



Message 産婦人科のご紹介

Information

- 院長エッセイ「四季雑感」
“春なれど…”
- 地域支援BLSコースのご案内
「心肺蘇生を学びませんか？」
- キラリ!! 看護のスペシャリスト～Part4～
緩和ケア認定看護師
- 地域医療連携センターからのお知らせ
「地域医療連携センターのメンバーご紹介」
- EBISU♥キッチン
～美味しく減塩しよう!～ きゅうりと茄子のごま酢あえ



産婦人科のご紹介

Pick Up. 037



産婦人科 渡辺 正洋

初めまして。兵庫県立西宮病院・産婦人科診療のご紹介を致します。

当科は日本産科婦人科学会の基幹研修施設として認定されており、副院長・部長を初めとする7名の常勤医と5名の専攻医を擁しています。

女性医学会、産科婦人科内視鏡学会、周産期新生児医学会の研修施設であり、4月から婦人科腫瘍専門医が新たに加わって、婦人科腫瘍指定修練施設の取得を目指しており、産婦人科の4つのサブスペシャリティ領域の修練を行える施設となる見込みです。

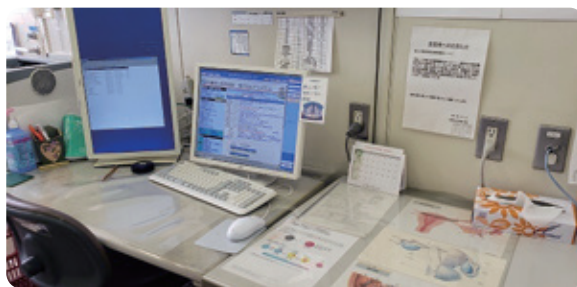


産科 については地域周産期母子医療センターとして、早産や産科合併症妊婦さんの受け入れを行っております。また、総合病院の強みを生かして、妊娠高血圧症候群や妊娠糖尿病などを始め、内科など他科の協力を得た上で合併症を持った妊婦さんの妊娠・周産期管理も施行しております。さらに、当院には3次救命救急センターがあることから、産科危機的出血を伴うような重症妊産婦の受け入れも積極的に行っております。合併症のない通常正期（妊娠 37 週以降）の経陰分娩はもちろん、さまざまな理由（過去に帝王切開、胎児が逆子、双子妊娠、胎盤の位置が低いなど）での帝王切開分娩にも対応しております。

婦人科診療 については、子宮筋腫、子宮内膜症、良性卵巣腫瘍などの良性疾患に対する開腹・腹腔鏡手術や、子宮頸癌、子宮体癌、卵巣癌といった悪性疾患に対する手術、化学療法に対応して参りました。また、子宮頸癌については病期に応じた放射線治療も当院放射線治療科と兵庫医大放射線科との協力において施行しております。

今回、4月から腹腔鏡技術認定資格・子宮鏡技術認定資格・婦人科腫瘍専門資格を持つ医師と腹腔鏡手術の経験豊富な医師が加わりました。これまで以上に腹腔鏡下手術、子宮鏡手術に力を入れるとともに、子宮体癌に対する腹腔鏡下手術やロボット補助子宮体癌手術にも裾野を広げていこうと考えております。

これからも地域医療機関と連携しながら安心安全な産婦人科医療を提供して参ります。



心肺蘇生を学びませんか？

JRC（日本蘇生協議会）蘇生ガイドライン 2020 に基づいた心肺蘇生の講習を開催致します。
蘇生人形と AED を用いた BLS（一次救命処置）の実技を、当院のインストラクターが丁寧にわかりやすく指導致します。

☆日本救急医学会認定 BLS コースです。

☆新型コロナウイルス感染症の流行状況により、コース中止となる場合があります。

募集定員

8名

日時 令和4年 8月 30日(火) 13:30～16:00

場所 兵庫県立西宮病院 3号棟 1階第1・2研修室

応募方法 県立西宮病院総務課（担当：須山）までご連絡下さい。
(TEL:0798-34-5151 内線：3312)

締め切り 令和4年7月15日(金) 17:00まで

受講が決定しましたら、改めてご連絡させていただきます。

救命の連鎖・・・あなたも鎖をつなぐ一人になりましょう！



早期認識
および予防

救急対応システム
への出動要請

室の高いCPR

除細動

心拍再開後の
治療

回復

兵庫県立西宮病院 蘇生教育委員会



オンライン面会が ご利用いただけます

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、入院中の患者さんの面会制限にご理解・ご協力いただきお礼申し上げます。当院では患者さんのご家族を対象に、病室（病棟）と1階ロビーをタブレット端末で繋ぐオンライン面会を実施しています。ご希望の方は来院のうえ、申込用紙に必要事項を記載していただく必要がございます。詳細については下記までお問い合わせください。

