

はまかせ

風が運ぶお知らせ便り♪



- にしびょうTOPICS／心肺蘇生を学びませんか(地域支援BLSコースのご案内)
- 新入職員のご紹介(初期臨床研修医・新任看護師)
- 院長エッセイ「四季雑感」／太陽の塔“光る目”
- キラリ!! 看護のスペシャリスト～Part16～／放射線被ばく量を知ろう
- 地域医療連携センターからのお知らせ／センターの紹介・地域連携懇談会のご案内
- EBISU♥キッチン／～旬のオクラを美味しく食べる編～オクラの唐揚げ



にしびょう TOPICS

医療介護関係機関のみなさまへ

県立西宮病院地域支援BLSコースのご案内

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等の流行状況により、開催を中止する場合があります。

日 時

令和7年8月21日(木) 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)までご連絡ください。

(TEL:0798-34-5151 内線:3312)

申込締切

令和7年7月24日(木)

募集定員

12名

受講が決定しましたら、
あらた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

質の高い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



令和7年度採用の 研修医11名が加わりました



臨床研修センターセンター長 中川 雄公

令和7年度採用の初期臨床研修医が野口院長から辞令交付を受けて、研修医としての2年間の第一歩を踏み出しました。本年度の研修医は、当院採用の9名に加えて、大阪大学医学部附属病院から2名の合計11名です。

令和8年度上半期に西宮市立中央病院と統合移転を予定している当院が採用する最後の研修医であるとともに、開院する新病院（兵庫県立西宮総合医療センター（仮称））における最初の研修医でもあります。

当院は基幹型臨床研修病院として、病院全体で兵庫県の地域医療に貢献することができる医師の育成に長年取り組んでおり、その歴史と役割は統合新病院へも受け継がれていきます。

地域の皆様も新しい研修医をどうぞよろしくお願いいたします。





人に優しく丁寧に向き合う事を大切にし、
仕事を前向きに楽しめるように、あたたかく、
活気ある職場づくりを目指していきます。

看護部長 宮原 明美



よろしくお願いします♡



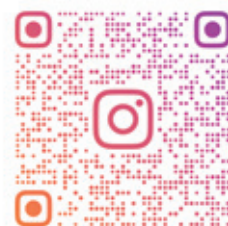
この春、私たちの西宮病院にはフレッシュな風が吹いています。

新しい仲間、新人看護師たちが、患者さんのそばで看護の第一歩を踏み出しました。

「笑顔と優しさを忘れずに、患者さんの力になりたい」

そんな思いを胸に、新人看護師たちは日々、先輩たちの背中を追いかけてながら、
一生懸命に成長しています。

まだまだ頼りないところもありますが、あたたかい応援の声や笑顔は、大きな力になります。
彼らはこれからも、心のこもった看護をお届けできるよう、一步一步、成長していきます。



EBISU.NS

2 025年大阪・関西万博が4月13日に夢洲で開幕しました。さまざまな懸念はあるようですが、何とか会期を全うし無事終了することを願うばかりです。さて、前回の70年大阪万博の時は、私は中学3年生でしたが、当時所属していたバスケットボール部の部長が厳しい先生で、夏休みもほぼ毎日朝から夕方まで練習に明け暮れ、万博には学校からの遠足で1回参加したのみでした。遠足の限られた時間ではアメリカ館やソ連館といった有名パビリオンは見ることはできず大変残念な万博見学だったので、70年万博の思い出はあまりないのですが、唯一、岡本太郎氏がデザインし、シンボルとして建てられた太陽の塔のことだけは、今も記憶に残っています。特異な形状、派手な色使い、そして、独特な表情の3つの顔を間近に見た時、そのオーラと存在感に圧倒されましたが、太陽の塔が一体何を表現しているのかはいくら考えても私には理解不能でした。

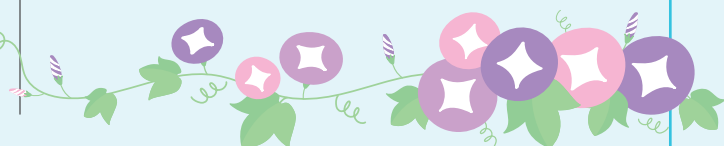
それから28年がたち、私は70年万博記念公園の隣にある阪大病院で働くことになりました。当初、千里中央駅からバス通勤の時は、公園の周囲を取り囲む高い樹木に遮られて太陽の塔は良く見えなかったのですが、その後開通した公園を半周するように走るモノレール（高架）で通勤するようになってからは、園内にそびえ立つ太陽の塔の全貌を見ることができ、いつの間にか通勤の楽しみとなりました。そしてある夜、塔頂にある黄金の顔をふと見ると何と目が光って

