

# 季刊 すまいる



## 建仁寺

建仁2(1202)年、將軍源頼家が寺域を寄進し、茶祖としても知られる榮西禪師が開山。第11世の時から純粹な禪寺に。依屋宗達「風神雷神図」、海北友松「雲龍図」「竹林七賢図」など豊富な文化財を持ち、いずれも高精細複製作品を見ることが出来る。2002年に完成した小泉淳作氏による法堂天井の双龍図も圧巻。



## ホタル

初夏の京都では水面を舞うホタルが幻想的な光景をつくりだす。5月から7月にかけて楽しめるが、時期や数はその年の気候などによってさまざま。哲学の道沿いを流れる琵琶湖疏水分流では、ゲンジボタルとヘイケボタルが見られる。高雄、八瀬、貴船、宝ヶ池橋の道、大覚寺大沢池、白川異橋などでも愛でられる。

## 花菖蒲

5月から7月にかけて、青紫系の色合いを中心に優美な花姿を見せる。花弁の根元に黄色い部分があるのが特徴の一つ。江戸時代には品種改良が始まった伝統の園芸植物で、現在は2000以上もの品種がある。城陽市では豊かな地下水を生かして明治末から栽培が始まり、国内有数の産地で、「市の花」にも制定されている。



## 柏餅

上新粉や米粉などで作った平たい餅を二つ折りにし、小豆あんや味噌あんなどをくるみ、柏の葉に包んで蒸す。江戸中期ごろから端午の節句に供えられるようになった。柏の葉は抗菌防霉作用があり、古くから食器や菓子器として使われていた。また新芽が出るまで古い葉が落ちないことから、子孫繁栄の願いを込めたとされる。関西を中心に、サルトリイバラや朴の葉なども多く用いられる。

## 宝積寺三重塔

(京都府乙訓郡大山崎町)

天王山南側山腹にある古刹。聖武天皇が夢で龍神から授けられたという「打出」と「小槌」をまつことから通称「宝寺」と親しまれる。山崎の戦いで豊臣秀吉の本陣が置かれたとされ、重要文化財の三重塔は秀吉が一夜で建てたとも伝わる。高さ約20m(相輪含む)、内部に大日如来を安置する。



## 新院長 就任のごあいさつ

2022年4月に、前院長中川雅生の後任として、京都きづ川病院院長に就任しました。約30年前に循環器内科医として着任し、その後救急センター長、副院長としても務めてまいりました。この度院長の大役を拝命し、あらためて身の引き締まる思いがしております。

さまざまな医療を取り巻く情勢が次々と変化していく昨今、城陽市の中核病院として開設され発展してきた本院が、今後どのようなニーズに応じていくべきなのか、経営的な面を含めて考えていく時期にさしかかっていると思っています。そのようななか、まずは本院で長年一職員として、他の職員と築いてきた関係を活かして、院内の調整役のような立場で、土台となる職場づくりをしっかり行っていきたいと思っています。また地域医療との連携など、対外的な面につきまして、顧問に就任した中川前院長のサポートのもと、さらに強化していく所存です。

近年、自然災害が頻発している日本で、医療の災害対策や支援の体制整備も進んでいます。本院でも、JMAT(日本医師会災害医療チーム)や、AMAT(全日本病院医療支援班)の活動に協力しており、研修を受けた職員を実際に被災地へ派遣した実績もあります。また数年前に、救急医として臓器移植のドナー発生から提供に関わることができ、本院としても医師としても大きな経験となりました。今後もこのような社会的な協力も継続するよう努めたいと考えています。

一昨年からは、新型コロナウイルス感染症の対応という、経験したことのない難局に直面しました。先が見えない戦いのような状況において、本院の職員が夜おそくまで残って仕事をし、なんとか世の中の役に立とうと奮闘する姿がありました。まだ感染症収束の見えない状況下で院長を引き受けることになったのですが、この職員たちとならやっていける、と明るい希望も持っています。

地域の皆様とは、よい意味で「コンビニのような病院」として今まで以上に身近なおつきあいができればと思っています。高齢化もさらに進んでいくなか、新たに啓信会の介護事業部の統轄部長に就任した岡本副院長とともに、病院・介護の連携のさらなる強化を図っています。

職員共々、今まで以上に信頼される病院となるよう努力してまいりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

