

# やすらぎ通信

第71号（平成28年10月1日） 発行：大阪府立急性期・総合医療センター

## 神無月（かんなづき）



（とよの大好きフォトコンテスト 入賞作品「秋日和」）

豊能郡豊能町「とよのコスモスの里」

### <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
今月のコンシェルジュ	・・・P.6

NEWS	・・・P.6
今月の風景	・・・P.10
地域の医療機関の皆様へ	・・・P.10
編集後記	・・・P.12



10月です。今月10日は「体育の日」で祝日です。この体育の日は、「ハッピーマンデー」として、平成12(2000)年から10月の第2月曜日と定められたことは先月お話ししましたね。曜日固定(月曜日)で年によって日は変わりますが、それより以前は日が固定で10日でした。この10月10日という日は、皆さんご存知のように昭和39(1964)年に開催された東京オリンピックの開会式の日で、それにちなんで昭和41(1966)年から体育の日の祝日となった次第です。次の東京オリンピックの開会式は7月24日(金)だそうです。その日か、例によってハッピーマンデーで第4月曜日(第3月曜日は既に「海の日」なので)が「オリンピックの日」とか言って祝日になるかどうか分かりませんが、夏休み期間中なので、子どもたちにとっては余り嬉しくないかも知れませんね。

さて先日幕を閉じたりオデジャネイロオリンピックですが、皆さんはどの競技が印象に残っていますか？ 私は何と言っても銀メダルを取った男子400mリレーです。9秒台の記録を持つ選手は一人もないものの大会前から日本史上最強のチームと言われ、北京オリンピック以来のメダル獲得が期待されていました。ジャマイカやアメリカなど強敵ひしめく決勝での日本チームの走りっぷりを是非とも生で見なければと、高校野球ファンの私ではありましたが、10時半にはチャンネルを甲子園からリオに切り替えました。

スタートから勢いよく飛び出した日本チームは絶妙のバトンパスで第2走者、第3走者と繋いでいきます。アンカーのケンブリッジ飛鳥選手がボルト選手とほぼ同時にバトンを受け取った時には思わず「頑張れ！行け！」と叫ばずにはいられませんでした。結果はジャマイカに次いで2位。アメリカやカナダを抑え、堂々の銀メダルです。正直なところ銅メダルが取れば、と思っていたので本当に嬉しかったです。あの後もニュースや特集番組でレースの映像が繰り返し流れていましたが、何度見ても興奮し、感動しますよね。

勝因は何と言ってもバトンパスです。4人で相当研究を重ね、練習を積んだとのこと。体力的には劣る日本の選手たちが技とチームワークでそれを補い、見事に本番で花を咲かせました。日本人の底力を世界中に見せつけてくれた瞬間でした。4人の選手たちは未だ若いですし、彼らの活躍に刺激を受けて後に続こうとする選手たちもどんどん現れてくると思います。9秒台を出せるような個人個人の走力アップと得意のバトンパスに更に磨きをかけ、次の東京オリンピックでは今回よりも上のメダルを狙ってもらいたいと思います。また感動するいいレースを見せてもらえることを楽しみにしています。

## 今月・来月の催し

### 【第21回病院ギャラリー企画展 『伊藤継郎の世界』】

開催期間 9月12日（月）～12月9日（金）

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。



### 【すこやかセミナー「知っておきたい中高年にある女性の病気

～子宮脱・尿失禁～】

日時 10月13日（木） 午後2時～3時  
場所 本館3階 保健教室  
講師 産婦人科主任部長 竹村 昌彦  
参加費 無料

### 【第49回相愛大学連携コンサート「クラリネット四重奏」】

日時 10月19日（水） 午後2時～3時  
場所 本館3階 講堂  
出演 奥山 芳弘氏 菅原 瑞紀氏  
高津 志帆氏 藤井 祐伽氏  
入場料 無料



### 【相愛大学連携 第63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 10月26日（水） 午後2時～3時  
場所 本館1階 アトリウム  
内容 高齢糖尿病患者の血糖コントロール目標について  
(糖尿病内分泌内科主任部長 馬屋原 豊)  
運動療法ってどんなことをすればいいの？  
(理学療法士 山本 麻美)  
スポーツの秋～運動と食事～  
(管理栄養士 隈元 理香)  
参加費 無料

