

神戸市立 西神戸医療センター広報誌

そよかぜ

第52号

地方独立行政法人 神戸市民病院機構

神戸市立 西神戸医療センターの基本理念

神戸西地域に根づいた
安心・安全な医療をめざします

発行日/令和2年8月

編集人/総務課長 奥田 高大

<http://nmc.kcho.jp/>

神戸市立西神戸医療センター

検索

〒651-2273 神戸市西区糀台5丁目7番地1
TEL: 078-997-2200 (代表)



健康な生活は「新しい生活様式」から！

4月1日より、神戸市民病院機構神戸市立西神戸医療センター院長補佐兼看護部長に着任いたしました濱本カナコです。どうぞよろしくお願いいたします。

今年は、新型コロナウイルス感染症の世界的な感染拡大により、皆さんの健康、生活、そして社会・経済にも大きな影響が及んでいます。緊急事態宣言は解除されましたが、生活を元に戻せるようになるためのワクチン・特效薬ができるまではもう少し辛抱しなければなりません。

さて、国が示している「新しい生活様式」については、日本人が大事にしている思いやりがいくてくるのではないのでしょうか。それは、マスク着用一つにしても言えることです。外国から見ると、日本人がマスクをつけていることに対して、異様さ・嫌悪感を抱き、近寄りたがい印象をもたれていました。一方、日本では咳エチケットが定着しており、具合の悪いときは人に移さないように、周りへの配慮を心掛けています。子供たちは、小学校で給食当番のときに、白い割烹着と三角巾、そしてマスクをつけて不衛生にならないようにと、しっかり躰られてきました。もちろん手洗いも同様です。何事も勤勉にそしてまじめに取り組む日本の文化というものは、素晴らしいと改めて感じます。しかし、この夏はマスク着用による熱中症の危険信号がでています。お一人で過ごしているときなどは、マスクを外すことをお勧めします。そして、小まめな水分補給をお願いします。

これから先、新型コロナウイルス感染症の拡がり、とても気になります。西神戸医療センターは地域の中核病院として、いざという時に頼れる、そして皆さんが安心できる病院であり続けられるように職員一同取り組んでまいります。地域の皆さんには、今後ともご支援、ご指導のほどよろしくお願いいたします。



院長補佐兼看護部長
濱本カナコ

診療科紹介（緩和ケア内科）

緩和ケア内科は患者、家族の身体的、精神的苦痛など様々な苦痛に対してサポートする役割を担います。がん性痛の制御に関してはオピオイド中心ではあるのですが神経ブロックも適宜取り入れて対応していきます。慢性痛に対するペインクリニックにも対応いたします。

がん以外の腰痛や首の痛み、肩の痛みなどの慢性痛や帯状疱疹後の神経痛など NSAIDS が効かないようなあらゆる痛みにも対応します。帯状疱疹の痛みに関しては可能な限り早めの受診をおすすめします。外来には超音波装置を配置、超音波ガイド下神経ブロックを施行する事が可能です。月曜日午前中には透視下ブロックを行っています。入院が必要な状態であれば短期入院で集中的な神経ブロック治療が可能です。神経に対する熱凝固やパルス高周波を使用できる器械を導入しております。脊髄電気刺激療法も行っています。原発性腋窩多汗症に対するボトックス注射を行っています。宜しくお願いいたします。



令和2年度 糖尿病教室中止のお知らせ

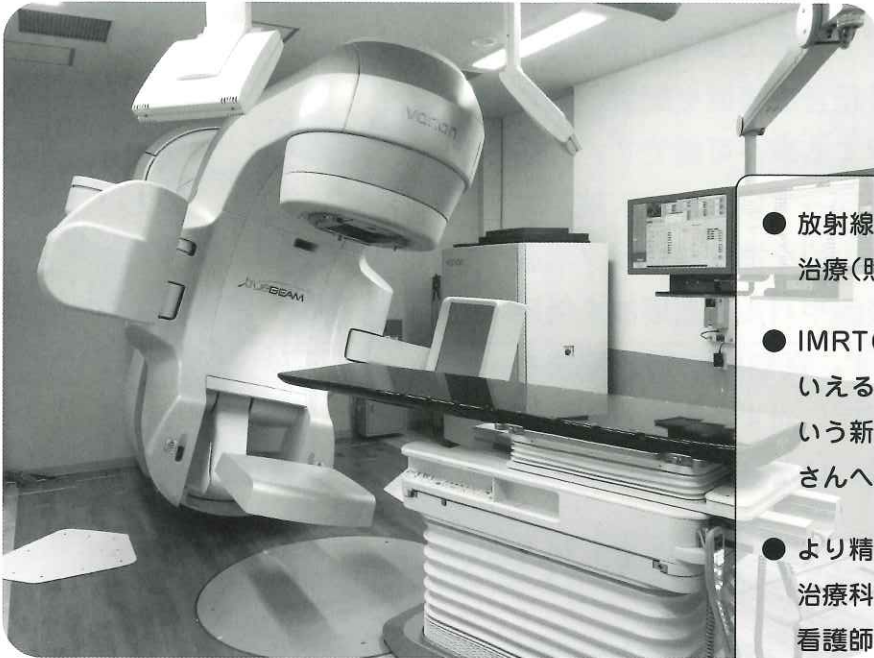
当院では糖尿病患者さんの療養をサポートするため、医師・薬剤師・看護師・管理栄養士・理学療法士・心理士など様々な職種が集まり、糖尿病療養指導支援チームとして活動しています。しかし、今年度は新型コロナウイルス感染症対策のため、糖尿病教室は中止とさせていただきます。

