



季刊 すまいる



梨木神社(京都)
幕末の公卿三條實萬公を御祭神として明治18年に創建。別名「萩の宮」とも称される京の萩の名所で、9月中旬から下旬には500株以上の薄いピンクや白の花が秋風に揺れ、「萩まつり」も行われる。御神水「染井」は京都三名水の中で唯一現存する名水。御神木「桂の木」は葉がハート形の形をしていることから、「愛の木」として親しまれている。



嵯峨の送り火(宵弘法)
先祖を敬い、お盆に迎えた霊を送る大覚寺の法会「宵弘法」が8月20日に行われる。蓮が群生する大沢池に灯籠を浮かべ、竹笹、赤・黄・白・緑・紫の五色幡が立てられた施餓鬼棚で「お施餓鬼」の法会が執り行われる。読経が響く中、池の中央の「嵯峨の送り火」の祭壇に船から火が灯され、御魂送りの炎が焚かれる。

嵯峨の送り火 (宵弘法)



イチジク

城陽市は生産量府内一。大粒でみずみずしく、濃厚な甘みの特徴。ペクチン、カリウム、カルシウム、鉄分が豊富に含まれ、栄養価が高い。「完熟イチジクのまち城陽」として「イチジクスタンプラリー2022」を9月1日から30日まで開催。イチジク、その加工品や料理等を提供する市内の農産物直売所、飲食店、和洋菓子店を巡るスタンプラリーが楽しめる。



あらめ(荒布)

コンブ科の海藻で、ワカメより肉厚なため名付けられたとされる。三重県が全国生産量だが、京都では古くから食された。8が付く日に八の末広がりのめでたさから、良い芽、目が出るようにと食べられるが、8月16日には、あらめを炊いて仏壇に供え、そのゆで汁を門口にまき、精霊がこの世に未練を残さないよう送る「追い出しあらめ」の風習も残る。

伏見とうがらし

正式名称(品種)は「伏見甘長とうがらし」。「ひもとう」「伏見甘」とも呼ばれ、とうがらしの中では最も長くなる品種。さわやかな風味と甘さを持つ。古くから伏見付近を中心に栽培されてきたが、今では府内各地で栽培される。食物繊維、ビタミンCなどが多く、夏バテ解消に。チリメンジャコと炒めて煮たり、焼く、揚げるなど広く味わえる。





副院長就任のごあいさつ

今年4月に京都きづ川病院副院長・介護事業部統括部長として着任した岡本です。3月までは京都府立医科大学消化器外科から週1回の非常勤医師として当院でお世話になっておりましたが、常勤医となるとさらに身の引き締まる思いです。

着任して3ヵ月が経ち、当院には山城地域の中核病院たるに相応しい医療スタッフが揃っていると実感しております。この素晴らしいスタッフとともに山城地域住民の健康を守り、中川達哉新院長とともに、当院をさらに発展させていきたいと思っております。

一方、介護事業に携わるのは初めてになります。この3ヵ月間、2つの老健施設、介護事業各施設、ケアスクールを巡り、スタッフと接しましたが、皆さんが素晴らしい人柄で、利用者様とともに笑顔で働く姿にはプロの介護専門家としての矜持が見受けられます。このスタッフとともに山城地域住民の生活機能向上、生きがいの創生に役立ちたいと思っております。今後ともどうぞよろしくお願い致します。



岡本 和真

1989年京都府立医科大学卒業。
松下記念病院、京都府立医科大学消化器外科准教授・医局長を経て、2022年4月より京都きづ川病院副院長・介護事業部統括部長



前田 利郎

1991年京都府立医科大学卒業。1999年消化器内科医師として入職。消化器内科医局長を経て、2008年同部長。消化器外科統括部長を経て、2022年4月より京都きづ川病院副院長

この度、副院長に就任しました前田です。若輩者ですが、副院長にご指名をいただき、驚きながらも、たいへん光栄に思っております。

地域密着型の当院は、まず患者様にとって心地よい病院でありたいと思っております。そのためにはスタッフ全員が心地よい病院であることも大切です。スタッフの心地よさは働きやすい職場ということがベースになると思っております。入職以来20年以上当院で勤務しているなかで、日頃からスタッフとはできるだけ壁を作らずコミュニケーションを心がけてきました。

