

和

67
2024

Osaka City General Hospital



- 医者のホンネ。#04 副院長兼消化器外科担当部長 清水 貞利
- がん患者さんとそのご家族の方へ
- Q&A「嚥下チーム」
- お薬豆知識 「ジェネリック医薬品って何だろう？」
- 連携登録医のご紹介
- 迷ったらコレ！簡単レシピ「レンジで簡単オムレツ」

● 診察受付3の待合椅子がリニューアルされかわいくなりました！
子どもにとって病院は怖いところという認識が少しでも無くなればいいですね。

Osaka City General Hospital
 医者のホンネ。
 #04
 Director Interview



副院長兼消化器外科担当部長 清水 貞利

平成5年3月大阪市立大学医学部卒業。平成12年3月大阪市立大学医学部大学院卒業。平成12年4月大阪市立総合医療センター消化器外科勤務、平成24年4月教育研修センター副部長兼務、平成29年4月医療安全管理部長兼務 令和4年4月副院長・肝胆膵外科担当部長・医療安全管理部長兼務 令和6年4月副院長・消化器外科担当部長 現在に至る。

Q 医師として心掛けていることはありますか？

私は外科医ですので、まず「根治性を落とすことなく安全に手術すること」を心がけています。そのためには知識、技術を常にアップデートしなければならぬと思っています。日常診療においては、いつどんな時もあるかもしれないよう、そして丁寧であることを心がけていますが、これは手術の安全性を確保する上でも重要と考えています。最近スポーツの世界で言われている「楽しむ」というキーワードは、我々にも必要な感覚ではないかと感じており、意識するようにしています。



Q 仕事のやりがいとは・・・

全ての業務にやりがいを感じていますが、特に尽力したいと思っていることは医療安全の領域です。医療安全では残念ながらあまり良くない話が多いのですが、患者さんやご家族に接することで貴重なお話を伺うことができ、また職員の方と話をすることで医療の全体像の理解を深め、今何をしなければならぬのかを教えて頂いていると感じています。

まだまだ様々にご指摘頂きながらにはありませんが、最善を皆さんとともに考えたいと思います。

Q 休日の過ごし方を教えてください。

休日にはできるだけ体を動かしたりリフレッシュしています。ペースはゆっくりですが時間を見つけてはランニングしており、昨年は初フルマラソンを経験しました。ゴールした時は涙が出るぐらい嬉しく、2度目を目指して活動しています。

また、学生時代は野球部に所属していたので、高校の野球部のイベントには必ず参加して、野球らしきことをしています。仕事から家に帰るとグローブをはめて感触を楽しんだり、大好きな野球はずっと続けたいと思っています。



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

交流の場を紹介します

当院には、がん患者さんとそのご家族が悩みや体験を共有できる交流の場があります。

一人で悩まず参加してみませんか。

(ホームページ) 成人の交流の場→



開催日などの詳細は、院内案内、ホームページでお知らせしています。

不明な点は、がん相談支援センターへお問い合わせください。

小児・AYA世代の交流の場→



がんサロン

互いの体験や悩み、日々の疑問を共有できる場として、自由にご利用いただけます。

がんピア・サポーターが、一緒にお話を伺います。運動療法教室、栄養教室、口腔ケア教室、塗り絵などのイベントも同時開催します。

開催日：月2回
開催時間：10:30～12:00
会場：2階 多目的教室
☆予約不要
会場へ直接お越しください。



ピアサポート相談室「はぐ」

がんピア・サポーターが、がん患者さんやご家族のお話を個別に伺います。

話すことで、気持ちの整理がつくことがあります。ご自身の体験やお気持ちを話してみませんか？当院のがん患者さん・ご家族ならどなたでも利用可！

開催日：第4金曜日
開催時間：13:20～15:30(1人40分×3枠)
会場：1階 がん相談支援センター
☆予約不要 ただし当日整理券あり
(相談室前に当日設置)



