

地域みな様と、私たちをむすぶ広報誌



公立南丹病院

Nantan General Hospital

Vol.9

2011.4
Spring



大堰川の桜・川岸より 八木大橋を臨む

Contents

就任のご挨拶(副管理者 川野 一男)	2
赴任医師のご挨拶	2
林 和子(麻酔科) / 林田 恭子(心臓血管外科) / 高取 良太(整形外科) / 喜馬 真希(放射線科) / 後藤 幸大(脳神経外科) / 都間 佑介(小児科) / 鳴川 司(泌尿器科) / 荒谷 憲一(外科) / 児玉 直俊(循環器内科) / 寺田 兼輔(循環器内科) / 藤井 敦子(腎臓内科)	2
「院内災害対策訓練」(平成 23 年 1 月 29 日)を実施して	4
「平成 22 年度第 4 回緩和ケア研修会」を実施して	5
ご存知ですか?「スイッチ OTC 薬」	5
院内保育所「たんぽぽ」スタート	6
みんなのリハビリテーション	
「歩行補助具をご存じですか? ②」	6
シリーズ 部門紹介【放射線科】	7
ストレス緩和と免疫力増強! 桜鯛のムニエル	8
編集後記	8

東日本大震災(東北地方太平洋沖地震)で 被災された皆さまへ

病院長 梶田 芳弘

平成23年3月11日に未曾有の大地震が東北関東で発生しました。地震と津波により多くの皆さまが亡くなられ、行方不明となっております。さらに多数の方々が負傷され、持病の増悪により、各地の病院に収容されました方々も多くおられます。被災されました皆さまに、心より哀悼の意を表し、行方不明となっております方の早期の発見を願いますとともに、負傷された皆さまや疾病に苦しむ皆さま方の一日も早いご快復をお祈り申し上げます。

臨床研修指定病院 京都府がん診療連携病院
救急指定病院 日本医療機能評価機構認定病院
へき地医療拠点病院 第二種感染症指定医療機関
地域周産期母子医療センター 地域災害医療センター

公立南丹病院

発行：公立南丹病院広報委員会

〒629-0197 京都府南丹市八木町八木上野 25 番地

TEL 0771-42-2510 FAX 0771-42-2096 <http://www.nantanhosp.or.jp>

就任のご挨拶

副管理者
かわの かず お
川野 一男



この度、國府正昭前副管理者の後任として副管理者に就任いたしました川野一男です。

御挨拶の前に、今回の東日本大震災により亡くなられた方々のご冥福をお

祈りいたしますと共に、一刻も早い復興を願い、出来る限りの支援に努めてまいりたいと思います。

今回の地震や津波はまさに未曾有の大災害であり、想定外の猛威でありました。この南丹病院からも発生と同時にいち早く緊急災害医療チームが派遣されましたが、今まさに国を挙げて復興への取り組みがなされており、私たちも医療従事者として何が出来るかを考えていかなければなりません。また、この震災を通じて、この地域の中核病院として、いざという時のための危機管理機能を備えた総合病院としての役割が求められていることも痛感いたしました。

今、医療をめぐる環境は非常に厳しいものがあります。医療の土台となる保険制度が揺らいでいます。医師や看護師といった根幹を成す人材の不足も深刻な課題です。しかし、どのような時でも私達には、地域医療の中核を担う公立病院としての役割が期待されています。幸い、これまでの職員の皆さんや先輩方の御努力により、南丹病院は機能も運営も非常に充実した総合病院として発展してきております。

それでも、時代と共に医療に求められるニーズは広く、高くなっていく中で、受け止めて解決しなければならない課題はどんどん出てきます。「地域包括ケア」といった新しいシステムも提唱され始めています。

このような新しい方向にも目を向けながら、これまでの成果を守りつつ、皆さんと一しょに、地域の医療、保健、福祉の総合的な連携の中核として南丹病院を更に発展させて行きたいと思っております。まだまだこれから勉強していかなければならない事ばかりですので宜しくお願いいたします。

