

# VOICE

[ヴォイス]

Vol. 07  
2014 SPRING  
March・April・May・June

## VOICE 特集 痛みのない生活を送れるよう、心身のケアを行う「整形外科」

診療科紹介／放射線診断科

クローズアップ／花粉症

お薬なんでもQ&A

栄養科だより／栄養科の仕事について

From 高精度放射線治療センター

連携クリニック／医療法人天斗会 中山医院・本城整形外科

My OFF Time／看護部 救急外来 鷺山美紀看護師

ほっ…Time／Happy Recipe「新玉ねぎの豚肉巻き」

おすすめ本・お店

INFORMATION



## INFORMATION

### ■復職を迷っている方、不安を感じている方へ カムバック研修を開催しました

1月22日(水)、潜在看護師の方々に対し、「カムバック研修」を行いました。カムバック研修とは、正看護師の免許を持っている方で、復職を迷っている方、不安を感じている方に復職のキッカケ作りにつながればとの思いで開催しています。今回で3回目を迎え、今までで一番多い5名の方々に参加していただきました。

「最近の看護の動向」や模擬血管を用いた採血・留置針による静脈確保、ME機器の取り扱いなど、不安を抱きやすい看護技術を重点に実施しました。参加者の方々から「長期間体験できずいたので、手技を学べてよかったです。新しい輸液ルートや留置針に感動しました!」、「参加費が無料で、良い研修に参加できて、大変よかったです」など、企画してよかったと思える様々な意見をいただきました。研修中の写真を右に掲載しています。楽しく体験されている雰囲気を感じていただけたらと思います。

今後も定期的に開催致しますので、就職する、しないにかかわらず、最近の看護を一度体験してみませんか? 次回のチャレンジをお待ちしております!



### ■境川病診連携学術講演会開催 From 地域医療連携室

1月18日(土)、地域の連携医療機関の先生方と当院スタッフの地域医療連携の更なる向上を目的に、境川病診連携学術講演会を開催致しました。当日は、連携医療機関の先生方28名をはじめ院内スタッフも合わせて総勢115名の方々にご出席いただきました。院内から4演題の発表を行い、最近の当院における取り組みや今後の展望について講演し、さらに今回は昨年11月に着任した副院長 瓦林医師も講演を行いました。ご出席いただいた皆様からは、日頃の診療内容、病院機能の紹介など聞いて、改めて当院における取り組みが分かった、興味深かったなどご好評をいただきました。

【講演1】「大腸癌治療の最前線」外科統括部長/小川 淳宏

【講演2】「当院における尿路結石の治療成績～経尿道的尿路結石砕石術を中心に～」泌尿器科部長/細川 幸成

【講演3】「循環器疾患の診療のポイント～何に注意してどのタイミングで紹介するか～」副院長 内科統括部長/瓦林 孝彦

【講演4】「日帰り手術センターの現状～日本一から更なる飛躍を目指して～」院長/丹羽 英記



ご意見BOX回答 このコーナーでは、皆さまよりいただきましたご意見について回答いたします。

病院的駐車場と料金について教えてください。

<料金体系> ※京セラドーム大阪でイベントが開催されている時は特別料金となりますのでご注意ください。

タイムズ大阪ドーム南駐車場(多根総合病院横・FOLEO大阪ドームシティとの間)が当院の提携駐車場です。駐車券を必ず病院内にご持参いただき、5番会計受付(平日:9:00～17:00、土曜日9:00～12:30、その他の時間帯は救急受付)にて割引認証を受けてください。

入場後最初の15分	無料	お見舞い・一般利用の方 60分/300円	7:00～24:00 当日最大料金 1,000円
入場後2時間まで	300円		
2～4時間まで	60分/100円		
4時間以降	タイムズ一般料金と同じ		
24:00～7:00	60分/100円		

※多根記念眼科病院や健診部診療所横の駐車場は提携駐車場ではありません。別料金体系となります。

### 社会医療法人 きつこう会

- 理念 愛を原理とし、秩序を基礎とし、進歩を目的とす。
- 方針 質の高い継続的な全人的医療を展開し、患者様に信頼される病院を目指す。
- 活動目標
- 1.安全性  
医療行為で患者様が害を受けることがあってはならない
  - 2.有効性  
患者様に恩恵とならない医療サービスを提供しない
  - 3.患者様中心志向  
個々の患者様の意思を尊重し患者様の要望に応える医療を提供する
  - 4.適時性  
待ち時間など診療の遅れをなくす
  - 5.効率性  
医療におけるあらゆる無駄を排除する
  - 6.公平性  
患者様によって医療の質が異なってはならない
- これらの目標を、職員、患者様、ご家族が一体となって推進する