### 【すこやかセミナー「冬こそ治そう乾燥肌 ～正しいスキンケアとは～」】

日 時 10月28日(金) 午前11時～12時  
場 所 本館3階 保健教室  
講 師 皮膚科診療主任 原田 潤  
参加費 無料



### 【第11回 肝臓病教室】

日 時 10月29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  
テーマ 聞いて得する、C型肝炎・肝臓がんの治療  
内 容 C型肝炎治療の今と未来 (消化器内科副部長 春名 能通)  
肝臓がんの予防と治療 (消化器内科診療主任 長谷川 徳子)  
最新のC型肝炎のお薬について (薬剤師 神農 佳澄)  
お薬、ちゃんと飲めてますか? (看護師 城畑 則子)  
参加費 無料



### 【第6回 リウマチ教室】

日 時 11月7日(月) 午後2時～4時  
場 所 本館3階 講堂  
内 容 関節リウマチの環境要因・診断・治療について  
(免疫リウマチ科診療主任 前田 悠一)  
リウマチのお薬について (薬剤師 福地 祐哉)  
おうちでできるリハビリテーション  
—やってみよう! リウマチ体操—  
(理学療法士 柚友 ひかり)  
参加費 無料

### 【第42回万代・夢寄席「旭堂小二三 講談会」】

日 時 11月8日(火) 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



### 【すこやかセミナー「患者さん中心の糖尿病治療

#### ～ご高齢の糖尿病患者さんの治療目標について～】

日 時 11月10日(木) 午後2時～3時  
場 所 本館3階 講堂  
講 師 糖尿病内分泌内科主任部長 馬屋原 豊  
参加費 無料



### 【相愛大学連携 第3回 糖尿病フェスタ「びっくりぼん!糖尿病!!」

参加者には記念品を用意しております。

日 時 11月19日(土) 午後1時30分～4時(午後1時受付開始)  
場 所 本館3階 講堂  
参加費 無料

### 【すこやかセミナー「いつも飲んでいる薬について考えてみよう!

#### ～薬の必要性和リスクについて～】

日 時 11月25日(金) 午前11時～12時  
場 所 本館3階 講堂  
講 師 総合内科医師 宮里 悠佑  
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階講堂で開催いたします。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



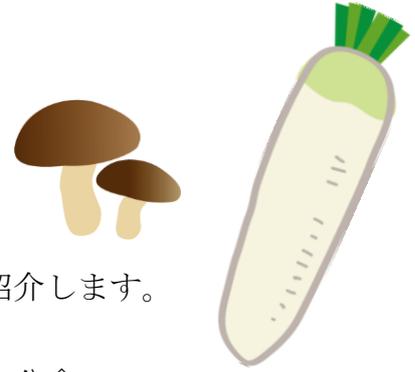
## 管理栄養士のコーナー

### ～ちょっとおいしい話～

少し肌寒さを感じる季節になりました。

「味覚の秋」の到来ですね。

今回は大根と旬のきのこを使った炊き込みご飯をご紹介します。



#### ○ 『大根ときこの炊き込みご飯』

#### ◇材料 4人分◇

米	2合	まいたけ	50g
大根	250g	しめじ	50g
油揚げ	50g		
		だし汁(かつお、昆布)	400cc
ごま油	小さじ1	★しょうゆ	大さじ1 1/2
☆しょうゆ	大さじ1/2	★砂糖	小さじ 1
		★塩	小さじ 1/3

(1人分) エネルギー：369kcal たんぱく質：9.3g 脂質：6.1g 食塩相当量：1.9g

#### ○ 作り方

- ① 米はよくといでザルにあげ水気を十分に切っておきます。
- ② 油揚げは縦半分に切り細かい短冊切りに、まいたけとしめじはいしづきをカットしほぐしておきます。  
大根は皮をむいて千切りにします。
- ③ フライパンにごま油をひき大根を炒めます。さらに油揚げを加え全体に良く炒め合わせたら☆しょうゆを加え汁気がなくなるまで炒めます。
- ④ ①の米を炊飯器に入れさらにだし汁と★調味料を合わせたものを入れます。  
③の具とまいたけ、しめじを加えさっと混ぜ合わせ後は普通に炊きあげます。

