

すまいる きづ川

創刊号

京都きづ川病院に療養病棟が完成

城陽名所めぐり

青谷梅林 梅まつり

患者さんに聞きました

いま、こんなに元気です!

病院食あれこれ

【旬の素材】ブロッコリー

医療ニュース&トピックス

最先端メディカルレポート

超音波診断装置の脳神経外科領域での有用性

新しくなった心エコー装置

ニュース掲示板



充実の リハビリテーション機能

屋上リハビリ庭園

四季折々の草花がほっと心を和ませる「屋上リハビリ庭園」。晴れた日には太陽の下で、気持ちよくリハビリをさせてはいかがでしょうか。地下1階には従来の4倍以上のスペースを持つリハビリテーション室も設備。



京都きづ川病院では昭和55年の開院以来、地域社会に根づいた医療を目指してまいりましたが、この度、総合リハビリテーションを備えた療養病棟を新設することとなりました。療養病棟とは、急性期の治療が終わり、症状が安定した状態の患者さんのための病棟です。リハビリテーションを中心に医師や看護師、理学療法士や作業療法士などが患者さんの療養計画に基づき、自立した生活がおくれるようにお手伝いをしていきます。

京都きづ川病院に 療養病棟が完成



日本庭園を眺めながら ゆったり入浴も

シャワー室、特別浴室
一般浴室、4階展望浴場

1階から3階の各階には、一般浴室のほか、シャワー室や体の不自由な方のために特殊浴槽を備えた介護浴室を設置しました。そして、4階には日本風庭園を眺めながら入浴いただける展望浴場もございます。



モチーフは「命の樹」

療養病棟外観の壁画

京都きづ川病院療養病棟外観（東側壁画）。生命力を表現した「命の樹」をモチーフにした壁画は、中之島公会堂の壁画の修復をされた杉浦勉画伯監修によるもの。

新しくなる

京都きづ川病院



京都きづ川病院
理事長 中野 博美

新しい病棟、名付けてリエゾン (Liaison) 病棟が完成しました。

Liaisonとはフランス語で、関連、連絡とか導入路などのこと。リエゾン病棟とは、患者様が治療後スムーズに社会復帰できるようにリハビリテーションを行い機能を回復していただくための病棟で、いわゆる回復期リハビリ病棟を104床、更に長期的に治療が必要な方のための特殊疾患療養病棟を53床備えています。

設備的な特徴としては、衛生的なオール電化厨房、約500㎡の総合リハビリテーション施設、見晴らしの良いゆつたりとした展望浴場、環境にやさしいソーラー発電を完備したほか、病棟外壁には中之島公会堂の天井壁画を修復された杉浦勉画伯監修にて壁画を描いていただきました。

また、急病治療後の患者様、特に高齢の方は環境の変化に対して敏感ですので、その辺の配慮から、新病棟を京都きづ川病院の隣接地に建設いたしました。

新病棟の完成に伴い、急性期病棟となる本館の床数も269床から156床に

平成15年12月7日に行われた
療養病棟竣工記念式典での山折哲雄先生の
記念講演の要旨をご紹介します。

テーマ 「とめる・ほめる・さする」

国際日本文化研究センター所長 山折 哲雄先生

講演のテーマ「とめる・ほめる・さする」は、私のホームドクターでもある中野進先生に教えられた言葉です。

医者がまずしなければならないことは、当然のことですが、患者の痛みを「とめる」ことです。次に、患者との会話を積み重ね、相手がかつて得意だったものを知り、その話を持ち出して患者を「ほめる」こと。そして最後は「さする」。全ての医療処置が効かなくなった患者にとっては、これが最大のなぐさめなのだ。

この言葉をはじめて聞いた時、すごい人生観だと思ったと同時に、成熟した宗教家にも通じる考え方だと感銘を受けたことを覚えています。

「人生の最後を迎えた人たちは、死をどのように受け止めるのか」、いわば、死を迎える人の時間を体験するともいうのでしょうか、30年ほど前にインドのガンジス川流域にあるレナエスという都市に行った時のことです。

そこには医者から見放された人々が、死を迎えるためだけに家族とともに過ごす石造りの簡素な家があるのですが、ある部屋で横たわった病人の体を黙ってさすっている人を見た時、これぞ沈黙の医療だと思いました。