### 編集後記



今月の特集は整形外科です。従来からある整形外科領域に加えて、当院ではスポーツ整形外科にも力を入れていきます。6年後には東京オリンピックが開催される中、ますます注目される分野だと思います。スポーツをされているお子様をお持ちの方など、スポーツ中の怪我等などで気になることがあればぜひ当院にお越しください。外来担当は、リアルタイムに情報を更新していますのでホームページをご覧ください。

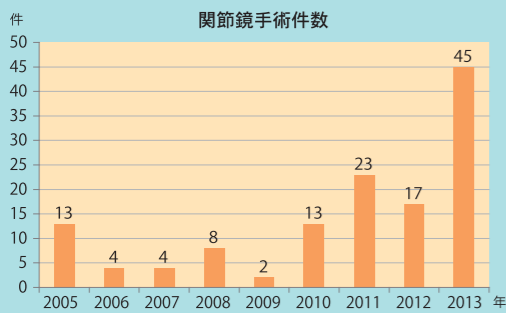
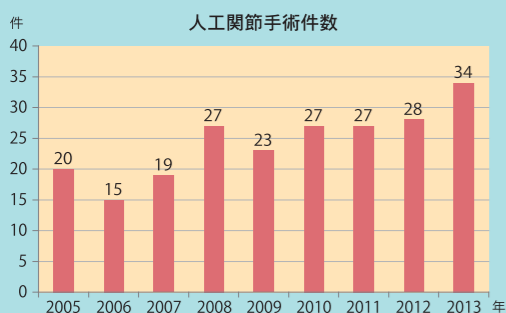
企画室広報課

## 整形外科

### ■スタッフ体制

常勤医師 須賀久司、上中一泰、山中清孝、森 基、猿山雅博  
 非常勤医師 福田真輔、本城 昌、山崎哲也、中島 亮  
 看護師 江口華代、福田円加、高谷智子、伊藤久代

### ■整形外科手術実績



整形外科のスタッフ

疾患に関するスペシャリストが在籍し、診断・治療を行っています。  
**スポーツ整形外科**  
 新しい分野である**スポーツ整形外科**とはどのような分野ですか？  
 近年、スポーツの果たす役割が大きくなるにつれ、子供たちのスポーツ開始時期の低年齢化による外傷や障害、成人におけるスポーツでの特徴的な障害がクローズアップされてきています。そのような中で、一般整形外科の知識とスポーツそのものに対する理解、スポーツ障害や外傷に対する専門的な知識を統合した分野が**スポーツ整形外科**です。例えば、子供たちの野球肘、リトルリーグアズシヨルダーなどは、野球に特徴的な疾患であり、投球フォームや投球回数を調整することで予防できます。成人に対しても、テニス肘やバスケットボール、バレーボール、サッカーによる足関節靭帯損

傷、膝前十字靭帯損傷などそれぞれのスポーツに特徴的な障害に対し、これらの原因を検討することで予防、治療することができます。一方で、スポーツには単調な運動にはないゲーム性、レクリエーション、生きがいといった人生を豊かにする側面を持っています。アスリートだけでなくどのような方でもスポーツを行うことで、生活習慣病の予防はもちろん、精神的充足感が得られるなど精神疾患にも効果的であることが知られています。人生の様々なステージでスポーツを楽しむための助けになればと考えています。  
 当院では、日本整形外科学会認定スポーツ医、日本体育協会公認スポーツドクターが在籍し、積極的にこれらの新しい分野に取り組んでいます。また、このスポーツ整形外科には医師の他にリハビリテーションの専門職である理学療法士の協力も必要で、当院では月に一度、リハビリテーショ

ン科と合同の勉強会を開催し、知識・技術の向上を図っています。  
 2020年の東京オリンピック開催が決定し、スポーツへの関心が高まってくる中、スポーツ整形外科は今後ますます重要になっていくと思われれます。  
**メッセージをお願いします。**  
 一般整形外科は、24時間365日救急の患者様の受け入れを行っています。また、関節外科分野では、現在大学を中心に人工関節登録調査（どのような病気でどの人工関節が使用されるかを報告する）が行われていますが、当院でも近々実施し、参加する予定です。手の外科、スポーツ整形外科という新しい分野でも専門医による高度な治療を行っています。もし、違和感を覚えたら何なりとご相談ください。痛みのない生活を送っていただけるよう、スタッフ一同心身ともにケアしてまいります。



