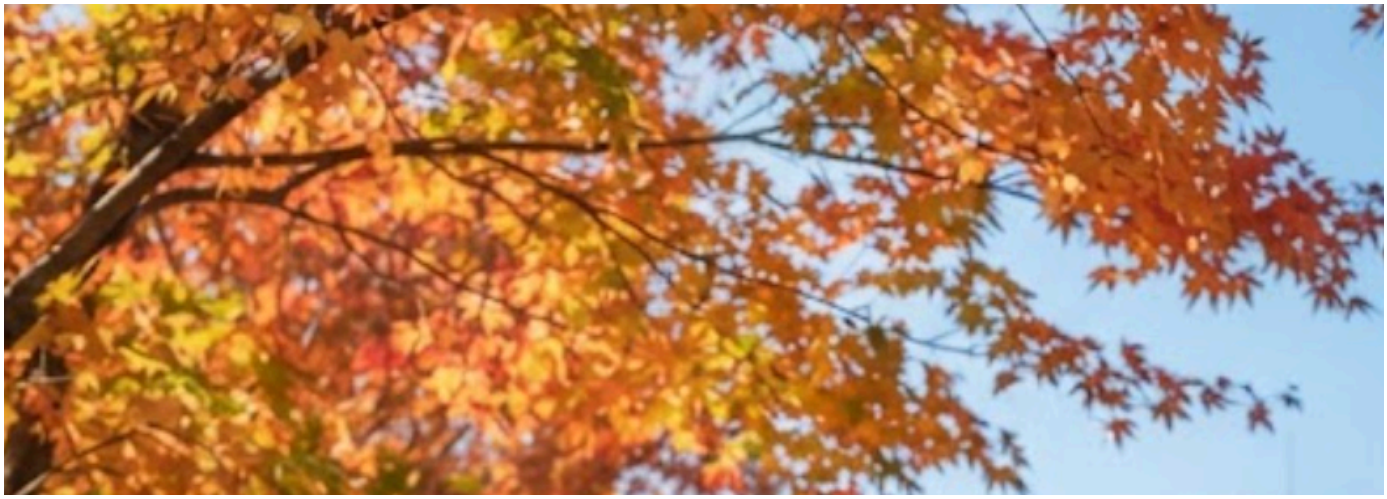
地方独立行政法人大阪市民病院機構　大阪市立十三市民病院

十三みんなのWA！

笑おうの「わ」つながりの「輪」和めるの「和」



耳鼻いんこう科特集

「アレルギー」と「聞こえ」の お悩みへ、確かな専門ケアを

今回のみんなのWAでは、耳・鼻・のどの症状を診療する「耳鼻いんこう科」を特集します。
「毎年つらいアレルギーがけど・・・」
「もう歳だから聞こえづらくても・・」アレルギーや聞こえにくさは、日常生活の質に大きく関わる一方で、「仕方がない」と我慢してしまうことも少なくありません。
毎日の暮らしに関わる悩みだからこそ、専門医としての確かなアプローチで、地域の皆さんが自分らしく快適に過ごせる毎日をサポートしたいと考えています。
その選択肢として、当院ではアレルギーの根本治療を目指す「舌下免疫療法」をはじめ、一人ひとりの「聞こえ」に寄り添う「補聴器外来」にも力を入れています。 そんな耳鼻いんこう科医師のインタビューとともに、不快感のない日常や「会話を楽しむ喜び」を取り戻すための最新ケアをご紹介します。「相談してよかった」と思えるヒントを、この特集から見つけていただければ幸いです。

topics

＜耳鼻いんこう科特集＞
・耳鼻科医師インタビュー
・舌下免疫療法の紹介
・補聴器外来のご案内
・十三肝炎デー
・連携登録医の紹介
・健康レシピ
・当院開催イベント詳細

No.3　2026.秋

専門医に聞く！私たちの誇るドクター紹介

今回は、当院耳鼻いんこう科医長の河相医師にインタビュー。耳鼻科を志したきっかけから、他院ではなかなかできない専門性の高い検査・治療、そして日々の診療にかける思いまで、たっぷりとお話を伺いました。

