

いつもの暮らしに笑顔をプラスする隈病院の季刊情報誌

Kuma^{プラス}+

2016
SPRING

vol.2



表紙の写真は
神戸のどこかの場所だよ
わかるかな？
答えは13ページに！

Kuma
HOSPITAL



- 2 特集 西へ東へ、神戸の私鉄
- 4 Doctors File 学術顧問・内科医師 中村浩淑
先生おしえて! お悩みQ&A
隈病院の医療安全対策
- 6 管理栄養士考案の 簡単レシピ
- 8 神戸の「楽しい」歩き方 海から見る神戸
- 10 神戸の「おいしい」歩き方 朝のおいしい時間
- 12 元町・三宮MAP
- 14 隈病院からのお知らせ | 皆様からのご意見 | 12星座占い

ここが阪急の特徴

マルーン色の車両に木目調とゴールドenオリブの座席は、阪急電鉄の定番です。

1967年には、全国で初めて北千里駅に自動改札機を設置し、駅業務の自動化を徹底しました。その後、世界初のポストペイ(クレジットカードなどで後で決済ができる後払い)方式のICカードによる交通乗車・ショッピングサービス「Pitapa(ピタパ)」を導入したのも阪急電鉄です。



ますます便利に！
3月19日から
新ダイヤが
スタート！

阪急電車

HANKYU

1907年、箕面有馬電気軌道を創設、1910年に梅田～宝塚間と箕面～石橋間を開業したのが、現在の阪急電鉄の始まりです。鉄道を敷設し、その沿線で土地住宅を開発するという、民営鉄道業界発の不動産ビジネスモデルにもなっています。さらに、娯楽施設の宝塚新温泉や現在の宝塚歌劇団、駅併設の阪急百貨店を創設するなど、沿線の価値を高め多くの乗客を生み出した経営は、その後の私鉄経営の模範になっています。

西へ東へ、神戸の私鉄



国営鉄道の営業を脅かす私鉄の建設は国の許可が降りにくく、

関東では私鉄が発達しにくかったようです。

それに対し、先進的な私鉄経営が行われていた関西は、当時、私鉄王国と呼ばれていました。

商人気質の関西人は、速度が遅い併用軌道(路面電車)を

全長のうちのどこかに敷設すれば許可が降りやすくなることに目を付け、

実際は、速度の速い専用軌道がほとんどの区間を占める路線を建設し、開業していったといわれています。

神戸の街には、大阪から阪急電車と阪神電車が、明石市からは山陽電車が乗り入れられています。

私鉄それぞれの会社の特徴を感じながら、神戸の東西移動を楽しみましょう。

山陽姫路
SanyoHimeji板宿
Itayadoはなくま
HANAKUMA元町
Motomachiさんのみや
SANNOMIYA三宮
Sannomiya

ここが山陽の特徴

須磨から垂水の間の車窓から眼下に広がる海の景色は圧巻。海岸線すぐのところを走る山陽電車ならではの。時間があれば淹の茶屋駅のホームに降りて眺めてみるのもおすすめです。また、板宿駅には新型車両をモデルにした電車型のコンビニがこの春誕生しました。



オープンした電車型コンビニ



淹の茶屋駅ホームからの景色

山陽電車

SANYO

1910年兵庫～須磨間に開業した兵庫電気軌道からはじまり、吸収、分離などを経て現在の山陽電車になりました。現在は姫路市から神戸市長田区まで63.2kmの路線を持ち、山陽姫路駅から阪神電車の梅田駅間で直通運転も行っています。

ここが阪神の特徴

現在、山陽電車や近鉄電車と相互直通運転を行っており、姫路や奈良にも気軽に足を運べるようになりました。1000系は、近鉄線乗り入れに対応した急行用車両。車体をステンレス化して無塗装とすることで環境に配慮しています。



急行用
車両の
1000系

阪神電車はいろんな
種類の車両があります



阪神電車

HANSHIN

1905年、日本で最初の都市間電気鉄道が大阪～神戸間に開業。当時、欧米で発達しつつあった都市間を高速かつ頻繁運転で結ぶ鉄道の構想「インターアーバン」を全国に先駆けて取り入れました。全長30.6kmのうち速度が遅い併用軌道はわずか約5km。大部分を専用軌道として建設しました。市民の足となるよう、もともとある集落をつないで線路を作ったため阪神電車はカーブが多くなっています。

