



宗教法人 在日本南プレスビテリアンミッション
淀川キリスト教病院
Yodogawa Christian Hospital

全人医療

ご自由にお持ち帰りください

特集 消化器内科

- よどきり健康メモ／人間ドック・健診には助成制度があります
- ろうけん便り／一般浴室(大浴場)がリニューアル!!
- Let's Try! やってみよう おうちでかんたん体操
- 簡単&ヘルシーレシピ／鶏肉のさっぱりカラフル南蛮
- 登録医紹介／医療法人 橋本眼科医院

よどきり 便り

YODOGAWA CHRISTIAN
HOSPITAL NEWS

2023.SPRING

37



理念 全人医療

淀川キリスト教病院の全人医療とは、からだと ところと たましいが一体である人間(全人)に
キリストの愛をもって仕える医療です

特集

消化器内科

24時間365日、消化器疾患の救急対応
がんや難病など消化器領域を幅広く網羅

上部消化管、下部消化管、肝臓、胆道、膵臓と幅広い消化器領域を診療する消化器内科。淀川キリスト教病院の消化器内科は、北大阪の基幹病院として救急対応、入院ベッド数など厚みのある体制を築き、地域において重要な役割を果たしています。

各分野の専門医が在籍し
北大阪で有数の医療体制

渡辺 当院の消化器内科の特長は24時間365日、消化器内科専門医による救急疾患の受け入れができることです。また消化器領域の各分野の専門医・指導医が在籍していて、一定



消化器内科部長、副医務部長
消化器センター長
渡辺 明彦
Akihiro Watanabe

以上の診療レベルを各分野において達成している点も挙げられます。常勤医は17名。病棟では常に50〜60名の患者さんが入院していて、そのうち半数は救急外来からの緊急入院の患者さんが占めています。北大阪にある総合病院の中でもこれだけスタッフが充実し、病床数も多い消化器内科は3本の指に入るくらいだと思います。

私は消化管の治療を中心に行っており、阿南先生は消化管に加え胆膵疾患を、松井先生は炎症性腸疾患の診療を担当しています。このほか肝疾患、膵疾患それぞれのリーダーもおり、診療にあたっています。

消化管がんを内視鏡で治療
難病も通院治療が可能

阿南 私は食道、胃、十二指腸、大腸といった

コープや鎮静剤を使うことで、苦痛の少ない検査ができるよう努めています。

松井 炎症性腸疾患には感染性腸炎なども含まれますが、潰瘍性大腸炎やクローン病は治癒が難しく継続的な治療が必要な炎症性腸疾患です。これらの診断は時に難しいことがあり、慎重な判断が求められます。当院では内視鏡検査など一通りの検査を行い、複数名の医師が協議したうえで確定診断をしています。

両方合わせて外来通院の患者さんは年間300名ぐらい。外来診療から入院まで対応し、保険診療内の内科治療はほぼ全て対応できる体制です。通常の治療でも治りにくい炎症性腸疾患の方には、ステロイド治療に加えて、免疫調整剤や生物学的製剤を用いた治療も外来通院で行っています。

この疾患は若い患者さんが多くいらっしやいます。学生や働き世代だと、日常生活の中に1日3回の服薬や2週間ごとの通院などを織り込むことが難しいことがあります。患者さんそれぞれの生活に合わせ無理なく続けられる治療方法を一緒に探っていくのも、私たち医師の務めだと思っています。

地域ぐるみの連携を築き
膵がん、肝炎の発見に努める

阿南 膵臓に関して今もっとも力を入れてい

ることは、膵臓がんの早期発見です。膵臓がんは発見が遅れることが多く、8割がステージ4、最も進行し根治が難しい状態で見つかっています。この現状を受け、膵臓がんを早期に見つけ出し早期治療につなげるための取り組みとして、当院では大阪市内5つの総合病院と各地域の医師会が連携する「大阪早期膵がんプロジェクト」に参加しています。

渡辺 さらに肝臓領域においても、放置することではがんになるリスクが高いB型肝炎やC型肝炎の患者さんを近隣の医療機関や当院の他科にかかっている患者さんの中から見つけ出して、治療に結びつける「肝炎プロジェクト」に参加しています。