副院長として、職場の雰囲気づくりを責務ととらえ、管理職と現場で働く職員との繋ぎ役になりたいと思っております。それぞれの立場によって見える風景は違うものなので、違いを理解しあい、お互いの意見を摺り合わせていくことが、全体がよりよい方向に向かうには欠かせないと思っております。まずは現場の意見をこれまで以上によく聞くことに注力する所存です。

土台をあらためてしっかりと固め、地域のみなさんに末永く信頼される病院であり続けることができるよう努めていきたいと思っております。

どんなときも一致団結し 乗り切るチーム力

すまいる レポート

京都きづ川病院2階中央病棟



京都きづ川病院2階中央病棟は、一般病床40床、ICU12床、感染症6床をもつ病棟です。主に超急性期から急性期の患者様を受け入れており、日々さまざまな状況にスピーディーに対応できるように、チーム力の強化にも努めています。

幅広い看護をチームワークで

58床の病棟スタッフは、看護師32名とケアワーカー・クラークを入れて約50名。一般病床は循環器内科・消化器内科・消化器外科を主とした幅広い疾患の患者様を対象に、ICU（集中治療室）を併設した急性期病棟なので、スタッフは状況に応じた迅速な対応が求められています。スタッフ同士は声をかけ合い、手が足りない所があればすぐに誰かが応援に入るなど、息のあったチームワークを発揮しています。活発にコミュニケーションがとれている理由について、中谷さより看護師長は「誰かに注意すべき点があれば、すぐストレートに伝えるようにしています。元気な若いスタッフが多く、指摘すると素直に受け入れてくれます。先輩たちはそのフォローもしてくれますね」と話しています。大坪美喜子看護主任は「医師にも積極的にコミュニケーションをとりに行くスタッフが多いので、連携もスムーズです」と感じているそうです。

日々の反省を積み重ねて

若いスタッフたちは、日々さまざまな経験のなかで成長しています。別府友子看護主任は後輩指導にあたり「経験の浅いスタッフもICUで、実際の処置やケアを見学してもらっています。外科内科問わずさまざまな対応をする病棟なので、多くの経験を積むことができると思います」と話しています。看護は相互補完のため2人ペアで行っており、ペアで毎日その日の看護を振り返る時間を設けています。「患者様の立場で考える」を意識した振り返りを積み重ねることで、患者様・ご家族ともよいチームワークとなることを目指しています。「専門性を高めるとともにコツコツ信頼を積み重ね、自分自身の人間性も高めていけたらいいですね」と師長。



左から 別府友子看護主任、中谷さより看護師長、大坪美喜子看護主任

前向きに取り組んだことが大きな力に

感染症病床では、新型コロナウイルス感染症の患者様を院内で最初に受け入れました。未知の病気に対して、スタッフ全員で前向きに取り組んだことは大きな経験だったとのこと。その後クラスターが発生、出勤できるスタッフも限られる状況にもなりました。「反省点は大きいにありますが、一致団結して状況を乗り切れたことには、チームの強い力を感じました。これからはさらにチーム力を活性化していきたいです」と師長、主任とも笑顔で話してくれました。



スタッフの声

薬剤部門

薬剤部門では、現在19名の薬剤師が調剤および病棟での業務にあたっています。各病棟では薬剤師も、医師・看護師・他の医療スタッフと連携し、患者様を中心としたチーム医療の一員として取り組んでいます。また、薬剤師それぞれが専門分野の資格取得を目指し、自己研鑽をし、よりよい医療サービスへの貢献を志しています。今回は、専門性を活かして活躍中の薬剤師4名にインタビューしました。

患者様が安心して治療を続けられるよう、 医師との橋渡しを

当院では、膠原病リウマチ科の外来診療は週1回月曜日のみの診療で常勤のリウマチ専門医が不在のため、治療決定後の薬剤指導や生物学的製剤自己注射の手技指導、外来診療前の薬剤師面談、患者様からの電話対応などリウマチ財団登録薬剤師として、患者様の不安を解消し、医師と患者様の橋渡し役を意識しています。免疫抑制剤を処方された患者様には、導入段階の説明や薬剤指導から、医療費助成制度のご紹介なども行い、総合的なサポートを目指しています。また、院外で数名の薬剤師と一緒に「日本リウマチ薬剤師研究会(JRAPP)」を立ち上げ、定期的に研修会を開催し連携の輪を広げ、リウマチ治療のなかで薬剤師の職能が発揮できる環境を作っていこうと活動中です。