赴任医師のご挨拶

はやし かず こ
林 和子

麻酔科部長 / 平成元年卒



京都府立医大から福井大学を経て、平成23年1月より、赴任いたしました。京都市内の自宅から、JRで、座って車窓の景色を楽しみつつ、通勤しています。この病院には、平成元年

卒の同級生が沢山いるので、心強く思いました。よろしくお願い申し上げます。

はやし だ きょう こ
林田 恭子

心臓血管外科医長 / 平成7年卒



心臓、大血管、末梢動脈・静脈疾患の診断と外科的治療に携わって参りました。他科やコメディカル・パラメディカルとのチーム医療により、おひとりおひとりに適切な治療を提供

できるよう日々励んでおります。よろしくお願い致します。

たかとり りょう た
高取 良太

整形外科医長 / 平成13年卒



南丹の地域の医療に戻ってきました。患者さんに優しく、適切な医療を提供できるように日々頑張っていきたいと思っております。

きば ま き
喜馬 真希

放射線科医員 / 平成18年卒



4月1日より放射線科へ赴任して参りました。早く慣れて皆さまのお役に立てよう頑張ります。よろしくお願い申し上げます。

ごとう ゆきひろ
後藤 幸大

脳神経外科医員 / 平成 19 年卒



今春より脳神経外科を担当しております。より良い医療を提供できるよう精一杯頑張りたいと思います。よろしくお願い致します。

こだま なおとし
兎玉 直俊

循環器内科医員 / 平成 21 年卒



初期研修を終えたばかりのまだまだ未熟者ですが、その分何でも吸収するつもりで勉強していく所存です。先生方にご指導いただければ幸いです。ご迷惑をおかけすることもあるかと思いますが、どうぞよろしくお願い申し上げます。

つ ま ゆうすけ
都間 佑介

小児科医員 / 平成 19 年卒



今春から小児科でお世話になります。至らない点も多くあるとは思いますが、よろしくお願い致します。

てら だ けんすけ
寺田 兼輔

循環器内科医員 / 平成 21 年卒



まだ 2 年目の研修医を終えたばかりで、慣れないことも多く、ご迷惑をおかけすること多いかと思いますが、循環器内科だけではなく様々な経験を積みたいと思っています。よろしくお願い致します。

なるかわ つかさ
鳴川 司

泌尿器科医員 / 平成 20 年卒



本年度より泌尿器科に勤務しております。まだまだ未熟者ですが、少しでも皆さんのお役に立てるよう努めます。よろしくお願い致します。

ふじい あつ こ
藤井 敦子

腎臓内科医員 / 平成 21 年卒



今春より腎臓内科に勤務しております。まだまだ勉強途中で未熟な点は多いかと思いますが、精一杯頑張りますのでよろしくお願い申し上げます。

あらたに けんいち
荒谷 憲一

外科医員 / 平成 21 年卒



本年度から外科医員として勤務させていただきます。研修医 1 年目の時にお世話になった先生方も多く、またご指導いただけることを有り難く思います。まだまだ未熟ですが少しでもお役に立てるよう努力していきますのでよろしくお願い致します。



「院内災害対策訓練」 (平成23年1月29日)を実施して

副院長

辰巳 哲也

平成7年1月に発生した阪神・淡路大震災は死傷者合わせて5万人以上に達し、我々多くの日本人の心に深い悲しみと傷跡を残しました。つい最近もニュージーランド南部のクライストチャーチでマグニチュード6.3の地震が発生し、邦人を含めて多くの人々が被災に遭われ、未だ行方不明の方々の安否が確認されない状況が続いています。地震大国である日本に住む我々にとって震災はいつ現実のものになるかわからない、「今そこにある危機」なのかもしれません。