ー耳鼻いんこう科を志したきっかけは何ですか？

もともと「手術や処置ができる診療科が良い」と考えており、皮膚科や形成外科なども視野に入れていました。また、「手に職をつけたい」という職業観を持っていました。
そんな折、「額帯鏡（がくたいきょう：医師が額につける鏡）を片目につけて診察ができたら、なんだかかっこいい！」という姿が頭に浮かんだんです。今では診療で額帯鏡を使う機会も少なくなりましたが、実はそんな「形から入った」ことが、耳鼻いんこう科を志す大きなきっかけでした。

ー専門・得意な治療領域は？

私の専門・得意な治療領域は、「鼻腔疾患」の治療と、「嗅覚・味覚」の検査・治療です。
特に嗅覚・味覚障害の検査は、専門的に対応できる病院が限られているため、遠方からも多くの患者さんにご来院いただいています。
また、「補聴器」の適合や専門外来にも力を入れています。聞こえにお悩みの方も、ぜひお気軽にご相談ください。

ー診療で大切にしていることは？

「常に、患者さんが何を希望して当院に来られているのか」をしっかりと確認し、共有することを最も意識しています。
患者さん一人ひとりによって、治療に対する希望やゴールは異なります。それぞれの思いにしっかりと寄り添い、可能な限りご希望に沿った診療と治療を提供できるよう、日々心がけています。

ー舌下免疫療法への思い

当院でも力を入れている「舌下免疫療法」ですが、比較的新しい治療法ということもあり、まだまだ一般市民の皆さんには知名度が低いと感じる場面が多くあります。
それだけでなく、ほかの診療科の先生方や医療機関の間でも、まだ十分に認知されていないケースに直面することが多々あります。アレルギー性鼻炎にお悩みの患者さんのQOL（生活の質）を大きく改善できる有効な治療法ですので、その重要性やメリットをさらに広く知っていただけるよう、私たちからも発信を強めていきたいと再認識しています。

ー休日はどのように過ごされていますか？

休日は、家事をしたり子どもと遊びに出かけたりしてリフレッシュしています。 少し足を延ばして遠めのスーパーに行き、子どもと一緒にガチャガチャを回すのが最近の楽しみです。子どもがお小遣いの範囲で夢中になって楽しんでいる姿を温かく見守っていますが、気づけば「いつの間にそんなに回したの？」と私には把握しきれないほどの景品が集まっていて驚かされます（笑）。

ー読者の皆さまへのメッセージ

【市民】
耳鼻いんこう科の病気は誰にでもなりうる身近な病気が含まれています。
少しの異変や気になることがあれば、当科でサポートいたしますので是非一度、お気軽にご相談ください。

【医療者】
地域の同じ耳鼻いんこう科の先生方からの紹介はもちろんのこと、アレルギー性鼻炎や難聴も耳鼻いんこう科以外の先生方からの紹介も対応させて頂きますのでご紹介ください。

PROFILE

河相　裕子
かわい　ひろこ
耳鼻いんこう科
医長



耳鼻いんこう科特集　舌下免疫療法の紹介

アレルギー性鼻炎でお困りの方へ

アレルギー性鼻炎とは？

アレルギー性鼻炎は、スギ花粉やダニなどのアレルゲン(アレルギーの原因物質)に対して体が過剰に反応することで起こる病気です。

主な症状

□ くしゃみ　□ 鼻水
□ 鼻づまり　□ 目のかゆみ

舌下免疫療法とは？

舌下免疫療法は、アレルゲンを少量ずつ体内に取り入れ、体を徐々に慣らしていく治療法です。毎日、薬を舌の下で約1分間保持した後に飲み込み、自宅で継続して行う治療です。 一般的なアレルギー性鼻炎の治療は、症状を和らげることを目的としています。一方、舌下免疫療法は、症状を一時的に抑えるだけではなく、**アレルギーの原因に働きかけ、体質の改善を目指す治療法**です。そのため、効果が現れるまで数か月以上かかりますが、治療を継続することで症状の軽減や薬の使用量の減少が期待できます。

具体的な治療の流れ

ＳＴＥＰ１　診察・検査
症状や血液検査などから、アレルギーであることを確認します。

⬇

ＳＴＥＰ２　初回投与
初回は院内で服用し、約30分間体調を確認します。

⬇

ＳＴＥＰ３　毎日ご自宅で服用
毎日1回、決められた方法で服用します。

⬇

ＳＴＥＰ４ 定期受診
定期的に受診し、治療の継続や副作用の有無を確認します。

⬇

ＳＴＥＰ５　３～５年間継続
毎日続けることで、アレルギー症状の改善や薬の減量が期待ができます。



代表的な副作用

多くは軽度ですが、治療開始後しばらくは次のような症状がみられることがあります。
・口の中や舌のかゆみ　・唇や口の中の腫れや違和感　・のどの刺激感　・耳のかゆみ
多くは時間とともに軽快します。まれに重いアレルギー反応(アナフィラキシー)が起こることがあるため、初回は院内で服用し、約30分間院内で経過を観察しますのでご安心ください。

