

和



Osaka City General Hospital



Osaka City General Hospital

看護師のホンネ。

#02

Interview director of Nursing

昭和63年北市民病院病棟配属。平成22年4月大阪市立総合医療センター教育研修部主査、病棟師長、医療安全管理部主幹、総務課兼教育研修センター主幹、総務課兼看護部副部長を経て、令和4年4月大阪市立総合医療センター 副院長兼看護部長就任。現在に至る。



大阪市立総合医療センター 副院長兼看護部長 古山 とし

Q 看護師としてうれしかったこと、心がけていることはなんですか？

私は臨床看護師を経て、大阪市立の看護専門学校で10年間専任教員を経験しました。卒業生がスタッフや副師長、師長となり、今一緒に勤務しています。自信を持って活き活きと活躍している姿を見ると、とても頼もしく嬉しく思います。

教員時代の私は学生から「なぜなぜマン」とあだ名をつけられていました。「なんでそうするの？」と「なぜ？」を連呼していたのとです。うまく説明できない学生はしんどかったのですが、「何事も理由や根拠が大事と学んだ」と言ってくれたので、今も加減しながら「なぜなぜマン」を継続しています。



Q 患者さんとの関わりで心に残っていることを教えてください

緩和ケア病棟で勤務していた頃の話です。がん終末期で悪液質による下半身に硬性浮腫の強い患者さんが、疼痛や倦怠感でいつも表情がすくれず、眉間にしわを寄せ目を閉じて過ごされていました。部屋に行きご挨拶して

も返事がありません。何度かベッドのシーツのしわを伸ばしながら、腰部に手を入れて強めに指圧したり、下肢のマッサージをしたりしながら、時々続けていいかを伺ってみますが、うなずくだけでした。このような場面は会話の機会となることが多いのですが、会話はできませんでした。数日後に患者さんはお亡くなりになりました。ご家族が「自分の状況をわかって無理やり話しをしようと思わず、ありがたかったと言っていました。」と声をかけてくださいました。やはり私達、看護職は患者さんや家族の様子を確認しながら、相手に合わせた援助が必要なんだと実感しました。

Q プライベートで癒しになっていることは何ですか？

私は犬を飼っています。ミニチュア・シュナウザーというドイツ原産の口髭と愛嬌のある眉毛が特徴の犬です。ペットが泊まれる宿に一緒に旅行したり、桜の季節はお花見に行ったりとても癒されています。氷が大好きで、私がキッチンに立つと冷蔵庫の前にスタンバイするので、あげるとガリガリと嬉しそうに食べています。その横で私は「自分だけごめんね」とつぶやきながらアイスクリームを食べています。



がん患者さんとそのご家族の方へ

大阪市立総合医療センターは、厚生労働省より「地域がん診療連携拠点病院」「小児がん拠点病院」「がんゲノム医療連携病院」に指定されています。

※がんに関する情報やイベントについては、院内掲示、パンフレットラック、ホームページをご覧ください。

がん医療支援センター

がん相談支援センターにご相談ください。

専門のがん相談員が、がん患者さんとそのご家族の治療上の不安や悩みや疑問について、一緒に考え、よい方法を見つけるお手伝いをします。治療のこと、生活のこと、一人で悩まずご相談ください。



私たちにご相談ください。

がん相談支援センター

電話 06-6929-3632(直通)

窓口 病院 1階 総合医療相談窓口

相談は無料、匿名の相談も可能です。

【主な相談内容】

- | | |
|-----------------|-------------|
| ○がんに関する不安や精神的苦痛 | ○妊よう性温存(※2) |
| ○療養生活 | ○がんの予防や健診 |
| ○学校や仕事との両立 | ○セカンドオピニオン |
| ○医療費、生活費、社会保障制度 | ○ホスピス・緩和ケア |
| ○がんの治療や副作用 | ○がんサロン・患者会 |
| ○がんゲノム医療 | |
| ○アピアランスケア(※1) | |
| ○受診方法 | |

※1 アピアランスケア：治療にともなう外見の変化に対するサポート

※2 妊よう性温存：将来子供を授かる可能性を残すための治療



がん患者さんやご家族がご参加いただけるイベントを開催しています。

がんサロン

お互いの体験を語り合ったり、悩みを共有できる場、資料で情報を得る場などとして、月2回開催しています。お気軽にお立ち寄りください。同時開催として、やさしいヨガ教室なども実施しています。

