



松徳新聞

2021年 3月号

発行所：松徳新聞編集室 〒580-0032 松原市天美東7丁目13-26

HEAD LINE

- ② 医療最前線
- ③ 第37回 ヒヤリハット・メモ大会
／村中宏彰主任よりご挨拶
- ④ にじいろ保育園 節分／今月の作品
- ⑤ 松原中央病院 看護部の紹介／研修医の紹介
- ⑥ 病院周辺飲食マップ
- ⑦ これなう！／各部署の紹介／今月のレシピ
- ⑧ おうちでまなぼうオンライン医療講座



緊急事態宣言が解除！ ～忘れてはいけない事～

① 身体的距離の確保



当院のFacebookに
投稿している動画も
是非チェックしてく
ださい！



令和3年3月3日に
緊急事態宣言が解除さ
れ、感染者の新規人数が
減少してきましたね。これ
はみんなで対策をしかり
行ってきた結果だと思ひ
ます。今回は皆さんに解
除されても忘れないでほし
いことをお伝えします！
適度な栄養摂取と休
息を心がけ、体調がすぐ
れないときは早い目に主
治医・病院へ相談してく
ださい。
これからの一人ひとりが
意識をして対策し、感染
リスクが高まるのを防ぎ
ましょう！

② マスクの着用 ③ 手洗いうがい



加えて

- 「3密」の回避
- 換気(一時間に2回数分)
- まめな体温(決まった時間に)、健康チェック
を、心掛けましょう!!



WEB講演を行う藤田次長

令和2年度 在宅医療研修会

第2回

多職種で学ぶ新型コロナ
ウイルス感染症の対策

～大切な人を守るために、いま私たちができること～



2月10日に一般社団法人松原医師会主催の在宅医療研修会
があり、当院の元臨床検査技師長である藤田事務次長が、講師
として松原徳洲会病院内の感染管理の取り組みを説明しました。
当院の対策としては、①院内感染予防対策、②職員感染予防
策、③クラスター発生予防対策の3点を中心に活動いたしました。
①については施設の利用や運用の見直しなどを行い、ご来院の
患者様にも多数のご不便をお掛け致しました。また②では、職
員に対して行動の自粛をはじめ職員間での感染対策(マスク着
用、食堂や休憩室の利用について)などを常に呼びかけ対応を頂
きました。それでも起こりえるクラスター発生に備えて、常時検
査できる体制を確保し、迅速に対応することで、現在まで院内感
染は一切起こっておりません。今回の様々な対応の中で得たこと
は、基本的な感染対策(手指衛生、咳エチケット)などの徹底と、
皆の協力が大事という事です。医療もそうですが感染対策も個
人だけではできません。現在院内感染が起っていないのは、職員
をはじめ患者様にもご協力を頂き成り立っているものと考えます。
今後この部分を職員一同で共有し、さらに充実した医療提
供ができるよう心掛けていきたいと考えます。

新型コロナウイルス感染症の対策
大切な人を守るために、いま私たちができること

医療最前線

月経困難症の最近の治療法について



婦人科医
金山 清二

◎月経困難症とは…

軽度のものも含めると約8割の女性が月経痛を自覚されていますが、毎回生理のたびに強い痛みを伴う場合は月経困難症が疑われます。月経困難症の症状は痛みだけではなく、腹部膨満感、頭痛、嘔気、疲労・脱力感、食欲不振、いらいらなどの多彩な症状を認める場合も多く、「毎月の生理がつらい、しんどい」と本人が感じれば月経困難症として治療の適応があります。