週末は山歩き、街歩き、そして美術館…

早朝の山歩き

4年前に神戸に移ってきて、何年かぶりに山歩きを再開しました。以前住んでいた浜松では、愛犬と毎朝ウォーキングし、よく一緒に山も歩いていたのですが（愛犬は残念ながら昨夏亡くなりました）、7年ほど前に愛知と静岡の県境の山で熊に遭遇し、その恐怖がトラウマになって、以来山歩きを止めていました。

神戸の今いる自宅からはほんの10分で完全に山に入れます。おかげで週末は早朝から、短いときは2、3時間、長いときは6、7時間、堂徳山、再度山、摩耶・六甲などをいろいろなルートで歩いています。天気の良い早朝に、鳥のさえずりを聞き、緑の間からの木洩れ日を楽しみながら、静かな山道を歩くのは本当に気持ちが良いです。

家内と美術館、博物館巡り

週末のもう一つの楽しみは、絵画や焼き物を見て回ることです。月に2、3回は家内と一緒に神戸、大阪、京都、奈良の美術館や博物館を訪ねています。もともとレンブラントやセザンヌ、ルオーやゴッダが好きで、美術に関する本もよく読んでいますが、最近は何年を取ったせいか日本画が好きになってきました。栖鳳、春草、魁夷、華岳など良いですね。清荒神の鉄斎美術館は年2回訪れています。焼き物は黄瀬戸や鼠志野といった美濃焼と、素朴な備前、唐津が好きですが、先日見た古丹波の自然釉はすごかったです。

出張の際は、時間の合間をみて、その地の美術館を訪ねることにしています。東京にはすぐれた美術館が多いですが、とくに上野の国立博物館や西

洋美術館は常設品の質が高く、いつも楽しんでいきます。神戸市立博物館も良い企画展が多く、友の会に入ると何回でも入場出来るので気に入っています。お勧めです。

そのうちいつか

「自分でも絵を描いてみたら？」とか「陶芸をやったら？」とよく家族に言われます。大学を退官したら、と思っていたのですが、ナカナカ…

絵も陶芸も自分で創るようになる、きつと美術品を見る視点が違ってくるだろうと思います。そのうちいつか、と夢んでいます。



Doctor Profile

学術顧問・内科医師・診療支援本部長

なかむら ひろし 中村 浩淑

浜松医科大学名誉教授。日本甲状腺学会七条賞(1986年)、三宅賞(2004年)、アジアオセアニア甲状腺学会賞(2007年)、日本内分泌学会 最優秀指導者賞(2011年)受賞。日本甲状腺学会 バセドウ病薬物治療ガイドライン作成委員。甲状腺結節取り扱い診療ガイドライン作成委員長



先生おしよて!

お悩みQ&A



手術前に体重を減らすようにいわれましたが、どうしてですか?

全身麻酔をかけると意識がなくなると同時に呼吸が止まり、数分もすれば酸素不足から脳障害が起るため、麻酔中は気管にチューブを入れて人工呼吸を行ないます。

この時、肥満の方は顎の下や喉のなどに脂肪がたくさん付いていて気管にチューブを入れることが難しくなります。きちんと気管にチューブを入れることができて、腹部の内臓に付いている脂肪の重みのため人工呼吸

で肺を十分に膨らませることができず、術後肺炎のものになってしまう。

万が一、気管にチューブを入れることができなかった場合は、緊急で気管切開を行います。その際も首に脂肪が多いと正確な位置が確認しづらく素早く気管切開できない恐れもあります。そもそも、甲状腺が腫れている方は、緊急の気管切開によって甲状腺を傷つけてしまう危険性があるため、できる限り緊急の気管切開は避けなくてはなりません。

肥満の方は高血圧や糖尿病などいろいろな疾病をお持ちになっていることが多く、これらは術後の経過や回復状況を悪くすることと多々あります。安全な手術・麻酔を行なえるよう手術前にはできる限り適正体重に近づけていただくようお願いいたします。

(麻酔科医師 仁科 かほる)

限病院の/

医療安全対策

黄色い腕章を着けて安全パトロールをしています

「安全パトロールをしています」

限病院では、現場で安全対策の取り組みがしっかり行われているか、また困っていることや問題点がないかなどを、医療安全管理者2名、感染対策チームメンバー、外来看護科長の4名が安全パトロールをしてチェックしています。