キャンサーケアヨガ

当院でがん治療を受けている方を対象としたヨガ教室を開催しています。経験を積んだヨガインストラクターが、がん患者さんを対象にプログラムしたヨガです。

小児血液腫瘍科
外来交流会

外来通院中の小児がん患児とそのご家族を対象に、退院後も仲間とのつながりを維持できる様、交流会を開催しています。

ピアサポート相談室
「はぐ」

がん体験者のピアサポーターが個別面談形式でお話を伺います。不安や悩み、つらさを経験者に話してみませんか？

がんに関する
Web公開講座

がんの治療や療養生活についての動画を公開しています。ぜひご覧ください。

がんに関するWeb公開講座QRコード→
(当院のホームページにリンクします)



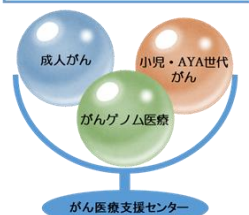
がん患者さんやご家族への支援について

がん患者さん及びそのご家族に、安心して療養生活を送っていただけるよう支援をおこなっています。支援内容については、ホームページをご覧ください。

がん患者さん・ご家族への支援についてQRコード→
(当院のホームページにリンクします)



全ての年代のがん患者・家族



がん医療支援センターは、すべての年代のがん患者さんとそのご家族を支援します。

Q ○○○って・・・どんなところなん？

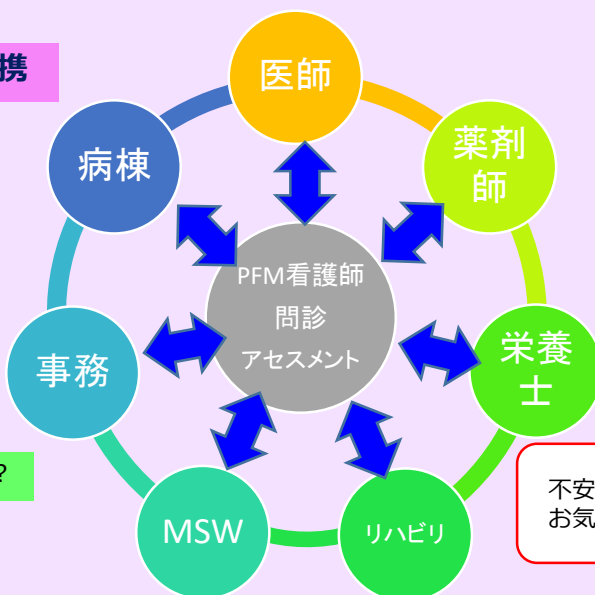
A 入退院センター(通称：PFM)に聞きました！

Q： 入退院センター(PFM)ってどんな仕事してるん？

A： PFMでは、入院前に看護師が問診を行い、安心して入院し、退院できるように、多職種で支援を行っています。



PFMでの多職種連携

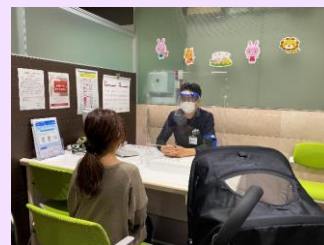


問診で行っていること

- ・アレルギー・既往歴などの基本情報の把握
- ・日常生活動作（ADL）の把握
- ・予防接種に関する確認
- ・患者、家族からの質問への対応など

PFM(Patient Flow Management)とは？

患者さんの入院から退院までの流れを支援することです。



▲栄養士による問診の様子

不安や心配事があれば、お気軽にご相談ください。



お薬豆知識



☆院外処方へのメリットは

院外処方とは、厚生労働省が進める医薬分業の制度に伴い行われています。患者さんが医師の診察を受けた際に、病院内で薬をもらうかわりに「院外処方せん」をもらい、それを患者さん自身が「調剤薬局（保険薬局※）」へ持っていく、そこで薬を調剤してもらう方法です。この院外処方せんは日本全国どこでも有効で、患者さんが自由に選んだ薬局で調剤してもらうことができます。

