



ふしぎ自然紀行①  
 桜吹雪の変!? スズメの甘い蜜の誘惑 —— 平松山治

健康にプロポーズ  
 自然のシャワーで、心とからだにも春の訪れ。

シリーズ 情熱白衣①  
 生きる感動を伝えたい —— 友野尚美

大阪赤十字病院93年のその時  
 桃色に染められていた高台の病舎



科目	曜日	月	火	水	木	金	備考
糖尿内科	隠岐	花岡	田中	隠岐	武呂		
	隠岐	花岡 武呂	田中	隠岐 花岡	武呂		全て予約制
内分泌内科 肥満	田中	隠岐	武呂	田中	花岡		
	田中	隠岐	武呂		花岡		全て予約制
血液内科	川村	有馬	通堂	赤坂			
	川村 通堂	有馬	通堂 有馬	赤坂			全て予約制
消化器内科	竹内 米門	友野	大崎	木村	圓尾		
			高松	国立	蜂谷 高松		全て予約制
肝臓内科	喜多	大崎	高松	国立	高松		
胆・膵臓内科 消化管	蜂谷	辻	友野	辻	福山		
一般内科	友野 赤坂	福山 竹内 武呂	川村 竹内	花岡 波多野 友野	有馬 通堂		
	竹内				仁木		全て予約制
腎臓内科	渡部	鄭	鄭	鄭	渡部		
	渡部	鄭		鄭	渡部		全て予約制
循環器科	片岡 林 神原	垣田 柏井 田中	桂川 稲田 大塚	田中 桂川 神原	稲田 田中 垣田		
	林 神原	柏井 田中	稲田 大塚	桂川 神原	田中		全て予約制
心臓血管外科			南		南		全て予約制
小児科	新居 山本 田中	金岡 肩野 新居	田中 住本 山本	新居 葭井 住本	金岡 佐藤 田中		
	岡本 亥埜 鍛	亥埜 東山 古家	加茂 中島 祝迫	瀬尾 有本 三木	井ノ本 浮草 東山		全て予約制
整形外科	富原 大浦 牛尾 清水	富	富原 牛尾 大谷 浅野	浅野 大浦 清水 大谷	担当医 (渡邊)		
			富原				
リハビリテーション科	渡邊 渡邊	渡邊 渡邊	渡邊 渡邊	渡邊 渡邊	渡邊 渡邊		
脳神経外科	担当医	岡本 伊藤 鳴海	担当医	岡本 高山 伊藤 小室	高家 小室 鳴海		
神経内科	金田 鈴木 竹内	竹内 加藤	安井 金田	鈴木 加藤	加藤 鈴木		
	吉村 網谷 西坂	久保 田原 黄	網谷 若山	西坂 田原 久保	若山 吉村 黄		

科目	曜日	月	火	水	木	金	備考
呼吸器外科			弘野	渡辺 田中		中出	
産婦人科	加藤 木下 三瀬	姫野 松本 馬場	松本 三瀬 加藤	木下 姫野	三瀬 馬場		
	西村 前川(正)	西村 金子	大森 金子	西村 金子	大森 前川(信)		
泌尿器科	吉田 松岡 木枕 坂上 岡本	担当医	吉田 岡本 坂上 川越 松岡	担当医	坂上 岡本 木枕 松岡 川越		
	箕山 篠原 岡野 田原	岩永 与那嶺 篠原 柿木	箕山 柿木 与那嶺 田原	田邊 篠原	岩永 篠原 岡野 田原		
皮膚科	本田 松島 古瀬	堀口 太田 本田	堀口 松島 古瀬	古瀬 本田 松島	堀口 古瀬 本田		予約のみ
		堀口 松島					
形成外科	大井			大井	柴田		
精神神経科	吉田 上田 喜綿	早川 土戸	上田 吉田 喜綿	土戸 早川 喜綿	吉田 早川 土戸		
	石垣 太田 藤堂 小嶋 西川	藤堂 太田 石垣 小嶋 西川	石垣 藤堂 太田 小嶋 西川	藤堂 太田 小嶋 西川	藤堂 石垣 太田 小嶋 西川		
放射線科	太田 小嶋 西川	太田 石垣 小嶋 西川	藤堂 小嶋 西川 松本	藤堂 太田 石垣 小嶋	太田 石垣 小嶋 西川		
	柚木 松本 杉立 親里	杉立 松本 柚木 親里	杉立 柚木 親里	担当医	親里 松本 杉立 柚木		

