

# 和

68  
2024

Osaka City General Hospital

- 医者のホンネ。#05 副院長兼新生児科主任部長 市場 博幸
- がん患者さんとそのご家族の方へ
- Q&A「血糖コントロールチーム」
- お薬豆知識「ポリファーマシーの弊害について」
- 高額療養費・限度額適用認定証について
- 産科受診をご希望の方へ
- 連携登録医のご紹介
- 迷ったらコレ！簡単レシピ「サラダそうめん」

Osaka City General Hospital  
 Hospital Director Interview  
**医者のホンネ。**  
 #05



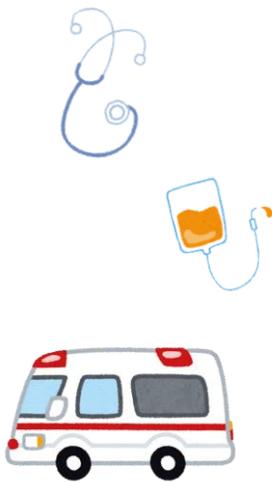
副院長兼新生児科主任部長 市場 博幸

昭和60年大阪市立大学医学部卒業。大阪市立小児保健センター、大阪府立母子医療センター、大阪市立住吉市民病院、大阪市立大学医学部勤務を経て、平成16年から大阪市立総合医療センター勤務。平成17年新生児科部長。令和4年副院長兼新生児科主任部長、現在に至る。

**Q 若手医師に伝えたいことは何ですか？**

これまで37年間新生児の医療に携わって来ました。小児病院、周産期センター、大学病院、市民病院など6力所のNICU（新生児集中治療室）で勤務しています。同じ新生児医療でもそれぞれの病院ごとに背景が異なりますが、どの病院でも働き始めて3年位すると夢中になれる何かが見つかります（石の上にも3年）。

ドクターカーに乗っての新生児搬送、超早産児に特化した先進医療、基礎研究や若手の教育、新生児医療の体制整備など、その時々で夢中になれることが見つかりました。



**Q これまで尽力してきたことや今後の展望をお聞かせ下さい。**

20年前に総合医療センターに奉職してからはNICUの体制整備に力を入れてきました。

今ではどのような疾患を有する新生児にも対応できる全国でもトップレベルの医療機能を有するようになったと自負しています。また男女共同参画社会や医師の働き方

改革の観点からは、女性医師、男性医師のどちらにも良好な勤務環境が提供できるように工夫しています。

現在は小児医療センターのすべての診療科が全国トップレベルの医療機能を発揮できるように尽力したいと考えています。

**Q 休日は何をして過ごされていますか？**

56歳からランニングを始めて今年で8年目になります。当初は健康維持のために走り始めたのですが、走っているうちに夢中になりのもり込みました。最近は毎月百キロ以上を目標に走っています。フルマラソンの大会にもこれまでに14回出場してすべてで完走することができました。ランニングはいつでもどこでも、相手がいなくても、1人で行えます。特別な道具も要りません。そんなところが自分の性分にうまく合っているといます。

# 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。

## アピアランスケアをご存知ですか？

がん医療支援センター

アピアランスケアとは、がんやがんの治療による外見の変化に対するケアの事です。

脱毛、皮膚や爪の変色、変形、手術の傷跡などの外見の変化は、周りの人の目が気になったり、つらさや不安を感じるなど、日常生活にも影響します。

外見ケアで困っている時は、一人で悩まず、地域のがん診療拠点病院のがん相談支援センターへ相談してください。

### 【アピアランスに関する主な相談内容】

- ウィッグの選び方に迷っている
- 化学療法を始めてから、爪が割れてしまった
- スキンケアの方法について知りたい
- 乳がん手術後のケアに困っている
- 子ども用のケア用品があるか知りたい
- ウィッグの助成金を受けたい



がん情報サービス アピアランスケア(外部リンク)

## がん相談支援センターにご相談ください。

電話：06-6929-3632(直通)  
窓口：病院 1階 総合医療相談窓口  
受付時間：9:00~16:00  
相談は無料、匿名の相談も可能です。

がん相談支援センター →  
(当院ホームページ)



### 【主な相談内容】

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

※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：将来子どもを授かる可能性を残すための治療



冊子「がんと診断されたあなたに知ってほしいこと」→  
(がん情報サービス)