リウマチ財団のこの資格を取ろうと思ったのは、リウマチ薬剤の発注担当になったのがきっかけ。やるなら何でも答えられるくらいになってみよう、とすぐに資格取得に向けて動き出しました。今では知識を身につけたことが、自身のやりがいやモチベーションを保つきっかけになっているので、チャレンジしてよかったと思っています。

また、骨粗鬆症、糖尿病に関する資格も取得し、知識の幅を広げ、薬剤師としてさらにチーム医療に貢献できるよう努めています。また認定実務実習指導薬剤師として、後進の育成にも貢献できればと思っています。

／ モットー /
私のmottoは

業務で苦手なことがあっても、何か私にできることはあるかな、と考え、逆にモチベーションをアップにつなげるようしています！



眞部 実穂

日本リウマチ財団 リウマチ財団登録薬剤師
日本薬剤師研修センター研修認定薬剤師
日本病院薬剤師会 日病薬病院薬学認定薬剤師
日本病院薬剤師会 日病薬認定指導薬剤師
日本骨粗鬆症学会 骨粗鬆症マネージャー
日本アンチドーピング機構 スポーツファーマシスト
京都府糖尿病療養指導士

院内感染防止に努め、 救急救命・災害医療にも貢献したい

7年前に院内の感染制御チーム(ICT)に加わったことをきっかけに、抗菌化学療法認定薬剤師の資格を取得しました。ICTは院内感染を防ぐための医師と多職種で構成したチームで、薬剤師もそのなかで重要な役割を担っています。主に感染症の治療にあたる医師が抗菌薬の選択をする際に、患者様のバイタルや血液検査、細菌培養結果を確認し抗菌薬を提案するなどをを行います。現在病棟勤務では、ICU(集中治療室)に所属していますが、入ってこられるさまざまな疾患の患者様の感染症治療を含め、全身管理のサポートができるよう、薬剤師としての役割をしっかりと務めていきたいと思っています。

ICUと関連の深い救急に関して学びを深めたくて、ICLS(医療従事者のための蘇生トレーニングコース)、BLS(心配停止・呼吸停止に対する一次救命)のインストラクターとしても活動をしています。そのため、ときには救急外来で心肺停止の患者様の対応することも。これらの活動や経験は、薬剤師として救急救命に関わる場合でも役立つと思っており、知識を広めています。

また、当院は災害時に被災地で医療支援活動を行うAMATに参加していますが、この活動に意義を感じ、災害薬事研修(PhDLs)も受け、必要になれば貢献したいと考えています。

／ モットー /
私のmottoは

大事にしているのはカルテだけでなく、ベッドサイドで患者様を診る、ということ。入院中はもちろん退院後も、長いスパンで薬物治療を通して患者様の支えになりたいです。



川口 皓平

日本病院薬剤師会 日病薬病院薬学認定薬剤師
日本化学療法学会 抗菌化学療法認定薬剤師
日本救急医学会 ICLS・BLSコース認定インストラクター
日本救急医学会 AMAT隊員養成研修
日本災害医学会 PhDLsプロバイダー



学生時代からの研究テーマをさらに深めたい



尾関 快天

日本薬剤師研修センター
漢方薬・生薬認定薬剤師

もともと生薬や漢方薬には興味があり、大学時代には、食品薬学の研究室に所属して、食べ物やハーブや生薬を薬学的に考えるという研究をしていました。卒業後も京都薬科大学等で研修に参加し、数年前に漢方薬・生薬認定薬剤師の資格をとりました。漢方に関する知識は、医学部や薬学部での教育課程では勉強する機会は少ないと思います。

当院では、10種類の漢方薬を採用していますが、市場には200~300種類の漢方薬があります。入院患者様で普段から漢方薬を飲まれているケースも多いので、処方された薬との相互作用のチェックを行っています。漢方薬に限らず、ドラッグストアなどでも購入できる一般医薬品や、食品区分であるハーブティーにも薬効があるので、退院指導時に患者様が普段何を飲まれているかを聞いて注意点はお伝えするようにしています。