安全パトロールのメンバーは各部署に出向くと、安全対策の取り組みがマニュアル通りに行われているか職員に確認します。マニュアルがあっても、現場で守られているかをチェックする仕組みが必要です。この時、口頭での確認だけでなくマニュアルを見て確認したり、診察室や病室、廊下なども巡回したりして、問題点や現場で困っていることを把握します。

検討事項は委員会で話し合いますが、パトロールを行い他部署のメンバーが現場を見ているので、違った視点から解決策の提案が出てくるというメリットがあります。

今後は安全パトロールの場を拡充していく予定です。

(看護本部 本部長 新田 早苗)



簡単レシピ

SPRING



〈レシピ提供〉
栄養科 管理栄養士
いのうえ よしこ
井上 嘉子

【今回のテーマ】

春野菜を使った料理を五感で味わう

暖かくなるにつれ、道端や街の中にたくさんのお花の色が戻ってくる春。食卓にも彩り野菜がたくさん並び、ワクワクした気持ちになります。

春野菜の代表格である

菜の花は、早春にかけて旬を迎え、独特のほろ苦さと香りが魅力。一足早く春を感じる緑黄色野菜です。菜の花にはカロテンやビタミンCが豊富に含まれています。花が咲き始めてしまうと味が落ちるので、できるだけ早めに食べましょう。また、4〜5月に旬を迎えるスナップエンドウも春野菜。肉厚なサヤは、さっとゆでて歯ごたえを楽しみましょう。

今回のレシピはどれも野菜

菜がたっぷり。カラフルな色

を楽しみながらお召し上がり

ください。また、ビビンバ

風にふわりはヨウ素制限を

されている方も食材を変え

ずに食べられる材料で作っ

ています。

彩りビビンバ風どんぶり

熱量	塩分	脂質	タンパク質
約510kcal	約1.6g	約17g	約20g

(1人分)

材料(2人分)

菜の花	1/2束(100g)	ごま油	小さじ1
ニンジン	1/4本(40g)	すりごま	小さじ1/2
切干大根	15g	塩	ひとつまみ
卵	1個	おろしにんにく	1/4片分
牛ももスライス	80g	ごま油	小さじ1/2
白飯	300g	しょうゆ	小さじ1
炒りごま	小さじ1	砂糖	小さじ1/2
コチュジャン	お好みで	ごま油	小さじ1
		醤油	小さじ1
		砂糖	小さじ1/2
		おろしにんにく	1/2片分

作り方

- 1 牛ももスライスはCに浸けておく
- 2 菜の花はゆでてザルにとり、冷ます
長さ3cmに切り、Aで和えておく
- 3 切干大根はひたひたのお湯でもどしてから絞しておく(もどし汁は捨てない)
- 4 ニンじんはせん切りにしてフライパンに水(大さじ1程度)と一緒に炒め(ウォーターソテー)、絞った切干大根を加え、Bともどし汁で炒め煮する
- 5 卵は炒り卵にしておく
- 6 ①の牛ももを炒める
- 7 白飯に炒りごまを混ぜて器に盛り、②〜⑥を彩りよく盛り付ける
- 8 お好みでコチュジャンを添え、よく混ぜて食べる

春野菜のスープ

熱量	塩分	脂質	タンパク質
約71kcal	約1.9g	約3.2g	約2.1g

(1人分)

材料(2人分)

タマネギ	1/6個(30g)
キャベツ	1/4枚(20g)
パプリカ	1/4個(10g)
スナップエンドウ	2本(15g)
ごま油	小さじ1
水	300ml
チキンコンソメ	2g
塩	ふたつまみ
こしょう	少々

作り方

- 1 タマネギ、キャベツ、パプリカはせん切りに、スナップエンドウはさっとゆでて斜めのせん切りにしておく
- 2 鍋にごま油とタマネギを入れ、タマネギが透明になるまで中火でじっくり炒める
- 3 タマネギが透明になってしんなりしたら、キャベツを加えて炒め、しんなりしたらパプリカを加えてさっと炒める
- 4 ③の鍋に分量の水とコンソメを加えてひと煮立ちさせ、塩こしょうで味をととのえる