大規模な地震の発生時に、京都府内の緊急災害医療チーム (DMAT) と被災地の拠点病院がうまく連携するための災害対策訓練が、平成23年1月29日に府内8病院と消防、警察など12団体が参加して公立南丹病院で行われました。想定災害は1月29日(土)午前、「殿田・神吉・越畑断層」を中心に震度7の地震が発生し、(訓練)災害拠点病院である当院に、京都府下のDMATが参集し医療救護活動を展開するというものでした。京都府下のDMAT隊員が当院に参集するまでに、当院の災害マニュアルに基づき、自院の職員だけで参集し、被災状況の収集、管理および災害対策本部の立ち上げ訓練を行いました。その後支援にきた医療チームとともに、電子カルテを使用して負傷者役の職員らへのけがの度合いに応じて選別し受け入れる訓練、院内臨時医療施設 (SCU) の開設訓練や医療チームの院内宿泊のシミュレーションを行いました。

公立南丹病院は京都府南丹二次医療圏の救急医療、災害時における基幹病院です。当院は11名のDMAT隊員を擁しており、これまでも地域の訓練に積極的に参加しています。私は災害対策本部の中で院長代理と

いう大役を仰せつかり、緊急時の情報収集と管理体制を構築する難しさを体験することができました。また多くの方々が院内災害マニュアルの検証や危機管理における今後の課題について議論し合える良い機会になったと考えています。最後に、この訓練を計画し参加、御尽力して頂いた医師、総務課、医事課、看護師、臨床工学技士、看護学生など多くの皆様に心から感謝の意を申し上げたいと存じます。

東日本大震災(東北地方太平洋沖地震)において被災された方々に謹んでお見舞い申し上げ、一人でも多くの方のご無事と一刻も早い復興をお祈り申し上げます。当院の災害派遣医療チーム (DMAT) も、医師2名、看護師3名、臨床工学技士1名より構成されるチーム1隊が、3月11日～14日まで岩手花巻空港へ派遣されました。現地では格納庫に設けられた臨時の医療施設 (SCU) にて被災された皆さんを受け入れ、初期治療にあたり、必要に応じて二次治療のために他の都道府県への広域医療搬送を行いました。



平成23年3月13日午後2時30分頃:いわて花巻空港内の消防車庫に設けられた臨時の医療施設にて(編集部)

「平成22年度第4回緩和ケア研修会」 (平成23年1月8日)を実施して

看護師長

平井 久美子



公立南丹病院は、京都府がん診療連携病院の指定を受けており、その活動の一環として昨年より南丹地域の住民および医療福祉従事者の皆様を対象とした講演会を行っています。今回は、東京で訪問看護師として活躍されている秋山正子先生をお迎えし、

亀岡市のガレリア響ホールにて行いました。秋山先生は昨年、NHKのプロフェッショナルという番組の取材を受け、在宅ケアの魅力を全国に発信された方です。

当日は171名の参加があり、看護師や介護支援専門員をはじめとした医療・福祉関係者の参加が多い中、70名が地域住民の方でした。その参加理由の多くは「興味のあるテーマだったため」というものでした。「いのちの自然な終わりー最期の時間の過ごし方」と題した講演では、人生の終わり、最期の時間を在宅で過ごすということ、それを支援するための医療ネットワークについて実際に関わってこられた事例を通してお話していただきました。

講演後のアンケートでは「最期までその人らしく生きられるように支えていくことの大切さがわかった。」という意見や「いつかは訪れる終末をどうするか考えることができた。」という意見が聞かれました。医療や福祉に従事する人は、自分の看護や介護の関わりを振り返る場となり、住民の方にとっては自分と家族の最期の時間やその関わりを考える場となったようです。

「このような講演会をひとりでも多くの人に聞いてもらいたい」、「また緩和ケア研修会にぜひ参加したいと思う。」といった意見もいただきました。これからも皆さんに参加していただける講演会を企画し、共に考え学べる場を作っていきたいと思います。

ご存知ですか？ 「スイッチOTC薬」

薬剤部薬剤師

武田 智子

皆さん、「OTC薬」という言葉を聞かれたことがありますか？まず、OTCとは「OVER THE COUNTER（オーバー・ザ・カウンター）」の略で、薬局やドラッグストアのカウンター越しに対面で医療機関の処方箋なしで買える薬のことです。おそらく「大衆薬」や「市販薬」と聞いた方がピンとくるかもしれませんね。むしろ最近では「大衆薬」や「市販薬」のことを「OTC医薬品」と呼ぶことも多くなっているようです。