◎現代女性は月経回数が増加

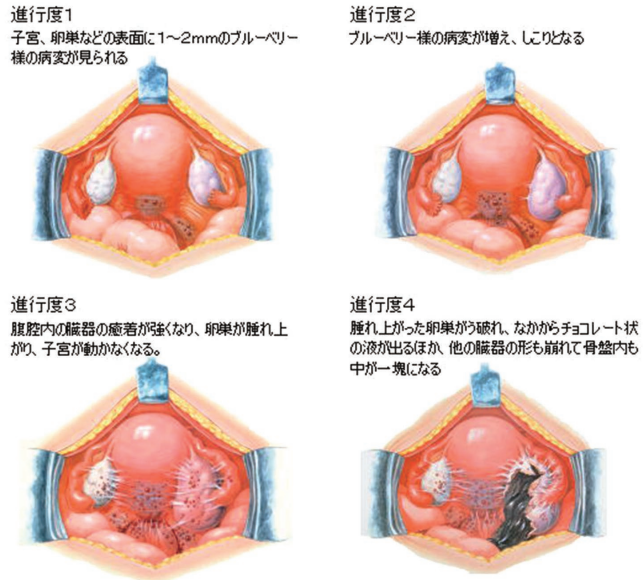
昔と比べ現代の女性は、晩婚化、少子化などのライフスタイルの変化により、生涯の月経回数が数倍も増加していると報告されています。このため、近年はより積極的に、継続的で質の高い治療が求められるようになり、月経困難症に対する疾患概念が変化してきています。

◎月経困難症のタイプ、子宮内膜症とは

月経困難症は、明らかな直接的な原因が見当たらない機能性月経困難症と、子宮筋腫や子宮内膜症、子宮腺筋症といった何らかの疾患が伴う器質性月経困難症の二つに分類されます。機能性月経困難症は若年の女性に多く、プロスタグランジンという物質が過度の子宮収縮を引き起こすことが原因とされています。一方器質性月経困難症の方は、20代後半から増加しますが、原因として多いのが子宮内膜症です。

子宮内膜症とは、子宮内膜に類似した組織が本来の子宮の中以外の場所（卵巣や腹膜など）にできて増殖する病気で、正常な子宮内膜と同じように子宮外で出血や増殖を繰り返します。月経のように体外に排泄さ

子宮内膜症の進行期分類(ピーチャム分類)



出典 イラストで見る子宮内膜症
監修 元東京慈恵会医科大学客員教授 峰屋 祥一

れずお腹の中に血液や炎症物質が貯留するため、強い下腹部痛の原因になります。

◎治療しないリスク

機能性月経困難症の場合は加齢や妊娠出産などにより症状が軽減するこ



ともありますが、器質性月経困難症は放置すると症状が徐々に進行、増悪することが多くなります。慢性炎症による癒着が原因で不妊症の要因になることも多く、長期的には骨粗鬆症、脳梗塞、狭心症などの心脈管系障害や卵巣癌のリスクが上昇することも報告されています。

◎ホルモン療法について

月経困難症や子宮内膜症の治療としては、従来の鎮

痛薬や漢方薬などの対症療法だけではなく、近年ライフプランに合わせて月経回数や月経量をコントロールする内分泌療法(ホルモン療法)の選択肢が増えています。ホルモン製剤には、大きく分けて、低容量の卵胞ホルモンと黄体ホルモン2種類の配合剤(LEP製剤)と、黄体ホルモン単独の製剤が第一選択になります。従来は40歳以前の月経困難症に対してはLEP製剤が多く用いられてきました。LEP製剤には最長120日継続内服し月経回数を減少できる合剤や、毎月周期的に月経を起こすタイプの製剤があります。しかし、微量の卵胞ホルモン成分を含有しているため、稀ではありますが血栓症の副作用リスクがあり、高血圧や肥満者、片頭痛や喫煙歴のある患者さんには慎重投与や投与禁忌となることがありました。

黄体ホルモン製剤の経口薬や子宮内に最長5年継続留置できる子宮内黄体放出システム製剤があります。黄体ホルモン製剤は血栓リスクが低く、比較的高齢の方にも使いやすいため、40歳以上の方にもよく処方されています。最近では若年者に多い機能性月経困難症にも使いやすいような、用量が半量のタイプも発売されています。どの製剤を用いるかは、患者さんごとに、個別にリスクや副作用を慎重に見極めながら決めていく必要があります。

上手く月経困難症と付き合うことにより、月経に関連した憂鬱な時間を改善できる可能性があります。以前に比べて月経痛がなくなってきたと思われたら、一人で我慢せず、是非一度婦人科でご相談されることをお勧めします。



