

神戸市立 西神戸医療センター広報誌

# そよかぜ

第50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/令和元年 12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)



## 「診療体制のさらなる充実に向けて」

当院は平成6年8月に開院して以来、神戸西地域に根付いた医療を目指してきました。今年が開院後満25年を迎え、次の四半世紀に向けて診療体制のさらなる充実を図っています。

地域の最大のニーズである救急医療については、4月に神戸市立医療センター中央市民病院から救急専門医を迎えて救急科を新設し、救急患者さんの受け入れを着実に増やしています。がん診療においては、放射線治療装置リニアックをより短時間で高精度に行える新機種に更新すべく、10月より工事を行なっております。大掛かりな工事のため再稼働は来年の6月となり、その間は皆様に多大なご迷惑をおかけしますが、ご理解のほどよろしくお願い申し上げます。手術支援ロボット（ダヴィンチ）についても、より精密で安全な治療が可能になる新機種への更新を本年度中に行う予定にしております。

今後も高度に専門分化していく先端医療を取り入れていくことが重要と考えていますが、一方で高齢化に伴い複数の疾患を抱えた患者さんが増えており、狭い専門領域では対応しきれないことも多々あります。4月に新設された総合内科は、多くの問題を持ち、どの診療科で診てもらったらいいか分からない患者さんの窓口になり、専門診療科の橋渡し役として活躍しています。

当院では皆様の普段の慢性疾患管理や健康相談などのために、近所に「かかりつけ医」を持つことをお勧めしています。9月に「メディマップ」という、タッチパネルでかかりつけ医を検索できるツールを外来に設置しましたので、外来での待ち時間の合間などにご利用ください。

これからも皆様のご信頼を得られるよう改善を進めていく所存ですので、ご理解、ご支援をよろしくお願い申し上げます。



副院長  
永澤 浩志

## 外来診療受付時間のご案内

令和元年 12 月

1. 外来診療受付時間は AM8:45~AM11:45 となっております。
2. ただし、下記の診療科については外来診療受付終了時間が異なりますのでご注意ください。

受付	診療科	月	火	水	木	金
1	歯科口腔外科	~11:00	~11:00	~11:00	~11:00	~11:00
	脳神経外科	~11:45	~10:30	~11:45	~11:45	~10:30
2	呼吸器内科 <sup>※1</sup>	~11:45	~11:45	~11:45	~11:45	~11:00
	泌尿器科	~10:30	~10:30	~10:30	~10:30	~10:30
3	整形外科	~10:45	~10:45	~10:45	~10:45	~10:45
	耳鼻いんこう科 <sup>※1</sup>	~11:00	~10:30	~11:00	~10:30	~11:00
4	眼科 <sup>※1</sup>	~11:00	~10:30	~11:00	~10:30	~11:00
	皮膚科 <sup>※1</sup>	~11:45	~11:45	~10:30	~11:45	~11:45

※1 初診時に、紹介状の必要な診療科は下記のとおりとなっております。

眼科、内分泌・糖尿内科、耳鼻いんこう科、皮膚科(水曜日)、呼吸器内科(金曜日)

※2 精神・神経科は、完全予約制となっております。(医療機関からの事前予約が必要です。)

精神・神経科通院中の方は、予約外で受診していただけます。

## 救急外来診察案内

令和元年 12 月

<b>診察時間外</b> 土・日・祝祭日(全日) 及び 平日(月~金) 17:00~翌9:00	内科系	毎日
	外科系	【外科・消化器外科、整形外科、脳神経外科、呼吸器外科、泌尿器科、形成外科】のうち毎日1診療科
	小児科	毎日(17:00~24:00)
	眼科	日※(9:00~17:00まで) } できずれか1診療科 月・水・金(17:00~翌9:00) ※日曜日の眼科、耳鼻いんこう科は、10:00~となります。
	耳鼻いんこう科	
	皮膚科	
放射線診断科 放射線治療科		

◎ 診療科は変更となる場合があります。



**コンビニエンスストア  
お弁当・日配品・お菓子**



神戸市西区糀台5丁目7-1  
神戸市立 西神戸医療センター内 2F  
TEL・FAX:078-992-8091

## ❀ ご寄付のお願い ❀

新しい医療に対応するためには、常に最新の機器整備をおこなう必要があります。そのためには多額の資金が必要となり、財源の確保に日々苦慮しているところです。

皆様に寄付という形で当院の運営に共に携わっていただきたいと思っておりますので、金額の多寡に拘わらずご支援を賜りますようお願い申し上げます。なお、当院にご寄付いただいた場合は、税制上の優遇措置を受けることができます。



