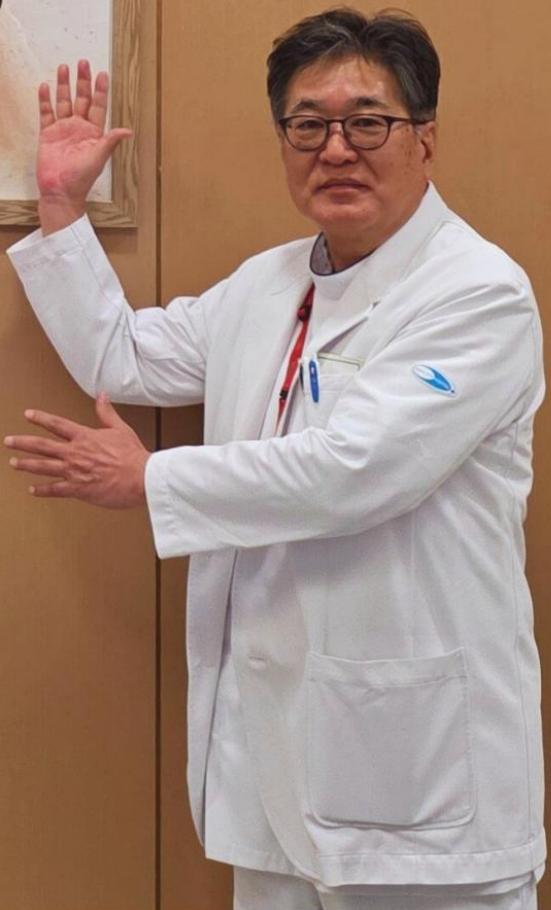
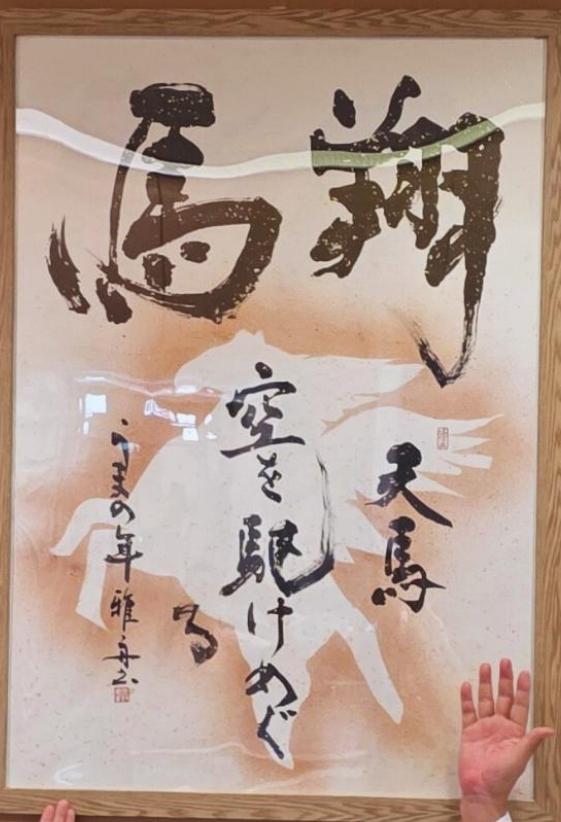


十三健康かわら版

令和8年1月 91号





新年のご挨拶



新年あけましておめでとうございます。

皆様方はこの年末年始をどのようにお過ごしになられましたでしょうか？

当院は令和5年春以降、地元に寄り添う急性期総合病院になることを目標として、365日24時間内科系2次救急を行いながら一般診療の拡大に努め、そして、結核、新型コロナやインフルエンザなどの感染症医療には、厳密な院内感染対策を行つて適切に対応してきました。

また、院内で市民公開講座、いきいき健康セミナー、ふれ愛広場などの各種イベントを開催し、この「十三健康かわら版」以外にも公式 LINE,インスタグラムの発信など、広報活動も積極的に行ってています。



