

ふしぎ自然紀行②
卵の砂化け? 石化け? チドリの巣と子育て——平松山治

健康にプロポーズ
夏バテ防止の健康法「昼寝」

シリーズ 情熱白衣②
院内8000歩の情熱——富原光雄

大阪赤十字病院93年のその時
その姿以上に大きな勇氣。窓からありがとう…。



科目	曜日	月	火	水	木	金	備考
一般内科		友野	武呂	川村	友野	有馬	
糖尿内科		隠岐	花岡	田中	隠岐	武呂	全て予約制
内分泌内科		田中	隠岐	武呂	田中	花岡	
血液内科		川村	有馬	通堂	赤坂	通堂	
消化器内科		米門	津村	大崎	杉之下	圓尾	
肝臓内科		喜多	大崎	木村	國立	高松	
胆・膵臓内科		蜂谷	辻	友野	辻	福山	
免疫・リウマチ内科		竹内	竹内	竹内			
腎臓内科		渡部	鄭	鄭	鄭	渡部	
循環器科		田中	垣田	桂川	田中	稲田	
心臓血管外科				南		南	
小児科		新居	金岡	田中	新居	金岡	
外科		岡本	亥埜	加茂	瀬尾	井ノ本	
整形外科		富原	担当医	富原	浅野	担当医	
リハビリテーション科		渡邊	渡邊	渡邊	渡邊	渡邊	
脳神経外科		担当医	岡本	担当医	岡本	高家	
神経内科		金田	竹内	安井	鈴木	加藤	
呼吸器科		吉村	久保	網谷	西坂	若山	

科目	曜日	月	火	水	木	金	備考
呼吸器外科			弘野	渡辺		中出	
産婦人科		加藤	姫野	松本	針田	三瀬	
泌尿器科		西村	西村	大森	西村	大森	
眼科		吉田	担当医	吉田	担当医	坂上	
耳鼻咽喉科		箕山	岩永	箕山	田邊	岩永	
皮膚科		本田	堀口	堀口	古瀬	堀口	
形成外科		大井	柴田	大井	大井	柴田	
精神神経科		吉田	早川	上田	土戸	吉田	
放射線科		石垣	藤堂	石垣	藤堂	藤堂	
歯科		柚木	杉立	松本	担当医	親里	

▶ 異動等により変更になる場合があります。各科外来にお問い合わせ下さい。

編集後記

「びりーぶ」夏季号をお届けします。夏に相応しい内容にしてみました。ところで、創刊号はいかがでしたでしょうか。皆様にアンケート調査をさせていただきましたところ、400通を超えるご意見をいただきありがとうございました。

その結果、8割近い方々から「面白かった」「ためになった」と励ましのお言葉をいただきました。今後「びりーぶ」で取り上げてほしいテーマについては、患者さんの体験記や声、医療の最新ニュース、各科の特徴を紹介してほしい等多くのご意見を頂戴いたしました。参考にさせていただきます。

また、大阪赤十字病院に対するご意見、ご要望もたくさんいただきました。改善すべき点多くご指摘をいただきましたので、一つ一つ誠意を持って改善に取り組んでいきたいと考えております。ご指摘ありがとうございました。

ところで、表紙について一言。表紙の作者は、新明塾の藤橋貴之さんです。藤橋さんは、本誌にも紹介させていただいておりますが、ハンディのある方ですが、いきいきとした、みずみずしい絵だとは思いませんか。ハンディを克服して、新しいことに挑戦する藤橋さんに私たちも学ぶことが多いのではないのでしょうか。「ぼくの絵をようけの人にみてほしい。やる気がでてくるさかい」この言葉に集約されていると思います。(NH)

卵の砂化け？石化け？

チドリのお巣と子育て



1 右に立っているおでこが黒い方がシロチドリのオス。すわっているのがメス 2 コチドリ 3 シロチドリのヒナ 4 シロチドリ 5 コチドリの卵 6 シロチドリの卵 7 イカルチドリの少し青っぽい色の卵

ツバメの若鳥たちが電線に並ぶ頃になりました。今年もたくさんヒナ鳥たちを無事巣立たせることができただでしょうか。

ツバメは、人間に巣の中の卵やひなを守ってもらうために人家の軒下などに巣を作るので、わたしたちにも簡単に見つけることができるのです。

すが、ツバメの巣なら、みなさんも一度は目にしたことがあると思います。ツバメは、人間に巣の中の卵やひなを守ってもらうために人家の軒下などに巣を作るので、わたしたちにも簡単に見つけることができるのです。