ヨウ素制限レシピにアレンジ

チキンコンソメを牛ブイオンに置きかえます。



ポイント

タマネギはしっかりと炒めて
甘みを引き出して

ポイント

菜の花はゆでて後すぐに冷ますと
香り、色、食感が良くなります

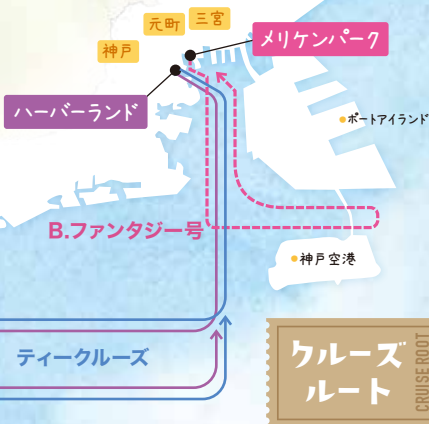
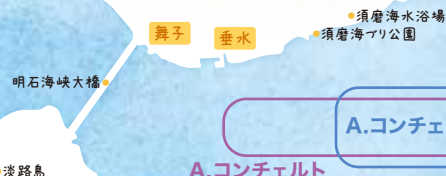
フードスタイリスト ともながあきよ

食材の置きかえてヨウ素制限食も楽しく簡単に!!

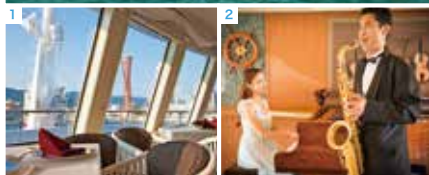


突然ですがここでクイズ!

明石海峡大橋は
世界最長のつり橋です。
何という愛称で
呼ばれているでしょう?



1. 2階にはラウンジスペースも。2. 神戸の街や神戸空港をデッキから眺めてみよう。



1. レストラン窓側からの景色。船内には大小さまざまな部屋が9つ。2. クラシックやジャズの生演奏も楽しめる。

B 気軽に楽しむ神戸クルーズ ファンタジー号



約45分のクルーズを楽しめるファンタジー号。ハーバーランドを出発して造船エリアを通過後、神戸空港方面へ。船長や機関長など船員は女性が多く、女性ならではの細やかな心遣いと心の込もったサービスが魅力。造船エリアを通る時には、整備点検中の船舶や潜水艦を見られるかも。ぜひ、海から見るの神戸の街を楽しんでみて。

- ◆住所/神戸市中央区波止場町7-1 中突堤中央ターミナル
- ◆TEL/0120-370-764
- ◆乗り場/中突堤中央ターミナルからもりあ5番乗り場
- ◆時間/11:00、13:00、14:00、15:00、16:00
- ◆料金/大人1,200円、
中高生・シルバー1,000円、小人600円

A 船上で優雅な時間を コンチェルト



神戸ハーバーランドumieモザイク前から出航するコンチェルトは、ランチ、ティー、ディナーの時間に合わせ1日4回運航。ランチ、ディナータイムは、明石海峡大橋の近くまで行きモザイクに戻るクルーズ、ティータイムは須磨沖まで行きモザイクに戻るクルーズ。ゆったりとした時間を過ごせる。料理は、中華料理や鉄板焼など豊富なメニューから選べ(要予約)、乗船のみ可。

- ◆住所/神戸市中央区東川崎町1-6-1
- ◆TEL/078-360-5600(予約受付10:00~19:00)
- ◆乗り場/神戸ハーバーランドumie モザイク1F
- [ランチクルーズ]
- ◆時間/12:00~14:00 ◆料金/乗船料2,900円+食事代
- [ディナークルーズ]
- ◆時間/14:30~16:00 ◆料金/乗船料2,200円+食事代
- ※ディナークルーズもあり(1日2便)

神戸の「楽しい」歩き方

神戸の街には素敵な場所がいっぱい
たくさん歩いて見つけよう

View from the sea Kobe



空港連絡橋の下をくぐるのは
ファンタジー号だけ



コンチェルトの
ランチクルーズでは
明石海峡大橋の
近くまで行ける

海から見る神戸

空見て、山見て、街を見て

神戸といえば、山手に広がる街と目の前に広がる青い海。楽しみ方はいろいろですが、今回は少し目線を変えて、船の上から神戸の街を見てみませんか? 青い空と新緑が美しい山、建ち並ぶビルと海の組み合わせ。いつもと違った雰囲気味わうことができます。神戸空港から飛び立つ飛行機や明石海峡大橋と神戸の街などクルーズ船ならではの景色も楽しめます。

