

そよかぜ

第65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 6 年 2 月
編集人／総務課長 森下 健次

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

神戸市立西神戸医療センター

検索

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



神戸市立西神戸医療センター事務局長の尾西です。いつも当院の運営にご協力いただき、誠にありがとうございます。

皆さまもご存じのとおり、マイナンバーカードを利用した健康保険のオンライン資格確認が開始され、当院でも、顔認証付きカードリーダーをすべての受付窓口を設置して「マイナ保険証」に対応しています。

「マイナ保険証」をご利用いただくと、患者の皆さまには次のようなメリットがあります。
○顔認証付きカードリーダーでご本人確認と保険証の資格確認が一度に短時間で行え、スムーズな受付が可能になります。

○おくすり手帳の内容や特定健診等のデータを電子カルテに取り込んで、診察室で閲覧できるようになります。

○健康保険証（保険者）の変更があっても、新たな保険証の発行を待たずに引き続きマイナンバーカードで受診が可能です。

○高額療養費制度をご利用の場合、患者さんの同意があれば、いちいち保険者に申請しなくても病院窓口のカードリーダーで「限度額情報を提供する」を選択することにより、制度の利用が可能になります。

※ただし、公費医療受給者証（指定難病受給者証など）や福祉医療受給者証（こども医療費受給者証など）は引き続きご提示が必要となります。

このように、「マイナ保険証」には多くのメリットがありますので、是非ご利用をお願いします。

また、当院では「医療費後払いサービス」がご利用可能です。事前にスマートフォン等でクレジットカードをご登録いただくことにより、診察終了後に会計をお待ちにならずにそのまま帰宅できる大変便利なサービスです。是非ご活用ください。

当院では、引き続き患者さんへのサービス向上に取り組んでまいりますので、これからもご支援をよろしくお願いいたします。



事務局長
尾西 健一

神戸市立 西神戸医療センター外来診療のご案内

1. 診療科目

総合内科、脳神経内科、糖尿病・内分泌内科、腎臓内科、免疫血液内科、呼吸器内科、消化器内科、循環器内科、腫瘍内科、緩和ケア内科、精神・神経科、小児科、外科・消化器外科、乳腺外科、整形外科、脳神経外科、呼吸器外科、皮膚科、泌尿器科、産婦人科、眼科、耳鼻いんこう科、形成外科、放射線診断科、放射線治療科、歯科口腔外科

2. 休診日

土曜日・日曜日・祝祭日

年末年始(12/29～1/3)は休診日です。

3. 診療受付時間

診療受付時間は原則 8:45～11:45 です。

「**受診に関する注意点**」をご参照ください。

また、特殊外来は予約制となっております。

4. 診療時間

9:00～17:00

受付 1

免疫血液内科					
診察室	月	火	水	木	金
125	午前 交替 午後 橋本	末 木	新 里	井 本	山 本
112		午前 橋本			
113					午後 交替
脳神経外科					
診察室	月	火	水	木	金
113	細 田	交 替	午前 蘆田 午後 脳血管内 治療外来	午前 西原 午後 脳腫瘍外来	午前 岩橋
112	2・4週午前 蘆田			午前 交替	
歯科口腔外科					
診察室	月	火	水	木	金
101	岩 城	平 井	高 橋	午前 岩城 午後 高橋	平 井
112			2・4週午前 岩城		
形成外科					
診察室	月	火	水	木	金
121	午前 小熊 午後 平位	午前 交替	午前 平位 午後 小熊	午前 小熊 1・3週午後 野村	午前 平位
112	1・3・5週 午前 交替				

受付 1

総合内科					
診察室	月	火	水	木	金
114	交替	尾下	宮川	尾下	宮川
循環器内科					
診察室	月	火	水	木	金
111	江 尻	吉 開	永 澤	土 岐	大 末
112	午後 永澤			午後 交替	
122			鈴 木		斉 藤
脳神経内科					
診察室	月	火	水	木	金
123	石 尾	柳 原	石 尾	柳 原	坂 戸
124		竹 島			
糖尿病・内分泌内科					
診察室	月	火	水	木	金
124	孫		孫	藤 原	許 林
腎臓内科					
診察室	月	火	水	木	金
122	午前 垣田 2・4週午後 大塚	長谷部		中 田	
112			午後 腹膜透析		垣 田