OTC医薬品の中でも「スイッチOTC薬」とは、す



でに病院で使われているお薬のうち、比較的副作用が少なく安全性が高いと判断されたものを、薬局やドラッグストアで買えるように転用（＝スイッチ）したお薬のことです。

厚生労働省から認可されたスイッチOTC薬は、どんどん増えてきており、胃薬や解熱剤、痛み止め、水虫の薬などいろいろな種類が販売されるようになりました。最近は、テレビでも、「スイッチOTC薬」のCMを多く見かけます。より効果の高いスイッチOTC薬が増えれば、セルフメディケーション^(註)の大きな手助けになるでしょう。

しかし、これらスイッチOTC薬を購入し、服用する場合に気をつけなければならない点もいくつかあります。

すでに病院からお薬の処方を受けている方は、購入前に医師・薬剤師に相談する

スイッチOTC薬は、もともと病院で使われていたお薬を転用したものですから、病院からお薬をもらわれている方は、購入しようとしているスイッチOTC薬と同じ成分のお薬をすでに飲んでいるかもしれませんの

で、重複しないよう注意が必要です。また、他の薬との飲み合わせに、気をつけなければいけない場合もあります。

服用は短期間にとどめ、服用していて異常があればすぐに中止し、病院を受診する

スイッチ OTC 薬といっても、副作用がないわけではありません。お薬全般にいえるのですが、時に重大な副作用が現れることがあります。また、腎臓が悪い方、肝臓が悪い方などすでに疾患を持っておられる方は場合によっては薬の排泄が滞ることで副作用がでることがありますので、服用前に医師・薬剤師に相談するなど注意が必要です。

服用して症状の改善がみられないときは、直ちに病院を受診する

スイッチ OTC 薬を飲んでも、症状を繰り返すとき、あるいは、症状がなかなかおさまらないとき、症状が悪化するときなどは、直ちに病院を受診するようにしましょう。これらを念頭に置いて頂き、上手にスイッチ OTC 薬をご活用下さい。

(註) セルフメディケーション：軽い症状であれば、自分で薬を飲んだり、無理せず早めに休んだりすることで、自分の健康を自分で管理すること。自己治療。

院内保育所「たんぽぽ」スタート

主任保育士
馬淵 政子



4月から待望の院内保育所が、10名程度の子どもと5名の保育士でスタートしました。保護者と離れることが不安で泣いている子どもも、早く慣れて「たんぽぽに

行きたい」と元気に登園して来てくれることを願っています。そして新しい園舎に可愛い子ども達の笑顔があふれる保育所にしていきたいと思います。

院内保育所たんぽぽでは、『安全（あんぜん）』、『安心（あんしん）』、『温（あたた）かい人とのつながり』その三つの「あ」を大切にしながら、保護者が安心して仕事ができ、子ども達が楽しく幸せに過ごせる保育所づくりを進めていきたいと思っています。子ども達の健やかな成長を願って、保護者、病院関係者、そして地域の皆様の支えをいただきますようよろしくお願いします。

※「たんぽぽ」は公立南丹病院職員の児童を対象とした院内保育施設であり、一般の方々の募集・受付は行っておりません。

みんなのリハビリテーション

「歩行補助具をご存じですか? ②」

言語聴覚士
はたふ
篠生 麻衣子



4点歩行器



歩行車



シルバーカー

いよいよ春が来ました。寒いからと部屋に閉じこもりがちだった方も、そろそろ散歩に出かけたくなるのではないのでしょうか。自分に合った歩調で、自分に合った歩き方で。

前回に引き続き、歩くために使われる補助具をご紹介します。

まずは歩行器です。両側に支えがなければ立つことが困難な方では「歩行器」と分類される歩行補助具が使用されます。杖よりも支持性が大きく、使用も簡単です。

この歩行器の基本形は、左右のフレームを上方からみてコの字型に組み立てた柵を両手でつかみ立位をとることができるようにしたもので、「4点歩行器」といいます。またこの歩行器の脚に車をつけたものを「歩行車」とよびます。