け見つけられないように、また、見つかったも近づけないようなどころに巣を作ります。例えば、コサメビタキという小鳥は、太い枝の上に、木の幹にはえているウメノキゴケなどを貼り付け、まるで木のこぶのような巣を作ります。ツバメも含めて、鳥たちの巣場より多く、より確実に残すため、長い年月をかけて進化してきた結果なのです。

今回は、おもしろい巣を紹介しましょう。日本では、シロチドリ・コチドリ・イカルチドリの3種類ですが、シロチドリは河口から海岸にかけての広い砂地に、イカルチドリは大きな河川の中流域の広い砂礫地に、コチドリはその両地域にまたがって棲んでいます。コチドリは、スズメ

つぎはヒナです。こんな巣でヒナを育てられるのでしょうか。シロチドリは、ふうすらの卵(さ)をそばに付けてくる卵)とはほぼ同じ大きさの卵を3卵産みます。コチドリは一回り小さい卵を4卵、イカルチドリは一回り大きな卵を4卵産みます。

より大きく、ムクドリよりは小さいぐらいの3種の中では最も小さく、ピーピー鳴いてちよっと神経質そうにみえます。イカルチドリは姿・形はコチドリとよく似ていますが、ずっと大きな鳥です。シロチドリは、大きさは中間ですが、ともかく何をやることも可愛い私のお気に入りの鳥です。

この3種類のチドリは、どの種もほとんど巣材を使わず、砂地や砂礫地に窪みを掘って巣にし、そこに直接産卵します。私が生息調査のため、その巣を探すときは、離れた場所から望遠鏡で、まず巣に座っている鳥を探します。何もない砂地や砂礫地では、簡単に卵を抱えている場所が判別してしまいます。自分たちの子孫をより多く、より確実に残すために、こんな巣でいいのでしょうか。

またまだ知恵があるのです。ヒナが隠れているあたりに近づくと、親鳥は飛べなくなるのです。いや、何と、飛べなくなった振りをするのです。これを擬傷といいます。飛ぶことのできないヒナから外敵を遠ざける行動です。

北小松のげんき村より、舞子浜を経て遠くびわ湖大橋を視野に入れた作品です。炎天下の公園で楽しむ仲間たちと空間を共有しながら、大きな桜の木の下に陣どり、スケッチしました。巨大な湖と宙を自分の世界にぐっと引き寄せる力を見せてくれました。彼の絵の中では水のモチーフが重要な役割をしているようです。

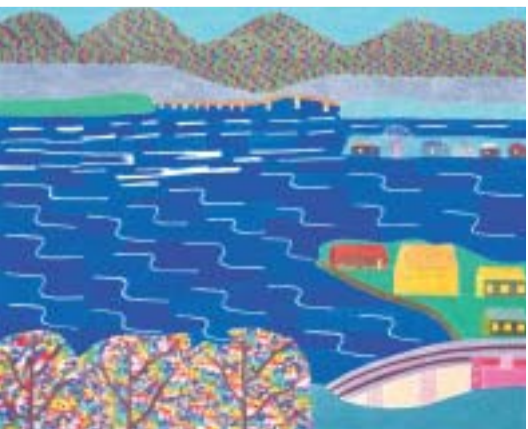
この3種類のチドリは、どの種もほとんど巣材を使わず、砂地や砂礫地に窪みを掘って巣にし、そこに直接産卵します。私が生息調査のため、その巣を探すときは、離れた場所から望遠鏡で、まず巣に座っている鳥を探します。何もない砂地や砂礫地では、簡単に卵を抱えている場所が判別してしまいます。自分たちの子孫をより多く、より確実に残すために、こんな巣でいいのでしょうか。

またまだ知恵があるのです。ヒナが隠れているあたりに近づくと、親鳥は飛べなくなるのです。いや、何と、飛べなくなった振りをするのです。これを擬傷といいます。飛ぶことのできないヒナから外敵を遠ざける行動です。

新明塾は京都東山の清水寺近くであり、25年以上も「ソノデイ」をもった人たちの歩みを進めてきた活動支援団体です。健康維持のための水泳やトランポリンの他に当初から美術サークルは週一回。仕事を終えた人たちが描き集まりました。藤橋貴之さんもその仲間ひとりでした。彼はこぼれ文字を上手に使いこなすことができませんが、新しいことに挑戦することをいとわなうたました。友だちの身になって考えられる優しさをもっています。

びわ湖遠望 (1999)

新明塾 藤橋貴之 (たかし) 昭和38年5月22日生



風鈴の音色を聞きながら...