厳しい基準をクリアしたクリーンルームで行う整形外科手術

関節外科  
 一般整形外科と関節外科について教えてください。  
 まず、一般整形外科とは、主に骨折や関節痛、脊椎疾患など運動器の病気とケガを治療する分野を言い、関節外科とは、一般整形外科の中でも手や足の関節周囲の痛みに精通し、診療する専門の分野です。例えば、疾患別で言うと、変形性関節症や関節リウマチによる関節障害などを診療します。当院では、それらの治療に関節再建手術の人工関節置換術など適切な治療を行い、実績を上げています。人工関節手術は、全国の施設で年間約10万人以上の方が受けておられ、当院でも今年度28件（2013年12月末までの実績）行いました。この手術は、非常に精度が上がっており、治療後は痛みのない生活を送っておられる方が大半です。（さらに、今まで日常生活に支障をきたしていた方が、治療することで運動できるようになり、生活習慣病である糖尿病や循環器疾患の改善が期待できるのではないかと思っています。）

手の外科  
 手の外科とはどのような分野ですか？



KAZUHIRO UENAKA

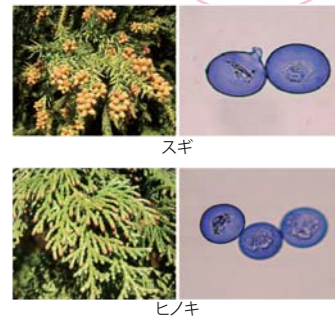
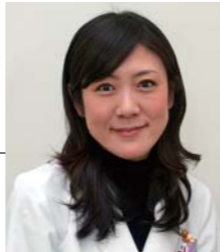
手には百種類以上の疾患やケガの病態があると言われ、痛みのある状態や変形などにより患者様の日常生活に著しい障害をもたらします。そのため整形外科の中でも手・指・腕・肘の様々な病気や組織移植、神経・血管縫合を扱う分野が手の外科と位置付けられ、専門の知識を有した医師が治療にあたっています。この治療は、骨折や靭帯損傷だけでなく、腱や神経、血管の縫合や切断された組織の接合、失った指の再建まで様々なものがあります。手の外科は、専門性の高い知識を基に顕微鏡や拡大鏡などを駆使し、1ミリの以下の組織の修復を扱う技術が要求されます。当院では、手の

# VOICE集 痛みのない生活を送れるよう、 特心身のケアを行う 整形外科

# クローズアップ

## 花粉に負けるな!! 花粉症の正しい知識

耳鼻いんこう科  
山田 佳 Kei Yamada



今年も昨年と同じくらいのスギ花粉の飛散が予想されています。適切な予防と対策を立てましょう。まず、花粉症とはアレルギー性鼻炎の中で花粉に対するアレルギーのことを言います。日本では多くの場合、この花粉とはスギ花粉のことをさしています。ハウスダストやダニによるアレルギー性鼻炎では一年中症状があるのに対し、花粉症では特定の花粉飛散時期にのみ症状が出ます。通常スギ花粉症では、1月後半から4月に症状が出現し、ヒノキ花粉症も合併する場合は、それに引き続いてゴールデンウィーク頃まで症状が続きます。その他にも初夏～夏にはカモガヤ(イネ科)、夏から秋にはブタクサ(キク科)による花粉症など、いろいろな植物が花粉症を引き起こすことが知られています。まずは、自分は花粉症なのか、どんな花粉にアレルギーがあるのか調べて対策を考えましょう。

### 花粉症の治療

花粉症の場合、第一選択は抗ヒスタミン剤です。以前は「アレルギーの薬＝眠くなる」といったイメージがありましたが、最近は改良が進み、眠気を抑えて効果を上げ、さらに前立腺肥大や緑内障の方でも安全に使用できる薬が多数開発されています。また、初期治療として、花粉症症状が出現する2週間ほど前から内服を開始する方法もあります。これによって、花粉飛散ピーク時の症状を和らげ、シーズンを通して症状の緩和が望めると言われています。抗ヒスタミン薬以外の内服薬や漢方薬、点鼻薬、手術療法、減感作療法もあり、症状や体質に合った治療法を選択して行うことになります。

### 自分でできる花粉症対策

- ①花粉症は花粉に出会わないのが一番! 花粉の侵入をブロック!  
→マスク・メガネを付けましょう。
- ②花粉を持ち帰らない!  
→セーターなどは花粉が付着しやすいので、できるだけツルツルした素材の服にし、玄関に入る前に花粉を払い落としましょう。
- ③家の中でも花粉を除去!  
→帰宅後はうがい・手洗い・洗顔をしましょう。



