

# やすらぎ通信

第63号（平成28年2月1日） 発行：大阪府立急性期・総合医療センター

## 如月(きさらぎ)



(天王寺公園の梅の花)

### <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.4
今月のひまわりさん	・・・P.5

NEWS	・・・P.5
地域の医療機関の皆様へ	・・・P.8
今月の風景	・・・P.9
編集後記	・・・P.9

2月です。もう今年もひと月が過ぎました。「1月は行く。2月は逃げる。3月は去る。」とよく言われますが、年明けから年度末にかけては何かとバタバタし、月日の経つのが早く感じられますね。

さて、今年はうるう年で、4年に一度の（夏季）オリンピックイヤーです。基本的にうるう年は西暦年が4で割り切れる年と考えてよいのですが、例外として100で割り切れて400で割り切れない年はうるう年ではないそうです。ちょっとややこしいですね。直近では1900年がその例外の年でうるう年ではなかったのですが、2000年はうるう年、次の例外は2100年です。

うるう年と言え、私の中学校同級生で2月29日生まれの友人がいます。卒業してからもちよこちよこ会ったりする仲で、私たちが成人式を迎える年に「君だけ未だ5歳やね」だとか、昨年末に会った時にも「来年でやっと14歳やね」とか冗談を言って楽しんでいました。

私の友人みんなの誕生日を知っているわけではないのですが、知りうる限りでは2月29日が誕生日なのは彼だけです。私たちの学年の上下3学年には当然ですが1人もいないわけで、私たちの同学年にいる割合は単純計算ですが、366人に1人なので、10クラス450人の中学校同級生では彼と、あともう1人いるかどうかということになるのですね。

また、2月は1年で5つある「小の月」の一つです。小の月を覚えるのに小学校の担任の先生から「にしむくさむらい（西向く士）」と教えられました。2月、4月、6月、9月の「にしむく」までは皆直ぐに理解できましたが、11月が何故「さむらい」なのか？「漢字の十一を縦にくっつけると士という字になって『さむらい』と読むんですよ」と教えてもらったのを覚えています。



しかし今は「にしむくさむらい」とは違う教え方をしていると聞いたので、ネットで調べてみたところ、「握りこぶし」を作って覚える方法がありました。握りこぶしを作ると指の付け根に関節の「出っ張り」ができます。その出っ張り、出っ張り、出っ張りの間の「窪み」を利用した覚え方で、出っ張りが「大の月」、窪みが「小の月」だそうです。でもこの方法は昔からもあるようで、この方法で覚えた方は私の説明で「そうそう」と思っただけなのでしょうが、そうでない方にはピンとこないでしょうね。どちらで覚えたかは地方によっても違うとのコメントもありました。一度お子さんやお孫さん、また周りにいる方々がどちらの方法で覚えたのかお聞きになってみてはいかがでしょうか。ちなみに我が家は3人とも「にしむくさむらい」でした。

## 今月・来月の催し

### 【第18回病院ギャラリー企画展 『版画の魅力3人展 泉茂・川西英・菅井汲』】

開催期間 ～3月4日（金）まで

展示場所 本館2階 病院ギャラリー

展示作品 26作品

（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ています。）

### 【第36回万代・夢寄席「三代目桂春團治一門会」】

日時 2月16日（火） 午後2時～3時

場所 本館3階 講堂

出演 桂 春雨 氏、桂 紋四郎 氏

入場料 無料

### 【相愛大学連携 第56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 2月17日（水） 午後2時～3時

場所 本館1階 アトリウム

内容 糖尿病の血液検査の話（糖尿病内分泌内科医師 渡邊裕亮）  
糖尿病フットケアについて（糖尿病看護認定看護師 後藤博美）  
かんたんに塩分を計算してみよう！（相愛大学講師 岸田由岐 氏）

