

そよかぜ

第44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 12 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)



— PET導入！がん治療は更なる飛躍へ —

2013年3月に、神戸西地域周辺住民の皆様のがん医療のニーズに応えるために、がん総合診療部を設立しました。2015年4月には、『地域がん診療連携拠点病院』に厚生労働省から指定されました。

がん診療において最も大切なことは、早期発見・早期治療とされています。2018年早々から、PET-CT装置の稼働を予定し、準備を進めています。PET-CT装置は、陽電子放射断層撮影：PET (Positron Emission Tomography) とコンピュータ断層撮影：CT (Computed Tomography) を組み合わせ、2つの画像(機能画像：PET, 形態画像：CT)を融合することで、診断精度の向上や検査時間の短縮を図ります。PET検査は、がん細胞が通常細胞に比べて3倍～8倍のブドウ糖を取り込む性質を利用します。ブドウ糖に近い成分の薬剤であるFDGと呼ばれる放射性物質を体内に静脈注射し、その放射性物質の『がん』への集まりを見るという検査になります。『がん』の他臓器への転移を含めたがん病巣の広がり、『がん』治療後の再発の観察に大いに役立ちます。

今後も、がん総合診療部では、多職種のスタッフが円滑なコミュニケーションで将来を見すえて、新たな医療サービスを提案し実現出来るよう挑戦していきます。

住民の皆様のご支援をお願い申し上げます。



副院長兼
がん総合診療部長
竹内 康人



【PET-CT装置】

診療科紹介 (神経内科)

神経内科をご存知でしょうか？ときに、心療内科や神経科と混同されることがあるのですが、神経内科は脳神経や筋肉の病気を専門とする診療科で、いわゆる「こころの病気」を対象とする診療科ではありません。当院の神経内科ではオールラウンドに神経内科全般の診療が可能ですが、入院で最も多い疾患は、脳梗塞です。それに続いて、てんかんや髄膜炎・脳炎が多くなっています。一方、外来を新たに受診されるのは、頭痛やめまい、手足のしびれ、物忘れの方が多いです。継続して外来通院されているのは、パーキンソン病をはじめとする神経難病の方が多いです。近隣で神経内科専門医が少ないため、外来患者数が多く、また、神経内科の新患患者の診察には時間がかかるため、外来の待ち時間が長くなりご迷惑をおかけしております。脳梗塞や認知症については、当院での継続的な診療はむずかしく、地域の医療機関への通院をお願いしております。

他の医療機関と連携し、今後も地域の中核病院としての機能を担っていけるよう努力したいと思います。



骨密度測定装置を移設しました！

PET-CT装置導入に伴い、地階から3階中央放射線部へ骨密度測定装置を移設し、2017年10月4日より骨密度測定検査を3階で実施することになりました。(毎週水曜日)

本検査は、整形外科、産婦人科、乳腺外科、免疫血液内科、内分泌・糖尿内科などの診療科からオーダーがありますが、もちろん、地域連携のある紹介患者さんも地域の先生方から地域医療室へFAXオーダーをいただければ受け入れをおこなっています。

当院ではDXA(デキサ)法という方法で、腰椎だけでなく大腿骨頸部での骨密度測定もおこなっており、あお向けで10分程度寝ていただくだけで検査ができます。

当院の過去3年の実績として、平成26年度は575人(1,020部位)、平成27年度は615人(1,104部位)、平成28年度は676人(1,276部位)と、ゆるやかですが右肩上がりとなっています。加齢や閉経のほか、骨の健康を損ねる不規則な食生活やダイエットなどの生活習慣、骨の新陳代謝に影響を及ぼす関節リウマチ・副甲状腺機能亢進症などの疾患や、さまざまな治療でのステロイド薬の使用がある人も骨粗しょう症になりやすいため、検査数増加につながっていると考えています。

骨量は一度減少したら自然に増加させることは難しいですが、普段からバランスの良い食事をとり、運動を毎日の習慣に取り入れ骨量の低下を防いだ上で、骨量を増やす薬での適切な治療をすれば、個人差はありますが正常値に近づくとわれています。

是非、骨粗しょう症の予防に骨密度検査を受けてみて下さい。



【骨密度測定装置】
Hologic社製 Discovery Wi

がん相談支援センター 電話相談も行っています

がん相談支援センターは、がん患者さん・そのご家族、その方々の周りの方すべての人が、がんに関する困りごと・不安などを相談できる場所です。当院かかりつけではない方でもどなたでもご利用いただけます。相談者の方が正しい情報を得て、治療や生活について考えることができるように、がん専門相談員がお話を伺い一緒に考え、また、必要な情報の提供をさせていただきます。相談内容は病気、治療やその副作用、療養生活、仕事、医療費や社会資源に関することや、不安やつらさなど、様々なご相談に、プライバシーが守られた個室で対応させて頂いております。