医療法人啓信会 京都きづ川病院 院長

中川 達哉



PICK UP  
医療技術部  
臨床検査部門

## よりスピーディーに精度の高い結果が取得可能に 生化学検査新装置導入、PCR検査装置増設

京都きづ川病院臨床検査部門では、この度生化学検査に用いる最新装置を導入しました。また、新型コロナウイルス感染症の診断に役立つPCR検査用の装置も2月に2台を増設し、検査に対応しています。

### 生化学検査

新たに導入した装置は TBA-c16000(キャノンメディカルシステムズ株式会社)です。主に、患者様から採取した血液の血清と呼ばれる成分を使って、肝機能・腎機能・コレステロール値などの健康状態を化学的に調べる装置です。

従来に比べて、処理能力が倍(1時間に1600テスト)になったのが大きな違いです。当院では近年、診療・健診をあわせて、生化学の検査数が増えており、導入後患者様の待ち時間を大幅に減らすことができました。測定範囲も以前より広くなり、精度の高い結果を得ることが可能になっています。

(他にも、血液検査において、血球算定・血液凝固検査・免疫検査の装置も最新のものに入れ替えました)



TBA-c16000



臨床検査技師8名と事務スタッフで、採血・検尿・心電図検査・血液検査・PCR検査などの業務を行っています

より精度の高い検査結果を迅速に返していけるようスタッフ一同取り組んでいます。忙しいなかでも、明るく楽しくコミュニケーションの活発な部署にしようと、検査室の様態替えを行いました。入口から室内の見通しがよくなり、他部署からの声かけも多くなり、いい雰囲気です。

### PCR 検査

新たに導入されたのは、遺伝子解析装置 AutoAmp (SHIMAZU) です。昨年秋に PCR 検査を1台体制で始めていたので、3台体制となり、1日につき最大約60件の検査が可能になりました。多くの検査工程が自動化されたことで人為的な作業ミスが防止され、結果も判定しやすく、医師の確定診断に役立っています。

新型コロナウイルス感染症の診断には、患者様の鼻咽頭ぬぐい液や唾液を採取して、ウイルスがあるかどうかを解析します。早期診断のため、検査の当日中には結果を出せるよう努めています。



遺伝子解析装置 AutoAmp(SHIMAZU)

<お話：医療技術部 臨床検査技師 土居下 佑>

# 24時間体制の集中治療で 早期回復を

## すまいる レポート



SCU:Stroke Care Unit (京都きづ川病院3階南病棟内)

京都きづ川病院3階南病棟は、脳神経外科・泌尿器科の混合病棟です。2019年11月から、脳卒中の急性期の患者様に集中して治療を行う脳卒中ケアユニット(SCU)を設置しています。

### SCUの役割

脳卒中とは、脳梗塞・脳出血・くも膜下出血の総称です。日本で死亡原因の第4位(2020年)になっていて、発症後に後遺症が残る可能性があり介護につながる原因にもなりやすい病気です。発症してから早期の集中的な治療やリハビリが回復に効果的とされ、その役割を医師・看護師・リハビリスタッフなど多職種連携で担うのがSCUです。

当院では、男女混合の3床の病室を設置しており、入院患者様の疾患の約8割は脳梗塞で、脳出血の手術後など超急性期の治療も行っています。

### 患者様との距離が近い看護

病棟の看護師は、立ち上げ時には勉強会を重ね、超急性期の対応を強化。その後夜間の受け入れや退出順の可視化など、全員で知恵を出し合いながら体制を作りあげてきました。

病室内には、看護師1名が常駐して24時間見守りを行い、異常の早期発見や合併症の予防に



左から 田中淳子 看護主任、遠田順子 3階南病棟看護師長  
前畑美枝 看護主任

努めています。

田中淳子 看護主任は「患者様と密に関わりながらケアをすることができているのが、自身にとっても良い刺激になっています」と話しています。前畑美枝 看護主任は「患者様との何気ない会話から、その方の目標とする生活が見えて退院支援につながることもあります」と、2人とも患者様とじっくり向き合えることにやりがいを感じているようです。

### さらに質の高いサービスへ

「ケアミックスの当院は、介護部門との連携も強いので、かかりつけ医として地域のみなさんに頼りにしてもらいたいですね」と話す遠田順子 3階南病棟看護師長。SCUとしての今後の