船の乗り場は、ポートタワーのすぐ隣の「かもめりあ」や「神戸ハーバーランドumieモザイク」1階から。

外国文化が根付く神戸には
おいしいものがいっぱい

神戸で朝食

朝のおいしい時間

朝時間に注目が集まる
今、運動をしたり読書や勉強をしたり、誰にも邪魔をされないゆっくりと時間が流れる朝を過ごす人が増えています。いつもと違う場所朝食を食べるのもその一つ。出かける時間をいつもより少しだけ早くして、神戸でのんびり朝食を楽しんでみませんか？

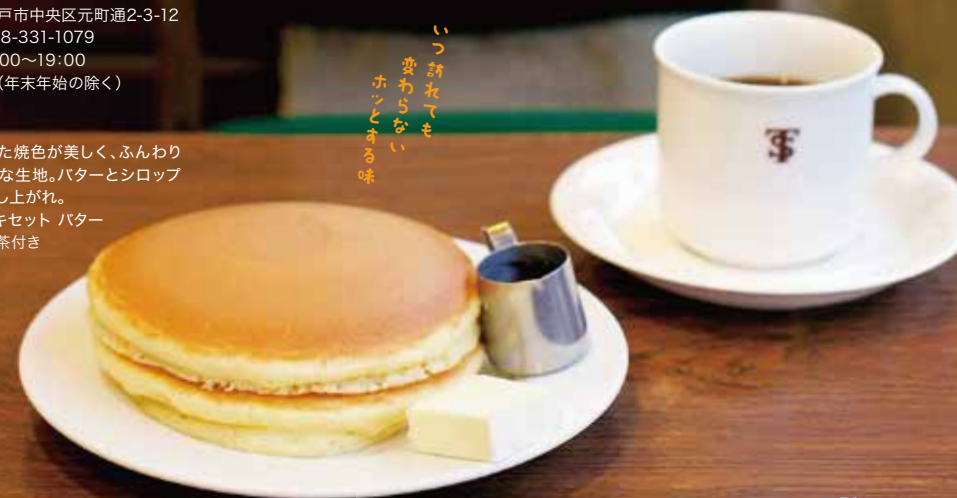
C 1960年から続く老舗喫茶店
元町サントス

店内はグリーンのふかふか椅子に木目のテーブル。どこか懐かしさを感じる元町サントスの人気メニューは、創業時から提供されているホットケーキ。材料はいたってシンプルだけど、生地を半日から1日寝かせることと、1cmの厚さの鉄板で焼く火加減がポイントと店主は話す。

- ◆住所／神戸市中央区元町通2-3-12
- ◆TEL／078-331-1079
- ◆時間／8:00～19:00
- ◆休／無休(年末年始の除く)

均一についた焼色が美しく、ふんわりきめ細やかな生地。バターとシロップをかけて召し上がれ。
ホットケーキセット バター
※珈琲か紅茶付き
(700円)

いっしょに食べても
かわらない
ホントの味

D 朝カレーで元気な目覚め
ヒンボイ

ターメリック、クミン、シナモン、コリアンダーなどさまざまなスパイスに肉や野菜を加えたインドカレーがベースのカレー専門店ヒンボイ。朝はカレーとチャパティ(全粒粉で作る薄焼きパン)、チャイがセットになったモーニングセット(390円)が人気。モーニングのカレーはスパイスの量や種類を朝食向けに調整し、あっさり軽めのカレーに仕上げられているのも嬉しい。

- ◆住所／神戸市中央区下山手通5-8-14 山手ダイヤハイツ2F
- ◆TEL／078-382-0073
- ◆時間／月～木曜8:30頃～15:30、17:30～21:30
(モーニングサービスは11:00まで)、
土・日曜・祝日8:30頃～21:30
- ◆休／金曜

