

そよかぜ

第42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／平成 29 年 4 月
編集人／総務課長 民部 正幸

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

神戸市立西神戸医療センター



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



うらかな春の訪れとなりましたが、皆様方におかれましてはいかがお過ごしでしょうか。

当院は4月1日付で、地方独立行政法人 神戸市民病院機構に経営移管し、神戸市立西神戸医療センターとなりました。市民病院になることで神戸市だけでなく国からも公的支援が受けられるようになり、新たな医療機器の導入、いずれは来る病院の建て替えなど大型の投資に対応しやすくなります。経営形態が変わりますが、職員や診療内容に変化はございませんので、今まで通りご利用くださるようお願い申し上げます。

私どもは救急医療だけでなく、高度先進医療を神戸西地域の皆様に提供することを目指しております。特にがん診療については、神戸大学医学部附属病院、中央市民病院とともに市内3番目の国指定地域がん診療連携拠点病院としてトップクラスの診療実績をあげております。更にごがん診療のレベルを上げる目的で、今年度中にPET-CT検査機器の導入を予定しております。この機器が神戸西地区にないため、患者さんには遠くの施設まで行って検査を受けていただいております。導入によりそのようなご不便をおかけすることもなくなります。PET-CT検査によってがんの診断と治療が早期に行えますので、がん患者の方々には福音となるものと確信いたしております。

今後とも、健全な経営を続けて、神戸西地区の皆様健康を守り、いざという時に頼れる病院として、更なる診療機能の充実を図ってまいります。どうか皆様のご理解、ご支援を賜りますようお願い申し上げます。



院長
田中 修

診療科紹介 (病理診断科)

病理診断科は、患者さんと直接お会いすることのない科ですが、病理診断を通じてほぼすべての科の患者さんと関わります。尿や痰、乳腺穿刺などで採取された細胞や、胃カメラや大腸カメラ、骨髄穿刺、気管支鏡検査などで採取された生検組織、また手術室で行う手術によって切除された患者さんの臓器は、病理診断科に運ばれ、病気の名前や進行度などを確定するための、病理診断という顕微鏡を用いた非常に重要な検査が行われます。病理診断は適切で最善の治療方針を決める上で、近年特に欠かせない情報の一つとなっていて、各診療科の医師と連絡を取りつつ、時には特殊染色や遺伝子検査を追加して慎重に診断を行います。当科には、医師3名、検査技師6名が所属しており、年間約8000の病理診断、約8500の細胞診断を行っています。全員が一丸となって、精度の高い病理診断、迅速で誠実な対応を心がけています。



平成29年度 糖尿病教室のご案内

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。

毎月1回糖尿病教室を開催していますので是非ご参加下さい。

日時：毎月第3火曜日 13:30から約1時間

※4月と12月は休講です

場所：地域医療ホール

参加無料！予約不要！

どなたでもご参加頂けます♪

当日の朝10時に大雨・洪水・暴風または大雪警報が発令されている場合は中止となります。



| 開催日 | 今日のテーマ |
|-------|--|
| 5月16日 | 糖尿病ってどんな病気？ 今日から始める！ ～食事のポイントお教えします～ |
| 6月20日 | 義肢装具士に学ぶ！正しい靴の選び方 あなたの足を守ろう！ 毎日できるフットケア |
| 7月18日 | 歯磨きのコツお教えします！ 歯を守るためにできること ご存じですか？ラジオ体操の“コツ” |
| 8月15日 | 糖尿病から起こる神経障害 ここが知りたい！糖尿病薬 |
| 9月19日 | その噂ほんと？糖尿病にまつわる噂 風邪をひいて食欲がない もしもの時の対処法 |

当院は、認定がん相談支援センターの認可を受けました

平成 29 年 1 月 1 日付で神戸市立 西神戸医療センターは、認定がん相談支援センターに認可されました。これは、特定の専門教育を受けた認定がん専門相談員 2 名（兵庫県下認定者 4 名のうち）を有し、国が示す種々のがん相談支援体制の要件を充足させ、一定基準以上のがん相談支援活動を行っている施設として、全国 417 施設ある国指定地域がん診療連携拠点病院のうち、14 施設が受けている認可制度です。（全国認定施設一覧参照）

神戸西地域の住民の皆様、地域の医療従事者の皆様の『がん治療について詳しく知りたい』『仕事や医療費、療養生活について相談したい』『不安で気持ちがづらい』などといったがんに関連するニーズにさらにお応えすることができるよう、今後も専門性や質の高いがん相談支援の提供を行い、がん診療のさらなる充実を責務に努めてまいりたいと思っております。

今後とも神戸市立 西神戸医療センターがん相談支援センターをご活用頂きますよう、宜しくお願ひ申し上げます。

全国認定がん相談支援センター施設一覧

| 都道府県 | 施設名 | 都道府県 | 施設名 |
|------|----------------|------|---------------|
| 北海道 | 北海道がんセンター | 愛知 | 愛知県がんセンター中央病院 |
| | KKR 札幌医療センター | 大阪 | 大阪医療センター |
| 埼玉 | 埼玉県立がんセンター | 兵庫 | 西神戸医療センター |
| 千葉 | 千葉県がんセンター | 島根 | 島根大学医学部附属病院 |
| 福井 | 福井県済生会病院 | 福岡 | 九州がんセンター |
| | 福井赤十字病院 | 福岡 | 福岡県済生会福岡総合病院 |
| 長野 | 佐久総合病院佐久医療センター | 福岡 | 九州病院 |