夏バテ防止の健康法「昼寝」

「昼寝は八朔まで、炬燵は亥の子」。昼寝は旧暦8月10日頃まで、こたつは、旧暦の10月の亥の日の後という意味です。暑い夏の日中をしのごために昼寝はいいという先人の生活の知恵がうかがえますね。また、ヨーロッパの地中海沿岸や中南米の国々には、昼から午後3時まで休息をとる習慣「シエスタ」があります。この地方の夏は、非常に暑く、昼間は、一番気温が高いです。仕事などには、とても能率が悪いので、たつぷりと休んで、涼しくなった夕方近くから、また行動をはじめというわけです。とてもつらやましい話ですね。ちなみに「シエスタ」はスペイン語で、昼寝という意味です。

結果もあるそうです。では、昼寝をするには、どのくらいの時間が効果的なのでしょうか。人によって差がありますが、深い眠りに入るまでの15分〜20分が最適で、目覚めもよいでしょう。このくらいの時間なら、短い日本の昼休みにも、できそうです。少しの間でも脳を休ませてあげると、気分がリフレッシュされます。疲労回復はいうまでもなく、血圧も下がる効果もあると言われている昼寝。蒸し暑い夏、夏バテ防止のための、一番簡単にできる健康法、この夏ぜひ、ためしてみたいかがでしょうか。

「昼寝は八朔まで、炬燵は亥の子」。昼寝は旧暦8月10日頃まで、こたつは、旧暦の10月の亥の日の後という意味です。暑い夏の日中をしのごために昼寝はいいという先人の生活の知恵がうかがえますね。また、ヨーロッパの地中海沿岸や中南米の国々には、昼から午後3時まで休息をとる習慣「シエスタ」があります。この地方の夏は、非常に暑く、昼間は、一番気温が高いです。仕事などには、とても能率が悪いので、たつぷりと休んで、涼しくなった夕方近くから、また行動をはじめというわけです。とてもつらやましい話ですね。ちなみに「シエスタ」はスペイン語で、昼寝という意味です。



現在、おくすりの形(形)形といいますが、その服用法、使用法は多種多様になっています。飲み薬だけではなく、粉薬(散剤)、錠剤、カプセル剤、顆粒剤と種類があります。今回は飲み薬についてお話しましょう。

粉薬と錠剤、カプセル剤
薬は原料から抽出されたり、化学的に合成されたりして、本来粉や液体の形で作り出されます。粉薬(散剤)は、粉として作られた形をそのまま薬として使用するので、古くは非常に多い剤形でした。薬の吸収は良いのですが、光や湿度で変化しやすく飲ぶうらいのが欠点です。

錠剤、カプセル剤は、粉薬の欠点を補う剤形です。粉をそのまま固めた錠剤、粉を水で固めたカプセルがあり、基本的には一回一個を飲むように考えられています。

胃液で不安定な薬を、胃で溶けずに腸で溶けるようにした腸溶錠や口腔で溶けて早く吸収される舌下錠などもあります。今では、少しずつ薬の成分を放出する徐放剤、徐放カプセル剤(二日一回あるいは二回飲む)、二日中薬の効果をコントロール出来るカプセル剤は中に液体を詰めているのも出てくるようになりました。

液剤、顆粒剤
液剤は、薬の性質、効果を考えると液体でなければならぬもの他、固形を飲めない患者さんや子供さん用の剤形です。

固形を飲めない患者さん用に粉薬はありますが、その不安定さを改善するのに粒状にして表面をコーティングしたのが顆粒剤です。今では顆粒剤にも徐放性を持つよう工夫されたものがあります。

おくすりは患者さんの症状にあわせて選ばれます。飲み方、飲む量をきちんと守っておくべき時、生活のリズムにあわせて飲むべき時、生活の時は医師、薬剤師に相談ください。(第2副科課長 川原公仁子)

旬の野菜はおいしい元気!