×
スパイスカレーは
食べる漢方薬

カレーに使われるスパイスには新陳代謝を高めたり、食欲を増進させたり、胃腸の働きを高めたり、疲労回復するなどのさまざまな効能があります。

E 広東省に伝わる家庭の味
杏杏 諏訪山工房

下山手通りの中国家庭料理「杏杏」の点心を作る工房としてオープンした諏訪山工房。ここでは、鶏のスープで2時間以上じっくり炊いた粥がメインの朝粥セット(750円)がおすすめ。鶏肉としょうがが入りて食べこたえも十分。中国では体を冷やす料理が嫌われるようで、体を温める粥を朝から食べる習慣があるそう。元町駅から店までの坂道を散歩し、朝粥でさらに体を温めよう！健康な1日ははじまりにぴったり。

- ◆住所／神戸市中央区諏訪山町1-16
- ◆TEL／078-252-1107
- ◆時間／平日9:00～14:00(モーニングサービスは10:00まで)
土日祝9:00～15:00
- ◆休／月曜

×
散歩朝の散歩は
気持ち前向きに

朝日を浴びながらの散歩(有酸素運動)は体内時計が上手リセットされます。そして夜になると自然と睡眠ホルモンが分泌されるとか…ぜひ、朝食前に散歩をしてみてください。

突然ですが
ここにワイズ！

杏杏 諏訪山工房横の諏訪山公園を
登っていくと、神戸眺望景観10選に選ばれる
スポットがあるよ。何というスポットでしょう？

答えは
14ページだよ





シティー・ループバス

新神戸・三宮・北野異人館・南京町・メリケンパーク・ハーバーランドなど主要観光地を巡るバス。各バス車両にはルート沿線でゆかりのある愛称がついており、座席のシートカラーは愛称に合わせた色に。1周約63分で、1時間に3～5便走っているよ！

- ◇1回乗車券
中学生以上260円、小学生以下130円
1日乗車券
中学生以上660円、小学生以下330円
- ◇神戸交通振興株式会社
TEL/078-304-2226

Lunch

1 ふみつぎ。(和食)

住所/中央区楠町1-11
TEL/078-764-7788
時間/11:30~14:30、18:30~22:30
休/不定休
海藻類 使用している

2 唐人道(中華)

住所/中央区花隈町32-11
TEL/078-362-1881
時間/11:30~14:00、17:00~21:00
休/日曜
海藻類 使用していない

3 Curry味善(カレー)

住所/中央区北長狭通5-8-1
TEL/078-341-7450
時間/11:30~15:00、
17:30~19:00(L.O.)
休/木曜
海藻類 使用していない

4 Tea Room BON(喫茶)

住所/中央区北長狭通7-2-21
TEL/078-341-0343
時間/9:00~16:00
<ランチ>11:00~13:00
休/土・日曜・祝日
海藻類 相談に応じる

ヨウ素制限中は外食も注意しましょう。海藻類、昆布だしにヨードが多く含まれています。注文時に各店舗で確認し、摂取しないようにしてください。

今回の表紙は
神戸港旧信号所
(灯台)



ついでにここも!!
神戸の町を楽しもう

元町・三宮 MAP

12 星座 占い

HOROSCOPE

2016 年 4 月 ～ 6 月の運勢

牡牛座 [4/20～5/20]

小さな事にこだわらず大きな流れに身を任せるとよし。

ラッキーアイテム
大河の写真

蟹座 [6/22～7/22]

仕事もプライベートも充実しそう。旅行など吉。

ラッキーアイテム
ご当地土産

乙女座 [8/23～9/22]

自分のペースを維持しにくいので、振り回されないで。

ラッキーアイテム
バランスボール

蠍座 [10/24～11/22]

お金の心配をしていますが、好きな事をして。

ラッキーアイテム
映画館のパンフレット

山羊座 [12/22～1/19]

友達からのお誘いが増えそう。気軽にお出かけを。

ラッキーアイテム
お気に入りのバッグ

魚座 [2/19～3/20]

規則正しい生活や自然とのふれあいで運気アップ。

ラッキーアイテム
動物のキャラクター

KIALA 西洋占星術師・タロット占術家 元町商店街 ジェム占いの街 6 階で鑑定中

牡羊座 [3/21～4/19]

慌てず、じっくり我慢したり努力すると実りの多い時。

ラッキーアイテム
ナッツなど木の実

双子座 [5/21～6/21]

アップタウンの激しい時。何事もバランス良く整えて。

ラッキーアイテム
新しい塗り箸

獅子座 [7/23～8/22]