目標は「1日でも早く日常生活に戻ってもらえるよう、例えば患者様にベッドサイドに座って食事をとっていたりなど、可能な限り入院前の生活に近い環境を病室で増やしていきたいですね」と、意欲的です。担当の医師・リハビリスタッフ・看護師の間での情報共有も欠かさず、さらに質の高いサービスが提供できるよう取り組んでいます。



# スタッフの声



最近、昔から好きなダンスのスクールに通い始めました。

## 患者様、ご家族に安心・安全な入院生活を送ってほしい

3階南病棟 看護師  
2020年入職

### 帆足 咲羽

(大分県 昭和学习園高等学校 卒業)

中学生の頃に妹が入院したことがあるのですが、対応してくれた看護師さんが、患者だった妹にも私たち家族にもやさしく声をかけてくださり、すごく安心したことがあります。そういう人の力になる職業っていいな、と看護師になることを決めました。

京都で高度な医療を学びたいと当院への入職を考え、見学に来たときにスタッフ同士のコミュニケーションが活発な様子を見て、ここで働きたいという気持ちが強くなりました。

3階南病棟は急性期の患者様が多いので、回復する過程がはっきり見えるのが楽しいです。多くの手術手技を覚えるなど、勉強することはまだまだたくさんありますが、同期の仲間、的確なアドバイスをくれる先輩方にも恵まれ心強いです。

コロナ禍で、入院患者様とご家族が会えない状況が続いていますが、この仕事を選ぶきっかけになった看護師さんを思い浮かべ、まずは患者様とご家族へ安心してもらえる声かけができるよう心がけています。

多職種のスタッフが働いている京都市きづ川病院。活躍中の2人にインタビューしました。



コロナ禍で関西での生活が始まったので、落ち着いたらUSJに行ってみたいです。

## 患者様それぞれの希望に沿う幅広いサービスを目指す

リハビリテーションセンター 作業療法士  
2020年入職

### 吉田 大地

(福岡県 小倉リハビリテーション学院 卒業)

将来は何か資格をとって働きたい、と考えていたところリハビリの仕事を知りました。母校のオープンキャンパスでの体験をきっかけに、作業活動を通してリハビリをするOT(作業療法士)の仕事に魅力を感じました。

「さまざまな疾患に広く対応できるOTになる」を目標に、急性期から回復期、通所リハビリ、老健施設もある当院に入職しました。地元を離れて少し不安はありましたが、相談しやすい先輩がたくさんおられ、経験したい仕事などの希望もよく聞いてもらえる働きやすい職場です。

今は主に急性期の脳神経外科の患者様を担当しています。リハビリしていただくなかで、自分なりに考えた治療プログラムのポイントが改善に効果があったときは一番嬉しいですね。逆の場合は、また別の視点から問題点を考えて、治療プログラムを作っていく、それがこの仕事の面白さだと感じています。

## 人事採用室よりひとこと

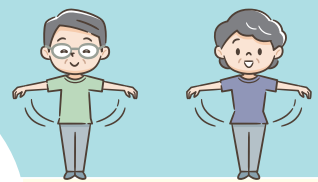
アットホームな雰囲気、他府県出身の職員も多い活気ある職場です。地域の中核病院として幅広い医療に携わっている当院ですので、急性期から回復期まで様々な経験ができることも魅力ではないでしょうか。素直で、誰とでも積極的にコミュニケーションをとれる方と一緒に働きたいですね。見学は随時受け付けています。

担当 渡部 護人





やってみよう!