四季野菜料理 食欲を刺激する夏の風物詩「茗荷」

食べると物忘れが、はげしくなる、と親からいわれたことがある「茗荷」。そんな記憶をお持ちの方も多いでしょう。今では、日本料理には欠かせないお薬味のひとつです。6月〜7月、一自分名前の荷(に)なって苦勞したということから「茗荷」と名づけられたと伝えられています。どうか、安心して、暑い夏の食欲不振を吹き飛ばしていただきます。世界で唯一日本だけが香辛野菜として



ちょっとためになる 栄養学 ②

ビタミンについて

テレビや新聞、雑誌など、さまざまところで「ビタミン」という文字をよく見かけます。また、薬局やコンビニエンスストアに行けば、数多くのサプリメントと並んでいます。このように我々の身辺に、存在するビタミンなのですが、体内でどのよう運動しているのでしょうか。

ビタミンとは、その物質が体内に存在しないとき特有な症状が出て、微量の投与により、その症状が劇的に回復します。その物質こそ「ビタミン」なのです。簡単に言うと「体内の潤滑油」といった感じでしょう。たとえば、機械に潤滑油を注がないと、スムーズに動かなくなります。また、ビタミンと一言にいても、色々な種類のビタミンがありますし、それぞれ効果や機能も違います。

この季節、特に重要なビタミンといえる「ビタミンB群」です。夏バテなどの疲労回復にはビタミンは欠かせないものです。特に豚肉、ウナギといった食品に多く含まれます。「王用の皿」にはウナギを頂く習慣があります。が、先人の知恵の正しさには驚かされるばかりです。

(表1) ビタミンB群の種類と効果

多く含む食品	主な作用・効果	
ビタミンB1	豚肉、ウナギ、豆類、玄米など	疲労回復、
ビタミンB2	レバー、ウナギ、牛乳、卵、納豆、青魚など	ストレス緩和、
ナイアシン	青魚、レバーなど	口内炎、
ビタミンB6	まぐろ、青魚、レバー、バナナなど	口角炎予防、
ビタミンB12	貝類、レバー、青魚、牛乳、卵など	白内障予防、
葉酸	レバー、豚肉、ほうれん草など	肌荒れ防止、
パントテン酸	レバー、牛乳、卵、納豆など	胃腸障害、
ピオチン	レバー、卵、卵など	食欲不振、

一日に必要なビタミンを摂るには野菜約300g以上、自家製として両手のひら一杯分は摂ることにしましょう。果物は一日100〜150g、約一個程度必要です。これら両方をあわせて摂ることにビタミンA、K、Cを充分摂取できます。やはり、ビタミンは食事から摂るのが基本的ですが、サプリメントなどはあくまでも補助的なものと考える程度でよいでしょう。

院内8000歩の情熱

健康的な笑顔で接する「よも葉

いい仕事はまず健康な身体づくりから



富原医師と大阪赤十字病院の出会い。昭和29年父親が法門坂病院に入院した頃から始まる。「まさか、将来自分がその病院の医師になるとは思っていなかった。とても不思議な縁を感じますね。」と古い写真を見ながら、懐かしそうに話真つね。黒に日焼けした富原医師へのインタビューが始まった。日焼けには、実は理由がある。前の日曜日にマウンテンバイクで、淡路島を一周してきたそうだ。「近大病院から、この病院に帰ってくるのが決まった時、これは体力をつけなければいけないと思いましたよ」。

富原医師と大阪赤十字病院の出会い。昭和29年父親が法門坂病院に入院した頃から始まる。「まさか、将来自分がその病院の医師になるとは思っていなかった。とても不思議な縁を感じますね。」と古い写真を見ながら、懐かしそうに話真つね。黒に日焼けした富原医師へのインタビューが始まった。日焼けには、実は理由がある。前の日曜日にマウンテンバイクで、淡路島を一周してきたそうだ。「近大病院から、この病院に帰ってくるのが決まった時、これは体力をつけなければいけないと思いましたよ」。

のがマウンテンバイク。体力をつけるために、毎朝4時に起きて出勤前にジョギングやマウンテンバイクで走ることを続けている。「夏は、自宅の八尾から奈良の法隆寺まで、片道1時間をマウンテンバイクで出勤前に走ることもありますよ。患者さんに『少し運動してください』と言って自分がしてないとね笑。スポーツをすることは、本当に身体にいいという事、特に空気が澄んでいる早朝の四季折々の景色は最高ですね」。実体験をもって患者さんに、運動を勧める富原医師は年間7000kmをマウンテンバイクで走ったこともある。

治そうという気力を与えるのも医師の仕事

最近患者さんと接していて、よく思うのが若い人がかく自分の事を話してくれないということ。



るより階段を昇り降りする方が早く、医師や看護師、職員はとにかく毎日かなりの距離を歩くことが日課になっている。「このあいだ、万歩計で計ったら、病院内だけで一日8000歩いました」。階段を昇り降りするのにも、体力が必要、と思つた富原医師。近大の病院時代は、今より体重が10kg重く、車通勤でほとんど体を動かすことがなかったという。そこで始めた