がんピア・サポーターとは：がんを体験し、その経験を活かして同じ境遇にある仲間をサポートする人のことです。

キャンサーケアヨガ

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。

ヨガの後は参加者同士で交流する時間があり、日々の悩みやご自身の体験を共有しています。

Zoom初心者でも安心して始められる様サポートします。

開催日：月2回
開催時間：10:00～11:30
開催方法：オンライン(Zoom)
☆申込要
※参加には条件があります。
案内をご確認ください。



外来交流会(小児対象)

外来通院中の小児がん患者さんやご家族を対象に交流会を開催しています。

春休み・夏休み・冬休みの長期休暇に合わせて、色々な制作活動を行います。

開催日：年3～4回(7・8月、12月、3月)
開催時間：13:30～15:30
会場：2階 多目的教室
☆予約不要
会場へ直接お越しください



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

相談は無料、匿名の相談も可能です。

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)



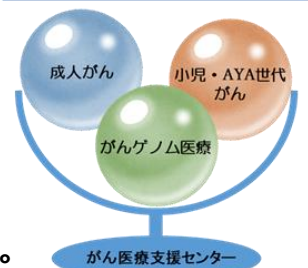
がん患者さん・ご家族への支援について→
(当院ホームページ)



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

嚥下チームに聞きました！

Q：嚥下チームってどんな仕事？

A： 疾病や加齢など様々な原因により食べ物を飲み込みにくい状態（嚥下障害）がある方に専門的立場から機能評価を行っています。また、必要に応じて検査や訓練を実施します。訓練内容は、嚥下に関連した筋力アップのトレーニングや患者さんの状態に適した食事形態の検討、安全な食べ方や食事姿勢の指導などがあります。

チームは医師、歯科医師、言語聴覚士、（摂食嚥下障害看護）認定看護師、栄養士、薬剤師、歯科衛生士で構成されており、栄養サポートチーム、口腔ケアチームと連携し、専門的立場で問題点をみつけ、対策を立てて、問題の解決を目標に取り組んでいます。



お薬豆知識



☆ジェネリック医薬品って

何だろう？



「ジェネリック医薬品（後発医薬品）」とは、先発医薬品（＝新薬）の特許が切れた後に製造・販売される医薬品で、先発医薬品と同じ有効成分を同量含み、同じ効果があると認められたものをいいます。一般的に研究開発に要する費用が低く抑えられることから、先発医薬品に比べて薬の値段が低く設定されています。そのため、慢性的な病気で薬を長期間服用している患者さんでは薬代の削減につながります。また、健康保険組合の負担や国民医療費の軽減に寄与することが出来ます。

ジェネリック医薬品の製薬会社では、飲みやすい製剤の開発も積極的に行っています。例えば、先発医薬品にはない剤型（唾液や少量の水で服用出来る口腔内崩壊錠（OD錠）や先発品の錠剤を水薬として製造など）や錠剤の小型化、有効成分の苦みをマスキングした苦くない製剤、規格の追加など独自の技術で製造しています。

薬の種類によっては、ジェネリック医薬品がない場合もあります。また、適応症が一致しないなどの理由で、あえてジェネリック医薬品を使用しない場合もありますので、ご注意ください。

ジェネリック医薬品を希望する場合は、病院や診療所を受診した際に医師にその旨を伝えてください。調剤薬局で調剤してもらう時に、院外処方せんに「後発品への変更不可」という医師のサインがなければ、薬剤師と相談してジェネリック医薬品を選ぶことが出来ます。最近では、医薬品の出荷調整や供給停止が相次いでいることにより、製造メーカーが変更する可能性があります。

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。



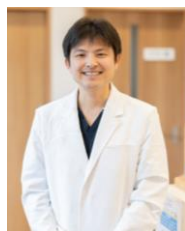
関目やまもと糖尿病内科

院長 山本 裕一

診療科 内科 糖尿病内科

住所 大阪市城東区関目5-6-6-2階

電話 06-6955-8492



山本院長

院長あいさつ

私の専門でもある『糖尿病』という病気は、薬を飲めばすぐに治るという病気ではありません。患者様それぞれに適した食習慣、運動習慣を見つけ出して、無理なく、より良い生活習慣を続けていただくことが非常に重要なポイントになります。当院では、おひとりおひとりの暮らしや、その思いを大切にさせていただきながら共に健康について考え、皆様の人生に寄り添っていきたく思っております。些細なことでも、お困りのことがあれば、お気軽に何でもいつでもご相談ください。