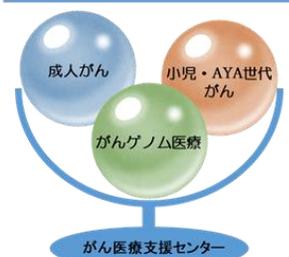
がん患者さん・ご家族への支援について→  
(当院ホームページ)



がんに関するWeb公開講座 →  
(当院ホームページ)



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 血糖コントロールチームに聞きました！

### Q：血糖コントロールチームってどんな仕事？



### A：疾病や血糖コントロールチーム

(Diabetes Control team : DCT) は、医師、糖尿病看護認定看護師、日本糖尿病療養指導士、大阪糖尿病療養指導士の資格を持った看護師、管理栄養士、薬剤師、臨床検査技師で構成されています。

周術期やステロイド使用などで血糖管理が必要な患者さんの薬剤調整の他、外来や教育入院での糖尿病教室、糖尿病エキスパート講習会、市民公開講座「ためしたカッテン」の開催を通して、糖尿病教育や市民に向けての予防活動まで幅広く行っています。

カンファレンスでも心理面に重点を置き、チームで協働して患者さんが糖尿病とともにその人らしい生活が送れるように支援しています。



## お薬豆知識



### ○●ポリファーマシーの弊害について●○

ポリファーマシーとは、「ポリ(多くの)」と「ファーマシー(調剤)」を組み合わせた言葉ですが、単に服用する薬剤数が多いことではなく、副作用につながる状態や飲み間違い、残薬の発生につながる問題のことをいいます。

ポリファーマシーは複数の病気による多くの医療機関や診療科の受診等により、処方される薬の種類が増え、処方薬全体の把握が困難になることなどで生じます。

また、高齢になると、肝臓や腎臓の働きが弱くなり、薬を分解したり、体の外に排泄したりするのに時間がかかるようになり、体内での効果を及ぼす程度が一般人とは異なり、多くの薬を服用することがかえって薬の副作用を生じさせる大きな原因となっています。ポリファーマシーを解決するには、ただ処方する薬の数や量を減らせばいいというわけではありません。気にしすぎて自己判断で勝手に薬をやめたり、量を減らしたりすると症状が悪化したりする場合がありますので、必ず医師や薬剤師に相談するようにして下さい。

ポリファーマシーの弊害を防ぐためには、薬を処方する医師、調剤をおこなう薬剤師をはじめとした医療に関わるそれぞれの専門家と情報を共有することが重要です。そのためにも受診の際は必ずお薬手帳(できれば一冊にまとめたほうが、医師や薬剤師も見やすくなります)を持ち、かかりつけ薬局を利用するなどして、服用する薬について積極的な情報共有をするようにしましょう。

大阪市立総合医療センター

薬剤部 佐々木 剛



# 高額療養費・限度額適用認定証について

「限度額適用認定証」により、病院での医療費のお支払いが診療月毎に自己負担限度額までに軽減されます。

【オンライン資格確認について】

令和3年10月20日以降、患者さん自身が申請に行かなくても、オンライン資格確認により限度額適用認定証情報、限度額適用・標準負担額減額認定証情報、特定疾病療養受療証情報を取得できるようになりました。適用を希望しない場合のみ、お申し出ください。

(オンラインで確認できない場合は、ご自身での申請をお願いしますのでご了承ください。)

【自己負担額について】

年齢や所得により異なります。詳しくは下表をご参照ください。

※最終的な決定は保険者からのオンライン情報で判断いたします。

※通常分娩等で入院費が自費扱いになった場合は、適用できません



<70歳未満の患者さん>

適用区分		自己負担限度額 (月毎)	入院時の食事の標準負担額 (1食につき)
ア	年収約1,160万円～	252,600円+(医療費-842,000円)×1% ※多数該当：140,100円	※490円 (下記に該当しない指定難病・ 小児慢性特定疾患等の方は280円)
イ	年収約770万円～ 1,160万円	167,400円+(医療費-558,000円)×1% ※多数該当：93,000円	
ウ	年収約370万円～ 770万円	80,100円+(医療費-267,000円)×1% ※多数該当：44,400円	
エ	年収370万円以下	57,600円 ※多数該当：44,400円	
オ	住民税非課税者	35,400円 ※多数該当：24,600円	230円 (過去1年間の入院日数が 91日以上の場合は180円)