ちを持てるかどうか、一番大事なこと、ことをわかってほしいですね」。



鳥を周る富原医師

「どうしたんですか?」「痛い」「どこが痛いんですか?」こちらの問いに、ぼつぼつとしか答えてくれないんです。そんな患者さんに、まるで推理小説を解いていくかのように問診し、だんだんと相手が自分に心を開いてくれるのがうれしと話す。そうかと思うこの間は70歳の女性で、「先生、海外旅行に行きたいので、手術してください」とお願いにきた患者さんもおられた。「日本の高齢者の方は、まだまだ元気ですよ。整形外科医として、僕が思うのは、治療で僕達ができるのは、3割。あとの7割は患者さんの頑張りです。患者さん自身が自分で治そうという気持ち

ナースレポート 心ゆるる日々



ひろかわ まこ
弘川 摩子
昭和34年7月20日生まれ。昭和56年4月大阪赤十字看護専門学校卒業。同年4月、大阪赤十字病院に就職。21号病舎、精神科に6年配属。昭和62年3号病舎へ配属。平成元年、日本赤十字社幹部看護婦研修所(東京)での勤務を経て、平成2年帰阪。平成3年、係長に就任。平成13年、東2階病舎看護婦長に就任。現在に至る。(今年の3月より職名変更/看護婦長)趣味は、音楽鑑賞。

「子どもの頃に、遠藤周作、北杜夫の小説をよく読んでいて、弘川看護婦長が、看護という仕事に関心をもち始めたのは小説の影響が大きい。精神病を患う人を題材にしたものが多くて、子どもの頃から、人間の精神について、非常に関心が強かった。

自分自身の成長に気付くたび、患者さんの笑顔も増えている。

「子どもの頃に読んだ小説の世界が、今自分の現実となっている。自分が、精神を患っておられる患者さんに、どんなふうに関わりたいのかという、自分自身に興味を持ちました。患者さんに、社会復帰をしていただくことが、私達に課せられた任務。でも、どこよりも病院が居心地のよい場所と思っておられる患者さんもおられて。毎日、次々と考えさせられる事が多かつた日々でした」。看護の仕事について始めたの配属の時期、それは看護学校で学んだ技術的なことよりも、メンタルな部分が大切だった。そして、その頃の経験が今の弘川看護婦長の基盤になっていると語る。

「看護師は、責任が重い職業だけど、自分自身がすこ成長させてもらえる職業だと思っています。これから、成長が楽しみな若い看護師にも、自分というのを見つげながら、楽しくそして自信を持って歩んでほしいですね」。



弘川看護婦長が好きなミュージックのお気に入りCD、DVD

大阪赤十字病院98年のその時

その姿以上に大きな勇氣。窓からありがとう…。

「びょういんの木。大きな大きな木。あなたは、何をみたの?」

これは、小児気管支ぜんそくで、92年から当院で入院を繰り返した院内学級で勉強していた、東大阪市の岡村理君(当時9歳)が描いた絵本『びょういんの木(汐文社)』の一節です。びょういんの木とは、当院の正面玄関の左にあるヒコクラテスの木のことで、この木を主人公に病院へ出会った医師、看護師、友だちになった患者さんの事、そして、病室の窓から見える木が、何かを語りかけているように、生きることの喜び、悲しみが綴られています。岡村君の絵本は、共和教育映画社から映画化されました。

第二子を当院で出産された加藤千佳さんには、メタセコイヤの木に元気づけられたというお話が当院に寄せられました。加藤さんの第三子は、誕生初日から、保育器の中で葉を授与しなければならぬ状態で、シヨックと不安でいてもたってもいられない時、窓際から見えるメタセコイヤの巨木にふと「この樹はいっから生きているのだろ。きつと戦火もくぐり抜けて、この排気ガス一杯の都会の真ん中で、よくここまで大きくなったなあ」と感心した。「どうぞその生命力をわが子に与えてください。」と祈り続けたと聞きました。そして、第三子の名を「樹里」と命名されたそう。

昭和初期、当院は、世界各国から集められた木を植え、かつては、蘇鉄園、椰子園、噴水園、噴水、鳥・動物舎などある、立派な庭園がありました。現在は、大木だけが、当時の面影を伝えています。

