

やすらぎ通信

第 68 号（平成 28 年 7 月 1 日） 発行：大阪府立急性期・総合医療センター

文月（ふみづき）



（大阪府立長居植物園のユリ）

<目次>

喫茶室	・・・P. 1
今月・来月の催し	・・・P. 2
今月のコンシェルジュ	・・・P. 4
管理栄養士のコーナー	・・・P. 5

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. 11



7月になりました。鬱陶しい梅雨ももう少しであけ、太陽がガンガン照り付ける夏がやってきます。私の大好きな季節到来です。

さて、今月7日は「七夕」です。織姫と牽牛の年に一度の逢瀬の日。何ともロマンチックな日ではないですか。

私は七夕と言うと「笹の葉さらさら、軒端に揺れる・・・」の歌が浮かんできます。子どもの頃、どこかで貰ってきた笹の枝に色紙を切ったり折ったりして飾りつけをしました。勿論、願いを書いた五色の短冊も。どんな願いを書いたのか、もうすっかり忘れてしまいました。「プロ野球の選手になれますように」とでも書いたのでしょうか。

夜になると弟、妹と空を見上げました。あの頃は都会でも未だ今よりは随分星が見えました。「天の川」は小さな星が沢山見えるあの辺りなんだろうな、と言いながら、織姫と彦星はどれだかきょうだい皆分かっていなかったような気がします。

七夕の日は未だ梅雨あけ前なので、綺麗な星空が見えるかどうか、毎年のことながら心配ですね。

ところで、星空と言えば、今年の5月31日は「火星最接近」の日でした。テレビや新聞でも取り上げられていたので夜空に一際輝く火星を見られた方も大勢いらっしやったのではないのでしょうか。私もベランダに出てみましたが、生憎その時は雲に隠れてよく見えませんでした。でも次の日は晴れていましたので、一日遅れではありますが、キラリと輝く火星を見ることができました。

国立天文台のホームページを見てみますと、今回の地球と火星との距離は7,528万kmとのこと。地球と月との距離が38万kmですから、その距離の約200倍です。月まで行ったことがないので、200倍と言われてもピンと来ませんね。火星は約2年2ヶ月周期で地球への接近を繰り返していて、次の2018年7月31日には今回よりも近い5,759万km（月までの距離の約150倍）まで大接近するそうです。今回見逃した方は是非次回を楽しみにしてくださいね。前後1週間ほどはそんなに距離は変わらないそうなので、その日でなくても大丈夫です。

他にもネットなどを見ていると皆既月食や部分日食など、この先もいろんな天体ショーが見られそうです。宇宙に思いを馳せると時間や空間が果てしなく長く、遠く、大きくなって、気分までゆったりと大きくなりますね。あくせくした日常生活を忘れさせてくれる夢とロマンに満ちた「癒し」のひと時なので、私は好きです。

今月・来月の催し

【すこやかセミナー「眼精疲労とその対策」】

日 時 7月14日(木) 午後2時～3時
場 所 本館3階 保健教室
講 師 眼科主任部長 内堀 恭孝
参加費 無料



【相愛大学連携 第61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19日(火) 午後2時～3時
場 所 本館1階 アトリウム
内 容 糖尿病の大事なキーワード「し・め・じ」って何？
糖尿病の三大合併症について
(糖尿病内分泌内科医師 清水 彩洋子)
糖尿病の内服薬について (薬局 薬剤師 伊藤 千恵)
おいしい減塩食 (相愛大学 講師 岸田 由岐氏)
参加費 無料



【第39回万代・夢寄席「太神楽」】

日 時 7月21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

【すこやかセミナー「ふえてます！乳がん—診断・治療から最新の検査まで—」】

日 時 7月22日(金) 午前11時～12時
場 所 本館3階 講堂
講 師 乳腺外科診療主任 綱島 亮
参加費 無料

【平成 28 年度 第 2 回 腎臓・高血圧教室】

日 時 7 月 26 日 (火) 午後 2 時～3 時

場 所 本館 3 階 講堂

内 容 1. 血液透析だけじゃない

【腎代替療法】って知っていますか

(腎臓・高血圧内科医師 大田 南欧美)

2. 考えましょう！毎日の塩分のこと

(栄養管理室 管理栄養士 隈元 理香)