平成14年4月1日現在

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

この度、紙面向け情報誌「かんじやさん」の紙面内容を新し、新たに「びりぶ」を創刊することになりました。その名の通り、患者様と病棟の信頼の橋渡しとして活用できればと考えております。編集にあたっては「感動」「勇気」と「希望」を抱くことができる。「発見」知らなかつたことを知り、ちよとした喜びを感じる。「きっかけ」(何かを始める、何かを考えるきっかけとなる)を基本コンセプトとし、元気になる広報紙を目指して作つていきたいと思つております。

本誌は3ヶ月ごとに年4回発行することとしておりますが、読んで得する楽しいニュース、そして出来るだけ新鮮な情報をお伝えするつもりです。読者の皆様からの「意見」もよく尊重して、紙面にしていきたいと考えております。どうか皆様よろしくお願ひ申し上げます。(NH)

ホームページアドレスのご案内

- 大阪赤十字病院に関すること → <http://www.osaka-med.jrc.or.jp/>
- 赤十字全般に関すること → <http://www.sphere.ad.jp/redcross/>

# 桜吹雪の迷い！



## スズメの甘い蜜の誘惑



器用にサクラの蜜を吸うメジロ

### 美しい花にはトゲがある…

花はなぜ美しいのでしょうか。じつは、美しい花(？)もたくさんあるのです。皆さんは、イネやトウモロコシ、マツやスギの花が思い浮かびますか。多くの方は、「そんな花、あつたんかいなあ」と思われたでしょうが、ちゃんと咲いているのです。花粉症でお悩みの方は、スギと聞くとだけくしゃみが出そうになるかもしれません、花粉が飛んでいると言っていることは花があるのです。



花粉で黄色くなったヒヨドリのくちばし

風媒花や虫媒花ということばを、中学生の頃に習いました。風に花粉を運んでもらう風媒花は、美しい花は必要ないので。昆虫などに花粉を運んでもらう虫媒花に、美しい花が必要なのです。花は、「おいしい蜜がここにありますよ」という広告塔なのです。そして、その蜜を吸いに来た昆虫に、それと引き替えに花粉を託すのです。

サザンカやウメ、ツバキなど、冬から早春にかけて花を咲かせる植物は、ちょっと事情が違ってきます。モンシロチョウを冷感庫(冷室ではない)に入れるというところから知っていますか。冷蔵庫から出して、体が温まるまでは、動けなく、気温が低い冬には、飛び回ることができないのです。だからこの時期に咲く花は、別の誰かに頼らなくてはなりません。それがメジロやヒヨドリです。

### 甘い蜜を盗むスズメ！

花の蜜を利用するものがいて、日本のヒヨドリも、尖ったくちばしを小さな花の中にも器用に突っ込んで蜜を吸っています。寒い時期に花を咲かせる植物にとって、これらの鳥は大変ありがたいのですが、鳥にとっても餌の少ないこの時期に、高栄養の花の蜜は得難い食物です。メジロやヒヨドリがくちばしを花粉で真っ黄色にしているのがこの時期なのです。そして、これは、持ちつ持たれつの花と鳥の長い進化の歴史、共進化の結果が展開されているのです。

しかし、サザンカが終わり、ウメ、ツバキ、そしてヒカンザクラの時期も過ぎて、春本番のソメイヨシノが咲く頃、ちょっとおかしな光景が目につくようになります。普通、桜吹雪は、時期が過ぎた花の5枚の花びらが、バラバラになって風に飛ばされるのですが、この頃、花全体が5枚の花びらをつけたまま落ちていくのが目につくようになります。サクラの木の下ではしばらくして見ると、ほたばたと花がちぎれて落ちてきます。どうなっているのかと花を透かして見ると、スズメが花の付け根、子房の下をくちばしでちぎって蜜をなめています。花を落とす意図は、冬には草の種子などを主食としているため、くちばしが



スズメの宴のあと

厚くなっているのが花の奥まで届きません。なぜか、スズメはそこに甘い蜜が入っているのに気付かず、おいしい食べ物として利用するようになったのです。実際、スズメのこの行動が見られるようになったのは、この数十年のことだといわれています。ただし、これはサクラにとっては大変なことです。受粉させてもらった花は、そのおかげでサクランボ(食べると少し苦い小さな紫色の実)が実り、その中には次の世代を担う種子ができています。スズメは蜜を盗むだけではなく、種子になる部分まで捨ててしまうのですから…。



現行犯！スズメの盗蜜

また、サクラにとっても、サクランボを作ることが、鳥たちに種子を色々な所にばらまいてもらうための貴重な投資なのです。ヒヨドリは、ヒトが行った緑化政策により、このところ都市部で大繁栄しています。一方古くからヒトとある程度の距離をとりながらも共存してきたスズメは、ヒトの住宅構造や生活習慣の変化により、徐々に減りつつあります。