患者さんからの声

Q 自転車の駐輪場を増やしてください。
A 現在、当院では新築工事が行われているため、駐輪場の増設は困難であり、利用者の皆様には御不便を掛け、誠に申し訳なく存じます。場内の自転車の整理に努めますので、皆様にも御協力の程、よろしくお願ひ申し上げます。

Q 病棟の新築にあたり、旧病棟のステンドグラスや、現在は使われていない昔の郵便ポストなどを何らかの形で、是非残してください。
A ご関心を寄せていただいて、ありがとうございます。南病棟(1号から5号病舎)、北病棟(11号から14号病舎)にあるステンドグラスは、解体時に取り外し、再利用可能なものについては、新本館の病棟周りに使用する計画になっております。また、郵便ポストなどの施設内外にあります記念物についても、新病棟内に残すよう考慮しており、今後その設置場所等については検討してまいります。



「びょういんの木」岡村理君・絵(汐文社刊)



(左)2号病舎に設置されているステンドグラス
(右)5号病舎にある郵便ポスト(現在は使われていません)

毎日ちょっとマイテック

MY CHECK 夏バテ対策

日本の夏は高温多湿のため、汗を異常にかく季節です。汗をかくことにより体温を調節したり、体内の水分量を調節するほか、疲労のもとになる物質の排出や自律神経のバランスを整えたりしています。しかし、汗の量は多すぎても、少なすぎてもよくないのです。よくない汗をかき続けていることが夏バテの原因のひとつにもなります。そこで夏の季節に「いい汗」をかくための効果的な水分のとり方、運動、生活の工夫を紹介しましょう。

- なにか行動を起こす30分前にコップ1杯の水を飲む**
水を飲んだあと、背竹を踏む
- 毎日の散歩でいい汗をかく訓練をする**
- 毎日2時間以上外気に触れ自律神経をきたえよう**
- 昼食にたんぱく質、夕食にワイン**
- 食後のツボ押し**
- お風呂で温度調節機能を刺激**
- ドライヤーで健康な汗を促す**

病氣と仲良く付き合う術

水虫の季節

「水虫を治せる薬を作ったらノーベル賞」と言われたことがありました。水虫はそれほど治りつらい、と言ったことなのでしょう。でも、本当に水虫は治らないものなのでしょうか。

◆**角層にすむ水虫菌**
水虫の原因は、皮膚の表面を覆う角層に寄生した白癬菌です。白癬菌はカビ(真菌)の一種であり、角層のケラチンを代謝し、生存します。繁殖力の旺盛な菌では決してなく、適度な湿度と適度な湿度がなければ繁殖できません。

◆**水虫はかぶれと同じ**
足のゆびの間が赤くなって痒くなった、小さな水泡ができて角層が剥けたりする、小さな水疱ができて角層が剥けたりする、という症状は、白癬菌に対する炎症反応によるものです。リンパ球が皮膚の浅いところを集まり、炎症を起こし、表皮を作り替えて白癬菌を追い出そうと働いているためです。また、免疫力の低下した場合や菌の繁殖の少ない場合には炎症反応は強くなり、かわりに表皮が角層を厚くして防衛します。

◆**環境の改善**
水虫の治療でもっとも大切なことは、白癬菌の生育しやすい足の環境を改善することです。乾燥させ清潔に保てば、白癬菌は十分に繁殖できず、人間の

皮膚表面の免疫力により次第に少なくなり、水虫は治癒します。スリッパを履くとか、普段は素足しているなどして、足のゆびの間の風通しをよくすることが大切です。

◆**根気長い治療**
白癬菌の細胞は強い細胞壁で覆われています。また、胞子はさらに強くできています。そのため菌自体を消滅させることはなかなか難しかったのですが、最近では白癬菌の細胞壁を破壊する薬剤が開発され、以前よりずっと水虫を治すことが容易になりました。1日1回の塗布で十分ですが、症状のない部分にも菌は侵入していることが多いので、広い範囲に塗ることが大事です。

◆**まっぴらした診断**
水虫はかぶれと同じですから、水虫と同じ症状をあらわすかぶれもあります。足にできる湿疹は水虫とよく似た症状を示します。水虫だと思っても自己判断で売薬に頼るのではこじれてしまうこともあります。いちど皮膚科専門医の診察を受け、角層を削って顕微鏡で白癬菌を確認してもらい、水虫であるというきちんとした診断を受けることが何よりも大切です。