参加費 無料



【第 40 回万代・夢寄席「三代目桂春団治一門会」】

日 時 8 月 1 日 (月) 午後 2 時～3 時

場 所 本館 3 階 講堂

出 演 桂 春蝶 氏、桂 小梅 氏

入場料 無料



【第 48 回相愛大学連携コンサート「声楽」】

日 時 8 月 25 日 (木) 午後 2 時～3 時

場 所 本館 3 階 講堂

出 演 黒田 美羽 氏 (ソプラノ)、梅 千晶 氏 (ソプラノ)

高御堂 なみ佳 氏 (ピアノ)

入場料 無料

【すこやかセミナー「日ごろよく見かける子どもの外科疾患 その 2」】

日 時 8 月 26 日 (金) 午前 11 時～12 時

場 所 本館 3 階 講堂

講 師 小児外科主任部長 中村 哲郎

参加費 無料

【作品展（コスモス会の開催と作品の募集について）】

今年も当センターとコスモス会の共催による作品展を10月26日から28日の間、本館3階講堂で開催する予定です。つきましては、出展作品を下記のとおり募集いたしますので、皆さん奮ってご応募ください。

応募資格	患者さんとその家族及び病院関係者
応募方法	出展ご希望の方は、当センター総務・人事グループへお問い合わせください。（連絡先：06-6692-1201 内線2313）
応募作品例	絵画、写真、書道、手芸ほか
作品受付日	10月26日（水）午前9時～10時
作品返却日	10月28日（金）午後4時～5時



今月のコンシェルジュ

平成28年4月1日よりコンシェルジュのメンバーが代わりましたので、紹介させていただきます。

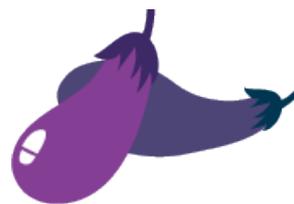
【コンシェルジュ 吉嶋さんの巻】

コンシェルジュの業務は毎朝正面玄関での「おはようございます」の挨拶から始まります。初診の方、ご予約のある方、再診の方、検査だけの方、ご入院される方など、来院される目的によって対応が異なるため、どのような場合にも速やかで親切な案内をするよう心がけています。

午後からの業務は、ご入院されている患者さんのご家族やお知り合いの方々への案内や、ご来院の方々の案内、さらには落とし物の預かりなど多岐にわたります。そのような中で「今日は検査だけなのよ」と気さくにお声をかけていただく時や、「ありがとう」「たすかったわ」など温かい言葉で話しかけてくださった時などは、緊張の糸がほぐれ自然と笑顔になります。

これからも、患者さんに寄り添い、患者さんの不安を少しでも取り除くことができる対応を目指して頑張りたいと思っています。





～ちょっとおいしい話～

夏バテにはお肉もいいですが、野菜も一緒に食べないとすぐにスタミナ切れしてしまいます。暑い日でも短時間で作れるメニューをご紹介します。

《材料》	(1人分)	(2人分)
豚肉スライス	80 g	160 g
なす	80 g	160 g
ピーマン	20 g	40 g
油	大さじ 1/2 杯	大さじ 1 杯
酒	大さじ 1/2 杯	大さじ 1 杯
砂糖	大さじ 1/4 杯	大さじ 1/2 杯
みそ	大さじ 2/3 杯	大さじ 1+1/3 杯
濃口しょうゆ	大さじ 1/2 杯	大さじ 1 杯

(1人前) エネルギー：263kcal たんぱく質：19.6g 脂質：14.0g 食塩相当量：2.8g

- ① 豚肉は2-3cm幅に切る。
- ② なすはヘタを取り、縦半分に切って横2-3cm幅に切る。水につけてアク抜きしておく。
- ③ ピーマンは縦半分に切って種を取り、横2-3cm幅に切る。
- ④ フライパンに油を入れ、豚肉を炒める。豚肉に火が通ったらなすを入れる。
なすに半分くらい火が通ったところにピーマンを入れる。
- ⑤ なすがしんなりしてきたら酒、砂糖、みその順に入れる。
- ⑥ ピーマンの色が変わらないうちに鍋まわりに濃口しょうゆを回し入れ、ひと混ぜしたら火を止める。