かわりに「**糖尿病教室だより**」として、毎月第3火曜日から1か月ごとに各職種が順番で、糖尿病療養生活に役立てていただける情報をお届けします。院内の外来診察室前で1か月毎に配布します。また、当院のホームページからでもご覧いただけます。

	配信・配布期間	担当
No.1	7月21日～8月17日	理学療法士
No.2	8月18日～9月14日	薬剤師 ①回目
No.3	9月15日～10月19日	薬剤師 ②回目
No.4	10月20日～11月16日	看護師(外来)
No.5	11月17日～12月14日	検査技師
No.6	12月15日～2021年1月18日	管理栄養士
No.7	1月19日～2月15日	臨床心理士
No.8	2月16日～3月15日	看護師(透析室)
No.9	3月16日～	内分泌糖尿内科医師

放射線治療再開

放射線治療システム（リニアック装置、治療計画装置）を更新し、6月1日(月)から治療を再開しました。



放射線治療装置

： True Beam (Varian 社製) (4,6,10MV X線、6~18Mev 電子線)

- 放射線出力エネルギー(率)が大きくなり、治療(照射)時間が短縮されています。
- IMRT(強度変調放射線治療)の進化系といえる VMAT(強度変調回転照射法)という新しい照射方法も可能になり、患者さんへの負担が軽減されています。
- より精度の高い治療を行うため、放射線治療科医師・診療放射線技師・放射線科看護師・事務員が連携しながら専門的な治療を行っています。

がん総合診療部

最新機種を用いた前立腺癌に対する回転型強度変調放射線治療(VMAT)

放射線療法は前立腺癌に対して有効であり、体に負担が少なく、手術のリスクが高い患者さんも安全に通院で治療が受けられます。周囲の直腸や膀胱など正常臓器の被曝を抑えながら、前立腺に高線量を照射するには、強度変調放射線治療(IMRT)が非常に有用です。当院では以前から年間あたり約70症例のIMRT治療実績が有ります。

上部お知らせにある治療装置は、最新の照射方法である回転型強度変調放射線治療(VMAT)が行えます。これにより1回10分程度で終了するさらに効率的な高精度治療が可能となりました。また、同時に採用されたX線モニターおよび寝台は、自動制御でミリ単位の位置あわせが行えます。

以上より、当院では、今後も前立腺癌の初回治療に加えて、手術後の再発に対しても、VMATを用いて出来る限り合併症を防ぎつつ効果的な治療を目指してまいります。



感染防止対策室

テイクアウトやデリバリーの利用時には食中毒に気を付けましょう

新型コロナウイルスの感染拡大を受け、テイクアウトやデリバリー販売が盛んになっております。飲食店内での食事の提供よりも、テイクアウトやデリバリー販売では、喫食までの時間が長くなり、食中毒のリスクが増大します。一般的に気温や湿度が上がる夏場は食中毒が多くなる傾向がありますので、特に注意が必要です。

そのため以下の点に注意しましょう。

【食中毒を予防するために】

- **すぐに持ち帰る**
寄り道の間には食中毒の原因菌が増えることもあります
- **放置しない**
車の中や直射日光の当たる場所などに放置するのはやめましょう
- **早めに食べる**
食べる前には手を洗いましょう
- **1回で食べきれる量を購入しましょう**
やむをえず取り置く場合は、事前にとりわけ冷蔵保存しましょう



オリジナル そよかぜクイズ

第一問

①②③を並べ替えて出来る言葉は何でしょう？

① 筋 ② 進 ③ 暗
王 ① 徳 記 ② 口 雨 ③ 間
路 学 海

第二問

ある遊園地の入場料は大人 700 円、子供が 500 円です。60 人の団体が入場したときの料金の合計は 34,400 円でした。このとき、大人と子供それぞれ何人でしょうか。