「歩行器」あるいは「歩行車」は、立位を保持することが困難な方が歩行するために、大きな力がかかりますので、一般に屋外では用いられません。

また歩行補助具の1つであり、高齢者の方がよく用いられる「シルバーカー」は、杖を両手で持つ程度の支持力があり、しっかり立てる人でなければ、容易に動く歩行車ですので、かえって危険となる場合があります。

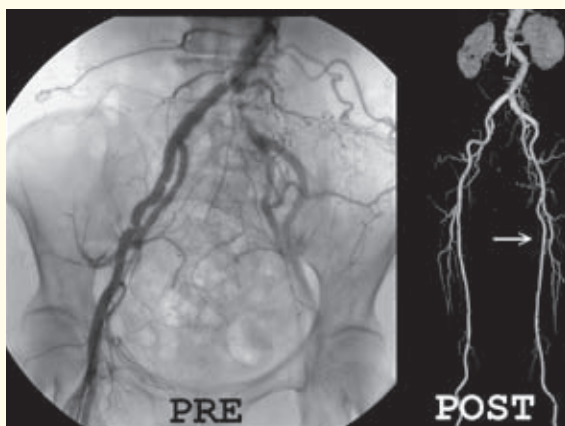
歩くのに何らかの補助が必要になった時、自分にあった歩行補助具を正しく選択して、快適な歩行を行えるようにしていただけたらと思います。

シリーズ 部門紹介 【放射線科】

放射線科医長 伊藤 誠明

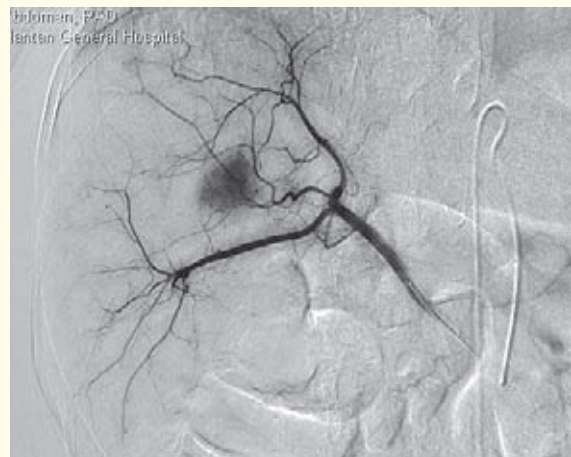
放射線部門は診療部放射線科と放射線技師科で構成されています。診療部放射線科は、秋本部長（日本インターベンショナルラジオロジー学会認定 IVR 専門医、日本医学放射線学会認定放射線診断専門医）、伊藤医長（日本医学放射線学会認定放射線診断専門医）、喜馬医師（日本医学放射線学会認定放射線専門医）の3人の常勤専門医と、京都府立医科大学からの非常勤医師で構成されています。ここでは、IVR 診療、各種画像診断を施行しています。

放射線技師科は河田技師長、川勝次長以下合計13名の診療放射線技師、3名の看護師、2名の事務員で構成しています。



IVR 治療としては、動脈硬化などによる動脈の狭窄や閉塞の拡張術・ステント留置術（足の動脈、腎臓の動脈、首の動脈など）、血栓（血のかたまり）溶解術、肝臓癌などの動注塞栓療法（TACE、TAE）、術前動注塞栓術、術後再発例

に対する動注塞栓術、手術不能癌に対する動注・塞栓術、乳がん再発例や鼻や喉の癌の再発例に対する動注・塞栓術、大動脈ステントグラフト・内臓動脈瘤塞栓術といった動脈瘤血管内治療、出血に対する塞栓術（外傷、癌、喀血、鼻出血など）、CTガイド下生検術（肺腫瘍、骨腫瘍など）手術によらない膿瘍ドレナージといった治療を行っています。IVR は入院が短期間で早く退院できます。ほとんどの場合が保険適用です。