また、院内でのDI(ドラッグインフォメーション)担当の1人として、メーカーからの医薬品情報を収集・整理して情報提供しています。「DI室だより」には普段の生活に役立つような薬学的知識をコラムとして掲載しています。医薬品情報は堅苦しい情報が多いので、楽しんで読んでもらえたらと思って得意分野を活かして工夫しています。



月1回発行している「DI室だより」

／ モットー /
私のmottoは

楽しんで学んで、それを仕事で活かせたらいいですね。今勉強している東洋医学はもちろん、中医学、アーユルヴェーダなども奥が深く、興味はつきません。

薬学と栄養、両面から患者様をサポートしたい



山本 麻代

日本臨床栄養代謝学会
栄養サポートチーム専門療法士

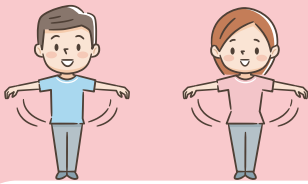
入院患者様に適切な栄養管理を他職種連携で実施する、NST(栄養サポートチーム)に所属しています。入職1年目で急遽所属することになり、必要に迫られて勉強を始めたところ、面白くなって、栄養サポートチーム専門療法士の資格を取りました。NSTチームのなかで、薬剤師も重要な役割を担っています。専門療法士は、薬剤師の分野だけでなく、栄養士やリハビリなど他職種の視点も持って、一歩踏み込んだ栄養についての提案ができるぶん、やりがいがあります。

病棟業務ではリハビリ病棟を担当しているので、個々の患者様が筋力アップのために増やすべき栄養分、退院に向けて必要な栄養分などを検討し、栄養士さんに相談することもあります。摂取方法についても経口が無理なら点滴でというように考えています。調剤業務では点滴薬を作る仕事を担当しているのですが、薬剤の栄養成分をチェックし、気になる点があれば医師に問い合わせることもあります。

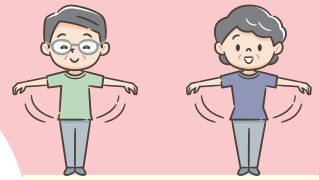
入院患者様には、食べる意欲がなくても少しでも食べる楽しみを持ってほしいです。例えば夏だったら「かき氷が食べたい」といった気持ちでもいいので遠慮せず伝えてくれたら、できるだけチームで工夫をし、食べていただけるよう努力します。

／ モットー /
私のmottoは

食べる楽しみを伝えたいです。薬学はもちろん栄養の分野に関してももっと学んで、薬剤師部門全体の栄養への知識向上に役立てるようがんばります！



やってみよう!



Timed Up & Go Test

下肢筋力、歩行能力、バランス能力を
総合的に評価

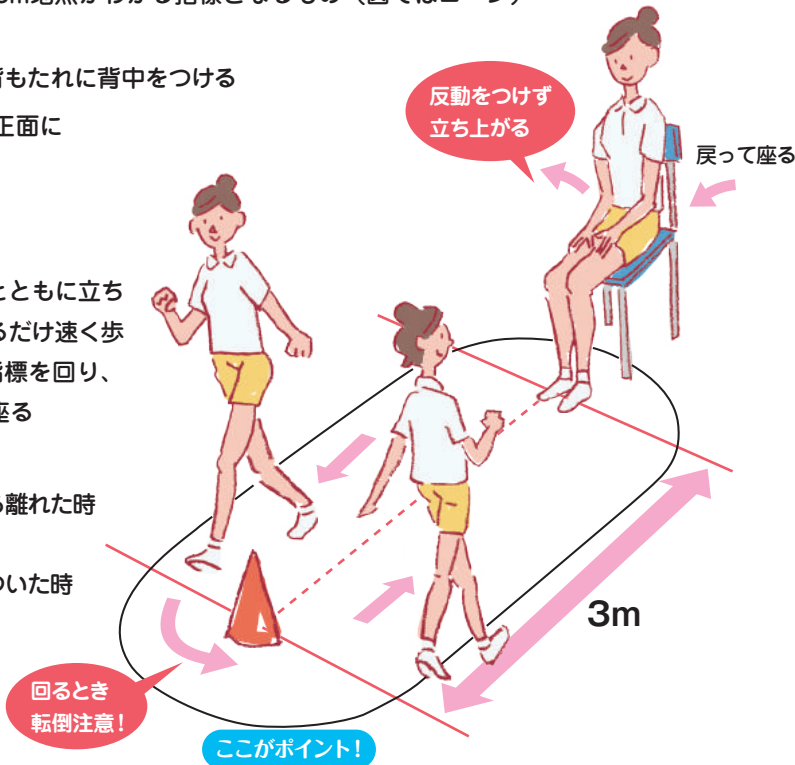
用意するもの： 椅子（背もたれのあるもの）、
ストップウォッチ、
3m地点がわかる指標となるもの（図ではコーン）