## 教えて お薬なんでもQ&A

今回から3回シリーズでお薬についてのご質問にお答えします。今回は最近よく市販されているサプリメントについてです。アドバイザー 薬剤部 薬局長 森本 明美

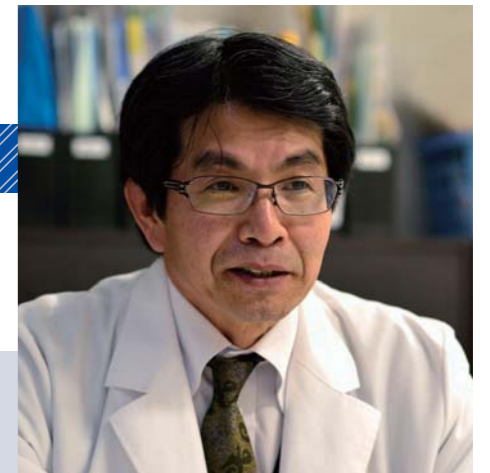
- Q** 副作用は大丈夫でしょうか? **A** サプリメントは食品にあたるため基本的には副作用の心配は要りません。過剰に摂取したり特定の医薬品と併用すると、食品アレルギーのある方や体調・体質によっては身体に合わないこともあります。サプリメントの但し書きに目を通し、原材料や注意事項をチェックすることが大切です。
- Q** サプリメントと同時に薬を服用してもよいですか? **A** 食品であるため基本的にはお薬と一緒に摂取しても構いません。ただし、お薬によっては飲み合わせが良くないサプリメントもあります。よくあるものとして、ビタミンKとワーファリン、ハーブの一種であるセントジョーンズワート(セイヨウオトギリソウ)を一部のお薬と一緒に摂ると、お薬の効果が弱まるということが知られています。
- Q** 多めに摂取した方が、効果が高いのでしょうか? **A** 栄養素によっては過剰摂取すべきではないものもありますので、用量を守って摂取してください。特にビタミンAやビタミンDは重大な健康障害があらわれることがありますのでご注意ください。

# 診療科紹介

## 放射線診断科

### 徹底的な情報収集で病気の早期発見を目指す

今回は、充実した設備により、院内だけでなく他の医療機関からの依頼にも対応し、さらにマンモグラフィ検診画像認定施設として大阪市他からの健診も実施する放射線診断科について放射線診断科部長の松尾良一医師にお話をうかがいました。



放射線診断科 部長  
松尾良一 Ryoichi Matsuo

### 最新鋭の検査機器を完備

放射線診断科では、各科の主治医から依頼を受けて医用画像の撮影、さらにそれに基づいた診断を行っています。普段は4名の放射線科医師が、MRIやCT等、一日あたり合計120名ほどの画像診断に対応しています。エックス線を用いて身体の内臓を画像化するCTは、3階の一般用、1階の救急用共に64列多列CTです。また、磁気を用いて体内の状態を断面像として描写するMRIは、解像度が高い高性能3テスラと1.5テスラの2台を設置するなど、いずれも最新鋭の検査機器を揃え、高度な設備を整えています。血管撮影装置は、昨年末に新たな機器を導入。高い解像度により従来のものとは比べものにならないほど美しい画像を撮影することができ、これによって頭部等の撮影画像が細部に至るまで鮮明に映し出されるようになりました。

### 細部まで撮影し徹底的に情報を収集

当院では医用画像の撮影に関して、より細かな情報まで確実に把握するよう努めています。CTであれば、通常の5ミリ・1センチ単位の画像再構成に加え、1ミリ・1ミリ単位で画像を再構成し、どんなわずかな病気も見逃さないという徹底した姿勢を貫いています。5ミリ・1センチ単位では発見できなかった病気が1ミリ・1ミリ単位では発見できたという事例も多々あります。またMRIに関しても、撮像の種類や角度を変え、できるだけ多くの画像を撮影します。こうしたことで、各科の主治医が画像を確認した際、患者様の状態を見分ける判断材料が増えますし、またデータを再構築した際にも、鮮明な画像での確かな治療ができると考えています。

### 大容量のサーバで長期保管を実現

このように細かく多くの画像を撮影すると画像データが膨大な量になります。通常であれば、保管容量の問題から極力データ数を抑えようとするのですが、当院では膨大なサーバを確保しています。これは、膨大なデータの長期保存を行うことにより以前撮影した画像と正確に見比べることができ、また医師間での情報共有に役立つと考えています。

### 一度の検査でできる限り多くの情報収集に努めています

患者様にとって、検査は決して楽しいものではないと思います。ですから、私たちはせつかく検査を受けていただくのであれば、的確な治療ができるよう、できる限り多くの情報を得よう」との姿勢で検査にあたっています。患者様の不安要素を取り除き、安心して受診いただけるよう努めています。