最後に

舌下免疫療法は治療を開始できる時期や期間など様々な制約もありますがメリットも多い治療法です。「アレルギー性鼻炎」に関するお困りごとや不安があれば、我慢せず、いつでもお気軽に当院の耳鼻いんこう科までご相談ください。

耳鼻いんこう科特集　補聴器外来のご案内

「聞こえ」のお悩みはありませんか？



□ テレビの音が大きいと言われる。
□ 会話を聞き返すことが増えた。
□ 電話の声が聞き取りにくい。
□ 大勢での会話についていけない。

こうした症状は、加齢による難聴が原因かもしれません。難聴はゆっくり進行するため、気づきにくく、「年のせいだから仕方ない」とそのまま放置されることも少なくありません。
しかし、適切な診断のもと、一人ひとりの聞こえに合わせた補聴器の調整・装用により、聞こえの改善や生活の質(QOL)の向上が期待できます。

難聴と認知症には関係があることをご存じですか？

近年の研究では、加齢性難聴は認知症の発症リスクと関連することが報告されています。
会話は相手の言葉を聞き、内容を理解し、考えて返答するという脳の大切な働きです。こうした機会が減ることは、認知機能の低下につながる可能性があると考えられています。
もちろん、「難聴だから認知症になる」というわけではありません。しかし、聞こえを改善し、人との会話や社会とのつながりを保つことは、健康的な生活を送るうえで極めて大切です。「まだ大丈夫」と思っていても、早めに対応することが将来につながります。

当院の補聴器外来について

補聴器は「つけるとすぐによく聞こえる機械」ではありません。
一人ひとりの聞こえ方や生活環境に合わせて、何度も調整(フィッテング)を行うことで、初めて効果を発揮します。当院では、日本耳鼻咽喉科頭頸部外科学会認定の補聴器相談医を中心に、言語聴覚士、補聴器専門店スタッフが連携し、チームで補聴器診療を行っています。
地域では数少ない補聴器外来の設置医療機関として、専門スタッフが連携しながら、補聴器選びから調整、その後のフォローまで丁寧にサポートします。

当院では、補聴器の購入を無理にお勧めすることはありません。
十分に試したうえで、ご本人・ご家族が納得してから購入をご検討いただきます。

補聴器購入に利用できる公的制度

身体障害者手帳(聴覚障害)をお持ちの方は、補聴器購入費の助成制度を利用できる場合があります。対象となる条件がありますので、詳しくは診察時にお気軽にご相談ください。

「補聴器をつけるべきか迷っている」という皆さんに

「まだ必要ないかもしれない」、「買うかどうか決めていない」という段階でも構いません。まずは、ご自身の聞こえの状態を知ることから始めてみませんか。お気軽に当院にご相談ください。
　私たちは、専門スタッフによるチーム医療で、皆さんが「聞こえる喜び」を取り戻し、豊かな毎日を送っていただけるようお手伝いいたします。



問合せ先：06-6150-8000

肝炎デー 院内イベント開催レポート



※ミニ講演会の肝炎クイズの様子

肝炎デーを通じて

7月28日の「世界・日本肝炎デー」に合わせ、大阪市立十三市民病院では7月31日に「十三肝炎デー」を行いました。

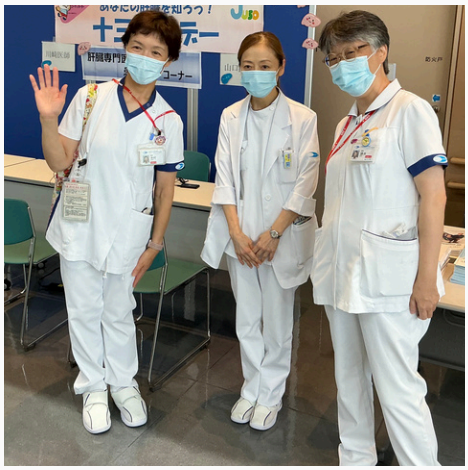
肝臓は「沈黙の臓器」と呼ばれ、自覚症状が出にくいのが特徴です。当日は地域の皆様に肝疾患への理解を深めていただくため、多様なコーナーや講演を実施いたしました。ご参加いただいた皆様をはじめ、開催にあたりご協力いただきました関係者の皆様に心より感謝申し上げます。