開始姿勢

椅子に座り、背もたれに背中をつける
椅子は指標の正面に

測定

- 測定者の合図とともに立ち上がり、できるだけ速く歩いて3m先の指標を回り、もとの椅子に座る
- 測定開始： 背中が椅子から離れた時
- 測定終了： お尻が椅子についた時



測定結果の基準

13.5秒以上の場合
転倒発生のリスクあり

- 事前に指標を回ることも考えたスペースの確保と、椅子・歩く場所の安定性を確認しましょう。
- 転倒に注意し、走らない程度にできるだけ速いペースで歩きましょう。

健康体操チェック編③

Timed Up & Go Test (TUGテスト)

リハビリテーションセンターがおすすめする健康維持のための運動プログラムを紹介しています。今回も、運動を行うために必要な体の能力をチェックする方法です。

立ち座りに必要な力、歩行速度、方向転換のときのバランスなどを総合的に判断する医療・介護の現場で広く用いられているテストです。

介護予防には 運動とチェックを

これまで3回にわたって運動能力をチェックする方法をご紹介しました。生涯自分のしたいことができる生活を送るために、介護予防運動が重要ということはこれまでお伝えしたとおりです。また運動を続けるうえで、客観的に身体の状態を把握するため、定期的に運動能力をチェックすることをおすすめしています。漠然と運動をしていると気づかなかつたことも、数値などで状態を見ることで、目標の設定や更新がしやすくなります。よい結果が出ていれば、少し運動レベルを上げるのもいいですし、逆に能力が低下していれば、原因を探り、次の対処を考えることができます。

継続的に運動し、定期的にチェックを心がけ、健康寿命をのばしましょう。



理学療法士
リハビリテーションセンター係長
中平 武志

今より10分多く身体を動かし、健康づくりを

猛暑で外出を控えたり、在宅勤務などで、長時間家で過ごし、あまり身体を動かさないという方も多いのではないのでしょうか。健康のため、毎日、今より10分だけ多く身体を動かす「+10（プラステン）」を意識してみませんか。

「プラス10」とは、厚生労働省が2013年から提唱している「健康づくりのための身体活動指針」です。日常的に元気に身体を動かすことで、糖尿病、心臓病、脳卒中、がん、うつ、認知症などになるリスクを下げることができるとされています。

まずは無理なく可能な範囲で、今より10分多く身体を動かしてみませんか。

1日の身体活動の目標

18歳から64歳の方は、1日合計60分以上、
65歳以上の方は、1日合計40分以上、
どんな動きでもよいので身体を動かすことを
目標にしましょう。

無理なく簡単なことから始めましょう

たとえば、掃除機をかける、庭の手入れをする、家事やテレビを見ながら体操やストレッチを行う、外出したらいつもより長く歩く、エレベーターを使わず階段を使うなど、ほんの少し、いつもより動いてみましょう。

「座りっぱなし」にならないで、できれば30分ごとに3分程度、1時間に5分程度、こまめに動きましょう。頻繁に立ち上がることができない方は、かかとの上げ下ろしや、足の指を動かすだけでも効果があるとされています。