院外で「かかりつけ薬局・薬剤師」を決めて薬をもらうと、薬剤師は患者さんが他の病院でもらった薬や市販薬・健康食品などの飲みあわせのチェックをすることができます。薬局では患者さんの薬の服用の記録を作成し、同時に過去にアレルギーなどの副作用が出た薬を把握して、今回処方された薬が安全かどうかをチェックしています。このように、「かかりつけ薬局・薬剤師」がいることで、患者さん自身に合わせた薬歴管理や指導が行われて、安全・安心な薬物療法を受けることが可能になります。

院外処方せんの有効期限は、発行日を含めて4日間です。この4日間の中には土・日・祝日も含まれていますので、年末年始やゴールデンウィークなど、4日間では薬を受け取れない場合には、診察時に事前に医師に相談するようお願いいたします。病院の1階ロビーに「院外処方せんFAXコーナー」があり、かかりつけ薬局へ処方せんをFAXしています。薬局での待ち時間の短縮にもなりますので、ぜひご利用願います。

※保険薬局とは院外処方せんを受け付けている薬局のことです。

大阪市立総合医療センター

薬剤部 井口 勝弘



連携登録医のご紹介

かかりつけ医とは、病気になったときなどにすぐに相談できる地域にある医院やクリニック、診療所などのお医者さんです。日常的に相談でき、緊急の場合にも対処してくれるかかりつけ医をもちましょう。



うえはら内科クリニック

院長 上原彰允

診療科 循環器内科 腎臓内科 放射線診断科

住所 大阪市旭区高殿4-22-34-1階

電話 06-6955-6666



上原院長

外来	月	火	水	木	金	土
午前 (9:00~12:30)	○	○	○	×	○	△
午後 (15:30~19:00)	○	○	○	×	○	×

※土曜の午後(13:00まで)、木曜、日曜、祝日は休診

院長あいさつ

当院では町の診療所ながら、各種血液検査はもちろん、生理機能検査、超音波・レントゲン・CTなどの画像検査を含め、内科疾患の診断に必要な様々な検査を院内で実施できますので、当院の標榜科目に拘られることなく、どんな症状でも一度ご相談いただきたいと思います。専門医としての経験も活かしながらも、風邪や胃腸炎、花粉症や喘息などの一般的なご病気を含めて、地域のかかりつけ医として幅広い内科診療を行い、地域医療へ貢献したいと考えています。

医療法人青空会都島駅前クリニック

院長 月江 富男

診療科 皮膚科 形成外科

住所 大阪市都島区善源寺町1-5-48-3階

電話 06-6167-6161



外観

外来	月	火	水	木	金	土
午後 (14:00~17:00)	×	×	×	×	×	○
午後 (18:00~20:00)	○	○	○	×	○	×

※木曜、土曜の午後、日曜、祝日は休診

院長あいさつ

医療法人青空会かもがわクリニックの分院として令和5年3月13日都島区に開院しました。かぶれ/湿疹/アトピー性皮膚炎/じんま疹/イボ/虫刺され/帯状疱疹/胼胝・鶏眼などの皮膚科疾患について、シミ・しわ/ピアス/できもの/粉瘤/巻き爪/陥入爪/皮膚腫瘍の良性悪性の鑑別などの形成外科疾患、粉瘤が痛いときなどにご相談ください。医学的な根拠にもとづいた治療を行います。

わたなべクリニック整形外科・乳腺外科

院長 渡辺 享永

診療科 整形外科 乳腺外科

住所 大阪市城東区今福西1-9-3 2F/3F

電話 整形/06-6932-6555(2F)・乳腺/06-6932-6553(3F)



渡辺院長

外来 (整形外科・リハビリ)	月	火	水	木	金	土
午前 (9:00~12:30)	○	○	○	○	○	○
午後 (16:00~19:00)	○	○	○	×	○	×
乳腺外科 (9:00~14:00)	○	○	×	×	○	△

※土曜の午後12:30まで、日曜、祝日は休診、

院長あいさつ

当院では牽引などの物理療法リハビリテーションに加え、理学療法士による運動療法を施行し、除痛だけではなく、より良い身体の機能改善を目指します。当院専属の理学療法士が皆さまの安全と健康に努めております。乳腺外科では日本乳癌学会が認定する乳腺専門医である女性医師が診察を行います。乳腺外科フロアは受付スタッフ、看護師、マンモグラフィ技師はすべて女性です。



