆さま向けに、当センターで行われている最新治療をご紹介する
書籍を出版しました。当センターの医師や看護師らが、分かりやすく、
簡潔に、しかも必要な情報はきちんと把握できるように執筆して
います。

この本は、いわゆる医学書や診療ガイドブックではなく、健康なとき
から病気にかかったときまで、府民の皆さまがよりよい治療を選
択する際に役立つ健康情報を掲載しています。病気を理解し、より
よい治療を選択するための案内書としてご活用いただければ幸い
です。



価 格：1,998 円（消費税 8% 込）

◇当センター内のローソンや近隣の一般書店等で販売します。

◇当センター内のローソンでは、下記の方を対象に割引販売を実施します。

- ・当センターの診察券をレジで提示いただいた方
- ・当センターで開催されるイベント参加者にお配りする書籍の案内リーフ
（割引券付き）をレジで提示いただいた方

割引価格：1,700 円（消費税 8% 込）

【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。



【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。また、デビット機能が付与されていないカードもありますので、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。

【診察予約時間の表示変更について】

平成 26 年 12 月以降の予約より、診察予約時間の表示を変更いたしました。これまで、患者の皆様には 30 分単位の予約時間帯を案内していましたが、平成 26 年 12 月以降の予約は、予約時刻を案内しております。予約時刻に合わせてご来院くださいますようお願いいたします。

※ 診察は通常予約時刻順に行います。

当日の診療状況によりお待ちいただくことがあります。

再来受付機による受付番号は、診察順には関係ありませんのでご注意ください。

【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。

地域の医療機関の皆様へ

【(新) 緩和ケア科開設のお知らせ】

平成 27 年 4 月より緩和ケア科が新設されました。

緩和ケアというと、「がんの治療ができなくなった患者さんの医療」「がんの終末期に受けるもの」と思っている方も、まだまだ多いようです。しかし、これは過去の考え方です。

たしかに終末期ケアや看取りのケアも緩和ケアの一環ですが、現在では、がんと診断されたときから、がんそのものに対する治療と一緒に緩和ケアを必要に応じて受けることで、QOL（生活の質）が向上し、生存期間も改善するという報告があり、緩和ケアの大切さが見直されています。

治療に入る前の体の痛みなどがまだ少ないときや、治療を主体とした時期にもストレスや精神的問題、苦痛などがあります。それらに対処していくことで、治療へ前向きに取り組めることにつながります。

緩和ケア科では、がんに伴う身体的苦痛をはじめ、精神的、社会的苦痛、スピリチュアルな諸問題に対して、多職種からなるチームで介入し、個々の患者さんに応じた緩和医療を提供したいと考えています。

当センターには緩和ケアの病床はありませんが、入院の場合は、そのがんに関わる科で一般の急性期病床に入院していただき、その科のスタッフと共同でみてまいります。

外来は毎週水曜日 15 時に紹介予約枠をご用意しております。対象患者さんがいらっしゃいましたら、地域医療連携センターの予約室を通しご相談いただければ幸いです。

【診療実績】

	入院	外来
平成 25 年度	165 人	5 人
平成 26 年度(12 月まで)	237 人	17 人

(緩和ケア科主任部長 吉田 洋)



今月の風景



(事務局長 榎岡宗吉撮影 「高野山の根本大塔」)

編集後記

今月の表紙は長居植物園に咲くあじさいです。長居植物園は当センターから遠くなく、車で10分程度、歩いて30分で行くことができます。

写真を撮った時はまだ咲き始めでしたが、たった一株だけでもこれだけ美しいのだから、咲きそろった時は想像もできないほど見事な風景になるのではと思わずにいらませんでした。また雨が降っている時に訪れようと計画しています。

<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。