病院単体でできることには限りがあります。地域の診療所や病院と協力体制を築き、互いの機能を補い合うことでそれぞれの能力を発揮し、より広く住民の皆さまの安心と安全に寄与したいと考えています。



消化器内科部長
松井 佐織
Saori Matsui



消化器内科部長
阿南 隆洋
Takahiro Anami

Let's Try!
やってみよう

おうちでかんたん体操

今注目されている「大腰筋」。腰骨と大腿骨を繋ぎ、体を支える大黒柱といわれるインナーマッスルを鍛える体操をご紹介します。

大腰筋を鍛えることで、立つ、座る、といった日常の基本動作が楽になり、歩く際に足が軽く、つまずきにくくなり、腰痛・ひざ痛の予防改善になります。ご自分のレベルにあったエクササイズで、無理をせず毎日の生活の中にぜひ取り入れてみてください。では、一緒に椅子に座ってやってみましょう！



リハビリテーション課
土井 年美

基本姿勢

まず、背もたれにもたれないように座り、背筋をのばし、椅子の座面をそれぞれの手で軽くつかみます。



レベル
1

左脚をゆっくり上げ、上げた足をゆっくり床に下ろします。反対の足も同様に。

レベル
2

左脚をゆっくり上げ、上げた足をゆっくり床ギリギリまで下ろし、また上げます。反対の足も同様に。

レベル
3

かなりきつい！
両脚をゆっくり上げ、上げた足をゆっくり丁寧に床に下ろします。

ポイント

- 最初は出来る範囲で行い、それぞれの足の上げ下げは10回を2～3セットを目標に。
- 呼吸を止めていきむと、血圧が上がりますので、しっかり呼吸をしながら行います(力を入れるときに息を吐きます)。
- 椅子の座面が柔らかすぎたり、カーブしていると、脚は上がりにくいです。座面が平らで固めの椅子を利用しましょう。



鍛えた後はストレッチも忘れずに 行いましょう！

- ① 椅子からお尻と脚を少し左にずらします。
- ② 右手で座面を持ち、背筋を伸ばしたまま左脚を後ろに引きます。
- ③ できるようでしたら、左手を上げてみましょう。左脚のもの前から付け根がのびているのが感じられたらOK。ゆったりと呼吸をしながら20～30秒キープ。右も同様に行います。



よどきり健康メモ

人間ドック・健診には助成制度があります



自分の健康は気になるけれど、費用が高そうなので尻込みしてしまいます。

健康管理増進センターで行っている人間ドックや健診にかかる費用には、いろいろな助成制度が使えることがあります。

たとえば…**お手元の健康保険証**をご確認ください！

〇〇健康保険組合や△△共済組合、全国健康保険協会、◇◇市国民健康保険、業界別国民健康保険組合などがそれぞれ「保健事業」として、人間ドックや健診の費用の助成制度を設けている場合があります。

※助成金額や還付方法につきましては、ご加入の健康保険組合などにおたずねください。



例えば 75歳以上で大阪府の後期高齢者医療被保険者証をお持ちの方

26,000円を上限に、助成金が支給されます。

詳しくは、大阪府のホームページまたは大阪府後期高齢者医療広域連合給付課(電話:06-4790-2031)まで

当院では安心して人間ドックを受診していただけるよう、密にならないように受診者数を制限し、日本人間ドック学会の基準をクリアした感染対策を実施しています。



ご予約
お問い合わせ

06-6324-6530 (健康管理増進センター)

電話受付時間 月～金曜日 8:30～17:00 / 土曜日(第2・第4) 8:30～12:00



ろうけん便り

一般浴室(大浴場)がリニューアル!!