サクラとスズメ、自然では、それぞれがバランスのとれた「進化」という解決策があらわれるはずですが、数百年後、数千年後にサクラの花の付け根には、トゲが生えているのでしょうか…。

文・武庫川女子大学附属中学校・高等学校教諭 平松 山治  
もう40年も鳥を観ています。もう25年も生物を教えています。どちらも楽しいです。大阪市在住。

## 心のかよう 高度の医療をめざして



院長 清水 達夫

当院は明治42年に開院され、地域の中核病院として約1世紀にわたり医療サービスに努めてまいりましたが、現在の病棟が築後70年から40年を経過して老朽化が激しく、患者サービスや診療機能にも影響を及ぼし、患者の皆様には大変な不便をおかけしてまいりました。

このため、昨年1月から病院の全面改築計画の新たな建設が始まり、平成16年1月の開院を目指し急ピッチで工事が進んでおります。新病棟は、快適な療養環境を整備するとともに、より高度でより良質な医療を提供できる病院をめざしてまいります。

そして、新しい病院の建設を機会に、当院では基本理念を策定いたしました。その基本理念には、「わたくしたちは 人道・博愛の赤十字精神に基づき、すべての人の尊厳を守り、心のかよう高度の医療を目指します」です。

この基本理念の持つ意味は、赤十字精神の根幹である人道・博愛のもと、お年寄りから赤ちやんまで、患者様に、患者としてではなく、人格を持った人間として、尊敬を持った人間として接することにあります。当院の全職員がこの理念のもとに行動することの決意を表明するものであります。

そして、患者様中心の医療を行うためには、患者様と病院側のコミュニケーションがもっとも大切だと考えております。これまでも職員一同円滑なコミュニケーションの確保に努力しているところですが、まだまだ不十分なところも多いと思いますが、

そのために、これまで患者様向け情報誌として「かんじゃさんへ」を発行してまいりましたが、この度、紙面を一新・内容も充実した情報誌「びりぶ」を発刊することといたしました。患者様と病院側にとりまして、よりよい医療環境作りの一助となることを期待しております。是非この冊子を取り、ご一読頂ければと存じます。

## 脳内ホルモヒネとウォーキング

### 自然のシャワーで、心とからだにも

### 春の訪れ。

## 健康にプロポーズ



### 春

になると、体の中に新芽が生まれたように、そして硬くなっていった体が少しずつ柔らかく動き出すそんな感覚を体験したことはありませんか。実は、季節だけでなく私達の体にも「春入り」というものがあるのです。春の到来は気象的にいえば、3月半ばが平均的ですが、体の方は1月頃から準備を始めています。

具体的なそのひとつに、冬は風などで冷えた後頭部中央のくぼみ部分に筋肉が張りついた状態だったが、春にはその筋肉が広がって硬くなったように感じる肉が広がります。体が柔らかくなったように感じるのは、そのためです。そこで、少しおもしろい春の日光浴をご紹介します。暖かい春の日、少し冷たい風が残る日に、太陽に日向かっておへその部分をさらします。こうすると、お腹の引き締めが首のゆるみを誘います。ただし、あまりやりすぎるとかぜをひくので注意してください。

この季節に手軽にでき、おすすめしたいのが散歩やウォーキングです。休日に少し早起きして、近くの公園や、森のあるところに出かけてみてください。緑の中を歩いていると、何となく体や心が軽くなった気分になります。人間には、光りや音、香りなどを感知する五感に働きかけることは、とても



脳内ホルモヒネ」というものを聞いたことはないでしょうか。これは、人間の体から分泌されるホルモンのことで、人間本来が持っている病気を自分の力で治そうとする「自然治療力」を高める力があります。自然のシャワーを浴びることなど、本質的に心地よく感じる体験をすると、脳から「脳内ホルモヒネ」が出やすくなります。特に、針葉樹系の森は、ヒノキチオールというものが存在するので、とてもリラックスした気分にしてくれます。このほかにも、滝、川、海、草原、そして星空など私達のまわりには、自然のエネルギーを感じるものがたくさんあります。ぜひ、体の疲れが癒される場所へ出かけてみてください。

### おすすり相談ーオナ生用しましよー

しかし、そうはいってもなかなか思うようにはいかないので、私どもはみなさまのお役にたいと願い、「おすすり相談ーナー」を正面玄関を入った左手の所に設置しています。「何に効くの?」「飲むときに注意することほ?」「他の薬の飲み合わせほ?」などや、アトピーに開けないと躊躇しがちな素材な疑問にも丁寧に分かりやすくをモットーとお話ししたいと思っています。どうぞお気軽にお立ち寄り下さい。相談時間は午前9時半から午後3時迄です。