【当日の主な内容とイベントの様子】



◆ 肝臓病相談コーナー

肝臓専門医である川﨑病院長特別補佐や山口部長から、検査結果をもとに説明が行われ、参加された皆さんは熱心に耳を傾けていらっしゃいました。 参加された方からは、「専門の先生に直接相談できて、とても安心しました」「詳しくお話が聞けてよかった」といったお声をいただきました。



◆ 講演会

「肝炎クイズ」で楽しく学んでいただいたほか、専門スタッフが「肝炎の食事」や「運動」について解説し、日常で実践できるポイントをお届けしました。皆さま、タオルを使った運動はお楽しみいただけましたでしょうか？

◆ 肝炎に関する検査

専門技師による超音波検査を実施し、肝臓の状態を正確に知っていただく機会となりました。

◆ 最後に

肝炎ウイルス検査は、早期発見・早期治療につながり、重症化を防ぐことができます。まだ検査を受けたことがない方は、ぜひこの機会に肝炎ウイルス検査をご検討ください。



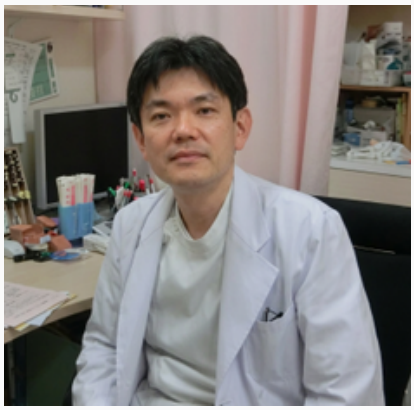
※肝臓病相談を受ける川﨑医師と山口医師



※ミニ講演会の肝炎体操の様子

連携登録医の紹介

皆さまにいつでも最適な医療をお届けするため、当院は地域のクリニックや診療所の先生方と「連携登録医」として深く結びついています。「普段の健康管理は地域の先生に、専門的な治療は当院に」という安心のネットワークで皆さまをサポートいたします。
ここでは、当院と連携して皆さまの健康を守る、身近な先生方をご紹介します。



井口クリニック

院長
井口　幸三

内科
(消化器・循環器・
呼吸器・糖尿病)



院長あいさつ

高血圧･糖尿病･脂質異常症などのいわゆる生活習慣病の診療、治療に積極的に取り組んでおります。
また、内視鏡検査(経鼻内視鏡検査可能)･超音波検査等を施工し病気の早期発見･早期治療にも努めております。

これからも地域住民の方々のホームドクターとして信頼され最良の医療を提供できるように頑張っていきたいと思っております。

〒532-0003 大阪市淀川区宮原2-7-25

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00～12:30	○	○	○	○	○	○
16:00～19:00	○	-	○	○	○	-

06-6396-6111



ひらもと内科･循環器･糖尿病クリニック

院長
平源　善宗

内科･循環器内科･
糖尿病内科

ひらもと内科･
循環器･糖尿病クリニック



院長あいさつ

当院の目指す医療は、総合内科専門医として内科領域全般を診療し、循環器疾患と糖尿病などの生活習慣病に関しては特に質の高い医療を提供したいと考えております。
また必要に応じて近隣の高度医療機関と連携し最善の医療を提案できるように努めてまいります。
患者様やご家族が安心できる街のかかりつけ医として、地域医療に貢献したいと思っておりますのでどうぞよろしくお願いいたします。

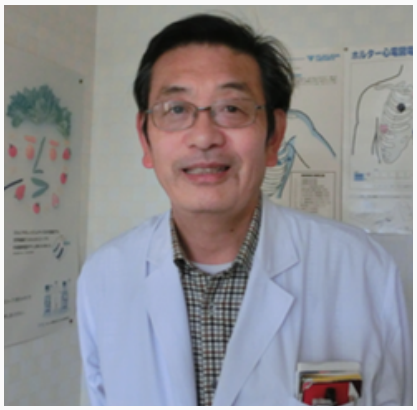
〒532-0005 大阪市淀川区三国本町2-13-2
イオンタウン淀川三国 2階