<70歳以上の患者さん>

適用区分		自己負担限度額 (月毎)	入院時の食事の標準負担額 (1食につき)
現役並み	Ⅲ 年収約1,160万円～	252,600円+(医療費-842,000円)×1% ※多数該当：140,100円	※490円 (下記に該当しない 指定難病の方は280円)
	Ⅱ 年収約770万円～ 1,160万円	167,400円+(医療費-558,000円)×1% ※多数該当：93,000円	
	Ⅰ 年収約370万円～ 770万円	80,100円+(医療費-267,000円)×1% ※多数該当：44,400円	
1割 2割	年収約156万円～ 370万円	57,600円 ※多数該当：44,400円	
非住民 課税等	Ⅱ 住民税非課税世帯	24,600円	230円 (過去1年間の入院日数が 91日以上の場合は180円)
	Ⅰ 住民税非課税世帯 (年金収入80万円以下など)	15,000円	110円

《ご注意》

- ・医療機関、調剤薬局、医科・歯科別、入院・外来別の計算になります(入院時食事療養費、室料差額、診断書代等は対象外)。
- ・診療月毎(例：1月31日～2月18日までの入院の場合は1月分・2月分と別々)の計算になりますので、それぞれの月ごとに自己負担限度額までお支払いいただくことになります。
- ※療養を受けた月以前の1年間に、3ヵ月以上の高額療養費の支給を受けた場合には、4ヵ月目から「多数該当」となり、自己負担限度額がさらに軽減される場合があります。

# 産科受診をご希望の方へ どなたでもお産できます



予約がなくても11:00まで  
なら当日受診可能です。

しかし、待ち時間が長かったり、紹介状が無い場合は、初診時選定療養費（7700円）がかかりますので、医療機関からの予約をお勧めします。  
地域医療連携室 06-6929-3643（直通）に電話をしていただき、ご予約をお取り下さい。



母体救命・胎児救急の対応可能な  
総合周産期母子医療センターです。  
どのような疾患を有する新生児にも対応できる  
トップレベルの機能を保持しています。  
ノーリスクからハイリスクまですべての  
妊婦さんに対応しています。

出産は本来、自然のものという認識が強いですが、  
「人の命を生み出す」ことは時に命がけの  
大変な仕事となります。  
当院では、安心して出産が迎えられるよう、  
きめ細やかな質の高い分娩管理を行っています。  
赤ちゃんの状態に応じた管理で健やかな  
成長をサポートしています。  
(NICU・GCU・新生児室・母子同室)



## 産後健診

熟練した助産師がゆとりある時間でケアを提供しています。

## 保健センターとの連携

ソーシャルワーカーが外来より関り、お住いの保健センターとの連携で退院後の生活をサポートしています。



# 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。



## 金沢外科胃腸科肛門科

院長 金沢 景文

診療科 外科 内科 胃腸科 肛門科 整形外科  
リハビリテーション科 皮膚科 放射線科

住所 大阪市旭区大宮1-20-19

電話 06-6955-1512

外来	月	火	水	木	金	土
午前 (9:00~12:00)	○	○	○	○	○	○
午後 (16:00~19:00)	○	○	×	○	○	×



金沢院長

### 院長あいさつ

当院は、地域の患者様から気軽に相談できる医療機関であるよう努めてまいりました。開院から42年目の平成29年、院長として就任いたしました。腹部救急疾患などの外傷や外科手術、全身管理で培ってきた経験に基づき、外科領域のみならず、全身のあらゆる悩みにお応えする医療を目指しております。痔疾患などの日帰り手術も行っております。まずは一度、お気軽にご相談にいらしてください。

## 千林大宮はら耳鼻咽喉科

院長 西村 一成

診療科 耳鼻咽喉科

住所 大阪市旭区大宮2丁目26-15

電話 06-6953-8733

外来	月	火	水	木	金	土
午前 (9:00~12:30)	○	○	×	○	○	○
午後 (16:00~19:00)	○	○	○	○	○	×



西村院長

### 院長あいさつ

耳鼻科医となってこれまで京都、大津、倉敷、尼崎、和歌山とその地域の基幹病院で20年近くに及び診療に携わってきました。その間、耳鼻咽喉科全般の診療はもとより、前任地では頭頸部腫瘍や嚥下障害の診断や手術など多くの経験をしてまいりました。それらの経験をもとに当クリニックでの診療に還元できればとおもっております。みみ・はな・のどの気になる症状のある皆さまに、わかりやすい説明と丁寧な治療をこころがけてまいります。