渡辺副院長

迷ったらコレ！簡単レシピ

管理栄養士が、簡単にできる栄養バランスのレシピを紹介。おいしく健康なカラダづくりをしましょう

●●● 栄養部 高橋寛子



ポイント

〇旬の食材～トマト～

夏野菜の代表トマトは抗酸化作用のある「リコピン」や皮膚や粘膜、目の健康維持に作用する「βカロテン」が豊富。旨味成分の「グルタミン酸」も含まれているので少しの調味料でもおいしく調理できます。また、グルタミン酸は小腸や大腸の消化吸収促進作用があるため、暑さや冷たい飲み物で食欲が落ちるこの時期には最適です。今回は手軽に作れる麻婆豆腐に夏野菜のトマトとオクラを加えたメニューをご紹介します。

刻んだオクラを入れることで自然なとろみがつきます。調味料の代わりに市販の麻婆豆腐の素を使ってもおいしく作れます。

#02

トマト入り 麻婆豆腐

所要時間：20分

栄養価（1人分）
エネルギー：337kcal
たんぱく質：23.9g
脂質：18.9g 炭水化物：20.9g
塩分：3.0g



材料（2人分）

- A
- 鶏ひき肉・・・50g
 - 長ネギ・・・30g
 - オクラ・・・4本
 - 生姜、ニンニク・・・各ひとかけ（チューブ可）
 - ごま油・・・適量
 - 絹ごし豆腐・・・200g
- B
- トマト・・・中1個
 - 甜面醤（味噌可）、醤油、酒・・・各小さじ2
 - 鶏ガラ・・・小さじ1
 - 水・・・50ml

つくりかた

- ①材料を切る【長ネギ・オクラ・生姜・ニンニク：みじん切り、豆腐：2～3cm角切り、トマト：くし形切り（半分に分けておく）】
- ②Bを合わせておく
- ③熱したフライパンにごま油をなじませ、Aを入れ炒める
- ④肉に火が通ったらトマト（1/2個分）、豆腐、Bを加えて軽く煮込む
- ⑤全体がなじんだら残りのトマトを加えて軽く炒め、盛り付ける

●外来にて、栄養相談・栄養指導行っています。ご希望される方は主治医へご相談ください。

インフォメーション

●市民向け講演会、講座の案内です。
WEB講演会と対面開催とありますので
詳しくはホームページで確認をお願いします。



大阪市立総合医療センター
第17回
小児医療センター講演会
8.18・9.1（金）12:00 WEB開催

小児がんについて学ぼう！
～最新の治療トピックス～

①「小児がん」と小児がん患者の家族について
②AYA世代のがん治療をどう考えるか
③小児がんへの医療と治療法・ドラッグの発展のために

小児がん診療科部長 関根 聡子
小児がん診療科部長 関根 聡子

大阪市立総合医療センター
WEB開催
市民医学講座
糖尿病・内分泌の
シン常識

2023年9月8日（金）12:00から
9月22日（金）12:00まで

市医の診療にわかりやすい内容で後援医師が講演いたします。
聴講は無料です。ふるってご観覧下さい！

プログラム
①古くて新しいホルモンの話
②糖尿病治療薬のワザ、ホント
③食事運動療法ワザ、ホント

内分泌内科部長 金本 巨哲
糖尿病内科部長 元山 宏幸
糖尿病内科部長 堀井 雅之

大阪府立総合医療センター
こどもの
ひきつけ
2023

2023年9月8日（日）10:30-12:30（10:00開演）
大阪市立総合医療センター さくらホール

プログラム
第1部 ひきつけとてんかん
①「てんかんの基礎知識」 小児神経科部長 関根 聡子
②「てんかんの治療」 小児神経科部長 関根 聡子
③「てんかんとてんかん」 小児神経科部長 関根 聡子

第2部 小児神経症、成人期にてもんかん内科科を受けた患者さんとともに
①「てんかんの基礎知識」 小児神経科部長 関根 聡子
②「てんかんの治療」 小児神経科部長 関根 聡子
③「てんかんとてんかん」 小児神経科部長 関根 聡子

読者アンケートの
お願い

今後のよりよい広報誌づくりのため、次のアンケートフォームより皆さまのご意見をお聞かせください。
<https://forms.gle/HELsRNezQLuJPGGP6>



■発行責任者：大阪市立総合医療センター 地域医療連携室
〒534-0021 大阪市都島区都島本通2-13-22
<http://www.osakacity-hp.or.jp/ocgh/>

大阪市立総合医療センター

検索