最新の機器で映像を確認する放射線診断科のスタッフ

# 栄養科だより

Department of Nutrition Letter

## 栄養科の仕事について

当院では、食事も治療の一部として管理栄養士4名、委託の栄養士3名、調理師・調理員18名で、栄養管理、給食管理を行っています。昨年9月には厚生労働省より「優良特定給食施設」として表彰されました。今回は、栄養科の主な仕事についてご紹介します。

### 給食管理

食事の種類は常食、軟菜食、5分菜食、3分菜食、流動食、小児食、幼児食、離乳食、検査食（大腸検査、ヨード制限）、嘔下訓練食、治療食（糖尿、心臓、肝臓、腎臓、臍臓、潰瘍、胃切除後、貧血、痛風、高血圧等）などエネルギー量（カロリー）やタンパク質量などを変えて60種以上の食種に対応し、患者様の病態に応じた食事を提供しています。

また形態は、副食の場合、一口大（2〜3センチ・鱈魚）、小一口大（1〜1.5センチ・鱈魚）、キザミ（みじん切り）、ペースト（ミキサー）、トロミつき汁物、串刺しなど。主食の場合は、米飯、軟飯、全粥、7分粥、5分粥、3分粥、重湯、おにぎりなど患者様の状態や咀嚼力に合わせられるよう考慮しています。食種に合った主食・副食の組み合わせで、多くの患者様が安心・安全に召し上がれる食事を提供しています。

さらに季節ごとにサイクルメニューを採用し、人気の麺類は毎週土曜日の昼食、月1回は行事食を行っています。行事食では手作りの「お品書き」やカード、そして誕生日には誕生日カードを添えたりしています。



イベントメニュー(常食)



イベントメニュー(キザミ)



イベントメニュー(串刺し)

### 栄養管理

入院患者様の必要栄養量を算出し、栄養管理計画書を作成。病態に合った食種や量、咀嚼・嚥下・安静度に合わせた形態、栄養投与方法の提案を行っています。



栄養剤



栄養補助食品

### 栄養指導

口から食事が摂れない場合、鼻のチューブや胃瘻(PEG)から栄養を入れることがあります。栄養剤もエネルギー、タンパク質、脂質、水分量など考慮し、色々な疾患に対応できるようにしています。

- 栄養科では左記のような栄養指導を行っています。
  - 「外来栄養指導」 外来内科ブロックの栄養指導室で月平均50件以上の栄養指導を行っています。
  - 「入院栄養指導」 入院中治療食を召し上がっておられる患者様を対象に栄養指導を行っています。外来・入院の栄養指導は、平日9〜17時、土曜9〜11時30分で、予約制ですが急な指導にも対応しています。

● 「糖尿病教室」 毎月第4木曜日の15時30分から4階会議室で行い、医師、看護師、薬剤師、検査技師、理学療法士、歯科衛生士が講師となつて毎回違ったテーマで糖尿病についてお話しします。栄養科は毎回内容を変えて食事の話を行います。



栄養指導の様子

### チーム医療

NST (Nutrition Support Team) は、「栄養管理はすべての治療の基本であり、栄養状態が不良であればいかなる治療も無効となる。すべての患者は適切な栄養管理を受ける権利がある。」を基本理念とし、医師、看護師、薬剤師、検査技師、言語聴覚士、理学療法士、歯科衛生士、管理栄養士など異なる職種がチームとなって栄養療法・栄養管理を必要とする患者様を早期発見し、最善の栄養療法を検討し適切な治療管理を行います。



栄養科のスタッフ

## 連携クリニック

### 医療法人天斗会 中山医院

診療科目/内科、整形外科、リウマチ科、リハビリテーション科



院長/中山富雄

中山医院は、周辺に小学校や中学校、高校が点在し、マンションも立ち並ぶ住宅街であるこの地に26年前に開院されました。日本整形外科学会認定専門医である中山院長は、常に患者様の話をよく聞き、本院での診療が良いのか、総合病院での診療が適当かを見極めておられるとのこと。レントゲン検査はもちろん、腹部超音波検査や骨密度検査も行い、地元の方々がか何か異常を感じた際に相談しやすい医院と評判です。中山院長は、時にはスポーツや映画鑑賞を行いつつフレッシュされているそうです。

〒552-0002 大阪市港区南元町2-4-16  
TEL:06-6584-8743

### 本城整形外科

診療科目/整形外科、リウマチ科、リハビリテーション科



院長/本城 昌

本城整形外科は、平成24年5月、当院からすぐの境川交差点角に開院した新しい医院です。約5秒で画像確認ができるデジタルラジオグラフィレントゲン装置をはじめ、リハビリテーション機器等最新の設備が揃っており、十分な診断のもと適切な治療がされています。「整形外科は、全身の運動器のみならずリウマチ等の膠原病も扱うゆえに守備範囲の広い知識が必要。自ら切磋琢磨することはもちろん、患者様から教えていただくことも非常に大事であると肝に銘じている」と本城院長。患者様それぞれの症状に合った最善の治療を目指しておられます。