新年にあたり、令和 7 年のトピックスとそれに伴う今年の抱負について、記します。

- (1) かかりつけ医からの紹介状を持って受診いただくことに重点を置いた医療機関である紹介受診重点医療機関の指定を3月に大阪府から受けました。そのため、9月1日から紹介状をお持ちでない患者さまからは選定療養費(税込7,700円)を徴収することになりましたが、紹介状を持参された方以外に、①当院受診中で、担当医より他科への院内紹介があった方、②各種健診等(がん検診、特定健診、健康診断、人間ドック等)により要精密検査と判定された結果をお持ちで、その精密検査に対する診療を受ける方、③外来受診からそのまま入院となった方、④国公費、公害、難病等特定疾患の診療の時、⑤生活保護による医療扶助の対象となっている方、⑥重症障害者医療、ひとり親の子、こども医療証対象の方、⑦労働災害、交通事故(健康保険使用時は除く)、⑧診療の結果、妊娠が判明した方は選定療養費徴収対象外となることを付け加えさせていただきます。
- (2) 3月に大阪府がん診療拠点病院の指定を更新できました。これからもがん検診の推進、がんの診断から治療、そして終末期医療としての緩和ケアまで幅広く行い、大阪市北部地域のがん診療の充実を目指してまいります。
- (3) 4月に緩和ケア病棟をオープンしました。緩和ケア病棟とは、がんによる身体のつらさや心のつらさにより、自宅や施設での療養が困難な患者様の苦痛を和らげ、患者様が自分らしく、安心して日々を送ることができるようにサポートする病棟です。当院かかりつけの患者様だけではなく、広く近隣地域ならびに大阪市内外全域からのがん緩和ケア対象者を受け入れています。患者様本人やご家族からの緩和ケアについてのご相談などに関しては、当院1F 診察受付に設置しているがん相談支援センター窓口にお尋ねいただければ、緩和ケア認定看護師や社会福祉士等が対応いたします。
- (4) 9月より公式 LINE からの診察予約の変更が可能になりました。多くの方が LINE のお友達登録をされて、ご利用いただければありがたいと思います。
- (5) 南海トラフ巨大地震を想定した院内災害訓練を11月に行いました。今年は、地域の皆様や行政および近隣医療機関と連携した災害訓練が出来ればと私は考えています。

今年も、「がん診療」、「救急診療」、「感染症診療」を3つの柱として、「迅速に対応する医療」を心がけ、努力していきたいと思いますので、よろしくお願ひ申し上げます。

令和8年1月 病院長 倉井 修

糖尿病フェスタを開催しました！

11月14日は「世界糖尿病デー」です。糖尿病の予防・治療・療養についての啓発活動を推進するため、各地でイベントが開催されています。当院では、令和7年11月21日に第17回糖尿病フェスタを開催しました。たくさんの地域のみなさまに参加いただきました。ありがとうございました。



日浦副院長は「認知症を呼び込む生活習慣？糖尿病が隠れたリスクに」をテーマに講演しました。



栄養バランスチェック

食品サンプルを選んでトレーに乗せて栄養価とバランスをチェック。必要な栄養素や食品を確認していただきました。



インスリン・デバイス体験

糖尿病患者さん向けのデモ用インスリン注射を使用し、自己注射の基本的な操作をご体験いただきました。



頸動脈エコー検査

糖尿病は動脈硬化を進行させる主な原因です。将来的な動脈硬化性疾患を予測し、早期に対策できるよう、定期的な検査をおすすめします。



認知症検査・相談

糖尿病の方が認知症になると、薬の飲み忘れや血糖管理が難しくなり、糖尿病が悪化します。日頃から血糖値を適切にコントロールし、認知症を予防しましょう。



血糖測定

糖尿病の治療において血糖値を適切にコントロールすることは非常に重要です。参加者の皆さんのが関心も非常に高かったです。



講演・運動療法体験

「筋肉と糖尿病～運動療法のススメ～」をテーマに理学療法士が講演を行い、その中で、自宅でも手軽に始められる自分の体重を使った運動を参加者の皆さんと一緒に楽しく実践しました。

空也蒸し

〈材料〉4人分

絹豆腐	: 150g	麩	: 8 個
生地		砂糖	: 小さじ 1
卵	: 2 個	濃口醤油	: 小さじ 2/3
塩	: 2 つまみ	だし汁	: 大さじ 1
薄口醤油	: 小さじ 1/3		
だし汁	: 1.5 カップ		

〈一ロメモ〉

卵の蒸し物の一つで、平安時代中期の高僧「空也」が伝えた
豆腐料理というところから名前の由来がきています。



〈作り方〉

- 耐熱容器に砂糖、濃口醤油、だし汁をいれ、電子レンジで加熱した後、麩を加えて戻す
- ボウルに卵を割り入れて混ぜ、こす
こした後に塩、薄口醤油、だし汁を加え、混ぜる
- 豆腐は 8 等分に切り、器に入れる
- 器に生地、麩を加えて蓋をする
- 温めた蒸し器に入れ強火で 2 分加熱し、その後弱火で生地が固まるまで加熱する

〈栄養価〉1人分

エネルギー 70kcal たんぱく質 6.1g 脂質 4.0g 炭水化物 1.9g 食塩相当量 0.9g

いきいき健康セミナー

無料、事前申込不要

〈日 時〉: 令和 8 年 1 月 20 日 (火) 午後 2 時～午後 3 時

テーマ: 目の健康チェック ~眼科健診って本当に必要?~

講師 : 視能訓練士 松本 あかね
視能訓練士 柏原 仁美

〈日 時〉: 令和 8 年 2 月 17 日 (火) 午後 2 時～午後 3 時

テーマ: 聞こえの衰え、放っておいて大丈夫?

講師 : 耳鼻咽喉科部長 愛場 庸雅
言語聴覚士 内山 良則



〒532-0034 大阪市淀川区野中北 2-12-27

大阪市立十三市民病院 広報委員会 電話 06-6150-80 00

FAX 06-6150-8686

<https://www.osakacity-hp.or.jp/juso/>



十三市民病院
公式 LINE アカウント