なお、当院がん相談支援センターでは、直接お越しになれない場合でも、電話で対応させていただく『電話相談』も行っております。どうぞご利用ください。

相談日：月曜日～金曜日（祝日を除きます）

受付時間：9：00～17：00

3階6番受付で受付を行っています。

電話相談の方は、078-997-2200(代)にご連絡いただき、「がん相談をお願いします」とお伝えください。電話相談の時間は、20分とさせていただきます。



がん患者・家族サロン ♪クリスマスコンサート2017♪



日時：2017年12月15日（金） サロン：13：00～ コンサート：14：00～

場所：地域医療ホール（病院東隣）

がん患者さんの歌唱、職員有志による楽器の演奏や合唱を予定しております。

みなさまのご参加をお待ちしております。



感染防止対策室

副室長
山本 剛

咳エチケットはマナーです

冬季にインフルエンザが流行します。インフルエンザの主な症状は「せき」や「くしゃみ」、「はなみず」で、ウイルスなど病原体を含んだ飛沫を直接あびれば感染（飛沫感染）の機会が増えます。飛沫を防止するには「咳エチケット」が必要です。

- ・咳やくしゃみをする時はハンカチやティッシュで口と鼻を押さえましょう。
- ・咳やくしゃみをする時は他の人から顔をそむけて1m以上離れましょう。
- ・使用したティッシュはすぐに捨てましょう。
- ・咳やくしゃみをしている人にはマスクの着用をうながしましょう。
- ・マスクを使用する場合は説明書をよく読み正しく着用しましょう。



<寒い冬を元気に過ごそう>

冬になり、寒く乾燥した日々が続いています。体が冷えると、体調を崩しやすくなります。バランスの良い温かい食事で体の調子を整えましょう。

◇どうしたら食事のバランスが良くなるの？

食事のバランスを整えるためには、毎食ご飯やパン、麺類だけでなく、たんぱく質や野菜も摂ることが大切です。1日に必要な野菜の量は350gですが、国民健康・栄養調査(平成28年度)によると、その平均摂取量は、この10年間で約300gから約270gに減少しています。1食あたりの野菜摂取量の目安(120g)は、生野菜だと両手1杯分、温野菜だと片手1杯分になります。体も温まるスープで、普段の食事に野菜を取り入れてみるのはいかがでしょうか。



Let's eat!



◇おすすめ健康レシピ



“野菜たっぷり” ぽかぽか中華スープ

*汁物は1日1杯を目安に
(1人分:エネルギー 150kcal、たんぱく質 9.6g、塩分 0.9g)

<材料>

- ・豚肉(コース) …………… 40g
- ・小松菜 …………… 2束(70g)
- ・人参 …………… 25g
- ・タマネギ …………… 25g

- A. 水 …………… 1.5 カップ
- A. 中華スープの素 … 1.5g (小さじ1/2杯)
- A. しょうゆ …………… 小さじ1/2杯
- A. おろししょうが …………… 小さじ1/3杯
(チューブでは約1cm)

<作り方>

- ①小松菜を3cmの長さに、人参をせん切りに、タマネギをくし切りにする。
- ②豚肉、人参、タマネギを炒めた後、小松菜を加え、さっと炒める。
- ③Aを加え煮る。



オリジナル そよかぜクイズ

第一問

文字を並べ替えて3つの単語にしてください。

①キウイリンオランゾ

ヒント 動物園の人気者。



②ケロトシラミ

ヒント 色と模様の違う日本猫が3匹!

第二問

日本の都道府県でしりとりをしました。さて空欄に入る都道府県はどこでしょう?



福井 → ① → ② →

栃木 → ③ → 福島

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30年3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。

43号の答え

第一問 ①タイ ②ツル ③ウマ

第二問 ①カニの足 ②4年 ③鉛筆18ダース

※ 病院からのお知らせ ※

骨密度測定室が3階に移動しました。
詳しくはP5の
「骨密度測定装置を移設しました!」
をご参照ください。



待合室



骨密度
測定室

中央階段

▼ 中央放射線・内視鏡
センター受付

骨密度
測定室

新しい骨密度測定室は
3階中央放射線・内視鏡センター受付
の正面です。

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!!

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>



グローブガーデンナーノ 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。

PLENTY

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 朝10:00~夜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