第37回ヒヤリハット・メモ大会

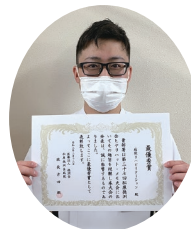


2月13日に第37回ヒヤリハット・メモ大会が開催されました。ヒヤリハットとは結果として事故に至らなかった事例で、語源は「ヒヤリとした」「ハッとした」です。我々、医療従事者では間違った医療行為が行われそうになったが未然に気づき防ぐ事ができたケースなどが対象になっています。

ヒヤリハットメモ大会は部署を超えて情報を共有する事で、事故の防止を防ぐ為に年2回開催しております。例年は日曜日に100名以上の職員が集まり1日かけて行っておりまして。しかし、今回は新型コロナウイルス禍の中の開催ということもあり土曜日に開催し、かつツィシャルディスタンスやマスク着用、参加者の少人数化に取り組み開催致しました。

結果は、最優秀賞 病院リハビリ「スキンテアの事故減少に向けた取り組み ver.3」、優秀賞はICU「アンカーファスト導入による予定外抜管の減少について」、検査科「検体採取時の不備の対策」でした。次回の第38回ヒヤリハットメモ大会に向けて各部署医療安全に取り組み、より安全で質の高い医療を患者様へ提供できるよう努めてまいります。

最優秀賞



リハビリテーション課
長井 優太

リハビリテーション科1年目の長井です。入職して初めてのヒヤリハット大会参加で、最優秀賞をいただきました。今回は、過去に実施していたにもかかわらずスキンテア事故件数が増加したことを背景に、スキンテアの勉強会や啓蒙活動等の取り組みを行い、現在までスキンテア事故を0件に維持することができました。

スキンテアとは、摩擦・ずれによって皮膚が裂けて生じる傷の1つであり、患者様にとっては身体的・精神的にも負担となるものです。今後も患者様が安心して安全なリハビリテーションを受けることができるよう、身を引き締め対策の継続に努めてまいります。

第1ブロック (10:15~11:45) 司会・タイムキーパー：手術室・通所リハ	
1 老健6階	転倒・転落・すり落ち防止への取り組み
2 老健7階	転倒要因と対策。防ごう！利用者様の転倒。
3 老健リハビリ	リハビリ中の突発的な行動に対する取り組み
4 通所リハビリ	転倒・転落予防についての取り組み
5 老健事務所	介護保険負担限度額認定証の申請漏れをなくす
6 日帰り手術センター	わかりやすく間違いないOP前確認表をめざして
7 総務課	スムーズな退院・転院調整に向けて
8 医事課	新患作成間違いに対する改善取り組み
9 手術室	滅菌破綻を来さない器械梱包の選択
第2ブロック (12:45~14:15) 司会・タイムキーパー：臨床試験センター・栄養科	
1 医科研修医 足立先生	電子カルテのIDに関するヒヤリハット
2 医科研修医 花野先生	針差し事故の一例
3 医科研修医 横山先生	バスキャス挿入後の事例
4 歯科研修医	歯科器具の紛失について
5 リハビリテーション科	スキンテアの事故減少に向けた取り組み ver.3
6 ICU	アンカーファスト導入による予定外抜管の減少について
7 検査科	検体採取時の不備の対策
8 栄養科	誤配膳を無くすには 厨房職員への意識づけへ
9 健康管理センター	多様な検査予約の業務改善
第3ブロック (14:40~16:10) 司会・タイムキーパー：4北・放射線科	
1 4北病棟	内服確認の再検討！～飲み忘れゼロをめざして～
2 4南病棟	インスリン投与事故防止に向けて
3 5北病棟	紛失物を失くせ!!『環境整備の見直し』
4 5南病棟	転倒転落の予防策
5 放射線科	MRI吸着事故を防ぐために
6 訪問看護ステーション	間違いやすい服薬支援への対策・・・その後
7 薬局	カセット処理のミスを少なくするための一案
8 臨床工学科・腎センター	除水誤差に繋がる要因と改善
9 外来	内視鏡検査前の中止薬漏れを防止する



リハビリテーション科 賞状授与



リハビリテーション科 発表



会場の様子

村中宏彰主任より ご挨拶



外来 主任
村中 宏彰



2月より外来の責任者になりました村中宏彰です。

当院では外科病棟・内科病棟の勤務経験がありますが、外来勤務は初めての経験です。外来業務と病棟業務の違いや、放射線科などの他部門との連携で戸惑っています。この機会を自分を成長させるチャンスだと思つて努力していきたいと思っています。