安全のために、身体を動かす時間は、ご自身のできる範囲で少しずつ増やしていきましょう。



季節の野菜をおいしく食べよう

夏野菜のドライカレー

カレー粉で作るスパイシーなドライカレーです。

パプリカはカロチンが多く含まれており、抗発癌作用や免疫賦活作用があります。

【材料】 3～4人分（調理時間 20分）

豚ひき肉 400g
茄子 1本
ズッキーニ 1/2本
赤パプリカ 1/2個
玉ネギ 1/2個

人参 1/2個
ニンニク 2片
塩胡椒 適量
レタス 5～枚

〈調味料〉

ウスターソース 大さじ4
ケチャップ 大さじ2
カレー粉 大さじ4
生クリーム 大さじ2



【下準備】

茄子はへたを切り、一口大に切る。ズッキーニは一口大に切る。玉ネギ、パプリカ、人参、ニンニクはみじん切りにする。レタスを器になるようにちぎっておく。

【作り方】

- ① フライパンにサラダ油を入れ温め、茄子とズッキーニを中火で炒め火を通し、別皿に取り分ける。
- ② ①のフライパンにニンニク、玉ネギ、人参を入れ、玉ネギがしんなりしてきたら、豚ひき肉を加えてほぐしながら炒める。肉がポロポロにほぐれたらパプリカを加えて塩胡椒で下味をつけ、脂がなじむまで炒める。
- ③ ②にカレー粉、ウスターソース、ケチャップ、生クリームを加え、全体がなじむまでよく炒め合わせ、①の茄子とズッキーニを加えよく絡める。
- ④ ちぎったレタスに③を盛り付けて完成。千切り胡瓜やパルメザンチーズなどトッピングするとさらに美味しくなります。

きづ川病院 News

病院内の行事や予定などのお知らせです。また、病院のホームページでは、最新の情報を掲載していますので、ぜひご覧ください。

啓信会 ウェブ検索

http://kyoto-keishinkai.or.jp



京都きづ川病院

院長 中川 達哉
TEL.0774-54-1111 FAX.0774-54-1118

啓信会グループ

理事長 中野 博美

医療法人啓信会 介護老人保健施設 萌木の村

<城陽市寺田奥山1-6>
施設長 稲葉 栄子
TEL .0774-52-0011
FAX .0774-52-0701

医療法人啓信会 介護老人保健施設 ひしの里

<久世郡久御山町佐古内屋敷81-1>
施設長 植村 節子
TEL .0774-43-2626
FAX .0774-43-2627

医療法人 啓信会 きづ川クリニック

<城陽市平川西六反44>
院長 青谷 裕文
TEL .0774-54-1113
FAX .0774-54-1115

関連施設

- 京都四条診療所 ●四条健康管理センター

在宅サービス

- 訪問看護ステーション きづ川はろー
- ヘルプステーション 萌木の村 21
- ヘルプステーション リエゾン大津
- ヘルプステーション リエゾン大久保
- ヘルプステーション リエゾン四条
- ヘルプステーション リエゾン健康村
- ヘルプステーション リエゾン羽束師
- 短時間型デイサービスセンター 要支援 のみ リエゾン萌木の村
- 短時間型デイサービスセンター 要支援 のみ リエゾン宇治おおくぼ
- 短時間型デイサービスセンター リエゾン健康村
- 短時間型デイサービスセンター リエゾン久御山ひしの里
- 短時間型デイサービスセンター リエゾン羽束師
- 認知症対応型デイサービスセンター リエゾン萌木の村
- 認知症対応型デイサービスセンター リエゾン久御山ひしの里
- 居宅介護支援事業所 リエゾン大津
- 居宅介護支援センター 萌木の村
- 居宅介護支援センター リエゾン四条
- ケアプランセンター リエゾン健康村
- ケアプランセンター リエゾン久御山ひしの里

- ケアプランセンター リエゾン羽束師
- ケアプランセンター リエゾン宇治おおくぼ
- 城陽市在宅介護支援センター 萌木の村

地域密着型サービス

- 小規模多機能ホーム リエゾン萌木の村
- 小規模多機能ホーム リエゾン健康村
- 小規模多機能ホーム リエゾン久御山ひしの里
- 小規模多機能ホーム リエゾン羽束師
- 小規模多機能ホーム リエゾン宇治おおくぼ
- グループホーム リエゾン萌木の村
- グループホーム リエゾンくみやま
- グループホーム リエゾン健康村
- グループホーム リエゾン羽束師
- グループホーム リエゾン宇治おおくぼ

サービス付き高齢者向け住宅

- サービス付き高齢者向け住宅 えがお

教育部門

- ケアスクールリエゾン 大久保校



医療法人 啓信会 京都きづ川病院

〒610-0101 城陽市平川西六反 26-1 TEL 0774-54-1111 FAX 0774-54-1119
URL http://kyoto-keishinkai.or.jp/kizugawa