## 5回立ち座りテスト 歩行能力、下肢筋力を評価

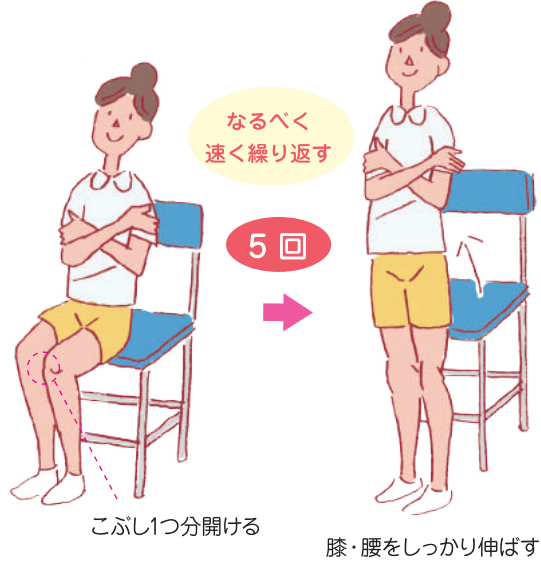
用意するもの：ストップウォッチ、高さ40cmの肘掛けのない椅子または台

### 開始姿勢

- 1 椅子(台)に浅く座り、腕を組む
- 2 両膝をこぶし1つ分開ける
- 3 足底を床に着けて踵を少し体の方へ引く

### 測定

- 1 あらかじめ姿勢を確認するため、2~3回練習する
- 2 座った姿勢から開始(テスト対象者の任意のタイミングで始める)、5回の立ち座り動作をなるべく速く繰り返し、着座するまでの時間を測定(小数第1位まで記録する)



- ### 測定結果の基準
- ① 12秒以上  
転倒発生のリスクあり
  - ② 17秒以上  
歩行ができなくなるリスク、入院のリスクあり

**ここがポイント!**  
ケガのないよう、椅子や台の安定性を確認しましょう。無理のない範囲で行いましょう。

リスクを高めないためには、日常的なトレーニングが大切です。これまで「すまいる」でご紹介した運動など、取り組みやすいものにチャレンジしてみてください。

近年この流れを受けて、各地域で介護予防に関する健康維持のための体操や集い、コミュニティづくりが盛んに行われています。ぜひお住まいの地域の情報をチェックしてみてください。城陽市では、その一つとして介護予防体操「ゴリゴリ元気体操」(医療法人啓信会協力)に地域の皆さんが取り組んでいます。

## 地域みんなで健康づくりを

介護予防は、一人で取り組むより複数人で力を合わせた方が効果的です。予防を考えるときに目を向けていただきたいのが地域の活動です。高齢化が進行するなかで、厚生労働省は、住まい・生活支援・介護・医療・予防が一体となった「地域包括ケアシステム」の構築を進めています。誰でもいつまでも住み慣れた地域で、自分らしい暮らしができるよう、介護や医療などのサービスを地域で包括的に提供しようというものです。この仕組みは、周囲の人や家族、医療介護関係者の理解や協力と地域連携によって成り立ちます。また、住民が主体的に参加し、自らが担い手となって取り組むことでより効果を発揮します。

リハビリテーションセンターがおすすめする健康維持のための運動プログラムを紹介しています。今回も、運動を行うために必要な体の能力をチェックする方法です。

## 健康体操チェック編② 5回立ち座りテスト

比較的簡単にチェックできる方法なので、試してみても自身の状態を知ることから始めてみましょう。定期的にチェックする日を決めて記録するといいですね。



理学療法士  
リハビリテーションセンター係長  
中平 武志



YouTubeで動画公開中  
「ゴリゴリ元気体操」  
城陽市HPからリンク  
<https://www.city.joyo.kyoto.jp/0000006364.html>

## 朝食を摂って、一日を元気にスタート

朝食を毎日食べていらっしゃいますか。朝食は一日の生活リズムを整えてくれる大切な食事です。朝食をしっかり摂って、一日を元気に過ごしましょう。

### 朝食を摂らない人は多い？ 少ない？

厚生労働省の令和元年「国民健康・栄養調査」によると、調査当日、朝食を摂らなかった人の割合は男性14.3%、女性10.2%です。年代別では男性で40代28.5%、女性で30代22.4%が最も多く、各世代で女性よりも男性の方が高い傾向にあります。理由としては「時間がない」「昔から食べる習慣がない」などがあげられています。

### 朝食の大切さ

あわただしい朝、ゆっくり食事をするのはなかなかむずかしいかもしれません。しかし、朝食にはさまざまなメリットがあります。

私たちの体温は睡眠中に低下し、起床後、徐々に上がっていきます。朝食を食べると体温を上昇させ、脳や

身体機能をしっかり目覚めさせてくれます。体温が1℃上がると、免疫機能の働きが高まり、血液の流れをスムーズにするとされています。脳のエネルギーも補給され、活発化して集中力や記憶力を高めます。

さらに、朝食をよく噛んで食べることで、“幸せホルモン”と呼ばれる「セロトニン」が分泌され、イライラ解消につながるとも言われています。

まずは野菜ジュース、乳製品（牛乳、ヨーグルトなど）、果物など簡単なものから始めて朝食習慣を身に付け、少しずつ栄養バランスの良い食事へ。インスタント食品や冷凍食品、缶詰なども上手に利用しながら、栄養バランスを整えましょう。