## 玉谷クリニック天六

院長 小川 栄一

診療科 内科 循環器内科 呼吸器内科  
アレルギー科

住所 大阪市北区天神橋7-1-24-2階

電話 06-6242-3131

外来	月	火	水	木	金	土
午前 (9:00~12:30)	○	○	○	×	○	○
午後 (16:00~19:00)	○	○	○	×	○	×



小川院長

### 院長あいさつ

糖尿病と一言に申しましてもさまざまな病態、原因、背景がありまして、患者様それぞれにオーダーメイドの治療を行う必要があります。それ故に一方通行の治療ではなく患者様と一緒に考える、悩むという姿勢を大切にした診療を行ってきました。一般内科、特に呼吸器疾患やアレルギー疾患、また、睡眠時無呼吸症候群にもしっかり対応させて頂いております。治療を放棄しないように、お気軽にご相談していただけるクリニックづくりを目指しています。

# 迷ったらコレ！簡単レシピ

●●● 栄養部 中村佳菜

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

#05

## サラダそうめん (ゴマ風味)

所要時間：15分

栄養価 (1人分)  
エネルギー：653kcal  
たんぱく質：28.9g  
脂質：30.2g 炭水化物：63.8g  
塩分：2.1g

### 食塩を取りすぎていませんか？



夏の旬野菜である茄子や胡瓜などの食材を使ってもおいしくいただけます！



### ポイント

夏はのどごしが良いそうめんや冷麺を食べる機会が増え、食塩の過剰摂取にも繋がってしまいます。夏は汗をかくことでナトリウムなどのミネラルがいくらかかわれませんが高血圧の人は原則、夏でも適切な食塩制限が必要とされており、食塩摂取量が多くならないように注意が必要です。麺類だけの食事が続くと、たんぱく質が不足してしまう可能性があり夏バテに繋がってしまいます。ひと工夫して、元気に夏を過ごしていきましょう。  
※そうめんつゆで食べた場合より約1g食塩を減らすことができます。(そうめんつゆ使用の場合は、1食あたり約3gの食塩量)

### 材料 (1人分)

- そうめん・・・1.5束
- 鶏むねミンチ・・・90g
- 酒・・・小さじ1.5
- カット野菜・・・45g
- トマト・・・1/3個 (60g)
- 大葉・・・2枚
- ★胡麻ドレッシング・・・大さじ3
- ★めんつゆ (ストレート)・・・小さじ1.5 (★は合わせダレ)



### つくりかた

- ① トマトは1cmの角切り、大葉を千切りにする。
- ② 耐熱容器に鶏むねミンチを入れ、酒を振りかけ少し混ぜる。
- ③ ②にふんわりラップをして、600Wで1分半加熱する。
- ④ 加熱した鶏むねミンチを箸でほぐす。
- ⑤ ★の調味料を混ぜ、④に入れ混ぜる。
- ⑥ そうめんを茹でる。
- ⑦ 茹でたそうめんとカット野菜、トマト、大葉を混ぜて完成。

● 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。

合わせダレをそうめん絡めて食べてもおいしくいただけます！

## i information

### 第18回小児医療センター講演会

「乳幼児健診、学校健診とこどもの病気」

開催日 令和6年8月16日(金) 12:00~  
令和6年8月30日(金) 12:00  
WEB開催 (視聴無料)



### 市民医学講座

「こどものひきつけ2024」

開催日 令和6年9月21日(土) 14:00~16:00  
場所 大阪市立総合医療センター さくらホール



● 市民向け講演会の案内です。当院ホームページで公開しております。詳しくは該当ページにてご確認をお願いします。

大阪市立総合医療センター

検索

### 患者さんの権利

1. 個人の尊厳を重視した安全で良質な医療を平等に受ける権利があります。
2. 自分の医療に関する情報を理解できる言葉や方法で十分に提供された後、意見を述べるなど治療計画に参加し、自分の意思に基づいて医療行為を選択する権利があります。
3. 自分の受ける医療について、知る権利ならびに診療情報の開示を求める権利があります。
4. 診療に関する個人情報、診療目的以外に使用されないよう厳密に保護されます。
5. 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。自分の病気に関する説明、診断などを他の医療機関からも受ける権利があります。

### 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/uUFn61rsSQSoG3Yy7>

■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/>