## 四季菜料理

### 黄色い野花、タンポポ

春という言葉の響きは、いくつになっても楽しいものですね。長い冬の間にお話しした中で、「春になったら…」 「春が来たら…」 「もうすぐ春ですね。」 という言葉をよく口にします。まるで恋い焦がれる人待ちわびるかのようワクワクしたふしぎなを感じます。それは野山の色や香りや音からも同じ力を感じます。そこでポカポカと天気の良い日には、近くの野山を歩いて澄んだ大気を胸いっぱい

いかに吸い込み、色々な野草料理を味わってみるのも春ならではの楽しみですね。野草料理といえば、ワラビやゼンマイ、それにヨモギがよく知られていますが、この春は一度タンポポに挑戦してみたいいかがでしょうか。もっとも一般的でおいしいのは花と葉の天ぷらですが、やわらかい葉の油いため、しろあえ、葉と茎のぬかみそ漬、花の三杯酢、それに根を使つたきんぴらと、とても多彩です。また、天日で乾燥させて漢方薬としても用いられます。



## ちょっとためになる 栄養学

### 脂肪について

### ブリの七味焼き

【材料=4人前】  
ブリ(切り身1切れ80グラムぐらい) 4切れ、漬け汁(しょうゆ大さじ2、酒大さじ1、ショウガの搾り汁小さじ2、七味トウガラシ少々)、かけ汁(しょうゆ大さじ2、砂糖大さじ2、酒大さじ2、だし汁大さじ3、ゴマ油小さじ1、ネギのみじん切り大さじ2)、七味トウガラシ少々、小ネギ2本、かたくり粉少々、サラダ油適宜。

### 脂肪は量と質を覚えて取りましよう

よく動物性脂肪よりも植物性脂肪を取りましようといわれますが、これは脂肪の種類が重要ということです。では、脂肪の種類とはどういったものでしょう。動物性脂肪に多い「飽和脂肪酸」、植物性脂肪や魚油に多い「単価不飽和脂肪酸」、「多価不飽和脂肪酸」と三種類に大別されます。リノール油などは多価不飽和脂肪酸のリノール酸を多く含んでいます。また、皆さまでもよくぞ存知のDHA、EPA、DPA、EPA、DPA(エイコサペンタエン酸なども、これに相当します。

これらの脂肪酸は体内でどのような働きをしようとするのでしょうか。飽和脂肪酸は血中のコレステロール、中性脂肪を増や、血液を流れていくります。逆に不飽和脂肪酸はこれを減少させる効果があり、生活習慣病の予防に効果的です。また、生体調節ホルモンの材料にもなり重要なのです。しかし、不飽和脂肪酸でも過剰摂取になれば、心臓病などの障害を引き起すことがわかってきました。今回は、不飽和脂肪酸多く含む「ブリ」をついた「七味焼き」を紹介いたします。七味焼きはブリの定番料理である照り焼きを少しアレンジしたもので七味小ねぎが絶妙の味を引き出します。

### 【作り方】

①漬け汁の材料を平たい容器に作り、ブリを漬けます。途中で2回ほど表と裏を返し、3時間ほどおき、下味をつけます。②ブリの水気をふきとり、かたくり粉を薄くまぶつけます。③フライパンを温め、サラダ油を熱し、ブリを両面こんがり焼きます。④小鍋にかけ汁の材料を合わせ、ひと煮立ちさせます。⑤小ネギは小口切りにします。⑥器にブリを盛り、④のかけ汁をかけ、好みで七味トウガラシをふり、小ネギを散らします。

シリーズ  
情熱の白衣  
医師の素顔

逆に支えられた患者さんに感謝  
生きる感動を伝えたい

人間は強い。僕はつくづくそう感じています

父親が医師という環境で育ち、もの心がついた頃から医療というものが身ぢかな存在だった。医師という職を選んだのも、その父親の影響が大きい。

「父は、東京大学医学部卒業、そして研究医の道を選んだんですね。父への反発でしょうか。私は関西の大学を選び、臨床の道に進んだのは」医師として約30年、人の泣き笑い、悲しみ、喜び出合い、そして多く人の生きざまを見てきた。患者さんと生死をともに歩んだ友野医師は語る。「人間は、本当に強いものだと思いますよ。時には、余命を宣告しなければならぬ患者さんいます。つらい治療にもかかわらず、弱音をはかぬ。生きたい、病気に負けてたまるかという思いと自分の命を信じることを貫く。すごいですよ。ほんとに」担当した患者さんに失意の底から立ち上がった人がいる。ずいぶん前のことですが、「先