そして、帰路の途中、幸運にもカルカッタでマザー・テレサにお会いしたのですが、「死者の看取りという大変なお仕事をされていて、思うに任せない困難があると思いますが、そういう時はどうされているのでしょうか」と、若かった私は、少し生意気な質問をしたんですね。マザー・テレサは考えてからこう言いました。「そういう時はお祈りをします」と。夕方からお祈りを始めて深夜になっても気が晴れない時は、そのまま続けて夜が明けてしまうこともたくさんあるのだとおっしゃいました。「命の看取り」、最後はそこに行き着くのかなと、感じさせられながら帰国の途に着いたのです。

通常の間人間関係においても、やはり究極は「とめる・ほめる・さする」ということが大切ではないでしょうか。私は半世紀以上、教師の仕事をしてきましたが、学生や子ども、友人に対して、「ほめる」ことをどれだけ真剣に考えてきたか、褒めたことがあるのか、反省させられました。

そして今「とめる・ほめる・さする」の三原則にひとつ付け加えることがあるなら、マザー・テレサの「祈り」かもしれません。私はまだそこまでは到達しませんが、いつかは「とめる、ほめる、さする、そして祈る」ところまでいきたいと思っています。



快適な療養環境を実現

車椅子でも安心の広々とした病室

入院患者さんにとって病室は、いわば「生活スペース」。新病棟では、毎日の生活を快適に過ごしていただくために、洗面所やトイレを各病室に設置。また、車椅子の患者さんでも安心して移動できるように、各病室や廊下は十分なスペースを確保しています。



患者さんとご家族との コミュニケーションフロア

ガラス張りの明るい談話室

日差しがいっぱい差し込む、ガラス張りの明るい3階談話室。

リニューアル。1床あたり10㎡以上の作業性のよい病室になるほか、ICUも完備し、重症患者の方にも万全を期しています。

今まで京都きつ川病院では、主に救急疾患治療に重きを置いてまいりましたが、本館増改築後は患者の皆様にとってさらに居心地が良く、地域に根ざした病院を目指してまいります。

約1万本の白梅が
咲き誇る名所

2月半ばを過ぎる頃、城陽市の南部の丘陵地帯に広がる青谷梅林では、あたり一面に香しい梅の香が漂いはじめます。青谷梅林は2月中旬から約1ヶ月にわたり、青谷川に沿った丘陵地帯に約1万本の白梅が次々と開花する府内随一の梅処。「梅まつり」が催される2月15日から3月14日には梅の苗木の販売や俳句大会、さらに日曜日毎に餅つき大会などが行われ、毎年約2万人の人々で

賑わいます。

青谷梅林の起源については定かではありませんが、後醍醐天皇の皇子・宗良親王の歌に

風かよふ 綴喜の里の 梅が香を空にへだつる 中垣ぞなし

とあることから、鎌倉時代の頃はすでに梅林があつたことがうかがい知れます。

城陽の特産品あれこれ

青谷梅林の梅の種類には、大きく分けて大梅と小梅があり、大梅

の城州白^{じょうしゅうはく}などは梅酒や和菓子の原料に、園ごたえある小梅のオタフクは梅干しなどに加工されます。このほか、梅ゼリーや梅ジュース、梅ジャムなど、特産の梅を使ったバラエティー豊かな特産品の数々が作られています。

梅干し用の梅は、収穫後に塩漬けされ、8月上旬の暑い時期に「三日三晩」天日干しされるのですが、この光景は城陽の夏の風物詩にもなっています。

この春は、春に先駆けて地元の名所へお出かけしてみませんか。

城陽に春の訪れを告げる

青谷梅林

あおだにぼいりん うめまつり

梅まつり

期間 2月15日(日) ~ 3月14日(日)

梅の豆知識

「梅パワー」のヒミツ

梅干しを見たり、思い浮かべたりするだけでも、口中がすっぱくなってくるような気がしますよね。この酸っぱさの主成分はクエン酸です。クエン酸には、殺菌効果や疲労回復効果、そして胃粘液を増強するなど、様々なパワーが秘められているので、一日1粒の梅干しを食べて健康生活をおくりましょう。