受診に関する注意点

・糖尿病・内分泌内科、腎臓内科および歯科口腔外科の初診は紹介状持参患者さんのみとなっております。

受付 2

消化器内科					
診察室	月	火	水	木	金
212	安 達	熊 谷	島 田	林	高 田
213	山 本	尾 下	隅 田	北 出	井 谷
呼吸器内科					
診察室	月	火	水	木	金
214	桜 井	木 田	多 田	瀬 瀬	吉 岡
215	午後 徳重	三 輪	午後 濱崎	益 田	午後 岩林
泌尿器科					
診察室	月	火	水	木	金
201	宮 崎	添 田	1・3・5週 宮崎 2・4週 中保	金 丸	添 田
203	大 城	午後 慢性 泌尿器疾患	宇都宮	中 保	1・3・5週 金丸 2・4週 宇都宮

受付 3

外科・消化器外科					
診察室	月	火	水	木	金
301	塩田	伊丹	松浦	山本	畑
302	畑	西崎	横山	午前 中尾 午後 京極	吉野
整形外科					
診察室	月	火	水	木	金
303	吉田	伊勢	原	吉田	伊勢
304	長田	阿部	池尻	阿部	久保田
耳鼻いんこう科					
診察室	月	火	水	木	金
311	午前 甲藤 午後 井上		午前 井上 午後 清水		午前 小西池 午後 清水
312	午前 小嶋 午後 小西池	交替	甲藤	交替	小嶋

受診に関する注意点

・耳鼻いんこう科の初診は紹介状持参患者さんのみとなっております。

受付 4

眼 科						
診察室	月	火	水	木	金	
402	三 河	堤 野	三 河	貴 志	吉 田	
403	貴 志	交 替	吉 田	交 替	堤 野	
小 児 科						
診察室	月	火	水	木	金	
411 (午前)	山 口	松 原	川 崎	堀	岩 田	
411 (午後)	アレルギー-外来②	乳児検診	小児神経	アレルギー-外来①	心臓外来	
413 (午前)	平 海	金	1・3・5週 仲田 2・4週 山口	内 藤	和 田	
413 (午後)	慢性疾患外来①	乳児検診	未熟児外来	予防接種 アレルギー-外来③	慢性疾患外来②	
皮 膚 科						
	診察室	月	火	水	木	金
初 診	420	石 川	鷲 尾	福 田	鷲 尾	上 田
再 診	421	鷲 尾	吉 田	1・3・5週 鷲尾 2・4週 交替	上 田	石 川

受診に関する注意点

・眼科の初診は紹介状持参患者さんのみとなっております。
・皮膚科の水曜日の初診は紹介状持参患者さんのみとなっております。

受付 5

精神・神経科					
診察室	月	火	水	木	金
501			岡田(滋)		
502	1・3・5週 午前 内田 2・4週 内田	奥小路	植本	内田	午前 奥小路
503	岡田(将)		山木		

その他の 注意点

- ① 1人2科まで受診できます。
- ② 健康診断(就職・進学用のみ)は、電話予約のみ受付しております。
健診内容等によりお受けできない場合があります。(海外留学用は行っておりません。)
- ③ 初めのご来院、または月初めにご来院される際は、保険証をご持参ください。
- ④ 外来受付時間及び担当医師は変更する場合があります。

※院内にも車イスは若干数ございますが、車イスをお持ちの方はご持参いただきますようお願いいたします。

受付 5

産婦人科					
診察室	月	火	水	木	金
511	午前 柴田 午後 別宮	佐原	竹内	中川	交替
512		午前 別宮 午後 小菊	午前 中川 午後 森上		柴田
513	竹内	森上	近田		小菊