## 季節の野菜をおいしく食べよう

### ほうれん草とカボチャのポタージュ

葉酸と鉄分豊富なほうれん草とカボチャの豆乳ポタージュです。カボチャはビタミンCが多く含まれており、細胞の老化を防ぎ美肌効果があります。



#### 【材料】2人分（調理時間 20分）

ほうれん草・・・1束  
カボチャ・・・1/4個  
牛乳・・・500cc  
豆乳・・・100cc  
コンソメ顆粒・・・大さじ1  
塩・・・小さじ1  
オリーブオイル・・・小さじ1

#### 【下準備】

ほうれん草はよく水洗いして水気を切る。  
カボチャは角切りにする。

#### 【作り方】

- ① カボチャを電子レンジで加熱して粗熱を取り皮の部分を取り除く。
- ② ほうれん草を電子レンジで加熱する。
- ③ ミキサーに①と②、牛乳をミキサーに入れ攪拌し鍋に移す。
- ④ ③を火にかけ、豆乳を入れ、コンソメ顆粒、塩で味を調える。仕上げにオリーブオイルを加えてよく混ぜて完成。



病院内の行事や予定などのお知らせです。また、病院のホームページでは、最新の情報を掲載していますので、ぜひご覧ください。

啓信会 [ウェブ検索]

http://kyoto-keishinkai.or.jp



京都きづ川病院

院長 中川 達哉  
TEL.0774-54-1111 FAX.0774-54-1118

啓信会グループ

理事長 中野 博美

医療法人啓信会 介護老人保健施設 萌木の村

<城陽市寺田奥山1-6>  
施設長 稲葉 栄子  
TEL .0774-52-0011  
FAX .0774-52-0701

医療法人啓信会 介護老人保健施設 ひしの里

<久世郡久御山町佐古内屋敷81-1>  
施設長 植村 節子  
TEL .0774-43-2626  
FAX .0774-43-2627

医療法人 啓信会 きづ川クリニック

<城陽市平川西六反44>  
院長 青谷 裕文  
TEL .0774-54-1113  
FAX .0774-54-1115

関連施設

- 京都四条診療所 ●四条健康管理センター

在宅サービス

- 訪問看護ステーション きづ川はろー
- ヘルプステーション 萌木の村 21
- ヘルプステーション リエゾン大津
- ヘルプステーション リエゾン大久保
- ヘルプステーション リエゾン四条
- ヘルプステーション リエゾン健康村
- ヘルプステーション リエゾン羽束師
- 短時間型デイサービスセンター 要支援のみ リエゾン萌木の村
- 短時間型デイサービスセンター 要支援のみ リエゾン宇治おおくぼ
- 短時間型デイサービスセンター リエゾン健康村
- 短時間型デイサービスセンター リエゾン久御山ひしの里
- 短時間型デイサービスセンター リエゾン羽束師
- 認知症対応型デイサービスセンター リエゾン萌木の村
- 認知症対応型デイサービスセンター リエゾン久御山ひしの里
- 居宅介護支援事業所 リエゾン大津
- 居宅介護支援センター 萌木の村
- 居宅介護支援センター リエゾン四条
- ケアプランセンター リエゾン健康村
- ケアプランセンター リエゾン久御山ひしの里

- ケアプランセンター リエゾン羽束師
- ケアプランセンター リエゾン宇治おおくぼ
- 城陽市在宅介護支援センター 萌木の村

地域密着型サービス

- 小規模多機能ホーム リエゾン萌木の村
- 小規模多機能ホーム リエゾン健康村
- 小規模多機能ホーム リエゾン久御山ひしの里
- 小規模多機能ホーム リエゾン羽束師
- 小規模多機能ホーム リエゾン宇治おおくぼ
- グループホーム リエゾン萌木の村
- グループホーム リエゾンくみやま
- グループホーム リエゾン健康村
- グループホーム リエゾン羽束師
- グループホーム リエゾン宇治おおくぼ

サービス付き高齢者向け住宅

- サービス付き高齢者向け住宅 えがお

教育部門

- ケアスクールリエゾン 大久保校



医療法人 啓信会 京都きづ川病院

〒610-0101 城陽市平川西六反 26-1 TEL 0774-54-1111 FAX 0774-54-1119  
URL http://kyoto-keishinkai.or.jp/kizugawa