〒550-0024 大阪市西区境川1-1-31 境川メディカルセンタービル2F  
TEL:06-6536-8011 <http://orthonjo.com/>

## From 高精度放射線治療センター

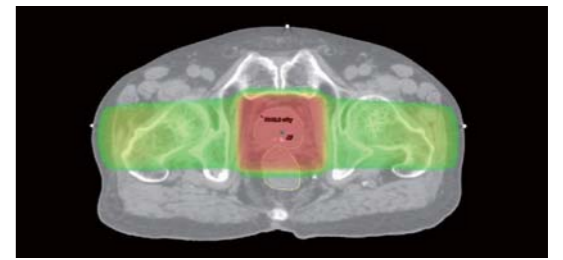
### 前立腺がんに対する放射線治療

前立腺がんでは、手術・ホルモン療法に加えて放射線治療が重要な役割を果たします。一般的に手術可能な前立腺がんでは、手術と放射線治療の効果は同等とされていますが、実際には74Gy(グレイ)以上の高線量照射を行ってはいじめて手術と同等の効果が得られます。しかし、前立腺の周囲には高線量照射により副作用が増強する直腸や膀胱などが存在し、従来からある照射方法では十分な量の照射を安全に行うことはできません。

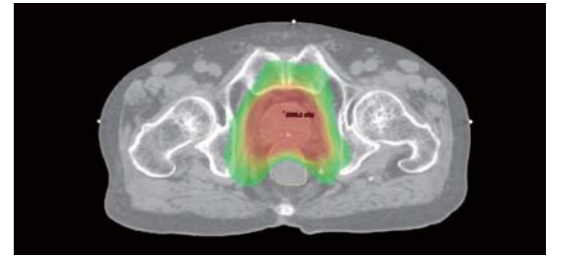
そこで強度変調放射線治療(IMRT)を用いて必要な部位に局限した照射を行う必要があります。また、前立腺の位置は膀胱内の尿や直腸内の便・ガスの量などにより日々変化するため、照射直前にCTを撮像するなどして、前立腺の位置を治療直前に確認する必要があります。これを画像誘導放射線治療(IGRT)といいます。

当院では、前立腺部への高線量照射、骨盤内リンパ節への予防照射を併用した前立腺部への高線量照射、手術後の局所再発に対する照射など、様々な状況に対して高精度放射線治療システム「Novalis Tx」によるIMRTを行っています。治療期間は最大で8週間ほど必要ですが、毎回の治療は、前述のIGRTに要する時間を含めて15分ほどで終了し、苦痛は伴いません。ほとんどのの方が、治療前と同様の日常生活を続けながら照射を受けています。治療中・治療後に副作用(排便時出血・頻尿など)が出現することもあります。重症化することは稀で、多くは保存的に対処が可能です。適切な治療を早期に行うことを心がけておりますので、遠慮なく当科までご相談ください。

従来からある照射方法(4門照射)とIMRTの線量分布図の比較



従来からある照射方法(4門照射)の線量分布図



IMRTの線量分布図

当院のIGRT機器と治療直前に前立腺の位置確認を行っている画面



当院のIGRT機器



前立腺の位置確認を行っている画面

放射線治療センターでは患者様が癒される空間作りの一環として、様々な場所に花を設置させていただいております。特に玄関の風除けには季節に応じた花を飾っており、患者様に季節を感じていただけるようにしております。これらの花は基本的には造花ですが、大きくても、小さくても、眺めているだけで、ほわっと和まされます。治療センターに来られた際にはいろいろな場所にある花を探してみてください。



玄関の風除けに設置している花(昨年12月時)

## My OFF Time

マイ・オフタイム

このコーナーでは、スタッフのオフタイムについてインタビューします。



看護部 救急外来  
鷺山美紀 Miki Washiyama

近年アクロバット性が発達し、スポーツとして急速に普及しているポールドダンス。そのポールドダンスに魅せられ、昨年末に日本で初めて開催された全日本ポールドダンス選手権大会で5位の成績を修められた鷺山美紀看護師にお話をうかがいました。

心に行うポールドダンスというジャンルまで多種多様です。現在のポールドダンスは、オリンピック競技入りを目指して全世界で大会が行われています。仕事に活かされていると思うことは?