1998(平成10)年12月に開設された当施設は、今年で25年目を迎えました。昨年度(今年2月)には、屋根瓦・外壁など建物の修繕工事も終わり外観が美しく甦りました。今号では、同時期に実施しておりました1階浴室の修繕工事について報告させていただきます。

当施設には、2階に特別浴室、1階に一般浴室(大浴場)の2カ所の浴室があります。特に1階の浴室は大浴場として、通所、入所ともに多くの利用者さんが利用されるメインの浴室となっています。そのため2階浴室に比べ老朽化が進んでいたことから、今回リニューアル工事を行いました。浴室は昔ながらの冷たいタイルから、暖かく弾力のある安全性の高い素材に。また脱衣室は、利用頻度が少なかったトイレや古い収納棚を撤去し、広くて使いやすいレイアウトに変更しました。利用者の皆さんへは、これからもより安全で快適な入浴時間の提供に努めてまいります。



淀川キリスト教病院 老人保健施設

〒533-0032 大阪市東淀川区淡路2-1-41

電話:06-6815-8222(直通) FAX:06-6815-8188

ホームページ <https://www.ych.or.jp/group/rouken/>





登録医紹介

淀川キリスト教病院は、かかりつけ医と連携しながら診療を行う「地域医療支援病院」です。

医療法人 橋本眼科医院

診療科目／眼科

ホームページ

<https://hashimoto-ganka.com/>



戦前の開院から90年余り、親子三代で紡いできた橋本眼科医院。地域の方々にとって頼れる存在のクリニックです。

—開院されたきっかけを教えてください。

1932(昭和7)年に当地で祖父が内科医院を開院し、二代目を継いだ母は眼科医として診療していました。その姿を幼いころから見ていて、その助けになればと思い自然と後を継ぐようになりました。

—診療内容と特徴を教えてください。

結膜炎や眼精疲労・ドライアイ、白内障などの一般眼科診療はもちろん、眼鏡処方も行っています。当院で正しく検眼などを行い眼鏡処方箋をお渡しし、眼鏡屋さんで自身に合った眼鏡を作っていただいています。また、小児眼科にも力を入れています。乳幼児期は、すこやかな眼の成長にとって大切な時期です。目の疾患によって眼の機能の発達が遅れると良い視力が得られなくなります。そこで、当院では斜視や弱視、神経眼科をエキスパートである視能訓練士とともに力を入れて行っています。

—メッセージをお願いします。

不安をやわらげ、治療し安心して帰っていただけるよう、できるだけ分かりやすく説明し、納得されるまでお話をおうかがいするよう心掛けています。“当院を受診してよかった”と思っていただけるようスタッフともども日々精進しております。どうぞよろしくお願いいたします。



やま だ し おり
山田 紫織 院長

趣味・特技 ヨガ



〒533-0022
大阪市東淀川区菅原6-25-16
TEL.06-6329-3539

アクセス:
JRおおさか東線「淡路」駅より
徒歩2分
阪急京都線・千里線「淡路」駅より
徒歩5分

からだにうれしい簡単&ヘルシーレシピ

鶏肉のさっぱりカラフル南蛮

栄養管理課 蒲生友香



香味野菜や酢を活用し、塩分調味料の使用量が少なくても美味しく召し上がっていただけるレシピにしました。旬のスナップえんどうなど彩りよい野菜や果物も組み合わせ、カラフルに仕上げました。



材 料 2人分

鶏肉(むね肉)…1枚(200g) 塩・胡椒…少々 片栗粉…大さじ1
サラダ油…適量 玉ねぎ…1/4個(30g) トマト…1/2個(100g)
オレンジ…1/2個(80g) セロリ…1/2本(60g)
スナップえんどう…4本(20g)

★りんご酢…大さじ2 砂糖…大さじ2 濃口醤油…小さじ1

作り方

- ①鶏肉は一口大に切り、塩・胡椒を振ったあと片栗粉をまぶす。
- ②玉ねぎ・セロリは薄切りに、トマト・オレンジは一口大に切り、大きめの容器に混ぜ合わせておく。
- ③スナップえんどうは筋を取り、塩を加えた熱湯で茹であげた後冷ましておく。
- ④フライパンにサラダ油を熱し、鶏肉を焼く。火が通ったら②の容器に移す。
- ⑤★の調味料を混ぜ合わせて②④と和えたあと皿に盛り、③のスナップえんどうを飾る。