予約・問い合わせ先

☎0798-34-5151(代)

※「オンライン面会の件」とお伝えください。



四季雑感

「春なれど・・・」



毎年3月～4月にかけて、大阪城公園は、梅、桃、桜と花木が次々に満開を迎え一年で一番華やかな時期を迎えます。今年のこの時期は、コロナが多少下火となり久しぶりに公園は多くの人出で賑わいましたが、コロナ前とは違って外国人旅行者の姿は殆ど見かけませんでした。コロナの終息にはまだ時間を要し、大阪のインバウンド需要の復活もまだまだ先のように思えます。道修町の製菓企業が元気だった昭和の頃を良く知る私にとって、最近の大阪の状況は寂しい限りです。この先、大阪はどうなるのか？インバウンド需要に過度に依存しない、堅調な内需に支えられた大阪の経済復活を望むばかりです。

一方、世界に目を転じると、まさかと思っていたロシア・ウクライナ戦争が勃発し、今や長期化の様相を呈しています。資源の乏しい日本は、特にこの戦争で今後大きな影響を受けることになると予想され、既に石油を含めた資源の高騰によりインフレが始まっています。更に、日本には特有のインフレ要因があります。欧米諸国がインフレ対策として徐々に利上げを進めるなか、日本は長年に渡る異次元金融緩和の副作用で利上げができず、その結果、急激に円安が進行し輸入品の高騰が更にインフレに拍車を掛けています。この先日本の経済はどうなるのか、今、社会は色々な意味で大変不安定な状況だと思いますが、こんな時は、勇ましいことを言う人は非常に危ないと思います。そのような人は、通常思慮が足らず、かつ、弱いものの痛みが分からない。ただ、大衆受けはするので用心が必要です。こんな時こそ、金儲け

一辺倒にならず、スポンサーに過度に諂（つら）わず、公共性にもっと配慮した客観的で冷静な報道をするマスメディアの存在が大変重要と思います。

さて、話は変わりますが、先日（4月23日）、兵庫県立はりま姫路総合医療センターの開院式に参加して参りました。736床の大規模病院で、かつ、教育研修棟（兵庫県立大学・獨協学園が参画）も併設されており、今後は、この地域の医療の中心となるのみならず、研究や人材育成の拠点としても大きな期待が寄せられています。同センターの今後の発展を心より祈念します。まだ少し先の話ですが、2025年度後半には、本院と西宮市立中央病院との統合新病院の開院が予定されています。皆様のご期待に応えるべく、ICTを駆使した中規模・高機能な Smart Hospital を整備すべく、現在、鋭意準備を進めています。どうぞご期待下さい。



大阪城公園にて（2022年4月2日撮影）：大阪城公園の北端あたりに「大阪城桃園」があります。1999年3月に開園したそうですが、約12種200本の桃の木が植えられており、毎年3月中旬から4月中旬まで観桃を楽しむことができます。背景には桜が写っています。大阪城公園ならではの桃と桜の饗宴です。桃源郷とまではいきませんが、暫し日々の喧噪を忘れるには十分な憩いの場です。

兵庫県立西宮病院長

野口 眞三郎



キラリ!! 看護のスペシャリスト

~Part 4~



緩和ケア認定看護師 大前文紀恵



突然ですが、緩和ケアは末期の方だけが受けるものではありません!!

例えば…

- ・診断時、先行きの不安
- ・長く続く治療に疲れた
- ・治療終了後の後遺症
- ・これ以上の治療がない

こんなときは
私の出番!

病気がどのような状況であっても、自分らしく、「**自分の人生**」を歩み続けられるようにお手伝いします!!

今回は、「あなたの人生」を題材にした「**人生会議**」がテーマです。

人生会議

“もしも”のときのために、あなたが望む医療や看護（あなたがしてほしいこと等）について予め考え、家族等や医療従事者と繰り返し話し合い、共有する取り組みです。



“もしも”のときって
どんなとき?

例えば…

- 急に動けなくなったとき
- 突然、強い痛みなどの症状が出たとき
- 急に話せなくなったとき



Point

上記のようになったとき、あなたが望むことは何ですか?
“もしも”のときに備えて準備をしましょう

- あなたが大切にしたいことや楽しみにしていることは何ですか?
- あなたが頑張ってきたこと、これから挑戦したいことは何ですか?
- あなたは何を好み、何を嫌いますか?
- もしもあなたが、意識を失い自身の意思が伝えられなくなった場合、あなたの気持ちを代弁してくれる人は誰ですか?