元気の秘訣は 毎日の運動と外出

宇治市在住
辻 千鶴子さん(68歳)

今から20年前には父がお世話になるなど、京都きづ川病院とは浅からぬご縁があるようです。私が入院したのは一昨年の6月のこと。親戚に勧められて検査に来たら、糖尿病と診断され、すぐに入院しました。退院後は退職したことでライフスタイルも変わったのですが、毎日意識して運動するようになり、朝食後と昼食後の1~2時間後から、カロリーを消費するために歩いています。食事については、一人暮らしなので比較的自由に好きなものを食べていますが、食べ過ぎたらその分余計に運動するなど、1日の消費カロリーや食事療法は意識しているんですよ。それと私の元気の秘訣はどこにでも出歩くこと。いつまでも健康で過ごせるように日々、楽しく過ごしていきたいです。

お目当ては コーヒブレイク

宇治市在住
弘部 末治さん(71歳)



糖尿病を発病した6年前から定期的に通院しているのですが、川村院長先生や看護師さんには、いつも優しくしてもらっています。糖尿病なので、普段から食生活に気を配るのはもちろんですが、毎日のウォーキングを欠かしたことはありません。実のところ、ウォーキング途中に寄る喫茶店のコーヒーと、常連客とのおしゃべりが目当てなんですけどね。人と会話をすることは脳の活性化にもなりますし、気分転換にもなるので一石二鳥です。私はもともと桐ダンス職人だったので、モノを作ることが大好きなのですが、これからもウォーキングとプラモデル作りをライフワークに、老後を楽しみたいです。

声

患者さんに聞きました

いま、こんなに
元気です!

大好きな仕事も 順調です!

伏見区在住
藤岡 伸次郎さん(48歳)

今回、新設された新病棟の壁面プレートは当社の「京七宝」の作品なんですよ。3年前、くも膜下出血で入院した時は、仕事に復帰できるなんて思ってもみませんでした。以前は城陽市に住んでいたのですが、何かと京都きづ川病院にお世話になっていたのですが、病気の種類に関わらず、先生や看護師さんたちが分け隔てなく患者に接してくれるので、非常に信頼できる病院だと思っていました。これからも先生のアドバイスに基づいて、日頃から塩分を控えた食生活を心掛け、意識して歩くようにするなど、健康生活をおくりたいと思います。



筋肉トレーニングで 健康な体づくり

城陽市在住
南村 勇さん(62歳)

ちょうど1年前に腸閉塞で1か月ほど入院したのですが、以前から家族揃って京都きづ川病院にお世話になっていたもので、安心して診察してもらうことができました。退院後は、健康管理の先生のアドバイスもあり、筋肉トレーニングを始めました。バーベルを上げたり、腹筋をしたりと、筋肉トレーニングを続けたからでしょうか、入院時に10キロ減った体重もだいぶ増えてきましたし、身体を適度に動かすと、しゃんとするような気がします。今の楽しみは、飲み仲間とのゴルフと妻と行くカラオケ。仕事もまだまだ現役ですし、これからも元気に楽しくがんばりたいです。



京都きづ川病院では、患者の皆さんの健康生活を応援するために、
様々なイベントを企画しております。今後もご期待ください。

昨年秋には次のようなイベントを開催しました。

●特別講演

「長寿・健康は毎日の食事から」

〈講師〉 京都大学名誉教授・
WHO循環器疾患予防国際共同
研究センター長
家森 幸男氏

●介護フォーラム

「21世紀の高齢者介護と医療を考える」 ～寝たきりや痴呆症の予防とその備え～

〈講師〉 衆議院議員・衆議院厚生労働委員会理事
民主党/厚生労働雇用担当副大臣
山井 和則氏

●新病棟竣工式典記念講演

「とめる・ほめる・ささる」

〈講師〉 国際日本文化研究センター所長
山折 哲雄氏



● 病院食 あれこれ

当病院ならではのメニューや専門スタッフの心遣いなど、病院食に関するあれこれを紹介します。

【旬の素材】 ブロccoli



風邪の予防と 美肌効果は抜群！

キャベツの仲間で、古くから南ヨーロッパで利用されてきたブロッコリー。日本には明治時代初期に渡来したといわれています。

ブロッコリーには、風邪予防には欠かせないビタミンCがレモンの2倍、ジャガイモの7倍も含まれているので、100g食べると1日のビタミンC摂取量がまかなえるほか、ビタミンB1・B2や皮膚や粘膜の抵抗力を高めるカロチンも豊富に含んでいるので、美肌効果も抜群です。