担当：事務局総務課総務係

電話 078-997-2200(代表)

Fax 078-997-2220

〈西神戸医療センター店〉営業時間のご案内

平日 8:00~19:30 土・日・祝日 8:30~17:30

## 診療科紹介（腎臓内科）

腎臓は、尿の生成、水・電解質など体内バランスの調整、血圧の調整、造血ホルモンの産生、骨の健康維持など様々な機能を果たしております。これらの機能が失われると、生命維持困難となり、腎代替治療（透析など腎臓の代わりにする治療）が必要となります。現在、透析患者数は30万人を超え、またその予備軍である慢性腎臓病（CKD）患者数は増加傾向です。慢性腎臓病の原因として、生活習慣病に起因する疾患が増えてきており、これらに対応するため、当院では、看護師・管理栄養士を始めとしたチーム医療（多職種連携）、さらには地域のかかりつけ医との病診連携に取り組んでおります。また、当院ではこれらの腎臓病の初期の、軽度の検尿異常から早期に的確な診断（腎生検）をして治療を開始し、腎機能低下の進行を最小限に抑えるよう努めています。腎機能が廃絶した場合は、腎代替療法として患者さんの希望や状態によって血液透析、腹膜透析、腎移植の中から最適な治療法を選択して頂いております（腎移植については大学病院へ紹介しております。）

腎臓病は自覚症状がないことが多く、また進行すると元にはもどりません。早期発見のために、まずは住民健診など検診を毎年受けられることをお勧めします。

## 「がん患者さんのための仕事と暮らしの相談会」のご案内

がん相談支援センターでは、社会保険労務士による「がん患者さんのための仕事と暮らしの相談会」を開始致しました。10月より毎月第3水曜日13時30分から、予約制でおひとり1時間の面談をお受けしています。

社会保険労務士とがん専門相談員が連携して、がん治療を受けている患者さん・ご家族の「仕事と治療の両立と暮らし」について相談をお受けし必要な情報を提供致します。

「病気のことを話したら退職を促された」「休職中の生活費や治療費が心配」「仕事復帰したいけど今までどおり働けるか不安」「傷病手当金や雇用保険について知りたい」など、労働問題や社会保険等に関する専門職である社会保険労務士のアドバイスが受けられます。

相談会は西神戸医療センターに受診中のがん患者さん・ご家族を対象としています。がん治療と仕事の両立について心配なことがあれば、ご遠慮なく相談会をご利用下さい。



- \* 相談日時：毎月 第3水曜日（祝日を除く）13時30分～16時30分
- \* 相談料は無料です \* 予約は3階受付6番で受け付けております
- \* 事前にごがん専門相談員との面談をおすすめします

## がん市民フォーラムを開催しました

11月2日(土)西神戸医療センター横、地域医療ホールにおいて第22回がん市民フォーラム inKOBÉ が開催されました。がん市民フォーラムは市民の皆さんに対して、最新の治療情報をわかりやすく提供し、がんの正しい知識を深めて少しでも不安軽減につながるよう講演を行っています。

今回は「大腸がん」をテーマに3つの講演がありました。1つめは「大腸がんを早く見つけて切らずに治す～大腸内視鏡検査と内視鏡治療について～」、2つめは「大腸がんの薬物療法～抗がん剤と免疫療法について～」、3つめは「大腸がんの外科治療～最近の低侵襲手術～」と検査・診断・治療(内視鏡、薬物、手術)について動画や図を用いながら、分かりやすく話されました。当日は行楽日和の中、123名の参加があり、座席は前列から埋まり熱心にメモを取られる方もおられ、がんについて学び自分が受ける医療を知ろうとする意識の高さがかがえました。ご来場頂いた方、ありがとうございました。

次回、第23回のがん市民フォーラムは2月29日(土)10時～12時、神戸市勤労会館にて、テーマは「多発性骨髄腫」で開催予定です。



## 感染防止対策室

### インフルエンザの流行期に備えて

感染防止対策室 山崎貴之

#### <インフルエンザにかからないように>

- ① インフルエンザワクチンを接種することは、発症予防・重症化抑制の効果があります。
- ② 流水・石鹸による手洗いをしっかり行いましょう。アルコール性手指消毒剤も有効です。
- ③ 加湿器などを使って適切な湿度(50～60%)を保つことも効果的です。
- ④ 十分な休養とバランスのとれた栄養摂取を日ごろから心がけましょう。
- ⑤ マスク着用を心がけましょう。