受診に関する注意点

・精神・神経科は再診患者さんのみとなっております。
・産婦人科512室の診療は再診の予約妊婦さんのみとなっております。

受付 6

免疫血液内科					
診察室	月	火	水	木	金
604		大西			
602					市川
腫瘍内科					
診察室	月	火	水	木	金
602				午前 南	
消化器内科					
診察室	月	火	水	木	金
601		午前 中田		輔 齋 / 後 畑	勝山
緩和ケア内科					
診察室	月	火	水	木	金
602	午前 安藤	午後 安藤	午前 安藤	午後 安藤	
呼吸器外科					
診察室	月	火	水	木	金
603					午後 足立
604	本山		中西		大政
乳腺外科					
診察室	月	火	水	木	金
601			午前 川西 / 奥野		
603	川西 / 奥野		奥野 / 川西	川西 / 奥野	午前 奥野 / 川西
放射線診断科					
診察室	月	火	水	木	金
604				午前 桑田	
地下診察室2	交替	交替		交替	交替
放射線治療科					
診察室	月	火	水	木	金
地下診察室1	大石	河邊	河邊	妹尾	河邊
循環器内科					
診察室	月	火	水	木	金
601	内田				

受診に関する注意点

・乳腺外科は完全予約制となっております。
・放射線診断科の地下診察室2は医療機関から地域医療室を通じて検査予約を取った患者さんのみとなっております。

外来診療受付時間のご案内

令和6年2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	～11:45
2	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*	～11:00	～10:30	～11:00	～10:30	～11:00
4	眼科*	～11:00	～10:30	～11:00	～10:30	～11:00
	皮膚科*	～11:00	～11:00	～10:00	～11:00	～11:00
6	免疫血液内科		～10:30			～11:45

※ 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、糖尿病・内分泌内科、耳鼻いんこう科、皮膚科(水曜日)、歯科口腔外科、腎臓内科

なお精神・神経科は、初診患者さんの診療を行っておりません。

救急外来診療案内

令和6年2月

診療時間外 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、乳腺外科】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) } いずれか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。

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いますので、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：事務局総務課経理契約係 電話 078-997-2200(代表) Fax 078-997-2220

肺を元気にして、のばそう健康寿命！ ～高齢者に多い、肺炎、COPD、肺がんの話～

健康寿命とは、「健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間」のことです。我が国の2019年の健康寿命は男性72.68歳、女性75.38歳で、平均寿命とは男性で約9年、女性で約12年の差があります。健やかで心豊かな活力ある生活を長く続けるためには、健康寿命をのばすことが必要です。健康寿命をのばすために様々な取り組みがありますが、肺を元気にすることも健康寿命をのばすひとつの方法です。肺のはたらきは、年齢とともに低下していきます。年齢とともに肺の伸び縮みする力が弱くなり、呼吸のはたらきも低下していきます。また、呼吸に必要な筋肉のはたらきも低下していきます。肺のはたらきを低下させないために、4つのことをすすめます。

- ① 禁煙
- ② 肺の病気を発病することを予防する
- ③ 身体活動（全身のからだの活動）の低下を予防する
- ④ 体重を維持する



喫煙は、肺のはたらきを悪くする一番の原因です。肺の病気も起こりやすくなります。喫煙している人は1日でも早く禁煙することで健康寿命をのばせます。また、肺炎や様々な肺の病気で、かかったあとに肺のはたらきが低下することもあります。手洗い、うがい、口の中の衛生、インフルエンザや新型コロナや肺炎球菌のワクチン接種などで肺炎を予防し、肺の病気にかからないようにしましょう。呼吸の筋力は全身の筋力が低下するといっしょに低下します。日頃からからだを動かし、全身のからだの活動をよくすることで肺のはたらきもよくなります。また、栄養は十分とって、体重を減らさないことも呼吸の力に必要です。

高齢者に多い呼吸器の代表的な病気

1) 肺炎

高齢者では、咳や痰や発熱などの症状がなく、食欲がない、元気がないなどの症状で肺炎のこともあります。いつもと違うと思えば医療機関に相談受診しましょう。肺炎の原因となる細菌の中で最も多く、重症になりやすい肺炎球菌に対しては、65歳以上の高齢者は肺炎球菌ワクチン接種がすすめられ、一部医療補助もあります。