官製はがきにクイズの答え、住所、氏名、年齢、性別、職業、ご希望のプレゼント、広報誌「そよかぜ」のご感想をご記入いただき、

〒651-2273 神戸市西区糀台5丁目7番地1 西神戸医療センター広報担当
までおよせください。締切は令和2年11月末日。正解者3名様にプレゼント(図書カード2,000円分またはドトールバリューカード2,300円分)を進呈します。応募者多数の場合は抽選。発表は発送をもって代えさせていただきます。

51号の答え ▶ 野球、サッカー、ゴルフ

今回は、コロツケをご紹介します。

当院では、1個 60g と一般のコロツケより小さめサイズで、コロツケとカレーコロツケの2種類を提供しています。

〈コロツケ 1個 60g 当たりの栄養量〉

一人分：エネルギー 116kcal、たんぱく質 3.4g、塩分 0.1g

●材料(コロツケ1個分)

牛肉ミンチ 5g、豚肉ミンチ 3g、じゃがいも 30g、玉ねぎ 11g、塩 0.15g(少々)、こしょう 少々、小麦粉 3.5g(小さじ1強)、鶏卵 3.5g、生パン粉 4g、揚げ油適量

〈カレーコロツケ〉

コロツケの材料に【一人当たり★カレー粉 0.3g】を加えて作ります

●作り方

- ①玉ねぎはみじん切りにする。
- ②牛肉ミンチ、豚肉ミンチ、①の玉ねぎを炒め、塩、こしょうし、冷ましておく。
- ③ジャガイモは皮をむき、竹串がすっと通るくらい茹で、ゆで汁を捨て、ジャガイモが温かい状態につぶす。
★カレーコロツケを作る場合、カレー粉はここで入れる。
- ④マッシュしたジャガイモに②を加えよく混ぜ合わせる。
- ⑤小判形に形を整え、小麦粉、溶き卵、パン粉の順に衣をつける。
- ⑥170度の油で揚げ、取り出して油を切る。



コロツケにボイルキャベツと、中濃ソース小袋(8g：エネルギー 10kcal、食塩 0.5g)を添えて提供しています。

神戸市立
西神戸医療センターより
徒歩3分

globe garden nano

グローブガーデンナーノ 西神中央店

ランチタイム ピッツァ食べ放題!!

◆ランチメニュー

* パスタランチ

¥1,200(税別)

- ・サラダ
- ・パスタ
- ・食後のお飲み物

* ナーノランチ

¥1,600(税別)

- ・前菜5種盛り合わせ
- ・サラダ添え
- ・パスタ
- ・デザート
- ・食後のお飲み物

* スペシャルランチ

¥3,000(税別)

- (前日迄の要予約)
- ・前菜5種盛り合わせ
- ・サラダ添え
- ・本日のスープ
- ・今月のパスタ
- ・本日のメイン料理
- ・デザート
- ・食後のお飲み物

イタリアの街角をイメージした一軒屋。石釜で焼き上げるピッツァ。西区近郊の有機野菜・淡路島の契約農家からの玉ねぎなど食材にこだわり。旬の食材を使ったイタリアン。季節のいい時期には緑いっぱいのガーデンテラスでお食事も楽しんでいただけます。



■営業時間／ランチタイム 11:00~14:30 (L.O)
ディナータイム 17:30~21:00 (L.O)

ディナータイムはコースメニューとアラカルトメニューをご用意しています。
ディナータイム 限定 ワインbuffet ¥1,200(税別)90分制
お料理に合わせ楽しんで下さい。

<http://www.nano-italy.co.jp/seishin/index.html>



グローブガーデンナーノ 西神中央店
〒651-2273 神戸市西区梶台5丁目2番5号
TEL:078-993-1033
■定休日 水曜(不定休) 駐車場:35台

プレんティの LINE

お友だち登録しよう!

毎週木曜日
お得な情報・クーポン配信!

他にも、プレんティのリアルタイム
情報が見れるアプリも続々登場!



※詳しくは店内掲示のポスターをご覧ください。



PLENTY
SEISHIN CHUO
105のショップ&レストラン

神戸市営地下鉄「西神中央」駅降りてすぐ!!

営業時間 10:00~9:00
飲食及びサービス店等は営業時間が異なります。
〒651-2273
神戸市西区梶台5丁目2番3号
TEL:078-992-0001(代)



ケータイからもアクセスできます www.plenty.jp