参加費 無料

### 【腎臓・高血圧内科教室】

日時 2月24日（水） 午後2時～3時

場所 本館3階 講堂

内容 無症状のうちに進行する腎炎  
～検尿異常を放置すると大変なことになります～

（腎臓・高血圧内科医師 光本憲祐）

クスリの基本（薬局薬剤師 伊藤千恵）

参加費 無料

### 【すこやかセミナー「麻醉って何？知っておきたい基礎知識」】

日時 2月26日（金） 午前11時～12時

場所 本館3階 講堂

講師 麻醉科部長 平尾 収

参加費 無料



**【(予告) すこやかセミナー「心不全とは～その症状と検査・治療法について～」】**

日 時 3月10日(木) 午後2時～3時  
場 所 本館3階 講堂  
講 師 心臓内科医長 玉置俊介  
参加費 無料

**【(予告) 相愛大学連携 第57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16日(水) 午後2時～3時  
場 所 本館1階 アトリウム  
内 容 インスリン療法について(糖尿病内分泌内科医師 笠井乃梨子)  
検査時における糖尿病薬の注意点(薬局薬剤師 津田武典)  
食品の表示について(栄養管理室管理栄養士 笠井香織)  
参加費 無料

**【(予告) 第45回相愛大学連携コンサート「サクソフォンアンサンブル」】**

日 時 3月23日(水) 午後2時～3時  
場 所 本館3階 講堂  
出 演 相愛サクソフォンアンサンブル  
入場料 無料

**【(予告) すこやかセミナー「低侵襲・大血管治療の現状と将来」】**

日 時 3月25日(金) 午前11時～12時  
場 所 本館3階 講堂  
講 師 心臓血管外科主任部長 白川幸俊  
参加費 無料



## 管理栄養士のコーナー



### ～ちょっとおいしい話～

寒い季節が続きますね。今回は簡単に作れる鴨そば（つけそば）を紹介します。しょうがを利かせて塩分は少なめに、季節の岩津ねぎを使ってみました。

《材料》	(1人分)	(2人分)	
そば（ゆで）	220 g	440 g	
鴨肉	50 g	100 g	
岩津ねぎ（長ねぎ）	80 g	160 g	
だし汁	150 ml	300 ml	
★ 醤油	大さじ 1.5 杯	大さじ 3 杯	
料理酒	大さじ 0.5 杯	大さじ 1 杯	
みりん	大さじ 0.5 杯	大さじ 1 杯	
砂糖	小さじ 0.5 杯	小さじ 1 杯	
しょうが（すりおろし）	適量	適量	
(1人分) エネルギー：450kcal	たんぱく質：25g	脂質：6g	食塩相当量：3.6g



つけそば



汁そば

- ① ねぎは適当な大きさに切り、葉先は小口切りにします。鴨肉は薄切りします。
- ② 鴨肉を鍋で焼きます。油が出てきたら、鴨肉を取り出します。
- ③ 鴨肉から出た油は残したまま、同じ鍋でねぎを焦げめがつくまで焼いていきます。
- ④ 焦げめがついたら、ねぎを取り出します。
- ⑤ ★の調味料を先ほどの鍋に入れ、煮立たせます。
- ⑥ 沸騰したら鴨肉とねぎを加えてもう一度煮立たせます。しょうが、葉先のねぎを加えます。
- ⑦ 茹でたそばを添えればできあがり。

※汁そばの場合はだし汁を 200ml（1人分）にし、茹でたそばを加えて煮込んでください。汁は全部飲まずに残せば、更に塩分を減らせます。

#### 岩津ねぎ（いわつねぎ）：兵庫県朝来市特産の葱

下仁田ネギ、博多万能ねぎとともに日本三大葱の一つと言われる。

白葱（根深ねぎ）と青葱（葉ねぎ）の中間種で、青いところから白いところまで全部食べられる。身は柔らかく、甘みや香りが強いのが特徴。



栄養管理室 管理栄養士 山根泰子

## 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) 外来レセプト 森村さんの巻】

私は、外来レセプト担当として外来診療の保険請求事務に携わっています。

当センターには、毎月、たくさんの外来患者さんが来院し、診療費のうち患者負担分は当日支払っていただき、残りは保険者に対し、診療内容をレセプトにして翌月 10 日までに請求しなければなりません。レセプト内容の点検から請求日までは、緊張感が続き過密な日々です。その中でも各担当の進捗に合わせて、お互い協力しながら請求日までに業務を行っています。

正しい請求を行っていても、審査機関から診療内容に対しての疑義返戻や査定を受けることがあります。その都度、請求内容を見直し、担当医師と相談の上、異議申請を行い今後の対策をたて、以後の返戻や査定を減少させることも重要な業務の一つです。