2) COPD(慢性閉塞性肺疾患)

COPDの原因の90%以上は喫煙です。階段や坂道の登りやからだを動かした時の息切れ、慢性の咳や痰が症状です。診断にはスパイロメトリーという呼吸機能検査を行います。禁煙して、気管支拡張薬などの吸入療法、呼吸リハビリテーション（口すぼめ呼吸や腹式呼吸などの呼吸訓練、運動療法、栄養療法など）を行い、進行を抑えることができます。

3) 肺がん

我が国のがんで亡くなる方は肺がんが最も多く、男性は1位、女性は大腸がんに次いで2位です。肺がんの治療は、外科治療、放射線療法、薬物療法があり、がんの広がり方、がんのタイプ、からだの状況、ご自身の希望など総合的に判断して決めていきます。非小細胞肺がん（特に腺がん）というタイプでは、発がんや悪性化の直接的な原因となる遺伝子（ドライバー遺伝子）を調べて、適応すれば治療効果の高い分子標的薬を使って効果がでています。また、薬物療法の中で免疫療法として近年では免疫チェックポイント阻害薬が多くのがんで使われ、肺がんにも効果を認めています。



心臓リハビリテーションについて

西神戸医療センター 循環器内科 医長 大末 剛史

急性心筋梗塞や心不全など心臓病を発症し入院すると、心臓の機能低下に加えてしばらく安静を強いられるため体力が低下します。また心臓病を一度発症した患者は同じ病気を再度発症する危険性が高いため、再発予防への取り組みが非常に重要となります。心臓リハビリテーションは運動療法のみならず、教育やカウンセリングなど多要素のアプローチが含まれています。心臓リハビリテーションは、心臓病発症により低下した体力を運動療法で回復させてさらには心臓病が再発しないよう予防法を学び実践していくための治療プログラムです。

心臓リハビリの対象疾患は、医療保険制度により定められた、急性心筋梗塞、狭心症、慢性心不全、心臓術後、大血管疾患、末梢動脈疾患、経カテーテル大動脈弁置換術後、の7つの疾患群です。当院では心臓血管外科がないため主に急性心筋梗塞、慢性心不全を中心にリハビリを行っています。

入院後、治療により病状の安定が得られ次第、まずはベッドサイドから運動療法と生活習慣指導を始めます。ストレッチ体操や筋力トレーニング、歩行練習、エルゴメーターを使用した運動を医療スタッフの監視のもとで行います。運動療法中には胸痛、不整脈、心臓発作などが起こる可能性がありますので救急機器を整備するとともに心電図をモニターしながら運動を行います。看護師や薬剤師、管理栄養士など多職種スタッフから個別の生活習慣指導などを受けることで、心臓病やその予防法について詳しく学び、再発予防に取り組むことができます。

退院後は外来通院リハビリを実施します。外来通院リハビリに参加することにより、運動療法の効果が上がり再発予防に関する知識や経験も多く得られます。心臓リハビリテーションプログラムの保険適応期間は原則として150日（5か月）間です。病状や医師が必要と判断した場合は、150日を超えて継続する場合があります。生涯にわたって心臓リハビリをすることで、再入院の予防や体力の維持につながります。運動のやり方や強さは心機能や元の体力などによって調整が必要なため、安全性を確認しながら進める必要があります。

※現在、院外からの心臓リハビリテーションの依頼はお受けしておらず、院内に限っていることをご留意ください。



糖尿病教室の紹介

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・臨床検査技師・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。

糖尿病教室については、新型コロナウイルス感染症対策のため一時休止していましたが、令和 6 年度より再開いたします。令和 6 年 5 月より令和 7 年 3 月までの 11 回にわたって、毎月第 3 火曜日の 13:30 から約 1 時間程度、チームメンバーが中心となって講義を行います。糖尿病患者さんやそのご家族、糖尿病に関心のある方は、ぜひご参加ください。

