

すまいる きづ川

春号

もっと知りたい!
スタッフインタビュー

城陽名所めぐり
花しょうぶまつり

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】菜の花

医療ニュース&トピックス

最先端メディカルレポート
心肺蘇生法「BLS」・「ACLS」
をご存知ですか?

ニュース掲示板





知りたい!

スタッフインタビュー

インフォームド・コンセントの 第二步は、医師と患者さんの いい関係。

京都きづ川病院 院長代行 丸山 恭平先生



気さくなお人柄が患者さんやスタッフにも人気のようですが、何か工夫をされているのですか？

に聞けるといいうベースづくりのためにもね。



趣味はアウトドア。自然の中で仲間達と過ごす時間が最高のリフレッシュに。

人なつっこい雰囲気はこの顔のせいかもしれませんね(笑)。医師と患者さんとの関係は相性があつて、威厳のある医師の方が信頼できると言う患者さんもあるし、気楽なタイプがいいと思う患者さんもおられる。ただ、医師と患者さんとのコミュニケーションがうまく図れる方が医療がスムーズに行くことはあります。たとえば説明と同意を得るインフォームド・コンセントにしても、医師と患者、あるいはそのご家族などとの話しやすい関係をつくることはとても大事なことです。聞きたいことを気軽に

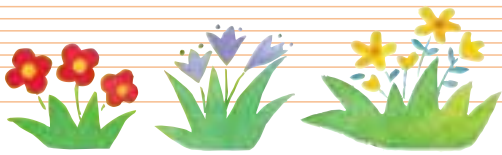
インフォームド・コンセントをもっと実のあるものにするための患者の心がけは？

何でもストレートに言ったり、聞いた方がいいですね。たとえば、薬がほしいけど注射はイヤだとか、注射して治してほしいとか。患者さんの希望や困りごとが分かると治療しやすいのです。それには時間が必要で、その時間が取れないことが目下の悩みです。外来の患者さんの場合本当に時間がない。でも、自分の病気のことや医療について理解しようということは大事なことです

から、説明を求めることに遠慮はいらないのです。説明を求められたら何とかして時間を取りますから、気軽に相談してほしいですね。セカンドオピニオンも含め、しっかりした意見を参考に、自分の健康は自分で守るといふ患者さんご自身のスタンスをもっていたいただきたいと願っています。

プロフィール

昭和29年、大阪生まれ。昭和54年、京都府立医科大学卒業後、同大学付属病院第三内科研修医として入局。その後、国立福知山病院、湖北総合病院、京都府立医科大学大学院を経て、平成7年、きづ川病院内科部長。同15年、院長代行として現在に至る。



看護は工夫とチームワークの結晶。 みんなで病気を克服しようと 同じ目標をもつことなのです。

京都きづ川病院 リエゾン病棟1階 看護師長 上田 裕子さん

最もうれしいときは、患者さんが回復していくとき。以前、脳外科にいたのですが、そこではある日突然発症される患者さんが多く、患者さんにとっては青天の霹靂へきれきといった感じになります。そのとき、医療はもちろんですが、看護によってぐんぐんよくなっていけるのを見ると、看護師という仕事によるこびも誇りも感じます。看護師やケアワーカーなど、スタッフが手を掛ければ掛けるほど見る見る回復されていきますからね。まさしく「看護の力」を感じます。ですから逆に辛いことは、

看護師という仕事で
一番辛いこと
一番うれしいことは？



時間が足りなくて十分な看護ができなかったとき。看護はキリのない仕事ですからやむを得ないのですが、そんなときはやはり辛い…。

よい看護とは？
また、男性の看護師と
女性の看護師との違いは？

男性看護師は、女性の患者さんにとって異性であり、何となく気持ちに張りができるようで、心地よい緊張感は回復力を高めますからいい影響があるようです。その一方で羞恥心などを感じられることもあり、そんなときは女性の看護師が担当するなど工夫をします。まさに看護は工夫の結晶です。たとえば、ナースコールボタンが押せない患者さんがボタンを押せ