TOMONO NAOMI  
友野 尚美  
第一内科部長兼第四内科部長

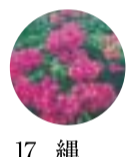
昭和48年9月京都大学医学部卒業。京都大学医学部付属病院を経て、昭和50年4月大阪赤十字病院に医師として着任。63年4月内科部副部長に昇任。平成4年4月第1内科部長に昇任。平成8年4月兼ねて第四内科部長に着任。専門は消化器内科。

生、まだ生きてますよ。」と大きな声で肩をたたかれたんです。その人は、大腸にかなり進行した悪性腫瘍ができていました。あの元氣な姿からはかつて大病だったとは、想像できませんでしたが、立派です。このことは、決して、科学では証明できない魂の力でしょうね。」

そんな友野医師の夫人も7年前に胃ガンを患う。「僕から病名を告知した時、妻は冷静でしたね。自分の運命を静かに受けとめて、手術をしたらいいんでしょと一言、まいましたよ。後から聞くとその瞬間は頭が真っ白になった

のですが。」と少し微笑みを浮かべながら当時を思い出す。夫人は入院後、摘出手術を受けた。抗がん剤治療を数ヶ月続け、宣告を受けたあの日から7年、「今は、ピンピンしています。女の人はつくづく強いと思いましたよ。」

忘れていた何かを南の島に見つけました



友野医師には、心惹かれた地がある。沖縄・石垣島。その島には、はじめて訪れた17年前から毎年夏に訪れている。「島に行っても特に何にもしないんですよ。ただ、ほっとしていることが多いですね。親しくなった島の人の顔を見るだけで、心が癒されますね。青い海、流れる雲、風の囁き、手つかずの自然、地球の美しさが残るその島で、何を思いましたかという問いに「日赤のように、先端医療を研究し、未来の医療を担うことも大切な事ですが、石垣島のような島にある小さな診療所には、本来の患者と医者との関係があると思いますよ。天気や村人の話をして時には冗談や笑いがひろがる。そんな空気のなかで、医者は患者の治療をはじめ。僕は患者と医師はそんな関係から、深い絆が生まれるんだと思っています。臨床の場に生立立たいと思っただけの僕の志しを思い出させてくれました。」今年も生きる原点を確かめるために元氣になった夫人とその島へ行くことを約束している。

「僕が伝えたいのは、人間は自分の感情をおさえていけないということ。悲しいときは泣くだけ泣いて、嬉しいとき心の底から喜び笑う。石垣の島の人たちは、本当に元氣です。太陽が上がれば動き、日が沈めば、酒を飲んで鳥唄を唄う。そんな人間らしい自然体の生き方を患者さんと共感していきたいですね。この地球に今を生きているということを実感してほしい。このことは島が僕に気づかせてくれました。」話す友野医師の目が優しくなった。



ナースレポート  
心ゆるる日々



「看護婦さん、しゃっくりとまったわ。ありがと。」夜間勤務が終わった頃、廊下で患者さんから声をかけられた。東4階病室から、13号病室に配置換になって間もない頃のその日、昼間からしゃっくりが止まらない患者さんからベルで呼び出された。「昼間勤務の看護婦から引き継いだ日誌を見ると、また薬の解禁時間ではなかったの、とても原始的な処置ですが、体を起こして、とにかくお水を飲んでもらったんです。」その後、また変わったばかりの慣れない病室での勤務ということもあり、他の患者さんの看護に配慮するのが精一杯で、夜間の勤務が終わった。「患者さんの奥さんから、ありがと。」とて言われて、実はすごく自己嫌悪に陥りかけて、長い時間しゃっくりが止まらなくて、どんなに不安な気持ちでいられたのか、ご家族の人も心配でたまらなかったにもかかわらず、私はそんな気持ちをごまかすまで理解できてたんだらうって。」この出来事から、大きな事を学んだ。看護婦に大切なのは、技術だけでなく、患者さんの気持ちになって看護にあたるということ。

人と人との心の触れあい  
患者さんから多くのことを教りました

胸いっぱいこみあげる気持ち、心の底から喜びを感じる時、回り回らない経験が、看護婦という仕事にはあります。」

長い入院生活を送られていた患者さんにとつての毎日は、病氣と自分との戦いでもある。「退院したら、今度は高山植物を見た北海道に行くね」と私にお話して下さった患者さんがおられました。健康な人にとっては、すぐできることが、患者さんにとっては、その日まで長い道のりかも知れない。それなのに嬉しそうにお話される患者さんに私が元氣をいただきました。」