画像診断には最新の64列MDCT、最新のフラットパネル搭載血管撮影装置、最新の乳房撮影装置、1.5テスラMRI、核医学装置（なおPET診断は行っていません）などを配備しています。放射線部門では24時間体制で救急医療にも対応できるよう備えております。私たちは患者さんにいつでも安心して最善の検査や治療を受けていただけるよう努めています。

menu 桜鯛の ムニエル

Healthy Recipe



ストレス緩和と 免疫力増強!

(前) 管理栄養士長 八木 成子

名前に「鯛」とつく魚は数種類いますが、一般的には、「鯛」といえばマダイを意味します。特に4月頃のを「桜鯛」といいます。鯛はさっぱりしていながら濃厚なうま味をもつ魚です。脂質が少なく上品な味わいで良質のたんぱく質が豊富で栄養価も高いので、減量中や胃腸に負担をかけたくないときの栄養補給に最適です。

春を告げる菜の花は抵抗力を高めるビタミンCが豊富です。パプリカは大型のピーマンが熟したもので合言葉は「緑より赤」といわれ、β-カロチンは緑の3倍あります。細胞を丈夫にするたんぱく質と、免疫力を高めるβ-カロチン、ビタミンCの組み合わせで免疫力アップにつながります。

一口メモ

腐ってもタイ

タイはうま味成分のイノシン酸が分解されにくく、鮮度が落ちても味が落ちにくいという特徴があります。「腐ってもタイ」の由来はここからきています。

海老でタイを釣る

タイは海老を常食しており、桜色に輝く体は海老の色素によるものです。そういう意味でこれは的を得た表現といえます。

材料 (2人分) 菜の花のホワイトソース〜春野菜のフリッター添え〜

ムニエル		
桜鯛(切り身) ……………	小麦粉 ……………	30g
……………120g(60g 2切れ)	バター……………	30g
塩・こしょう ……………	塩……………	少々
小麦粉 ……………	コンソメ……………	少々
15g	牛乳 ……………	200cc
バター……………	フリッター	
10g	竹の子……………	60g
パプリカ(赤)……………	菜の花……………	20g
20g	小麦粉……………	15g
油……………	塩……………	少々
少々	水……………	適量
人参……………		
20g		
ホワイトソース		
菜の花……………		
40g		

作り方

ムニエル

- ①鯛は塩、こしょうで下味を付けます。
- ②小麦粉を両面につけしっかりはたきます。
- ③フライパンにバターを入れ②の鯛を両面じっくり焼きます。
- ④パプリカはソテーにします。飾り切りにした人参は茹でておきます。

ホワイトソース

- ①菜の花を下ゆでし、牛乳とともにミキサーに入れてペースト状にします。
- ②バター、小麦粉を鍋で炒め、牛乳を少しずつ入れていきホワイトソースを作ります。
- ③①のペースト状と②のホワイトソースを合わせ、塩、コンソメで味を整えます。

フリッター

- ①菜の花、たけのこは下ゆでしておきます。
- ②小麦粉、水、塩をボールに入れてまぜ、衣を作ります。
- ③②の衣に①の菜の花、たけのこをまぶし175℃に熱した油で揚げます。

器に桜鯛のムニエルを盛り、ホワイトソースをかけて、ソテーしたパプリカ、飾り人参、フリッターを添えます。

編集後記

広報誌はさまざまな職種から院内外の情報を発信しております。健康と食生活は切り離して考えることはできない大切なことです。最近では「スローフード」という言葉が使われ始めたように、ゆっくり時間をかけて食べることも見直されているようです。ふだんから食べている料理、見慣れた献立の中に体によいものの鍵が隠されています。料理が豊かな食生活と健康が得られる助けとなるのと同様に、広報誌からのヒントが、皆さまの生活のお役に立つことを願っております。

(広報委員: 八木 成子)