調味料の代わりに焼き肉のたれでも代用できます。
仕上げにごま油か、ごまをふり入れると香ばしくなります。



管理栄養士 伊藤 晶

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ご家族の気持ちを癒し、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。当センターでは、採血室受付や図書コーナー、入院時の病棟への案内、看護学生のボランティアを受け入れていれるとともに、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）、ピアサポートを実施しています。

また、小児科病棟では、保育学生のボランティアやクリニックラウン（臨床道化師）の訪問、夏まつりでコーヒーショップの応援を得ています。入院生活を送っている子どもたちに、笑顔をもたらし、子どもたちとご家族には、本当に嬉しい顔、喜ぶ顔、歓声で、楽しい時間を過ごしていただいています。

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。

今年も8月には小児病棟で夏まつりを実施しますので、多くの方々に病院ボランティアのご参加をいただきたいと思えます。

(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やすく紹介しています。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 ―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、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、ご注意くださいいただき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

【病診連携研修会—呼吸器内科ネットワーク—開催のご案内】

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に主に地域医療連携センターの企画でいろいろな行事・催しを行っております。その一環として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6月30日（木）に開催されました病診連携研修会を呼吸器内科で担当させていただきました。

呼吸器内科はこの4月に、大阪府立成人病センター呼吸器内科より内田純二医師、日生病院より鈴木真優美医師の2人の常勤医を迎え、また松本錦之介医師と九野貴華医師の2人を迎え、従来からの谷尾吉郎副院長、私をはじめとして、総勢9名の呼吸器内科医師で診療に当たっています。

一般演題の第1題目は、当センターの副部長の内田純二に「最近の肺がん診療の流れ」をテーマに、肺がんの話をしてもらいました。肺がんは、死亡者数トップの難治性がんのひとつです。最近の肺がん治療においては、よく効く治療をいかに見つけうまく使い続けるのか、がんの性質を何回も調べて治療法を決めることや、支持療法、緩和治療をうまく組み合わせるための教育や診療体制が重要になっています。そういった研究や当院の取り組みを紹介させていただきました。

第2題目は副部長の鈴木真優美に「びまん性肺疾患の診療～間質性肺炎を中心に～」をテーマに、びまん性肺疾患の話をしてもらいました。びまん性肺疾患とは、両肺にびまん性に陰影を認める呼吸器疾患です。この疾患について分類整理し、特にわかりにくい印象を持たれがちな間質性肺炎を中心に、画像や診断、治療などについて、日常の診療に役立てることができるように解説させていただきました。

特別講演は大阪大学大学院医学研究科呼吸器・免疫アレルギー内科学講師の木島貴志先生に「COPDの呼吸生理と治療の理解」をテーマに講演いただきました。COPDは喫煙に関連する疾患ですが、医療者側、患者さん側とも認知度が低く、診断、治療を受けていない潜在患者さんが多数おられます。COPDの呼

吸生理と、それに基づいた治療について解説していただきました。

地域の医療機関の皆様には日常診療において多くの患者さんをご紹介していただいておりますが、お手紙やお電話だけのやり取りに終わっておりますのが現状です。今回の研修会を契機に、今後の病診連携を緊密にできるようにしたいと考えております。今後ともよろしくお願いたします。

大阪府立急性期・総合医療センター
呼吸器内科主任部長 上野清伸



今月の風景



【コメント】

ひとくきの白あやめなりいさぎよく 日野草城

「ひとくきの」といえば、すらりと伸びるあやめの長い茎が目につかび、その茎の先端の白いあやめの花。その花の肉感をとらえている。

(阿倍野区医師会 伊藤医院 伊藤一男 氏撮影)

「花菖蒲」(撮影地：大阪府吹田市万博記念公園・日本庭園)

編集後記

7月といえば、梅雨が明けて暑い夏がやってきますね。京都では昔から「祇園祭が終わったら梅雨明け」と言われており、私も祇園祭の季節になると梅雨明けはもうすぐかな…と感じます。今年の祇園祭の山鉦巡行は、7月17日（前祭）と7月24日（後祭）です。今年の大阪の梅雨明けはいつになるのでしょうか。

夏は海水浴にプール、花火、夏祭り等々楽しいイベントがたくさんありますが、しっかりと水分補給を（適度な塩分補給も）行い、熱中症にお気を付けてください。

<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。