いるではありませんか（参照URL：https://i.gzn.jp/img/2010/03/27/taiyou_no_tou/P1120722.JPG）。私の体に衝撃が走りました。その目の輝きは塔に生氣を与え、まるで闇の中を今にも歩き出しそうにさえ思えました。太陽の塔が表現する過去・現在・未来を貫いて生成する万物のエネルギーの計り知れぬ力を、芸術には疎い私でさえ感じる事ができた一瞬でした。と同時にその眼光には、世の不正を見抜き糾弾する厳しさも感じました。

70年万博記念公園のホームページの重要なお知らせ欄に「万博記念公園は2025年大阪・関西万博の会場ではございません」という注意喚起が掲載されています。2025年大阪・関西万博への来場予定者が誤って万博記念公園を訪れるケースが頻発しているようです。まるで太陽の塔には人を引き付ける魔力があるかのようです。55年の時を超えて人を引き付ける、これこそが芸術なのでしょう。千里の丘から長らく大阪を見つめてきた太陽の塔の光る目に、今回の万博は、大屋根リングは、そして、今の大阪は、一体どのように映っているのでしょうか。

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 16~

安全な放射線被ばく量を知ろう!!



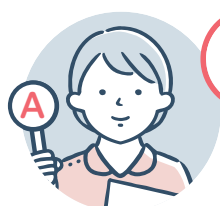
Q

放射線治療科の患者さんや
ご家族からのよくある質問

放射線の検査は身体に悪い影響はないですか?
できれば、検査はしたくないです。

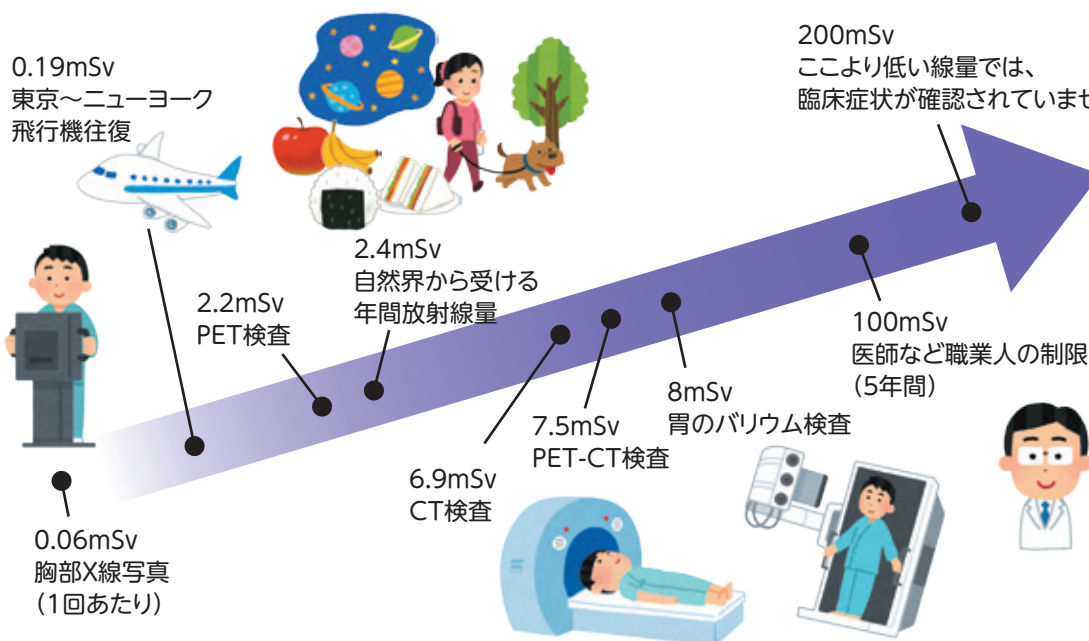


がん放射線療法
看護認定看護師
高津 秀子



A

放射線科では、人体に影響があるといわれている放射線(X線)を使って
検査や治療を行っています。その検査は、患者様が病気やけがの正しい
診断を受けるため、また次の治療に役立てていただくために行うものです。
したがって、放射線(X線)検査を受ける方が「被ばく」による被害を受ける
ということはありません。