スポーツなどで体力強化すると運気もアップ。

ラッキーアイテム
赤いハンカチやタオル

天秤座 [9/23～10/23]

いつもの生活の中に小さな幸せがたくさんありそう。

ラッキーアイテム
カラフルな花

射手座 [11/23～12/21]

落ち着きがない時。大事なことを見落とさないように。

ラッキーアイテム
カラフルな付箋

水瓶座 [1/20～2/18]

聞き役に回することで人間関係が良好に。

ラッキーアイテム
個性的なインテリア

皆様からのご意見

EVERYONE'S VOICE

検査があると診察予約時間より1時間も早く来て検査を受けないといけないので、さらに待ち時間が長くなってます。そんなに早くきて検査を受ける必要があるのですか？



従来であれば、まず診察し、検査を受け、その後で再度結果説明のために当日、または別日で診察を受けていただく必要があります。当院では来院の負担を軽減し、待ち時間を少しでも減らすため、事前に検査を行い、結果が出る時間に合わせて診察を受けていただけるようにしております。

清潔感あふれる個室は、絵画、カレンダーも飾られ、トイレ、洗面所付きでいたれりつくせりです。長い廊下の所々にも絵画が飾られ通る度、楽しませていただきました。晴れの日には4F庭園のベンチでくつろぎ、外の空気を吸って気分転換出来ました。談話室も明るく清潔で患者仲間と団欒の時を過ごせました。(入院患者様より)



当院では入院時にも心地よく穏やかな時間を過ごしていただくために、日々最善な快適アメニティを追求しています。不定期で絵画を変えたり、季節感大切に四季おりおりのデコレーションで空間をしつらえたりしています。ほっと一息ついたとき、ぜひ目を向けてみてください。

ご意見・ご要望は各階に設置しているご意見箱へお気軽にお寄せください。

当院の理念

- 隈病院は甲状腺疾患中心の専門病院として最高の医療を均等に提供すること。
- 隈病院は甲状腺専門病院としての社会的役割を果たすこと。
- 隈病院は診療において患者中心の全人的医療を目指すこと。
- 隈病院は職員が誇りを持って働ける病院を目指すこと。

患者の皆様への権利

- 公平に良質な医療を受ける権利
- 医師や医療機関を自由に選ぶ権利
- 治療方針を自らが決定できる権利
- 自らの診療上の情報を知る権利
- 個人の情報が保護される権利

隈病院からのお知らせ

NEWS

隈病院おしゃべり会

ボランティアスタッフが主催の「隈病院おしゃべり会」を定期的に開催しています。患者の皆様同士のコミュニケーションの場として、色々なことを話してみませんか？治療のことや日常生活の不安、悩みのほか趣味などの話題も大歓迎！一人で頑張るすぎないで、一緒におしゃべりしましょう。

入退室自由なので、待ち時間の合間にでもお気軽にお立ち寄り下さい。お手伝いして頂けるボランティアスタッフも募集しています。

日程 毎月第3土曜
時間 午前10時～午後2時
場所 1階防災センター横の「セミナー室」



わたしの入院・手術体験談

あっさり甲状腺乳頭癌と告知された。その日から訓練が課せられた。それは、減量！2015年の3月下旬に手術になったわけですがさかのぼること6カ月、担当医師より言われた言葉は「太り過ぎで手術ができません。とりあえず減量してください。3カ月後順調に痩せているようなら、そこから3カ月後に手術をしましょう」でした。なんですとー！

114kgあった体重は3カ月後100kgになり、手術の許可が無事下りて安心しました。しかし、麻酔科の先生より「まだ痩せて下さい」と。結局入院までに20kgの減量に成功しました。おかげ様で健康診断の血液データは真っ赤なものから真っ白なものになりました。

手術はもちろん全身麻酔など初めてのことで、随分緊張していたように思いますが、麻酔で意識がなくなり…5秒後には手術が終わり起こされている様な不思議な

感覚で。実際には3時間ほど経過していたのですが患者側からすればあっけなく終わった感じです。個人的な感想ですが、1番辛かったのはこの後の6時間で、尿のカテーテルが気持ち悪いのと首元を切っているわけですから頭をあまり動かさないことでした。6時間後にはカテーテルも外れ、トイレに動けるようになり随分楽になりました。そして、朝には自室に帰れました。