まいたけはカサの部分が肉厚で色が濃く光沢があり触るとパリッと折れそうなものが新鮮です。

しめじはなるべく軸が太めで短くかさが小さく黒褐色のものを。

どちらも小房に分かれた寄せ集めではなく一株にまとまっているものを選びましょう。

管理栄養士 竹田 由美子

## 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 角野さんの巻】

この業務に就いた当初は、自分が様々な状況に合った話し方や表情ができて  
いるのか、とても不安でした。

以前に、わたしは接遇のスキルアップのため、ホスピタルコンシェルジュ 3 級  
を取得していましたが、資格や知識を持っているだけでコンシェルジュとして  
の対応が完璧とは言えないことが、現場に入って初めて理解できました。

今では、たくさんの方々にご指導をいただきながら、少しでも多くの患者さんに  
安心をお届けしたいという気持ちで頑張っています。

“コンシェルジュ”という業務は、元々ホテルの職域である『万（よろず）賜  
わり係』に匹敵するものと言われていています。現在、多くの病院でもこの職種が広  
がりつつあり、案内から様々なニーズに至るまでの対応力が必要とされていま  
す。わたしも、一日でも早く患者さんからの、どの様な質問にもお答えできるよ  
う、さらに自己研鑽に努めていきたいと思っています。

## NEWS

### 【公共交通機関ご利用のお願い】

大阪府市共同住吉母子医療センター（仮称）の建設工事に伴い、南側平面駐車  
場を閉鎖し、中央館南側の立体駐車場及び北側駐車場（下図）をご利用いただい  
ております。

駐車スペースが限られるため、入庫するまでに時間がかかる場合があります。

大変ご不便をおかけいたしますが、来院の際には余裕をもってお越しいただ  
くか、公共交通機関をご利用いただきますようお願いいたします。

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



## 【ボランティア活動のお知らせ】

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）の訪問を受け、入院生活を送っている子どもたちに笑顔をもたらし、ご家族とともに、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。8月12日には小児病棟夏まつりが行われ、様々なイベントとともに、コーヒーショップの応援を得て、楽しいひとときを過ごしました。

また、7月28日には「ボランティアのみなさんと当センター職員との懇談会」を開催し交流を図りました。

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。

(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 ―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】

当センターでは、入院患者さんへのサポートを総合的・集約的に行う入退院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。

## 今月の風景



### 【コメント】

あべのハルカスからの眺めです。10月1日は展望の日。みなさまも日本一高いビルからの眺めを味わってみてはいかがでしょうか。

(中尾 彩氏 撮影「あべのハルカスからの景色」(撮影地：大阪市阿倍野区))