例) 家族、友人、かかりつけ医、看護師、介護士、ケアマネジャーなど



Point

上記の内容を家族や友人、医療従事者と共有しましょう

“もしも”あなたの意識がなくなったときに、あなたが望む医療が受けられます。

Message

人生会議は必ず行わないといけないものではありません。医療従事者は、患者さん一人ひとりの歩んできた人生を大切にしたいと考えています。

人生会議だけでなく、

身体の症状

家族のこと

気持ちのつらさ

眠れない

経済的、
仕事のこと

などなど・・・患者さんとそのご家族にとっての気がかりを少しでも解決し、患者さんらしく日常生活が送れるようにお手伝いします!!お気軽にお声をおかけください。



厚労省HP「人生会議」一度アクセス
してみてくださいね

地域医療連携センターのメンバーご紹介



いつもお世話になっております。

今年度、地域医療連携センター課長兼看護師長が交代となり、新しいメンバーも増えています。

地域医療連携センター長、地域医療連携センター部長、地域医療連携センター課長兼看護師長、MSW4名と退院支援看護師6名、前方支援看護師1名、前方支援医事事務9名、患者相談窓口相談員看護師1名、事務員1名の総勢25名で担当させて頂いております。

コロナ禍の厳しい状況が続いていますが、連携を密に努力して参りますので、今後ともよろしくお願い致します。

塩分は控えても美味しく食べられたらいいですね。香味野菜や油を上手く活用することで旨味がアップして満足できますよ！今回は副菜にぴったりの簡単野菜料理をご紹介します。ぜひお試しください。



きゅうりと茄子のごま酢あえ BY 栄養管理部

材料	分量
きゅうり	2本
茄子	2本
しょうが	少々
白ごま	小さじ1
★酢	大さじ3
★砂糖	大さじ2
★塩	1g (小さじ1/5)
ごま油	小さじ1/2



● 1人当たり栄養価

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	塩分
54.7 kcal	1.0g	1.0g	11.1g	0.25g

(管理栄養士：高垣 直子)

調理のポイント

- ◇甘酢にごま油を入れることで味蕾、味覚を刺激し五味(甘味・酸味・塩味・辛味・旨味)を感じ、減塩効果が得られます。
- ◇野菜を塩もみせずに、茹でることで減塩効果がアップします。
- ◇白ごまの代わりに、青じそやミョウガをいれても。

(調理師：近藤 明)

作り方

- ① 胡瓜は縦半分に切り種部分をスプーンで取り除き、斜め薄切りにする。
- ② 茄子はヘタを取って縦半分に切り、薄い半月切りにする。
- ③ しょうがはすり下ろす(チューブしょうがでも可)。
- ④ 鍋に湯を沸かし沸騰したら火を止め、①②を入れサッとかき混ぜたらすぐに鍋からあげて氷水に移す。冷えたら水気をしっかり絞る。(※胡瓜の色が変わるので、手早く粗熱を取りましょう)
- ⑤ ポウルに★をいれて混ぜる。砂糖と塩がしっかり溶けたらゴマ油も入れてかき混ぜる。
- ⑥ ①②③を入れて和える。
- ⑦ 器に入れ、上から白ごまをふりかけてできあがり。

油の種類について

脂肪はとりすぎると肥満を引き起こす原因になりますが、私たちの身体に必要な栄養素のひとつでもあります。エネルギー源になるのはもちろん、体温を維持したり、ビタミンの吸収を助けるなどの大切な働きを担うほか、食べ物を美味しく感じさせる働きもあります。

脂肪は様々な「脂肪酸」から構成され、その割合によって性質が分かります。主な脂肪酸は飽和脂肪酸(ラウリン酸、パルミチン酸、ステアリン酸)・一価不飽和脂肪酸(オレイン酸)・多価不飽和脂肪酸(リノール酸、リノレン酸など)です。

油の種類にもバランスが必要です。摂りすぎるとエネルギーオーバーになるため注意しましょう。

管理栄養士による栄養・食事相談を月～金に予約制で行っています。ご希望の場合は、主治医又は看護師、管理栄養士までお申し出ください。

編集後記

編集室



いつもはまかぜをご愛読いただきありがとうございます。今回は産婦人科をメインにご紹介させていただきました。ご多忙の中、ご協力いただきました先生方にこの場をお借りし、お礼申し上げます。引き続き「はまかぜ」より、地域の皆様方に院内の専門的な事柄や日常などを幅広く情報発信できるよう努めてまいりますので、今後ともどうぞ宜しくお願いいたします。

(はまかぜ編集委員)

HAMAKAZE

2022.37
Vol.37

兵庫県立西宮病院

〒662-0918 兵庫県西宮市六湛寺町13番9号
TEL:0798-34-5151(代表) FAX:0798-23-4594
地域医療連携センター TEL:0798-34-5174(直通)
FAX:0798-34-4436
E-mail: chiiki-kg@hp.pref.hyogo.jp

nishihosp.nishinomiya.hyogo.jp

2022.6 発行