点滴で痛み止めでも入っているのかと驚くほどに首の痛みは感じません。翌日痛み止めも処方されていましたが、結局使わなかったぐらいです。完全個室で噂通り食事でも抜群においしく、看護師のケアも完璧でした。入院期間の8日間は本当に快適な時間を過ごせたと感謝しております。退院後これからは半年毎の通院になりますがこれからもよろしく願います。

ボランティアスタッフ 小林 周一

隈病院おしゃべり会のボランティアスタッフも隈病院の患者様です。治療や手術のことなど気軽に相談してください。

9ページ クイズの答え

神戸市と淡路島を結ぶ明石海峡大橋はパールブリッジという愛称で親しまれています。その名の通り夜間はライトアップされ、真珠のネックレスのようです。

11ページ クイズの答え

ビーナステラス（ビーナスブリッジ）です。夜景だけでなく昼も、神戸の街並みを一望でき、その景色は圧巻。



クイズの答え

ANSWER



5ページと10ページにボクが隠れているよ！見つけてね♪



当院の方針

インフォームド・ コンセントの徹底

医師は、診断、治療方針について患者の皆様が納得いくまで説明を行っております。もし、納得できないこと、判らないことがあれば、担当の医師にご遠慮なくお尋ねください。医師から提案された治療法に納得がいけない場合は拒否できます。この際、当院では代わりにどのような治療法があるかを明確にご説明いたします。なお、医学的に妥当ではない治療は当院では行っておりませんので、あらかじめご了承ください。

病名告知の徹底

当院では、診断名、治療法、今後の見通しについて、はっきりありのまま告げる方針にしています。患者の皆様が本当のことを知って治療を受けられることが大切だと考えるからです。

患者の皆様による 医師の選択

当院では相性の良い医師を探すことができます。何かご不満がある場合には他の医師に変更することが可能です。また、担当以外の医師に相談することもできます。医師の変更や、他の医師への相談をご希望の方はインフォメーションまたは医療相談室までお申し出ください。

医療相談室の設置

看護本部本部長による医療相談室を設置しています。病気のことはもちろん、個人的な悩み(ご自身の心の問題、ご家族や職場の悩み等)の他、治療についての不満や担当医師と相性が合わないといった直接医師には言いにくいこと等、どのような内容でもお気軽にご相談ください。当院にはカウンセリングセンターも設置しています。ご希望により医師を通じて紹介いたします。まずはインフォメーションまでお申し出ください。

他院との連携

必要に応じ、当院から他の医療機関へのご紹介を行っております。他の医療機関にかかっておられる方でも、当院に現在の治療法で良いか相談していただけます。治療は今までの医療機関で受けていただいても問題ありません。

個人情報の保護と 情報開示

当院では、個人情報の保護に積極的に取り組んでおり、個人情報の利用目的に関して皆様に公開しております。また、当院が有する個人情報はご本人様へ開示しています。詳細は「限病院における個人情報の取り扱いについて」をご覧ください。

休診のお知らせ

2016年

4月21日(木)～23日(土)
内科休診

8月12日(金)～15日(月)
お盆休みのため休診

12月28日(水)
午後休診

12月29日(木)～31日(土)
年末休みのため休診

2017年

1月1日(日)～5日(木)
年始休みのため休診

なお、各医師の休診日は個別にお問い合わせください。

当院から皆様へのお願い

安全でよりよい医療を実現するため、医療従事者だけではなく皆様のご協力が必要です。

- ご自身の健康に関する情報はできるだけ正確にお伝えください。
- 治療に関して十分質問をして、理解した上でお受けください。
- 当院からお渡りする書類がご本人のものか必ずご確認ください。
- 他の患者様や、当院の診療に支障をきたすことが無いよう、病院のルールや社会的ルール、病院職員の指示をお守りください。

再診予約のお願い 98日(14週)前から予約可

スムーズな診察が行えるよう再診は予約が原則となっております。

インターネットから24時間再診予約できます

受付は3日前の午後2時まで(休診日を除く)

予約の確認や日時変更、キャンセルもできますのでぜひご利用ください。

◆PC・スマートフォンの方はこちら

<http://www.kuma-h.or.jp/>

◆モバイルの方はこちら

<http://kuma-h.or.jp/m/>

◆予約専用ダイヤル(受付 午前8時30分～午後5時)

☎078-371-0489

携帯サイト