## 地域の医療機関の皆様へ

### 【病診連携研修会～腎臓内科ネットワーク～のお知らせ】

日 時 10月27日(木) 午後6時20分～8時30分

場 所 天王寺都ホテル 6階「吉野の間」

プログラム

#### ○一般演題

講演1 「コレステロール結晶塞栓症による

腎障害患者の臨床像と治療経験」

腎臓・高血圧内科医師 島田 果林

講演2 「糖尿病性腎症患者の腎臓専門医紹介時の病態と

腎予後についての検討

～紹介元(糖尿病専門医、非専門医)による比較～」

腎臓・高血圧内科医師 岩田 幸真

#### ○特別講演

「病態生理を考慮した糖尿病合併CKD患者の治療」

大阪大学大学院医学系研究科 腎臓内科学 教授 猪阪 善隆 氏

## 【耳鼻咽喉・頭頸部外科の診療のご案内】

当科は、1. 救急疾患対応、2. 頭頸部がん治療、3. 手術治療 に重点をおき、幅広く耳鼻咽喉・頭頸部外科領域のほぼ全ての分野に対応しています。

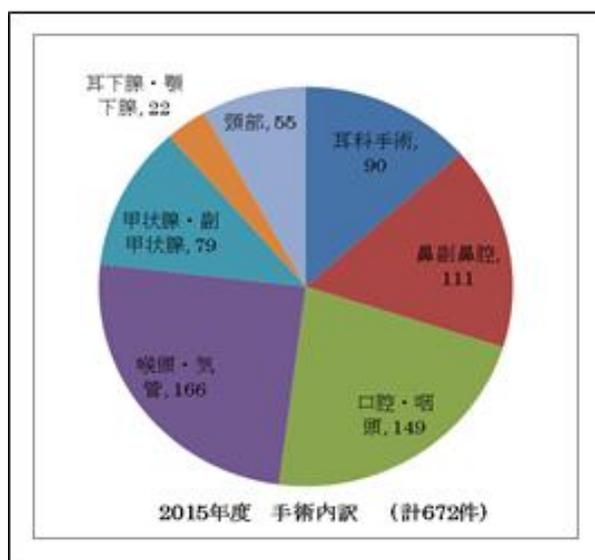
現在7名のスタッフで診療を行っており、昨年度よりも1名増員となりましたので、より救急にも対応しやすい体制となりました。

頭頸部がん治療では、手術、放射線治療、化学療法を組み合わせた集学的治療が必須です。当科では診断から治療までを一貫して行いますが、すべてが当科だけで行えるわけではなく、他の専門診療科との連携によって成り立っています。特に関連の深い放射線治療科、形成外科、歯科口腔外科とは、頭頸部がんカンファレンスを毎週行って治療方針を決定しており、拡大手術では消化器外科・脳神経外科・呼吸器外科などと協力しています。合併症で治療困難な方でも麻酔科を始め関連診療科の支援を受け、できるかぎり積極的治療を行っています。

手術治療はがん以外にも、耳・鼻副鼻腔・咽喉頭領域の各疾患、甲状腺・副甲状腺の機能的な疾患、嚥下障害に対する手術などを数多く行っています。それぞれの領域について、新しい検査・治療装置を整備し、最新の知見やガイドラインに基づいた標準的治療が提供できる体制をとっています。

近隣の医療施設との病病連携、病診連携をすすめ、地域の耳鼻咽喉・頭頸部外科領域の中核として、ご紹介いただく近隣の医療施設の先生方、当科を受診いただく患者様、そのご家族、皆様の信頼に答えられるよう努力します。

耳鼻咽喉・頭頸部外科 主任部長 宇野 敦彦



外来担当医	月	火	水	木	金
宇野 敦彦 (耳科手術、甲状腺外科、難聴・めまい)	○		○		
山本 佳史 (頭頸部癌、甲状腺外科)	○				○
北村 貴裕 (鼻副鼻腔手術、耳科手術)			○		○
大矢 良平 (神経耳科、鼻副鼻腔手術)					○
芦田 直毅 (耳鼻咽喉・頭頸部外科一般)	○				
清水 康太郎 (耳鼻咽喉・頭頸部外科一般)			○		
竹村 和哉 (耳鼻咽喉・頭頸部外科一般)					○
紹介初診外来 (当番医)		◎		◎	
甲状腺外科外来 (当日の超音波検査)	○		○		○
睡眠時無呼吸症外来 (簡易睡眠検査)	○		○		○
嚥下外来 (嚥下機能評価)	○				

## 編集後記

今回の表紙は、豊能郡豊能町の「とよのコスモスの里」です。

花の愛好家が始め、今では全国にその名が知られるようになった「とよのコスモスの里」。約1ヘクタールの園内に咲き競う色鮮やかなコスモスは、およそ数百万本。園内の遊歩道を進むと、大人の背丈ほどもあるコスモスにすっぽりと包まれ、秋の風情を満喫することができます。

### 【問合せ先】

とよのコスモスの里 TEL:072-739-1363(9月初旬から10月下旬までの開園中)

豊能町観光協会 TEL:072-739-3424(開園中以外の期間)

### <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、場所についての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。