看護師は、患者様やご家族様を癒す職業でもあると思っています。同時に人を癒す本人が、心身共に健康であることも大切だと考えています。私はポールドダンスという一生懸命になれるものがあることで、自身の心身の健康を保つことができていると感じています。このことから心と身体の健康を保つことの大切さを、看護師という仕事としてポールドダンスを通して、これからもたくさんの方々に伝えたいと思っています。

ポールドダンスは新しいスポーツです。ポールドダンスと言っても、様々なジャンルがあります。セクシーなジャンルから、私が入れているフィットネス性が高いアクロバティックな技を中心

ポールドダンスは新しいスポーツです。ポールドダンスと言っても、様々なジャンルがあります。セクシーなジャンルから、私が入れているフィットネス性が高いアクロバティックな技を中心



## INFORMATION

## 瓦林副院長着任ご挨拶

この度、多根総合病院に副院長兼内科統括部長として赴任した瓦林孝彦でございます。私は昭和56年大阪市立大学卒業で、旧第一内科に所属して循環器内科を専門にしておりました。昭和61年より2つの民間の急性期病院に勤務し、以後今日に至るまで、循環器内科医として主にカテーテルインターベンションを中心とした急性期医療を、また管理者としては病院の設計や循環器科の設立・運営を、教育者としても後輩の指導、学会発表、論文作成など多岐にわたる仕事をしてきました。今回当院に就職するに当たりまして、循環器内科はもちろん消化器内科や総合診療内科の三科を統括し、新生多根総合病院内科を立ち上げたいと考えています。現在は循環器内科1名、消化器内科6名、総合診療内科2名の状態ですが、今年4月より循環器内科3名、消化器内科1名、総合診療内科1名の計5名が加わり、私も含めて15名の内科で診療を開始する予定です。当面の目標として、循環器内科は専門外来の増加と夜間の緊急治療の充実。消化器内科は外科と共同して内視鏡の検査、治療のさらなる躍進。総合診療内科では今後の高齢化社会を見据えた専門科を超えた全人的医療。多根総合病院内科はこれら三科を中心として、この地域の急性期医療に貢献していくつもりでございます。以前にも増して皆様の温かいご支援を賜りますようお願い申し上げます。



副院長兼内科統括部長  
瓦林 孝彦  
Takahiko Kawarabayashi

## ■院内学会開催報告

## 作家の百田尚樹さんの講演も！

きつこう会では、年に1回連携を高める目的で各グループ内の施設が一堂に集り「院内学会」を開催しています。この院内学会は、各施設から最新の医学情報やその年の取り組み成果などが発表されるもので、各界の著名人をお招きして講演をしていただくコーナーもあり、昨年11月16日(土)に行われた院内学会では、作家の百田尚樹さんに来ていただきました。百田さんが来られるということで会場は超満員。「『永遠の0』と『海賊とよばれた男』に見る日本人の生き方」という演題で講演をしていただきましたが、テレビでも馴染みの楽しいトークでアツという間の1時間でした。

■今回も大盛況！2013年クリスマスイベント  
ここは病院?! 落語やスペシャルライブ開催

多根総合病院では、12月に入ると患者様に季節を感じていただくという目的でさまざまなイベントを行います。

まずは、クリスマスイベント第一弾として院内で落語会を開催しました。披露して下さったのは、「どっこい笑楽」の名で活動されている猪飼康夫さん。4年前から落語を始められ、これまで老人施設で落語を演じられたことはあるようですが、病院で披露するのは今回が初めてだったそうです。長く入院されている患者様も、このときばかりは楽しく過ごされたことと思います。

さらに12月20日(金)、クリスマスイベント第二弾として世界的に活躍されているシンガーのKIKOさんによるスペシャルライブと、当院看護師によるハンドベル演奏を中央待合ホールにて行いました。KIKOさんはアトランタ・シドニー・アテネオリンピックにおいてシンクロナイズド・スイミング日本代表曲のヴォーカルを手がけるなど幅広く活躍されているのですが、今回特別に当院のためにライブを開催していただきました。「Amazing Grace」や「The Christmas Song」など、クリスマスにちなんだ曲をたっぷり1時間にわたって披露していただきました。会場は、心揺さぶる歌声と、心温まるピアノの伴奏に、病院であることを忘れるようなひと時をご提供することができました。

## New Open! 「きつこう会多根保育所」

1月22日(水)、多根総合病院のグループに新たな仲間として「きつこう会多根保育所」が誕生しました。今までも10人規模の事業所内「多根保育所」はありましたが、今回定員50名規模の事業所内保育所として新たに生まれ変わったのにはワケがあります。それは「今まで以上に子育てを頑張る職員を応援し、かつ『安心して仕事ができる職場環境を作る事=患者様に最高の医療介護サービスを提供するための環境を整える事』です。「24時間保育」、夏休みや幼稚園が休みの時の「臨時保育」など実際のニーズにマッチした「きつこう会多根保育所」。今後は「病児対応」など更なる発展を視野に、職員の満足度のみならず地域の満足度に貢献する施設として展開します。ご期待ください!