国立がん研究センターがん対策情報センター HP より

http://www.ncc.gp.jp/jp/cis/project/certification/hospital_list.html

神戸市立 西神戸医療センターがん相談支援センター * ご相談された内容は守秘されますので、安心してご相談ください。

相談日時：平日 9:00 ~ 17:00（予約なしで可 予約をご希望の方は電話での予約も可）078-997-2200 (代)
電話相談：あり 受付窓口：3F 受付 6 番 相談費用：無料

感染防止対策室

感染防止対策室
山崎 貴之

消毒剤についてのミニ知識

<主な市販の消毒>

★ 消毒用アルコール製剤

市販製品：消毒用エタノール、消毒用エタノールIPなど。

主な特徴：①引火性のため注意が必要。

②ノロウイルスやロタウイルスには効果が乏しい。

③傷や粘膜には使用できない。

・消毒用エタノール <酒税がかかります>

・消毒用エタノール IP <酒税がかからない>

* 上記 2 剤の消毒効果はほとんど同じです。価格の差は酒税です。

★ 次亜塩素酸ナトリウム製剤

市販製品：ハイター®、ブリーチ®、ミルトン®など。

主な特徴：①ノロウイルスやロタウイルスにも有効。②金属を腐食させる作用あり。

③酸性にすると塩素ガスを発生（まぜると危険です）。④脱色作用がある。

⑤基本的に希釈し適切な濃度にする必要あり。

* ドアノブなどに使用した場合は、しっかりと拭き取らないと金属が変色することがあります。

★ ベンザルコニウム塩化物・ベンゼトニウム塩化物

市販製品：オスバン®、キレイキレイ®など。

主な特徴：①におい・刺激性・腐食性が少ない。②粘膜にも使用できる。



ご使用の際は製品の説明書(使用上の注意)を確認し、正しい使用方法で消毒を行ってください。
購入時や使用に際し、不明な点がある場合は薬局・薬店の薬剤師に相談してください。



<元気な身体(筋肉)を保つには>

国民健康・栄養調査(平成26年)によると、65歳以上の方の約18%が低栄養の傾向にあると報告されています。低栄養が進むと、筋力と筋肉量の低下(サルコペニア)が起こりやすく、将来転倒する(こけてケガをする)危険性、あるいは寝たきりになる危険性が高くなります。それらを予防するためには、食事と運動の両方が大切になります。

☆アスリートも注目! 分岐鎖アミノ酸

サルコペニアを防ぐ食事の工夫として、「朝昼夕の3食食べること」「バランス良く食べること」が基本となりますが、**運動直後の約30分以内にたんぱく質(分岐鎖アミノ酸)を摂取することがおすすめです。**

分岐鎖アミノ酸は乳製品に多く含まれています。食事と運動の両方に気を配り、元気な身体(筋肉)を保つよう心がけましょう。



☆おすすめ健康レシピ

“混ぜるだけで簡単に作れる”ラッシー

(1人分:エネルギー 160kcal、たんぱく質 6.9g)

<材料>

- ・プレーンヨーグルト…………… 100g
- ・牛乳…………… 100ml
- ・砂糖…………… 小さじ 2
- ・レモン汁…………… 小さじ 1

<作り方>

- ①清潔なボウルに牛乳、ヨーグルト、砂糖、レモン汁を入れてよく混ぜる
*泡立て器を使うと混ぜやすくなります
- ②グラスに、①を入れて完成
*運動前にとって冷蔵庫で冷やしておくと、運動後すぐに飲むことができます



オリジナル そよかぜクイズ

?あ₃A?
C?
?

第一問 次の五つの漢字はある共通する「部首」をそれぞれ取り去ったものです。さてその部首は何でしょう?

- ①市 公 古 尾 春
- ②日 各 音 人 一
- ③立 由 寺 馬 干

第二問 次の数式の口に入るのはどれでしょう?

$$72 \square 18 \div 6 = 75$$

— + × ÷ の中から選んでください。

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
までお寄せください。締切は平成29年7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。

41号の答え

第一問 オシドリ カナリア ヒグマ トナカイ バッタ トンボ

第二問 A=18 B=12 C=5 D=45

病院からののお知らせ

2016年
11月



がん教室

「がんのリハビリテーション
～QOLの向上を目指して～」
を開催しました。

2016年
12月



がん教室

「消化器がんの抗がん剤治療」
を開催しました。

2017年
1月



がん相談支援センター
「笑いヨガ」を開催しました。

火災避難訓練
を実施しました。



2017年
1月

こんにちはコンサート
を開催しました。

2017年
2月



globe garden nano

グロブガーデンナーノ 西神中央店

神戸市立
西神戸医療センターより
徒歩3分

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。



◆ 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

■ 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>

ランチタイムピッツァ食べ放題!!



グロブガーデンナーノ 西神中央店
〒651-2273 神戸市西区糀台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@クーポン
START!**

毎週木曜日にお得なクーポン配信!

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!



※詳しくは館内掲示のポスターをご覧ください。



たのしい
いっしょに!
★★★★



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



年中
無休

ケータイからもアクセスできます www.plenty.jp