外来	月	火	水	木	金	土
午前 (8:30~12:30)	○	○	○	○	○	○
午後 (14:30~18:30)	○	○	×	○	○	×

河合整形外科・内科

院長 河合 栄蔵

診療科 整形外科 リウマチ科
リハビリテーション科 内科

住所 大阪市旭区新森5-8-14

電話 06-6956-0030



河合院長

院長あいさつ

当院では、最新の骨密度測定装置（DXA）を導入し、より正確な測定、骨粗鬆症の早期発見と早期治療を目指しております。また、リウマチ専門医による正確な診断、バイオを適切に用いた新しい治療を行っております。リハビリテーションは、主な機器として、疼痛緩和や予防、リラクゼーションを目的とした頸椎・腰椎けん引機や、電気治療器、他にも温熱治療器、光線治療器などの物理療法などを行っております。

外来	月	火	水	木	金	土
午前 (9:00~12:00)	○	○	×	○	○	○
午後 (15:00~18:00)	○	○	×	○	○	×

はしもと診療所

院長 橋本 圭二

診療科 内科 リウマチ科 アレルギー科
リハビリテーション科

住所 大阪市城東区関目3-11-24

電話 06-6936-8181



橋本院長

院長あいさつ

疾病の診療だけにとどまらず、健康相談の窓口としてもご利用いただけますことを目標としております。どのようなことでもご相談いただける気軽な町の診療所です。病気にはいろいろありますが、病気の時も、なんとなく体の調子が気になるだけの時でもお気軽にお越し下さい。地域の皆様のかかりつけの診療所としてご活用いただきますよう、よろしくお願い申し上げます。

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

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

食べて元気に！最近注目の「フレイル」って？

新型コロナウイルス感染症が5類感染症に移行して、はや1年が経ちました。行動範囲も広がり、活動量も増えてきた方も多いのではないでしょうか？「活動量が増えてきたけれど体力が落ちてきた」など、気になることはありませんか？
しっかり食べ、体力をつけて、楽しい日々を送りましょう！
フレイルとは、心と体の働きが弱くなってきた状態のことを言います。放っておくと日常生活に支障をきたす可能性があるため、早くから生活習慣を見直すことが大切となります。
フレイル予防の食事では、「やせすぎ」を防ぐことが重要です。筋肉のもととなるたんぱく質が不足しないようにしっかり摂るように意識しましょう。

#04

～たんぱく質を強化しよう～

旬の春キャベツを使ってレンジで簡単オムレツ

所要時間：10分

栄養価（1人分）
エネルギー：132kcal
たんぱく質：10.7g
脂質：9.2g 炭水化物：2.9g
塩分：1.0g

材料（1人分）

卵・・・1個 春キャベツ・・・1/2枚（20g）
ピザ用チーズ・・・10g ハム・・・1枚
塩・・・0.1g（ひとつまみ） 胡椒・・・お好みで
ケチャップ・・・小さじ1（お好みで調節可能）
付け合わせ：ブロッコリー、プチトマト



つくりにかた

1. キャベツを千切り、ハムを一口大にカットする。
2. 茶碗に卵を割り入れ、塩・こしょうを入れる。
3. ②の茶碗にカットしたキャベツ、ハム、ピザ用チーズを入れ混ぜる。
4. 茶碗にラップをふんわりかけて、600Wで1分半加熱する。
5. オムレツをお皿に盛り付け、ケチャップを上からかけたら完成。



使用する食材も時期によって変わると様々なオムレツが楽しめます。これからの時期だと春キャベツ以外にアスパラガスや新玉ねぎなどもおいしいです。

※ブロッコリーやミニトマトなどお好みの野菜を添えると、より彩りが良くなります。

●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 ★

第3回合同市民医学講座

「人生百寿時代。

20年先の健康な暮らしを目指して」

開催日 令和6年5月18日（土）13：00～

場所 大阪市立総合医療センター

さくらホール

参加無料/申込不要

●市民向け講演会の案内です。詳しくは当院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

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/ueSfsRmf4EWu3C8a8>

■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/>