外来は患者さんと私たちが出逢う最初の場所です。いわば「病院の顔」だといえます。良い印象をもって治療やケアを受けていただけるように接遇を含めサービス向上に努めていきます。

また、よりよいサービスが提供できるように、明るく活気のある職場づくりをしてまいりたいと思います。今後ともどうぞよろしくお願いいたします。





可愛い鬼さん達

大きな紙に描いた赤鬼さんが、太鼓の音とともに、にじいろ保育園にやってきました。子どもたちはビックリして固まってしまうましたが、泣く子は少なく近づいて見に行く子どもの姿もありました。

大きな子どもたちは『鬼は外、福は内』と、言いながらボールを投げて、投げて、たくさん投げて、鬼退治!! 小さな子どもたちもマネをして、恐る恐るボールを投げる事が出来ました。

鬼退治したあとは、手作りの鬼の角を頭につけてもらい、可愛い鬼さんになり遊びました。節分の豆まきごっこ遊びを楽しく過ごすことができました。

にじいろ保育園

節分



みんなで鬼退治!



鬼は〜外!

テーマ
「春」



毎月20日頃に、にじいろ保育園の子ども達が作った作品が、当院の正面玄関に展示されます! 是非皆さん見てください!

今月の作品



内科



看護補助

今回は、松原中央病院の看護部のご紹介をさせていただきます。松原中央病院は、50年以上の歴史があるため、50～60歳代を超える職員が複数います。患者様との距離も近く、会話が弾む場面もよく目にします。最近では紹介入院で、介助の必要な新しい患者様も増えています。みんな協力し、元気に頑張っています。

もし、「働きたいけど…年齢が…」という方がいらつしやったら、私たちの仲間に入りませんか？ あなたの笑顔をお待ちしています。

松原中央病院 看護部の紹介



松原中央病院

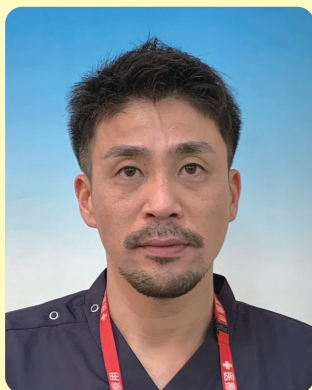
看護師 看護助手 募集!

◎お問合せ **TEL:072-331-4161**

医療法人徳洲会 **松原中央病院**

〒580-0084 大阪府松原市阿保1-2-32

研修医の紹介 どうぞよろしくお願いいたします!



- ①氏 名：助村 悟大（すけむら ごだい）
- ②出身地：長崎県
- ③趣 味：キャンプ
- ④好きな言葉：成せば成る
- ⑤職場での抱負：二ヶ月間という短い期間ですが、一生懸命頑張ります。





病院周辺飲食マップ トレビアン天美編

マップNo. **5**

喫茶・軽食 いこい



トレビアン天美は河内天美駅前の西側商店街になります。今回のお店は「喫茶・軽食 いこい」です。

「喫茶・軽食 いこい」は平成9年にオープンし、親子2人で仲良く営業をしており、とってもアットホームなお店です。

営業時間は8時00分～17時00分です。モーニングは8時00分～11時00分で、ランチは11時30分～閉店の17時00分までとなります。店内はレトロな感じで落ち着いた空間となっており、カウンター5席と4人がけのテーブルが4つとなっております。

おすすめメニューは、一番人気の**日替り定食(税込750円)**で、月曜日から土曜日までバラエティー豊富な定食が味わえます。**ハンバーグ定食(税込750円)**は安くて満足できる一品です。季節限定だった**おでん定食(税込750円)**は好評で、今は年中食べることができます。大根、こんにゃく、厚揚げ、平天、ごぼう天、ちくわ、玉子が入っており、**おでんのみ(税込450円)**で食べることもできます。そして日曜日限定で**自家製カレーライス(税込650円)**も絶品ですので一度ご賞味ください。**定食のみ150円引きですべてのドリンク**が注文できます。コーヒー(税込400円)もとっても美味しく、注文の度にサイフォンでコーヒーをたてています。モーニングは全てのドリンクの価格に、①トースト・玉子・サラダから2点、②ミックスサンドをお付けできます。