## ほっ...Time

## Happy Recipe

今回のレシピ  
「新玉ねぎの豚肉巻き」

栄養科 管理栄養士 蛭尾 理恵 Rie Ninao



## 新玉ねぎで疲労回復

木々が芽吹き始める季節、畑では様々な作物が収穫されます。そこで今回は、店頭に並び始めた旬の新玉ねぎを使用した料理をご紹介します。

炭水化物は体内でエネルギーに変わる大切な栄養素ですが、その際にビタミンB1を必要とします。ビタミンB1は体内で不足すると体が疲れ、食欲不振・イライラ・不眠などの諸症状が出やすくなります。玉ねぎに含まれる硫化アリルには水に溶け出しやすいビタミンB1を体内にとどめる働きがあります。つまり、ビタミンB1と一緒に硫化アリルを摂取することで、体内で効率良くビタミンB1が吸収され、疲労回復に役立つのです。硫化アリルは玉ねぎの辛味や匂いのもととなり、また水に溶けやすい性質がありますが、旬の新玉ねぎであれば水にさらさず生でも食べやすいので、より効率良く硫化アリルを摂取できます。春は新生活が始まる季節です。疲労をためず、元気いっぱい毎日過ごせるよう、新玉ねぎを活用してみたいはいかがでしょうか。

【新玉ねぎの豚肉巻き】カロリー：約150kcal(1人前)

## ●材料(4人前)

新玉ねぎ…1個(200g) 豚肉(もも)…200g(20枚程度)  
酒…大さじ2 しょうゆ…大さじ2 みりん…大さじ2 塩コショウ…少々  
小麦粉…少々 サラダ油…大さじ1

## ●作り方

- 1 玉ねぎは縦半分に分けて、繊維に対して直角に薄く切る。
- 2 豚肉を広げて片面に塩コショウをふる。小麦粉も茶こして薄くふり、①を巻く。
- 3 フライパンにサラダ油をひき中火で熱し、②の巻き終わりを下にして並べる。裏返して両面が香ばしく焼けたら酒を加え、蓋をし、弱火で蒸し焼きにする。
- 4 玉ねぎに火が通ったら、蓋を取って汁気を飛ばし、しょうゆとみりんを加えてからめる。
- 5 キャベツなど青物を添えて盛りつける。

## 【Memo】

ビタミンB1を多く含む食材  
豚肉、うなぎ、からし明太子、紅鮭、レバー、胚芽米・玄米、大豆製品 他



## □ おすすめ本

《小説 日本婦道記》 多根総合病院 副院長/渡瀬 誠

私の好きな小説家の一人に山本周五郎がいます。元来、時代劇好きな私が多感な20代の頃にたまたま手にとったのが「小説 日本婦道記」でした。まず短い短編集で、読みやすい。そして明治、大正、昭和と生き抜いた周五郎は、名もない人々の生き様とその本質に迫っています。そこには凛とした日本人の魂が描写されています。驚くことにあれほどの文章を書いている周五郎は当時としては普通であったとはいえ、小学校を卒業しているだけで、貧しい生活を経験しながら独学で小説家になっています。その高貴な自立性と精神性には驚かされました。様々な職業を体験する中で庶民派の文豪が誕生したといえます。古いといってしまうかもしれませんが、そんな日本人の魂を大切にしていれば、現代のようなストーカー、家族殺人、食品偽装、オレオレ詐欺など様々な事件は起こらないと気付かされます。ご一読ください。

山本周五郎著/新潮文庫刊



## ★ スタッフのお気に入り

白い外観に猫のシルエットが目印  
「パンのお店 chabi (チャビ)」

JR大阪環状線、地下鉄鶴見緑地線大正駅からすぐのところにある「パンのお店 chabi」。店内には常時約70種類ものパンが並び、社会人の方々を中心に人気です。「周辺のお店にはない商品づくりを心掛けています。野菜をたっぷり使った総菜パンや天然酵母のパンなど、どちらかと言うとハード系のパンが多いですね。出勤途中に買ってくださる方が多く、朝8時から9時が一番忙しいんです」と安倍店長。店長の息子さん名付けられたというお店の名前がピッタリのかわいらしいパン屋さんです。

## パンのお店 chabi (チャビ)

大阪市大正区三軒家東1-18-15  
TEL 06-6554-1264  
定休日 日曜日・祝祭日  
営業時間 7:00~19:00(土曜日:~18:30)  
※詳細は直接お問い合わせください