緑黄色野菜の ベストパートナーは油

ブロッコリーの蕾の集まった部分だけを食べる人が多いようですが、茎や葉にも栄養分がたっぷり含まれているので、残さずに食べたいもの。ブロッコリーをよりおいしく、健康的に食べるためのポイントは、

●ポイント①

ブロッコリーは茹ですぎるとビタミンCが壊れてしまうので、多少歯ごたえがあるくらいにサッと茹でましょう。

●ポイント②

緑黄色野菜は油と一緒に摂取すると吸収率がアップするので、ソテーにしたり、油を使った他の料理と一緒に食べましょう。

●旬の素材は、おいしいうえに栄養も満点で知っていますか？ 病院では、患者の皆さんに食事の時間をもっと楽しんでいただくこと、献立には旬の素材をふんだんに取り入れていきますので、残さず召し上がってください。

管理栄養士 山田 珠子



ある日の
メニュー

カレーうどん、ブロッコリーのボン酢和えほか

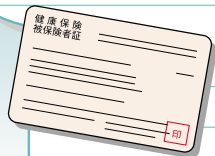
目指せ！健康生活 食生活改善アドバイス

働き盛りのサラリーマンや 夜に食事が 偏る人のために

夕食の時間が遅いという方は、動脈硬化に注意しなければなりません。ライフスタイルそのものを改善するのが一番ですが、働き盛りのサラリーマンではそれも難しいのが現実です。いつまでも健康でいるためにも次のことを意識して、健康生活目指しましょう。

- 夕食は、おにぎりやそばなどの糖質を多く含んでいるものを食べましょう。お菓子もよいのですが、脂質の多い洋菓子は控え、煎餅や和菓子などを選びましょう。
- ご飯の量が少なくてもおいしく食べられるように、薄味にととのえましょう。
- 朝食や昼食で野菜が不足することを前提に、温野菜を意識して食べるようにしましょう。
- 夕食の時間が遅くなると、空腹になるために早食いになり、それが食べ過ぎにつながります。1品は噛みごたえのあるおかずを用意しましょう。
- 昼食は外食が多いという方は、夕食は油を控えたおかずを用意しましょう。
- 間食の量によって、ご飯を調節しましょう。

TOPICS



政府管掌健康保険の被保険者証がカード化

平成16年2月から3月にかけて政府管掌健康保険（※）の被保険者証が、現在の「紙」からプラスチックカードに順次更新されています。紙の被保険者証と引き替えに、新しい被保険者証カードが被保険者及び被扶養者一人ひとりに1枚づつ交付されます。クレジットカードサイズなので、常時携帯することができ、緊急時でも保険診療を受けることができますようにになりました。

平成16年4月から、「値札」や「広告」などにおいて、値段表示をする場合には、消費税相当額を含んだ支払総額の表示を義務づけた「総額表示方式」がスタートします。

ところで、消費税がかからないものがあるのをご存じでしょうか？ 病院での健康保険や国民健康保険などによる治療費やお薬などです。しかし、診断書などの文書料、予防接種、保険が適用されない診療などには消費税がかかります。

4月から総額表示方式がスタート



最先端メディカルレポート

新規導入された「PHILIPS HDI 5000」

超音波診断装置の脳神経外科領域での有用性

脳神経外科 高家 幹夫



本院脳神経外科では、頸部や頭蓋内の血管病変に対して従来から、Bモード法、カラー血流イメージ法や経頭蓋法などにより超音波診断を行ってきました。今回、最新鋭のHDI 5000が導入されて、第4世代の組織ハーモニックイメージと、最大9方向の走査結果を合成する超音波CT機能により、皮下脂肪や石灰病変などによる従来のノイズが著明に減少し、組織の境界が極めて明瞭で輪郭や質感がさらに正確に描出され、今まで十分見えなかったものが明確に描出されるようになりました。又、Bモードでも画期的な立体画像で血管壁の形態が描出されるようになり、カラー血流イメージによる血管内血流表示とともに、患者さんにより一層わかりやすいものとなっています。更に、3Dパワーイメージ法とコントラストイメージ法により、頭蓋内主幹動脈の描出が一層改善され、頭蓋内血行動態評価の面でも役立っています。