患者さんの日々の健康管理も大切な仕事。

るようにと、病院にある備品を駆使して工作もします笑。梓を超えたよな発想をするのは若い看護師に多いですね。そして、看護はスタッフのチームワークはもちろん、ご家族など周囲の人たちが「病気を克服する」という目的に向かつて一丸となって取り組むことが何よりも大切だと思っています。



休日は旅行に出かけるのが好き。上の写真は湯布院、下は六甲牧場。





城陽の春の風物詩

花しょうぶまつり

日時 5月9日(日) 午前11時～午後3時

艶やかな
花しょうぶ畑の散策路

城陽市は、埼玉県、静岡県、愛知県と並び、花しょうぶの産地として知られています。城陽市の南部、観音堂にある「花の小径」は、自然の中に咲く花しょうぶやカキツバタを見ていただくとうと、城陽市が農家の協力を得て平成8年に整備した観光名所。栽培地内には約500mの散策路が整備され、4月下旬ともなると、薄紫や白色の花しょうぶが咲き始めます。

見ごろには
「花しょうぶまつり」を開催

見ごろを迎える5月上旬、花の小径に隣接する水気耕栽培センターでは「花しょうぶまつり」が開催されます。花しょうぶの無料配布(先着順)やお茶席の無料接待(先着順)、地元農産物の直売会などが行われ、花見と新鮮な旬の味覚を求めて、家族連れなどでにぎわいます。紫

と緑の鮮やかなコントラストが美しい「花の小径」に、ぜひお出かけください。

「花しょうぶまつり」スタンプラリー

参加
無料

- ◆集合場所 文化パーク城陽(予定)
- ◆出発時間 午前9時40分(予定)
- ◆コース (約10km) 文化パーク城陽→水度神社→鴻ノ巣山頂上→城陽市総合運動公園→青少年野外活動総合センター(友愛の丘)→花の小径→JR長池駅→荒見神社→近鉄富野駅※予定
- ◆定員 500人
- ◆申込方法 当日、集合場所で直接お申し込みください。
- ◆問合せ先 城陽市観光協会 TEL.0774-56-4029
※お弁当や水筒、雨具などはご持参ください。

「花しょうぶまつり」当日、スタンプラリーも開催されます。爽やかな五月の風に誘われて散策すれば、新しい魅力を発見できるかもしれません。ご家族揃ってお出かけください。



草花の成長に 季節を感じる 穏やかな日々

城陽市在住
若井 恵美子さん(63歳)

一昨年の12月、交通事故に遭遇。奇遇なことに当時、夫が入院していた京都きづ川病院へ搬送されました。幸いにも、膝の骨折だけで大事に至ることはありませんでしたが、整形外科の先生や看護師さんの方々には、大変お世話になりました。まだ膝には骨をつなぐボルトが入っているのですが、正座をしたり、階段の上り下り以外は、不自由を感じなくなるまでに回復しています。これも週に2日のリハビリの成果でしょうか。今の楽しみは、草花の世話。水をやったり、その成長を見ながら、季節の移り変わりを感じる穏やかな日々を過ごしています。



三日に一度の焼酎と 孫の成長を楽しみに

城陽市在住
中野 勇さん(75歳)

京都きづ川病院は、先生や看護師さんたちが優しいので、なんでも遠慮なく聞けるし、楽な気持ちで診察を受けることができるから安心です。今でも毎月1回は、糖尿病の治療に通院しているのですが、家にこもりがちな私にとっては、それがよい運動にもなっています。無類の酒好きだった私の楽しみは、三日に一度の焼酎。孫との会話を楽しみながら、お湯割りで少しずつ、大切に時間をかけて味わうひとときは至極の時間。これからも糖尿病と上手に付き合いながら、孫の成長を楽しみに過ごしていきたいです。

声

患者さんに聞きました

いま、こんなに
元気です!