#### <インフルエンザの治療薬>

～発症から48時間以内に開始すると、発熱期間は通常1～2日間短縮されウイルス排出量も減少します。～

##### <ウイルスの増殖を抑制>

- 【飲み薬】 タミフル 1日2回 5日間  
【吸入薬】 リレンザ 1日2回 1回2吸入 5日間  
イナビル 単回吸入 2本吸入 <10歳未満は1本吸入>  
【注射薬】 ラピアクタ

##### <ウイルスを直接攻撃>

【飲み薬】 ゴフルーザ 単回服用

\*ウイルスに直接攻撃する作用を有するため、有効性が期待されていますが、従来のお薬と比べ耐性ウイルスの発生が10～25%と高率に認められており、耐性ウイルスであれば罹病期間が2日程度長くなってしまいう問題点もあります。

### インフルエンザ予防対策!!



## 当院のメニュー紹介



クリームソースを使った当院のメニュー  
【つくねのクリームソースがけ】

今回は、アレンジ自在のカレー風味クリームソースをご紹介します！市販品を使って、簡単に作れるレシピです。当院では、鶏つくねにかけて「つくねのクリームソースがけ」として提供しています。他にも、白身魚、野菜など、いろいろな食材にかけてお楽しみいただけます。

### 《簡単！カレー風味クリームソース》

一人分：エネルギー 93kcal、たんぱく質 1.6g、塩分 0.6g

#### ●材料（一人分）

ホワイトソース…50g	サラダ油…2g(小さじ1/2)
水……………10cc	カレー粉…0.2g(お好みの量)
玉葱……………30g	塩……………0.2g(少々)
マッシュルーム…5g	こしょう…少々

#### ●作り方

- ① 玉葱はみじん切りにする。マッシュルームは食べやすい大きさに切る。
  - ② フライパンにサラダ油をひき、玉葱を炒める。
  - ③ 鍋にホワイトソース、水、①の玉葱、マッシュルーム、カレー粉を入れて火にかけ、混ぜる。
  - ④ 塩・こしょうで味を調える。
- お好みの食材にかけてお召し上がりください！

★ホワイトソースから手作りしたい！という方は・・・

### 《手作りホワイトソース》

#### ●材料（一人分、ホワイトソース約50g分）

薄力粉……………4g
無塩バター……………5g
牛乳……………50g
コンソメ……………0.6g

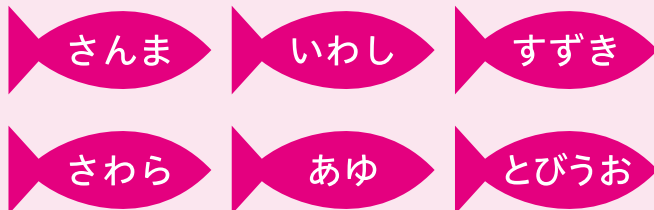
#### ●作り方

- ① 鍋にバター、薄力粉を入れ、焦げないように弱火でよく炒める。
- ② 牛乳を少しずつ入れ、よく混ぜる。コンソメを加える。

## オリジナル そよかぜクイズ

### 第一問

下の6つの中で、仲間はずれはどれでしょう？



### 第二問

下のひらがなを並べ替えると、ある言葉が出来ます。どんな言葉でしょう？

- ① くおんぴりっ ヒント：もうすぐ！
- ② ふうたらねむり ヒント：下から目線？
- ③ くらじながらすし ヒント：長寿です。

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。締切は令和2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。

49号の答え ▶ 第一問 ①上手 ②一寸 ③利益 第二問 6+5+4-3=12

# ● ● ● ● ● 病院からのお知らせ ● ● ● ● ●

11月2日(土)西神戸医療センター横、地域医療ホールにおいて  
第22回 がん市民フォーラムを開催しました。たくさんのご参加ありがとうございました。

**第22回 がん市民フォーラム in KOBE**  
 テーマ:大腸がん  
 開催日時: 2019年11月2日(土) 10:00~12:10 [開場9:30]  
 参加費無料 定員200名

神戸市立  
西神戸医療センターより  
徒歩3分

## globe garden nano

グロブガーデンナーノ 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

お友だち登録しよう!

毎週木曜日に  
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!



※詳しくは館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 10:00~21:00

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](http://www.plenty.jp)