新しくなった心エコー装置 循環器内科 松井 浩之

心エコー図とは、筒状のプロベ（高周波の音波を発する装置）を胸に当て、心臓の形や動き、血液の流れを画像化して見る検査です。循環器内科の診療では聴診器に並ぶ必要不可欠の検査で、体に害はなく、痛みもありません。

また、5年ぶりに心エコー装置も更新しました。これは、超音波を心臓の形や動きの画像に変える機械で、複雑な計測機械とコンピュータが合体したようなものです。以前に比べ、画像の情報量が増え、形や血液の流れなどをより細かく見るできるようになりました。また、倍音処理によって心臓の組織をよりはっきり観察できるだけでなく、コンピュータ処理によって自動的に左心室の動きを評価できるようになりました。将来的には他のコンピュータと接続し、画像や計測した情報をやり取りできるようになると思います。機器の導入に合わせて循環器内科では、連日（平日のみ）心エコー図検査をすることにしました。この最新式のエコー装置で、より良い診療を目指していきます。

病院内の行事や予定などのインフォメーションコーナーです。ぜひ、ご覧ください。

ニュース掲示板

糖尿病教室のご案内

病気を予防するためにも、また病気を早く治すためにも、病気について知ることは大切です。京都きづ川病院では、毎月第3木曜日に「糖尿病教室」を実施しています。糖尿病に関心のある方、もっと詳しく知りたい方など、お気軽にご参加ください。

糖尿病教室開催日時

- ◎3月18日(木) 午後3時～
「第45回 糖尿病とは」
- ◎4月15日(木) 午後3時～
「第46回運動療法について」

場所 4階講堂
講師 糖尿病外来担当医・下野先生、成松看護師、
塚田薬剤師、山田管理栄養士、塚健康運動指導士

電子カルテシステムが いよいよスタート

京都きづ川病院では、電子カルテシステム導入のための作業を順次進めてまいりましたが、いよいよ2004年3月1日からスタートします。不慣れな点もあり、ご迷惑をおかけしますが、どうぞよろしくお祈りします。詳細については次号で紹介する予定です。

啓信会 野球部からのお知らせ

まだまだ弱小チームですが、全員が熱いハートをもって楽しく一丸となることだけは、どこのチームにも負けない自信があります。そんな野球小僧が集まるクラブにみなさんも入りませんか。現在の部員数は17名。対戦相手のほとんどが病院関係ですが、一般企業の方からプロの方まで大歓迎ですので、ふるってお問い合わせください。

連絡先/西 TEL.0774-54-1111 (内線2973)



最良の医療サービスを提供するために、皆さんからのご意見をお待ちしております。
医療に関する疑問、質問など、お気軽にお寄せください。

啓信会グループ

京都四条病院 きづ川クリニック 老健施設萌木の村 訪問看護ステーションきづ川はろー
訪問看護ステーション萌木の村 ヘルパーステーション萌木の村21 ヘルパースクール萌木の村



医療法人 啓信会 京都きづ川病院

診療科目 内科・循環器科・消化器科・神経内科・放射線科・小児科・外科・
肛門科・脳神経外科・整形外科・泌尿器科・皮膚科・形成外科・
麻酔科・リウマチ科・リハビリテーション科

受付時間
午前診 午前8時15分～午前11時45分
午後診 午後1時～午後3時
夜診 午後5時～午後7時30分

*土曜午後診・夜診、日・祝は休診 *午後診は専門外来のみ *内科系はきづ川クリニックにて診療

〒610-0101 城陽市平川西六反26-1 ☎0774-54-1111 FAX 0774-54-1119



近鉄京都線「久津川」駅から徒歩15分
近鉄京都線「大久保」駅からタクシー10分