皆さまのお陰で元気に退院 心から感謝しています

京田辺市在住
西川 松己さん(68歳)

昨年6月、両足が腫れ上がり、どこかいい病院はないかと思っていた時に、友人に紹介してもらったのが京都きづ川病院でした。検査をしてみると、肺血栓やギランバレー症候群など、いろいろな病気を併発していることが判明。一時はどうなることかと思いましたが、主治医の先生をはじめ、看護師さんやリハビリに熱心に協力してくれた研修医の先生など、皆さまのお陰で元気に退院することができました。本当に心から感謝しています。もう少し暖かくなったら、リハビリも兼ねて、趣味のゴルフやカラオケに出かけたいです。



生活に張り合いをもつことが 健康の秘訣です

宇治市在住
大東 恵美子さん(62歳)

8年前、京都きづ川病院で脳腫瘍の手術を受けました。退院してからは、人と会うことがリハビリになると思い、カラオケやプールと、積極的に外出する機会を作ってきました。家にこもりがちになると、どうしても身の回りのことをあまり気にしなくなるでしょう。人と会うともなれば、お化粧もしますし、おしゃれにも気を遣います。その張り合いが健康を保つ秘訣なのかもしれません。夫も趣味のマジックやジャグリングを活かし、小学校でボランティア活動をするなど、お互いに自分の時間を大切にしています。これからも楽しく充実した毎日を過ごしていきたいですね。





● 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】 菜の花



「ひなまつりの日」
のメニュー

穴子散らし寿司、菜の花のゴマ和え、潮汁ほか

**骨粗鬆症対策や貧血予防
抗ガン作用も高い菜の花**

菜の花は、キャベツやブロッコリー、ケール、カリフラワー、小松菜、チンゲンサイなどと同じアブラナ科の仲間、春の訪れを食卓に告げる野菜のひとつです。

ガン予防に効果が高いといわれるβカロテン（ビタミンA）が豊富で、ビタミンCはほうれん草

の2倍、カルシウムはその3倍、鉄分はブロッコリーの3倍含まれ、骨粗鬆症対策や貧血予防に優れています。また、菜の花のつぼみの部分に含まれている苦み成分には、抗ガン作用や血行促進などの働きがあるともいわれています。

あえ衣で手軽においしく

菜の花などの春野菜は、茹でて、ゴマや辛子、味噌、マヨネーズなど、バラエティ豊かな素材で和えれば、旬の風味を満喫できるおかずになります。春野菜は眠った体を目ざめさせる効果があるのだとか。春野菜を食べて、健康生活始めましょう。

菜の花は、茎が濃い緑色で、まだ花が開いていないものが新鮮です。

◆ 管理栄養士 山田 珠子 ◆

目指せ!健康生活 食生活改善アドバイス

老 化 予 防 の た め の ラ ク ラ ク エ 夫

ストレスに強くなるために

老化を遅らせるために大切なことは、他人の目を気にしすぎず、焦らず、のんびり生活していくことなのだそうです。とはいえ、規則正しい生活習慣を身につけることも大切。食事や睡眠に気をつけるのはもちろんですが、適度な運動を習慣化し、体力を養うことが欠かせません。また、食べ過ぎは禁物。脂肪の取りすぎにも気をつけましょう。

ストレスに強くなる食品

ビタミンB1	豚モモ肉やヒレ肉などの赤身肉、かつお、ぶり、豆腐や納豆などの大豆製品、豆類、玄米
ビタミンC	ブロッコリー、小松菜、芽キャベツ、ニガウリ、イチゴ、キウイ、柿
カルシウム	鮭の中骨、鰯、桜エビ、しらす干し、牛乳、チーズ、豆腐、切干大根
ビタミンD	鮭・カレイ・鯖などの魚類、しいたけ、きくらげ
マグネシウム	青背魚、海藻類、牛乳、ピーナッツ、アーモンド、ごま、豆腐、小松菜
ビタミンA	レバー類、鰻、穴子、チーズ、人参、春菊、モロヘイヤ、小松菜
ビタミンE	たらこ、すじこ、鰻、鰯、アーモンド、南瓜、アボガド、抹茶
亜 鉛	牛レバー、卵、魚介類、ナッツ類、豆類、緑茶