今、一番楽しみにしているのは、新本館の完成の日なんです。と話す仲尾看護婦。少しでも快適に安心して入院生活を送っていたたく事を第一に、病院内はもちろん、院外からも多くの意見を取り入れながら、建設工事が進行している。長い冬が終わり、春の暖かさが感じられる日、人間は不思議と自分の未来に希望を感じる。完成を待つ病院内はそんな思いで揺れている。「その日を待ちとおし」と言われる私達と同じ思いを抱いておられる患者さんがたくさんおられます。」と今日一日一日を大切に、そして患者さんと二人三脚で看護にあたることを心に決めた仲尾看護婦から笑顔がこぼれる。

大阪赤十字病院98年のその時

1  
桃色に染められていた  
高台の病舎



大正12年(1923)頃の上本町六丁目付近(左上端、大阪赤十字病院)

「本院は大阪市ノ東南端、南区天王寺筆ヶ崎町ニ在り、土地高燥、東南ハ、摂河ノ曠野ヲ隔テテ遠ク金剛、生駒ノ諸峰ヲ限界一眸ニ収メ、空氣清新ニシテ衛生上良好ノ土地ナリ、東南約十丁ニシテ官設鉄道桃谷駅アリ、西北約二十丁、上本町六丁目ニハ大阪電氣軌道株式會社アリテ、奈良吉野ニ至ル、又市營電車ハ北方約二丁ニシテ玉造線ト、西方約三丁ニシテ上本町線ト通スル、各方面ニ交通ノ便アリ、…」これは、昭和天皇が皇太子としてご成婚を挙げられた年、大正13年(1924)の当院模様です。開院から16年の年月が流れた。明治42年の開院当時、大阪駅から蒸気機関車に乗り、桃谷停留所で下車、そこから一キロという不便な地にあり、患者さんが

来てくれるのかという心配もありましたが、実際は大阪駅からは汽車より人力車の方が便利で、開院式の日には、朝4時から門の前に列ができるほど患者さんが待つていたと当時の資料に記されています。

多くの患者さんが来院されている待合室風景

上野台地と言われた高台の地には桃林があり、その林の中にあつた当院は木造瓦葺きの建物で生駒山から昇る朝日と六甲の山々に沈む夕日に輝きながら静かに佇んでいたと伝えられています。思いで深い一コマに染える前の大阪の風景が浮かびます。

「東洋」を誇る  
大病院としての一歩

設備の充実整った頃、最も話題になったのはX線室です。しかし、レントゲンといつてもガラスの乾板の撮影で、患者さんに割られては大変なので、「はい、静かに、そのまま、静かに」と祈る思いで検査が行われていたとのこと。こんな微笑ましい光景の影には生涯かけ声をかけ続けたレントゲン士の伝説があります。

増える患者さんに狭い思いをさせてはいけないということもあり、また木造建物ということで火災の心配もされてきました。そして大正15年(1926)に現在の大病院の一歩を踏み出す新築工事の計画が発表されました。

「なぜ?」  
「何?」

放射線科で使用する造影剤について何ですか?

放射線科でX線写真(CTなども含む)を撮影する際、この薬を使うことによって病気がよくわかりたり、正常の構造をみやすくなります。胃の透視検査の際、口から飲むバリウムなどが思い浮かぶ方が多いと思いますが、腎臓の検査やCT検査の際には、血管から注射して用いる「ヨード造影剤」などもあります。他にもMRIの造影剤などもある。またこれは別物ですが、「造影剤」と言ってもけっこういろいろあるものなんです。

特に、血管から注射する造影剤の場合は、非常に少ないのですが、アレルギーなどの副作用が出てくることもあります。軽いものでは蕁麻疹程度ですが、重いものではごく稀に死亡の報告もあるので注意が必要です。検査前の問診が重要と考えております。当院でも問診用紙をお渡ししたり、口頭でチェックしたりしています。また仮に、重い副作用が起こった場合にも、迅速に対応できる万全の体制を整えておりますのでご安心ください。

患者さんからの声

- Q 最近の病院では洋式トイレがふつうになっています。新館に和式のトイレが設置されるのでしょうか。
- A 新館では、和式トイレを2階と3階の外来待合に、男性トイレ2カ所、女性トイレ2カ所設置する予定です。
- Q 正面玄関入口前の段差のあとと、こぶの黄色と緑色の線が薄くなるつわがりにくく、危険です。
- A 安心してご通院していただくように、二部段差をなくし、新しくラインを引きました。

病氣と仲良く付き合う術  
(花粉症)