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00～12:00	○	○	○	○	○	○
16:00～19:00	○	○	○	-	○	-

06-6392-7177

連携登録医の紹介

皆さまにいつでも最適な医療をお届けするため、当院は地域のクリニックや診療所の先生方と「連携登録医」として深く結びついています。「普段の健康管理は地域の先生に、専門的な治療は当院に」という安心のネットワークで皆さまをサポートいたします。
ここでは、当院と連携して皆さまの健康を守る、身近な先生方をご紹介します。



おおつきクリニック

院長
大槻　博司

内科・消化器内科・
小児科・皮膚科



院長あいさつ

当院では、胃・十二指腸潰瘍、逆流性食道炎、肝臓病など種々の消化器疾患の予防・治療をはじめ、高血圧・高脂血症・糖尿病などの生活習慣病の予防・治療・コントロールを行っています。

一般内科・小児科・皮膚科にも対応する医院ですので、気になることがありましたら、いつでもお気軽にお問い合わせください。

〒532-0005 大阪市淀川区三国本町2-18-30
市岡ビル4階

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00～12:00	○	○	○	○	○	○
16:00～19:00	○	○	○	-	○	-

06-6150-1880

bayashi
おばやしクリニック
内科・小児科・消化器内科・
循環器内科・呼吸器内科・糖尿病内科

おばやしクリニック

院長
緒林　誠

内科・小児科・消内
循内・呼内・糖内



院長あいさつ

おばやしクリニックは大阪市立十三市民病院と連携し地域医療をささえています。一般内科、小児科に加え潰瘍性大腸炎、クローン病などの炎症性腸疾患の生物学的製剤やJAK阻害剤を含む専門的治療、消化器肝臓疾患、胃大腸内視鏡検査を専門としていますが、糖尿病、慢性腎臓病、慢性心不全等生活習慣病においても専門性を持って診療しています。夕以後や土曜日も診療しており仕事などで昼間の受診が難しく遅い時間帯受診希望の方にも対応可能です。

06-6399-2201

〒532-0005
大阪市淀川区三国本町3-37-35-305
ヴュール阪急三国3F

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00～13:00	○	○	○	○	○	○
16:00～19:30	○	○	○	-	○	-

毎月第2月曜日休診

予約専用番号（午前7時開始）
06-6399-2255

十三健康レシピ

里芋の和風ツナサラダ



＜材料＞4人分

里芋	２～３個	マヨネーズ　大さじ３
キャベツ	大きめ２枚	濃口しょうゆ　小さじ1/4
きゅうり	１本	砂糖　小さじ1/３
人参	１/２本	練りわさび　２㎝
ツナ缶水煮	１缶	

＜一口メモ＞
じゃがいもではなく、里芋を使用したサラダにすると、
エネルギーは約半分、食物繊維は増加します！

＜栄養価＞1人分
エネルギー１７５kcal　たんぱく質４.４g
脂質１３.９g　炭水化物９.９ｇ　食塩相当量０.７g

＜作り方＞

①・里芋、人参は皮をむき、薄切りにし柔らかくなるまで電子レンジなどで加熱する
・キャベツは角切り、きゅうりは薄切りにし、塩(分量外)を振り、５分ほどおいたら、水気を絞る

②加熱した里芋、人参は水分を軽く切り、冷ます

③ボウルにマヨネーズ、濃口しょうゆ、砂糖、練りわさび、水気を切ったツナを入れて、混ぜる

④里芋、人参、キャベツ、きゅうりを加えて混ぜ、器に盛りつける

いきいき健康セミナー

今日からできる!
腎臓にやさしい食事



参加無料･申込不要･マスク着用

日時：2027年1月19日（火）
14:00～15:00

講師：管理栄養士　伊藤 和

場所：十三市民病院9Fすかいルーム

患者さんの権利

1. 良質で安全な医療を平等に受ける権利があります。
2. 尊厳及びプライバシーに配慮した医療の提供を受ける権利があります。
3. 自分の情報について、分かりやすく説明を受ける権利があります。
4. 自分自身が受ける医療について、選択する権利があります。
5. 自分の病気に関する説明、診療などを他の医療機関からも受ける権利があります。

地方独立行政法人　大阪市民病院機構
大阪市立十三市民病院
地域医療連携室
〒532-0034　大阪市淀川区野中北2-12-27
TEL:06-6150-8000（代表）