外来のご案内

- | 診療科目 | | | |
|-------|-------|-------------|--------|
| ●内科 | ●循環器科 | ●心臓血管外科 | ●脳神経外科 |
| ●外科 | ●整形外科 | ●リハビリテーション科 | ●産婦人科 |
| ●神経内科 | ●呼吸器科 | ●呼吸器外科 | ●気管食道科 |
| ●泌尿器科 | ●眼科 | ●耳鼻咽喉科 | ●精神神経科 |
| ●皮膚科 | ●形成外科 | ●麻酔科 | |
| ●放射線科 | ●歯科 | ●小児科 | |

受付時間（月～金）
 初診の方 —— 月曜日～金曜日 午前8時30分～午前11時30分
 再診の方 —— 月曜日～金曜日 午前8時45分～午前11時45分
 診療開始は —— 午前8時45分からです

お問い合わせ
 ☎06-6771-5131(代表)

診療券は
 診療券は全科共通で永久に使用いたします。ご来院時には必ずお持ちください。

保険証等は
 保険証、医療証等は月に1度窓口で確認させていただきます。また、変更・更新の際は必ずご提出ください。

診察券が変わります



新診察券のデザイン



『びりーぶ』創刊号でご紹介いたしました、本年8月から導入予定のオーダリングシステム（診察室で設置されたコンピュータにより、即座にお薬、検査、会計等の入力を行い、患者様の待ち時間の短縮を図るシステム）に対応できる、磁気データ入りの新しい診察券への切替え

を現在行っております。今お持ちの診察券がまだ古いものでしたら、お手数をおかけいたしますが、再診等でご来院の際に外来受付で、また検査等でご来院の際は玄関ホール①番窓口で交換いたしますので、ご協力くださいますようお願い申し上げます。



せせらぎの音が涼しげなフォンテーヌ上七公園 円形藤棚のある石ヶ辻公園 小橋公園につながる産湯福荷 滝のある東高津公園



TOPICS FILE
トピックス & ニュース



救護訓練

サッカーワールドカップ対策の医療訓練行われる

5月24日、当院においてサッカーワールドカップ開催時の集団災害発生を想定した救護訓練が行われました。大会期間中、長居スタジアムやミナミの繁華街において暴動が発生した場合、多数のけが人が当院に搬送されることが予想されたため実施したもので、この日は病院職員や看護専門学校の学生ら約80名が参加しました。午後2時、「長居スタジアムの周辺等で騒乱、暴動



搬送された模擬患者から話を聞く看護師ら(訓練)

等が起こり多数の傷病者が発生し、約30名の傷病者が本院に搬送される」との想定で院内放送され、間もなく次々と運び込まれる模擬患者を相手に医師らは応急処置を行うなどし、騒然とした雰囲気の中、参加者は真剣に訓練に取り組みました。当院では長居スタジアムで試合が行われた6月10日から24日までの期間中、災害医療特別体制を敷き、集団災害の発生に備えました。また、試合開催日には当院からも長居スタジアム

ムへ救護班が派遣され、救護所を開設し観客らの応急処置にも努めました。

新本館建設工事順調
地上部分鉄骨組立工事進行中

平成16年1月開院を目指して進めております大阪赤十字病院新本館建設工事は、患者様をはじめ皆様方のご理解とご協力により順調に進捗しており、4月から地上部分の鉄骨組立工事に着手し、6月末で7階床部分までが全て完了し、引き続き、8・9階部分の工事を行っております。また、各階床部分のコンクリート打設工事や、外壁及びバルコニーの取付作業も併せて行っており、地下部分の配管等設備工事にも順次着手しております。現在、鉄骨組立工事や、外壁の取付作業等で活躍しています2台のタワークレーンは、高さが約50mありますが、8月頃には更に約65mの高さまで高くなります。このタワークレーンを使用して今後も作業を行い、今年の年末には地上14階（高さ約60m）の新本館外装が姿を現します。今後も「心のかような高度の医療」を目指して、職員一丸となって取組んでまいりますので、新病院建設へより一層のご理解とご協力の程よろしくお祈りいたします。また、当院では、新病院のことを少しでもご理解



初夏の慰問

全日空よりスズラン800束のプレゼント

6月6日の朝、当日の朝に摘み取られたスズラン800束が、大阪赤十字病院に届けられ、入院患者さまにプレゼントされました。この行事は全日本空輸株式会社様のご好意で昭和31年から始まり、今回で47回目を迎えます。