今年の 4 月には診療報酬の点数改正もあり、新しく覚えなくてはならないこともたくさんあります。外来レセプト担当だけではなく、公費や外来会計といった様々な部署と連携を取り、点数改正に臨まなければいけません。日々の請求業務と併せて非常に大変な時期となりますが、私たちの業務は診療費の適正請求に直結している重要な業務です。これからも、レセプトを不備なく仕上げたいように日々努力したいと思います。

## NEWS

### 【ボランティア活動のお知らせ】

病院ボランティアの活動は、病院に訪れる患者さんや家族の気持ちを和らげ、安心感につながるとともに、ボランティア自身も新たな気づきが生まれます。今回、採血室受付や図書コーナーでの活動に加え、入院時の病棟への案内や車いすの移動を手助けするなど、ボランティア活動の内容を拡大しました。また、大阪府鍼灸マッサージ師会の協力を得て、ハンドマッサージをリハビリ病棟の患者さんに実施し、好評を得ています。

当センターホームページにおいて、学生ボランティアも含めたボランティア活動の紹介ページをリニューアルしましたので、ぜひご覧ください。多くの方々にボランティアにご参加いただきたいと思います。

(URL) <http://www.gh.opho.jp/recruit/10.html>

### 【「急性期・総合医療センターの最新治療がわかる本」と

### 「当センターの 60 周年記念動画」をホームページで公開しています！】

平成 26 年春、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紹介した

書籍を出版しましたが、このたび一部を時点修正し、当センターホームページからすべての内容をご覧いただけるようにしました。

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執筆しています。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情報としてご活用いただければ幸いです。

また、当センターは平成 27 年で創立 60 周年を迎えました。これを記念して作成した動画も公開しています。当センターの沿革や概要、治療方針などを分かり易く紹介しています。是非ご覧ください。

いずれもトップページ下部からご覧いただけます。

(URL) <http://www.gh.opho.jp/>

### 【「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に、専門の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

### 【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。

### 【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。

### 【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) 泌尿器科よりお知らせ】

#### ～病診連携研修会のお知らせ～

当センターでは、病診連携、病病連携を緊密なものとするため地域医療連携センターなどを通していろいろな行事・催しを行っております。その中で年に数回開催される病診連携研修会というものがございますが、本年1月28日（木）に開催された病診連携研修会は泌尿器科が担当いたしました。

一般演題の1題目は、当科の谷川 剛医長にロボット手術に関する話をしてもらいました。当科では前立腺がんに対する手術療法として2012年6月に「daVinci S」を導入してロボット支援腹腔鏡下前立腺全摘除術を開始し、2014年4月からは新機種である「daVinci Si」を導入して手術を行っております。2013年からは腎癌の腎部分切除術にも、ロボットを導入しています。現在は、保険適用がなく自費診療になっておりますが今後保険適用になれば手術数は増加すると考えられています。

2題目は私が、高齢者における排尿障害についてお話しいたしました。前立腺肥大症、過活動膀胱、尿失禁、神経因性膀胱など高齢者の患者数は非常に多いと思われま。非専門医の先生方も多数の患者さんを診察されているのではないのでしょうか？短い時間でしたが、薬物治療、手術治療、専門医への紹介などについてお話しさせていただきました。

特別講演は、大阪大学大学院医学系研究科泌尿器科の野々村祝夫教授にお越しいただき、泌尿器癌に対する最新の治療についてお話しいただきました。手術では、ロボット手術が最先端のものですが、腎癌に対する分子標的薬や前立腺癌に対する新しい薬剤が多数使用できる時代になってきました。泌尿器腫瘍の専門の野々村教授に、これら最新の治療についてわかりやすく概説していただきました。



この病診連携研修会を通して、地域の医療機関の方々との連携を緊密にしていき、患者さんに対してより最良の医療を提供して参りたいと考えております。

今後ともご支援よろしくお願いたします。

泌尿器科主任部長 高尾徹也

## 今月の風景



(滋慶医療科学大学院大学 椿原美治 氏撮影 「山形蔵王の樹氷 (モンスター)」)

## 編集後記

今月の表紙は梅の花です。暖冬のせい、寒い日が少なく、あまり冬を感じていませんが、それでも咲き誇る色とりどりの花々の季節が待ち遠しいです。

<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](mailto: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。