図はQST放射線被ばく早見図を改変

X線を受けた部位によって身体への影響は異なり、ある線量(“しきい線量”:mSv)を
越えることにより身体的症状が出てくる可能性があります。
通常の検査で受けるX線の量は、この“しきい線量”よりはるかに少ないので
(~20mSv前後)、身体的症状が現れてくることはありません。

**放射線の正しい知識を持ち、
安心して検査・治療を受けましょう!**

地域医療連携センターの紹介



新病院開院に向けて尽力してまいります。
引き続きご支援いただきますよう、よろしくお願いいたします。

地域医療連携センター長	増原 完治 副院長
地域医療連携部長	間木野 泰祥 部長
地域医療連携課長	小川 かおり
看護業務専門員	網本 久代
看護師9名(患者相談窓口・前方支援・退院支援) 医療ソーシャルワーカー4名、 医療事務員7名、事務1名	

～地域連携懇談会のご案内～

4月より脳神経内科を新設しました。
地域とのつながりを大切にする思いを
共有できる機会として、
多数のご参加をお待ちしております。

日時 令和7年7月10日(木) 18:00～19:00

テーマ 「脳神経内科と地域連携」

脳神経内科の紹介と脳卒中地域連携 山本 司郎先生
神経難病の地域連携 清水 幹人先生

場所 兵庫県立西宮病院(2号棟大会議室)

対象 在宅医療・看護・介護等関係者

申込先 地域医療連携センター
[電話 0798-34-5151(代表)]

EBISU♥キッチン

～旬のオクラを美味しく食べる編～

オクラの唐揚げ♪

BY 栄養管理部

春から夏にかけて季節の変わり目で体調を崩しやすい梅雨の時期
旬の食材で体の調子を整えて暑い夏を迎えましょう♪



材 料	分量(4人分)
オクラ	12本
醤油	小さじ2
みりん	小さじ2
片栗粉	大さじ1.5
サラダ油	適量

●1人当たり栄養価

エネルギー	63kcal
たんぱく質	0.7g
脂 質	3.9g
炭水化物	5.2g
塩 分	0.4g



オクラの豆知識

- オクラは空に向かって上に育ち、綺麗な黄色の花が咲きます。
- まわりに産毛が生えているので、きゅうりの様に板ずりをします。
- ヘタも食べることができますが、先の方は固いので切り落としてください。がくの部分も丸く切り落とします。
- 低温が苦手なので、ビニール袋に入れて2～3日保存できます。冷凍する場合は塩をすり込んで「サッ」とゆで、ラップに包むかビニール袋に入れて保存してください。
- オクラは緑黄色野菜でビタミンやミネラル、食物繊維が豊富です。
- オクラのネバネバは、水溶性食物繊維のペクチンです。ペクチンは大腸の善玉菌の餌になり、腸の環境を整えてくれます。

作り方

- ①オクラは洗ってヘタ切り、がくの部分は包丁をまわして切り落とします。
油で揚げるので、後はそのまま大丈夫です。
細かい産毛が生えているので、気になる方は板ずりをしてください。
- ②オクラを斜め二分の一に切ります(一口大の食べやすい大きさに)。小さいものは切らなくてもOK。
- ③オクラの水気をキッチンペーパーで拭き取り、
醤油・みりんをビニール袋に入れて、味が入るように袋の上から揉み込み、しばらく置きます。
- ④最後に片栗粉を③に入れ、粉をむらなくつけます。
- ⑤少なめの油で揚げ焼きにして、できあがり♪



※醤油を少なめにして、カレー粉や中華味、梅のペーストを入れるなど
味変していただいても楽しめます。

調理のポイント

- ①ゆでるときは、割れてしまわないようにサッと1分程度にする。電子レンジなら600wで約40秒加熱。
- ②お浸しにする時は、水気をオクラが吸わず、味が入りにくいので、出汁の量を少なくして濃いめにする。
- ③下味をつける時は、ビニール袋に入れて味付けすると、流れおちる調味料の無駄が無く、手も汚れないので便利です。
- ④エリンギやキノコと一緒に炒めてもよし、煮物もよし、薄切り肉を巻いて焼いてもよし! バリエーションが豊富で美味しくいただけます。是非いろいろな料理に活用してください。

(管理栄養士：高橋 千恵 調理師：北川 伸江)

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、主治医または看護師、管理栄養士までお申し出ください。

HAMAKAZE

2025
Vol. 49

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-kn@hp.pref.hyogo.jp

nishihosp.nishinomiya.hyogo.jp

2025.6 発行