新型コロナウィルスの影響によりなかなか外食もできない状況ですが、皆様のご来店をスタッフ一同心よりお待ちしております。



お店の外観



アットホームな店内



日替り定食(炊込みご飯と粕汁)



日曜限定の特製カレー



ハンバーグ定食



- ① 喫茶・食事 滝壺
- ② フェリーチェ(ピザ・パスタ)
- ③ サッポロラーメン 花くま
- ④ 花むすび 魚周
- ⑤ 喫茶・軽食 いこい



※近隣の店舗をご紹介します。

メニュー

軽食		定食	
トーストバター	¥300	焼きそば定食	¥750
ジャム	¥300	焼きうどん定食	¥750
玉子トースト	¥550	焼肉定食	¥750
ハムトースト	¥550	ハンバーグ定食	¥750
玉子サンド	¥600	野菜炒め定食	¥750
ハムサンド	¥600	定食のみドリンク ¥150-引き	
ミックスサンド	¥600		
カレーライス	¥600		
ピラフ	¥600	喫茶 いこい	
オムライス	¥650	定休日 毎週木曜日	
焼きそば	¥600	第3金曜日	
焼きうどん	¥600	TEL: 072-332-4152	

軽食・定食メニュー

ドリンク		MENU	
コーヒート	¥400	りんごジュース	¥450
アイス	¥400	オレンジジュース	¥450
紅茶	¥400	レモンサッシュ	¥550
カフェオレ	¥450	ミックスジュース	¥500
ココア	¥500	抹茶オレ	¥500
ミルク	¥400	アーモンドオレ	¥500
コーラ	¥400	アイスクリーム	¥450
ソーダ	¥400		
レモン、いちご	¥500		
クリームソーダ	¥500		
ティースーダ	¥450		
カルピス	¥400		
カルピスソーダ	¥450		
カルピス	¥400		
トマトジュース	¥450		

ドリンクメニュー

マップ No.5 喫茶・軽食 いこい

(住 所) 松原市天美南5-21-16

(電 話) 072-332-4152

(定休日) 木曜日・第3金曜日

(営業時間) 8時00分～17時00分

モーニング 8時00分～11時00分

ランチ 11時30分～17時00分



ライブには必須のペンライト



娘と二人でライブへ!



K-POPの帝王

私は、ファンクラブに入会して数年になります。時々彼らの活動状況は、ファンクラブの会報やYouTubeなどで見えています。やはりファンとしては、自分の目で直接実物を見たいです。新型コロナウイルスが早く終息する事を願っています。そして終息した後に、彼らのライブが見に行ける日を楽しみにしています。

に謙虚で努力を惜しまない素晴らしい歌手だと言う事です。私は毎年の年末年始に開催される京セラドームのライブに行くのが楽しみです。しかし、昨年の年末と年初めのライブは、新型コロナウイルスの流行の為にどちらも開催されなかったのも残念でした。東方神起のメンバーは、ユンホ、チャンミン、ジュンス、ジェジュンの5人ボーカルグループで、2003年に結成されました。グループの由来は、『アジア(東方)の神が起きる』です。彼らは、2004年に韓国でデビューして2005年に日本でデビューしました。現在は、グループで紆余曲折があり、ユンホとチャンミンの2人が活動しています。私の一番推しは『ユンホ』です。引き続きグループでアジアを制覇して、大勢の人々を魅了して欲しいです。

7階 老健介護福祉士
山本 加代美

今、私のはまっているものは、K-POPの帝王『東方神起』です。彼らは、パワフルなダンスとさわやかな歌声で歌います。日本語も流暢で、通訳も使わずに綺麗な日本語を話します。私が見るメンバーの印象は、常



これなう
東方神起なう

各部署の紹介

医事課

医事課 斉藤 奈央

当院の医事課は外来係・入院係・医師事務作業補助・診療情報管理と大きく4つの担当に分かれています。今回は入院係について紹介させて頂こうと思います。

入院係は入院患者様の対応を中心に業務をしています。一番大きな業務は請求業務で、退院時の請求・入院中の定期請求と保険請求です。保険請求業務では患者様に提示頂いた保険証をもとに窓口で支払われた自己負担金の残りを保険給付分として請求書(レセプト)を作成し、毎月月初めに各保険者に請求をしています。入院患者様の対応では保険証の提示依頼、高額療養費(限度額適用認定証)の手続きや、入院中に申請できるようにした様々な制度の案内もしています。