午前10時45分、病院正面玄関に到着された全日空客室乗務員の方から、大阪赤十字病院院長・看護部長にスズランが贈呈されました。

その後、平成10年に新築された東棟3階の各病室の患者さま一人ひとりに「早くよくなってくださいね」とメッセージカードを添えてスズランを手渡され、患者さまは「早く元気になって北海道へスズランを見に行きたいです」と笑顔で可憐なスズランの花を受け取っておられました。

客室乗務員の方はスズランをお渡しすることで「逆に患者さまの方から元気を頂いた気がします」と語られ、感極まって涙を流しておられる姿がとても印象的でした。

▶スズランの花とともに元気の風が病室に



講習会 & 相談会

当院では、診察とは別に様々な講習会・相談会を行っております。関心をもたれた方は、是非ご参加下さい。

- ①開催日時 ②場所 ③対象者 ④講師・代表者
 ⑤その他(特に記載がなければ、会費は無料)

1. 内科
お問い合わせ先は内科外来(407)へ

- 糖尿病教室（1コース4回実施）
 ①毎週木曜日(第5週は除く)13時30分から15時30分まで
 ②内科外来19番 栄養相談室
 ③糖尿病の患者様とその家族(当院での受診の有無は問わず)
 ④医師、看護師、管理栄養士

●外来患者栄養相談

- ①月曜日から金曜日までの毎日午前中
 ②内科外来19番 栄養相談室
 ③当院外来診察において、主治医から相談指示を受けた患者様
 ④管理栄養士

●潰瘍教室

- ①第1月曜日(16時から17時まで)
 ②内科外来19番 栄養相談室
 ③当院外来診察において、主治医から参加指示を受けた患者様(予約制)
 ④内科医師

●入院患者栄養相談

- ①月曜日から金曜日までの毎日

- ②内科外来19番 栄養相談室
 ③当院入院中で、主治医から指示を受けた患者様(予約制)
 ④管理栄養士

●大阪日赤みどり会（日本糖尿病協会、大阪糖尿病協会加盟）

- ③糖尿病で、大阪赤十字病院で医学的治療を受け、糖尿病教室を受講した人、及び役員会で承認した人。
 ④患者会、医師、看護師、管理栄養士
 ⑤医療社会事業部にて入会受付一泊研修やウォークラリーなどを通じて、健康管理や衛生指導、及び会員同士の親睦を図ります。
 入会費¥1,000、年会費¥2,000。内科外来にて、活動内容を掲示しています。

2. 呼吸器科
お問い合わせ先は呼吸器科外来(437)へ

●喘息教室

- ①毎月第3木曜日 15時から16時
 ②呼吸器科外来処置室
 ③当院受診の有無に関わらず、どなたでも参加可能

- ④呼吸器内科医師(偶数月)、薬剤師(奇数月)
 ⑤参加者には小冊子を配布、開催の案内は呼吸器科外来等でも掲示します。

3. 外科
お問い合わせ先は外科外来(421)へ

●のぞみの会

- ①毎月第3木曜日(8月、12月は除く)14時30分から16時まで
 ②外科外来待合室
 ③乳癌手術後の患者様(当院受診の有無に関わらず、参加可能)
 ④外科医師、薬剤師 他

4. 産婦人科
お問い合わせ先は産婦人科外来(427)へ

- 両親学級（1コース2回実施）
 ①毎月1・2土曜日 10時から12時
 ②11号病舎
 ③当院で受診の妊婦の方と、夫の方
 ④産婦人科外来看護師、助産師、管理栄養士
 ⑤受講費¥1,500(事前に支払)

5. 耳鼻咽喉科
お問い合わせ先は耳鼻咽喉科外来(418)へ

- 道声会(どうせいかい)
 ①毎週月・水曜日 13時から14時まで
 ②第2会議室
 ③喉頭摘出手術を受けた患者様(当院受診の有無に関わらず、参加可能)
 ④喉頭摘出をした会員が、ボランティアとして発声練習の指導にあたります。
 ⑤パイプ式人工喉頭、電動式補声器、食道発声の3種類の代用音声の指導を実施。入会費¥2,000、年会費¥3,000。会員同士の親睦会等も、実施しています。

6. 薬剤部
お問い合わせ先は薬剤部(490)へ

- おくすり相談コーナー
 ①月曜日から金曜日 9時30分から15時まで
 ②正面玄関横薬局
 ③当院受診の有無に関わらず、相談可能
 ④薬剤師