花粉症は、反復性くしゃみ、鼻水、鼻づまりがあり、症状のひどい時期には日常生活に支障をきたすことも少なくありません。アレルギー性鼻炎は年々増加し、人口の約20%が罹るといわれています。アレルギー性鼻炎には、季節と関係なく症状のある通年性アレルギー性鼻炎と、ある季節にだけ症状のある季節性アレルギー性鼻炎(花粉症)とがあります。通年性アレルギー性鼻炎はハウスダスト(ダニ)などが原因となります。花粉症、季節性アレルギー性鼻炎は花粉が原因になります。春に起こる花粉症の原因でもっとも多いのはスギの花粉で、次いでヒノキの花粉です。戦後に全国で植林されたスギが盛んに花粉を飛ばすようになったことが花粉症増加の原因といわれていますが、最近特に増加した原因としては、車の排気ガスや工場の煙など、大気汚染が関係していると考えられています。

花粉症の予防のためには、花粉に触れないようにすることが第一です。スギ花粉を避ける方法としては、①花粉情報に注意する ②飛散の多いときは外出をひかえる ③花粉の多いときは、窓・戸を開けておく ④花粉の多いときは外出時マスク・メガネを使う ⑤外出から帰宅したら、洗顔・うがいをして、鼻をかむこと、などが有効です(アレルギー疾患ガイドライン1995より)。

アレルギー性鼻炎の治療には、薬物療法、減感作療法、手術療法などがあります。花粉症の場合は季節性アレルギー性鼻炎と呼ばれる通り、症状がひどくなるのは一定の期間だけです。主として薬物療法が行われています。最近では良い薬もたくさんありますので、症状を除くことはそれほど難しくありません。



毎日ちょっとマイチェック

MY CHECK



ガン予防のための心がけ

生活習慣病の三大病気に上げられる「ガン」現在、ガン患者の中で、肺ガン、胃ガン、肝臓ガンと、これらのガンが上位を占めます。ガンは私たちの生活の中の心がけで予防につながると言われています。下記では、生活上の注意点を上げてみました。

- 偏った栄養の食事をしている
- 焦げたものを食べる
- お酒を飲み過ぎることが多い
- 普段、スポーツをしない
- 塩辛いものが好物
- 食べ過ぎることが多い
- 日焼け防止をしない
- 野菜をあまり食べない
- たばこを吸う
- 脂肪分の多い食べ物が好き

いくつか当てはまることがありましたか? 国立ガンセンターでは、「ガンを防ぐための12カ条」を提言しています。今日からぜひ、心がけてください。

ガンを防ぐための12カ条

1	いづれど豊富な食卓にして、バランスのとれた栄養をとる。
2	緑黄野菜をたっぷり食べて、ビタミンと繊維質のものを多くとる。
3	毎日、変化のある食事メニューを心がける。ワンパターンにならないように。
4	塩辛いものは少なめに、熱いものはさまして、胃や食道をいたわる。
5	焦げた部分は食べない。食べると突然変異をおこします。
6	食べ過ぎはさげ、おいしいものは適量。脂肪分も控えめに。
7	賞味期限など食べる前にチェックして、かびの生えたものに注意。
8	お酒はほどほどに、健康的な飲み方で楽しみましょう。
9	たばこは吸わないように。
10	日光に当たりすぎない。特にこれからの季節は日焼け防止を。
11	適度なスポーツをして、汗を流しましょう。
12	いつも身体を清潔に、さわやかな気分で毎日を過ごしましょう。

国立ガンセンター監修(財)ガン研究振興財団広報資料「ガンを防ぐための12カ条」より

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。

大阪市営バス「通称赤バス」が運行！  
病院前に停留所が設置されました。

路線バスや停留所など詳しい赤バスの案内書は総務課にお尋ね下さい。

当院の正面前から約20メートル南側にその名もズバリ「大阪赤十字病院」赤バス停留所が設置されました。今年の1月27日から地域の循環バスとしてやや小型の赤いお洒落なバス(通称「赤バス」)が運行されています。区間は関係なく、どこまで乗っても100円という料金で乗車できます。



※病院前からは、南から北へ向けての一方方向運行です。来院される場合は、天王寺・あべの方面がこの赤バスを利用されると便利です。また、病院前の停留所から乗車される場合は、鶴橋方面には便利ですが、上本町方面には、かなりの時間がかかります。

■大阪赤十字病院停留所の時刻表

日	毎 日																
時	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	.....あべの橋止				
分	12	2	17	7	22	12	2	17	7	22							
	37	27	42	32	47	37	27	42	32	47							
			52		57			52		57							

- あべの橋停留所から当院まで約12分
  - 桃谷駅前停留所から当院まで約7分
  - 当院から鶴橋駅前まで約3分
- ※午前10時～16時……  
昼間割引券・昼間割引定期券(全線)が利用できます。



表紙  
新明塾  
藤橋貴之 たかし

田植えのころ (1999)