現在、新型コロナウイルス感染予防の為、面会禁止・来院制限を行っておりますので、入院費や申請手続きなど電話での案内が多くなっています。電話での案内は資料もなく言葉だけでは説明になり、分かりづらいこともあると思います。



当面は現状の体制が続きますので、より一層分かりやすい案内、対応が出来るように心掛けていきたいと思っています。

監修：栄養科

今月のレシピ 海老とそら豆の しんじょ

【材料】(4人分)

- ・はんぺん 1枚
- ★しょうゆ 小さじ1/2杯
- ★酒小 さじ1杯
- ・そら豆 3さや
- ・エビ 2尾

◎しょうゆあん(お好みで)

- ・水 100cc
- ・だしの素(粉末) ひとつまみ
- ・薄口醤油 小さじ1/2杯
- ・みりん 小さじ1/2杯
- ・塩 適量
- ☆片栗粉 小さじ1杯
- ☆水 大さじ1/2杯



★作り方★

- ①そら豆をさやから出し、分量外の塩を加えた熱湯で2分間茹でる。冷水で冷まし、薄皮をむき半分に割る。
- ②エビは殻をむき、背わたを除く。分量外の塩で揉み、流水でよく洗う。キッチンペーパーで水気を拭きつつ切りにする。
- ③ボウルにはんぺんと★を入れ、手で揉み潰す。そら豆とエビを加えてよく混ぜ、4等分にして楕円に形成する。
- ④フライパンに分量外の油を入れて熱し、③を焼く。両面に焼き目が付いたらふたをして、3分間火が通るまで焼く。器に盛り、お好みでしょうゆあんをかける。

ご意見、ご感想は 松徳新聞編集局まで

TEL : 072-334-3400
FAX : 072-332-3512
メール : info-matsubara@tokushukai.jp

Facebook ホームページ



ご登録をお願いします!

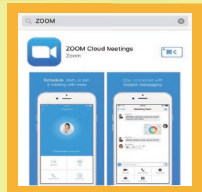
松徳新聞 2021年3月号

- 編集責任者：阪口 昇二
- 編集委員：河本 和子
渡邊 成喜
橋本 直幹
玉野 佳代子
西尾 昌美
和田 尚之
豊蔵 剛志

おうちでまなぼう オンライン医療講座

3月

※各講座はホームページから自由に参加出来ます



※画像は、
スマートフォン版です。

オンライン医療講座は
Web会議ツール「Zoom」
ソフトを使用いたします。
みなさまには事前に
「Zoom」の
ダウンロード等
をお願いいたします。



iPhone・iPad



Android



●3月3日(水) 14:30～

**ドライマウス・口腔乾燥症・
唾液の話**

講師／歯科口腔外科部長 **竹内 憲民**

●3月24日(水) 14:30～

**知らないまま受けていませんか？
～MRI検査の良し悪し～**

講師／放射線科 **出水 啓太**

●3月6日(土) **【糖尿病教室】**

14:00～

①どんな薬があるの？ 解りやすい薬の話 講師／薬剤師

15:00～

②糖尿病の運動療法 講師／理学療法士

●3月25日(木) 14:30～

**腎臓病になるとどうなるの？
～透析の合併症について～**

講師／臨床工学技士 **西尾 光司**

●3月16日(火) 14:30～

**ホントは怖い動脈硬化
～大動脈瘤疾患と閉塞性動脈硬化症～**

講師／大動脈ステントグラフト血管内治療科部長 **阪口 昇二**

●3月27日(土) **【糖尿病教室】**

14:00～

①誰でも解る食事療法 講師／管理栄養士

15:00～

②これで納得、糖尿病の検査 講師／臨床検査技師

※今後も講座追加の予定です。乞うご期待ください！

〈お申し込み・問い合わせ〉

松原徳洲会病院 地域医療連携室

松原徳洲会病院 **検索**

TEL:072-334-3400