令和 6 年度のスケジュール

※講義テーマ等は変更する場合がありますので、ご了承ください

開催日	テーマ
令和 6 年 5 月 21 日 (火)	糖尿病ってどんな病気？／糖尿病・内分泌内科医師 今日から始める！お食事のポイント／管理栄養士
6 月 18 日 (火)	足を守ろう！毎日できるフットケア／看護師 メタボリックシンドロームについて／糖尿病・内分泌内科医師
7 月 16 日 (火)	お口の健康について（仮）／歯科衛生士 運動療法って何？運動療法の基本のお話／理学療法士
8 月 20 日 (火)	その噂、ほんと？／糖尿病・内分泌内科医師 風邪をひいて食欲がない！シックデイ・ルール知っていますか？／看護師
9 月 17 日 (火)	糖尿病から起こる神経障害（仮）／脳神経内科医師 ここが知りたい！糖尿病薬／薬剤師
10 月 15 日 (火)	糖尿病に合併する皮膚症状（仮）／皮膚科医師 こころとからだ～糖尿病におけるストレス～／臨床心理士
11 月 19 日 (火)	糖尿病から起こる腎臓病（仮）／腎臓内科医師 糖尿病と検査／検査技師
12 月 17 日 (火)	守ろう！あなたの腎臓 ～今からできる透析予防～／看護師 年末年始に気をつけよう！食べ方のポイント／管理栄養士
令和 7 年 1 月 21 日 (火)	糖尿病と心臓や足のはなし（仮）／循環器内科医師 ラジオ体操のコツ、伝授します！／理学療法士
2 月 18 日 (火)	眼を守ろう！糖尿病網膜症ってなに？／視能訓練士 ここが知りたい！糖尿病薬／薬剤師
3 月 18 日 (火)	目指せ全問正解！糖尿病クイズで総復習！／検査技師 塩分摂り過ぎていませんか？減塩のコツお教えします／管理栄養士

日時：毎月第 3 火曜日 13:30 から約 1 時間
場所：地域医療ホール（西神戸医療センター東隣）

参加費無料

予約不要

どなたでもご参加いただけます。

撮影、録画、録音はご遠慮ください。また、当日の資料配付は行っておりません。
 マスクを着用してご参加いただきますよう、よろしくお願いいたします。



睡眠時無呼吸症候群（SAS）とは

睡眠時無呼吸症候群（SAS）とは、睡眠中に呼吸が止まる、または浅く・弱くなることにより日常生活にさまざまな障害を引き起こす疾患です。

一般的に SAS の重症度は AHI（無呼吸低呼吸指数）で表します。AHI とは 1 時間に 10 秒以上の無呼吸・低呼吸（呼吸が浅く・弱くなる状態）が発生する回数を示すものです。

SAS が疑われる場合、ご自宅でパルスオキシメータを使用し、簡易検査を行います。

簡易検査の結果、無呼吸による酸素低下が確認されたら、専門の検査施設や病院に入院して PSG 検査を行います。

医療機関の受診



簡易検査



PSG 検査



治療方針の決定

【簡易検査】

ご自宅で指先にセンサ（パルスオキシメータ）を装着し、血液中の酸素を測定します。



【評価項目】

- ・無呼吸による酸素低下状態

無呼吸があることで、体の中に酸素が取り込めず、酸素低下状態になります

【ポリソムノグラフィー（PSG 検査）】

PSG 検査は睡眠の検査ではもっとも精密な検査方法です。

さまざまなセンサを装着する必要があるため、専門の検査施設や病院に入院して行います。



【評価内容】

- ・無呼吸による酸素の低下状態
- ・無呼吸低呼吸指数
- ・睡眠の質（酸素低下状態になると、睡眠が浅くなり、睡眠の質が低下します）
- ・不整脈の有無

酸素低下状態になると、心臓に負担がかかり、不整脈が出現することがあります

当院では、簡易検査のセンサ装着説明、PSG 検査の各種センサの取り付けを臨床工学技士が実施しております。
医療機器に関するご質問は臨床工学技士までお問い合わせください♪