藤橋さんが新明塾で初めて描いた絵は同じように「田植え」をテーマにしておりました。もっその頃より左肩からの流れるようなリズムで、一筆一筆でいねいに描いており、その独自の世界に胸をあたつくしたことを忘れることはできません。この絵は初個展で、手応えと自信を得た後の作品で、いきいきとした、みずみずしい絵です。また筆圧もけっこう強く、繊細ですが力のこもったものとなっています。最近では、テレビを見たり、外へ出かけるより絵を描くのが楽しい作者です。  
(文：新明塾・松村和子さん)

新明塾は京都東山の清水寺近くであり、25年以上の歴史をもった人たちの歩みやす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。藤橋貴之さんもおんなの仲間の一員でした。  
彼はことばや文字を上手に使いこなすことはできませんが、新しいことに挑戦することをいとわないたくましく、友だちの身になって支えられる優しさももっています。  
「家で絵を描いているとき、みんな絵を描いているとき、仕事のこと、いやなこと、そんなことをみんな忘れてしまおう、ぼくの絵をうけの人に見てほしい、やる気がでてるさかい」といふ。



TOPICS FILE  
トピックス & ニュース



新本館  
平成16年1月新本館開院を目指し  
現在、建設工事が進む

昨年1月から大阪赤十字病院改築工事の新本館建設工事がスタートいたしました。建設工におきましては振動、騒音など何かとご迷惑をおかけしてはおりますが、患者様をはじめ、皆様方のご理解とご協力によりまして、順調に工事が進捗しております。本年は建物建築工事と併せて給排水工事等の設備工事も開始され、より本格的な工事へと進んで参ります。

現在は、地下1階部分が完了し、5月頃にはいよいよ地上の工事に着手し、8月頃には6、7階部分、年末には地上14階の新病院の外装が完成いたします。竣工は平成15年7月予定で、その後医療機器等の配置を行い、平成16年1月の開院を目指しております。



完成いたしますと、6階までは、外来診療部門、中央診療部門(検査、放射線、手術、リハビリなど)等が背理、7階以上は入院棟となります。

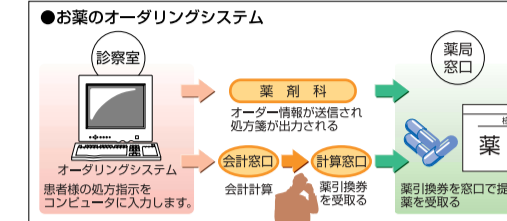
新病院は高度の急性期医療を中心に、病診連携  
や救急医療の充実を図り、さらに大規模災害時の  
災害拠点病院として地域に密着した総合医療危機  
を目標とします。

工事期間中は何かとご不便ご自由をおかけすること存じますが、「心のかよ高度の医療」を目標に患者様に信頼される病院づくりを目指してまいりますので、ご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

オーダーリングシステム  
オーダーリングシステムの  
導入計画

現在外来に診察等で来院される患者様に、良質な医療が提供でき、少しでも、病院内の診察等に掛かる時間を短縮するための改善策として、各診察室にコンピュータを設置し、患者様と医師が対話しながら診療と「お薬、尿検査及び採血検査」の指示をコンピュータで行う、オーダーリングシステムの導入計画を進めております。

今回導入の外来部門のオーダーリングシステムは、「お薬、尿検査及び採血関係」のみを対象に本年8月の本稼働を目標にしております。この本稼働により医師の指示内容が直ちに検査室や薬局に伝わり、患者様は少しの待ち時間で、検査が受けられ、薬局でもお薬が受け取られる等、サービスの向上を目指しています。



なお、事前に病院内の電源及び回線等の工事を行いますので、患者様の皆さんには、不便・不自由等のご迷惑をお掛けしないよう、十分に配慮してまいりますので、ご理解をお願い致します。

訪問看護の紹介  
当院の訪問看護を  
ご存じですか?

訪問看護の対象者は、主治医が訪問看護の必要性を認めた当院の入院患者様あるいは外来通院患者様です。当院から1時間以内が対象地区となります。

0～93歳の患者様、28名を訪問看護しており、訪問回数は毎日から月1回などと患者様の必要度に合わせております。家族構成は独居、夫婦のみ、その他とさまざまです。

在宅療養にあたり医療処置が必要で、療養看護上不安のある方は主治医に相談されるか、当院の医療社会事業部訪問看護係りまでご連絡下さい。医療保険・介護保険いずれでも訪問いたします。

医療社会事業部訪問看護係/  
TEL.06-6774-5192 FAX.06-6774-5129

講習会 & 相談会

当院では、診察とは別に様々な講習会・相談会を行っています。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、その家族(当院での受診の有無は問わず)
- ④医師、看護婦、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

- 漬物教室
- 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、看護婦、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産婦人科外来看護婦、助産婦、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