TOPICS

電子カルテシステムがスタート！ 患者様により良いサービスを提供

京都きづ川病院では、よりよい医療サービスを患者様に提供できるように、電子カルテシステムの導入を進めてまいりました。

電子カルテシステムとは、カルテ入力とオーダーリングの機能を合わせた診療支援システムのこと。患者様の診療情報をデータベース化することで、院内各部門で情報を共有することになり、受付から診療、各検査部門へのオーダー、会計までの各業務の流れが効率化できるうえ、診療においても、患者様の傷病履歴や薬歴などの情報が瞬時に取り出せるようになります。

導入により、以下のような効果が期待できます。

① 医療サービスの向上

診断に必要な情報を、いつでも素早く検索できるうえ、検査結果や画像情報なども簡単に参照できるので、効率よく総合的に診断できるようになります。また、画像や診断情報を画面上に表示して、患者様にわかりやすく説明することも可能になります。

② 患者様サービスの向上

受付、診察、各検査部門、会計の情報が素早く伝達されるので、患者様の待ち時間が短縮されます。

③ 地域医療サービスの向上

地域の他病院とも患者様の基礎情報を共有することで、いざという時など、検査や薬剤の重複が防げ、より効率よく、迅速な診察が受けられるようになります。



最先端メディカルレポート

心肺蘇生法「BLS」・「ACLS」をご存知ですか？

心肺蘇生法は、一般市民が行うことができる一次救命処置(BLS)と医療従事者が行う二次救命処置(ACLS)とがあります。「BLS」は、救急車が到着するまでに、気道確保、呼吸の確認、循環の確認、人工呼吸、心臓マッサージを行う技術のこと。そして「ACLS」は、「BLS」に加えて、医師や看護師が除細動器や薬剤を用いて行う蘇生法です。

また、最近では、自動式体外式除細動器(AED)が日本でも普及しはじめ、一部の飛行機内などに配備されているほか、将来的には一般市民でも講習を受ければ「AED」を使えるようになるのではないのでしょうか。万が一の時、身近な人を助けるためには、まず一次救命処置が重要です。機会があれば、消防署などが行う「BLS」の講習を受けてみてはいかがでしょうか？

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

講演会のお知らせ

昨年、皆さまにご好評をいただいた衆議院議員・山井和則氏の講演会を今年も開催いたします。山井氏のライフワークである「介護」をテーマにお話していただきますので、ご期待ください。皆さまのご参加をお待ちしております。

入場無料

日時 平成16年6月12日(土)
午後2時～3時30分[予定]

場所 文化パルク城陽 大会議室
講師 山井 和則氏(衆議院議員)
定員 200名(先着順)

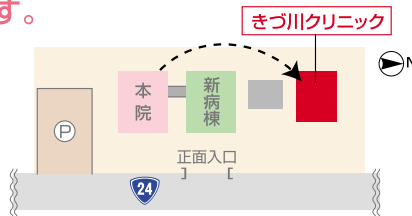
啓信会 FCからのお知らせ

「サッカーは好きだけど、実は未経験者!」、
「日頃、蓄えた脂肪が邪魔をして、体力的にはかなり厳しい!」などといった、
愉快なメンバーが楽しく活動しているクラブです。サッカーやフットサルなど、
各方面からの試合の申し込みをお待ちしています。ぜひ声をかけてください。
連絡先/京都きづ川病院事務部 高澤
TEL.0774-54-1111
(内線2997)

4月より、京都きづ川病院の皮膚科外来診療が、 きづ川クリニックへ移転します。

クリニックでの皮膚科診療日は以下の通りとなります。

- 4・5月 …… 月・金(午前中)
- 6月～ …… 火・金(午前中)



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30分～午前11時45分
夜診 午後5時～午後7時30分

*土曜夜診、日・祝は休診 *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