Cooking Memo

鶏肉の部位は問いません。むね肉だとよりさっぱり、もも肉だとジューシーな仕上がりになります。合わせる野菜や果物は風味や酸味のあるものと相性が良いです。

栄養価 1人分

エネルギー	307kcal	炭水化物	22.1g
たんぱく質	18.2g	食塩	0.7g
脂質	16.4g	食物繊維	1.9g

INFORMATION

関節外科・人工関節センターのページをリニューアルしました

股関節、膝関節の気になる症状がある方は、ぜひリニューアルした関節外科・人工関節センターのページをご覧ください。

<https://www.ych.or.jp/feature/joint/>
こちらからアクセス▶



チャプレン室だより



「あなたの指をここに当てて、わたしの手を見なさい。また、あなたの手を伸ばし、わたしのわき腹に入れなさい。」 日本聖書協会『聖書 新共同訳』ヨハネによる福音書20章27節

十字架の死後、イエスさまが三日目によみがえられたとき、その手やわき腹には痛々しい傷跡が残っていました。イエスさまはその傷を隠すことなく、弟子たちに晒されました。もし彼らが触れたなら、その傷は再び痛んだはずですが。

そもそも、弟子たち皆が裏切ったから、イエスさまはお一人で十字架に架かり、深い傷を負って命を失われたのです。「傷を負ってもいい、命を失ってもかまわない」と思うほどに、イエスさまは弟子たちを愛しておられました。イエスさまのメッセージを受け取った弟子たちは、今度はその愛を人に伝える者となりました。

カトリック司祭のヘンリ・ナウエンは、イエス・キリストを「傷ついた癒やし人」と表現しました。私たちもまた、たくさんの傷を負いながら生きています。しかしその傷が、他の人を癒やすために用いられるのです。



ジャパンミッション宣教部 汐碇 直美

INFORMATION



4月3日に入職式を行いました

新入職員は、感染管理など必要な研修を受け、現場に配属されます。

職員一同気持ちを新たに、今後も患者さんや利用者さまお一人おひとりにお仕えしていきたいと思っております。



Topics

関節外科・人工関節センターのご紹介

当院の関節外科・人工関節センターは、最新の手術手技や知識、機器を取り入れ、患者さんにより良い医療を、また満足度の高い医療を提供することを目的としています。

当センターは、関節周囲の疾病でお困りの患者さんを中心に診察しており、関節の痛みや変形の程度に応じて最適な治療方法・治療時期をご提案いたします。



最新ロボット手術支援システム 2022年12月導入

膝関節痛にお悩みの方へ

2つ以上該当したら
早めにご相談ください

- ☐ 立ち上がり、歩き始めに痛い
- ☐ 階段の上り下りの時に痛い
- ☐ 30分以上歩くと膝が痛くなる
- ☐ O脚、X脚が強くなってきた
- ☐ 膝がガクッとなる、ギシギシ音がある



関節外科・人工関節センターに関する詳しい内容はこちらから
<https://www.ych.or.jp/feature/joint/>

※ご受診の際は、かかりつけ医を通じて当院「地域医療連携センター」でご予約をお取りください。

編集 後記

今号の表紙は内視鏡検査の様子を撮影しました。当院の内視鏡センターでは、医師だけでなく看護師や臨床工学技士なども活躍しています。撮影は消化器内科の医師が患者さん役を務め、和気あいあいとした中で進みました。消化器内科のチームワークを感じていただければ幸いです。

★公式Facebookからもさまざまな情報を発信しています。みなさまからの「いいね！」をお待ちしております。



宗教法人 在日本南ブレスピテリアンミッション

淀川キリスト教病院

Yodogawa Christian Hospital

全人医療

本誌についてのご意見をお待ちしています。「この記事がおもしろかった」「あの部署のことが知りたい」など、読者のみなさまの声を今後の誌面づくりの参考にさせていただきます。淀川キリスト教病院 広報課 kouhou@ych.or.jp

〒533-0024 大阪市東淀川区柴島 1-7-50 ☎0120-364-489

『よどきり便り』37号（2023年5月発行）発行責任者／石田 武 編集責任者／藤原 寛

※広報誌の写真撮影については、撮影直前にマスクを外す等、細心の注意をはらって撮影を行っています。また一部写真については、過去に撮影した写真やご本人に提供をお願いした写真もございます。