東灘次世代医療人材育成コンソーシアム

市民公開講座

“終活の多様性と死との向き合い方を考えよう”（仮題）

場所　甲南大学 甲友会館

日時　2019年7月6日（土）
13：30～16：30（予定）

▲甲南大学 甲友会館

＜講演項目（予定）＞

● 終活をどうとらえるか ～人生の終えん、終活とは何か～

※当市民公開講座のテーマ並びに講演項目は現時点予定しているものであり、内容が変更される場合もございます。あらかじめご了承願います。

I期工事完了間近の「甲南医療センター（予定）」、一部をご紹介します

①南館西側外壁

②南館3階 病棟フロア

③南館4階 血液浄化センター

甲南病院
〒658-0064 兵庫県神戸市東灘区鴨子ヶ原1-5-16
TEL：078-851-2161（病院代表）
TEL：078-854-4370（地域医療連携室/患者サポートセンター）

六甲アイランド甲南病院
〒658-0032 兵庫県神戸市東灘区向洋町中2-11
TEL：078-858-1111（病院代表）
TEL：078-858-2322（地域医療連携室/患者サポートセンター）

発行・お問い合わせ　法人本部 医療本部 地域医療連携推進部　TEL：078-854-4017

企画協力・デザイン・印刷　兵田印刷工芸株式会社

一般財団法人 甲南会　甲南病院／六甲アイランド甲南病院

『地域の皆様と心を通わす』

甲南通信

2019 March No.11

［再編・統合への革新］

甲南・六甲アイランド、2病院の救急診療

新病院がここまで建ちあがりました！

◎産婦人科チームはたえず前進しています！
◎新設されるPETセンターで、さらに精度の高い診療がはじまります！

［ 特集：季節の変わり目に起こる疾患 ］

心と身体に起こる様々な疾患に対し、適切な指導で予防や治療へつなげます。

日本医療機能評価機構

再編・統合への革新

東灘の救急診療は2病院で分担します

地域に密着した救急診療は新甲南病院を主軸に
～六甲アイランド甲南病院との連携は継続～

私達、甲南会として2病院の統合･再編に伴い、さらなる救急診療の強化と充実を目標として掲げています。2017年度の東灘区における救急の総搬送件数は約9500件に対し、甲南2病院は合計で約2400件、25%の受け入れに留まっています。あとの75%のうち相当数が、中央区や灘区に転送されており、東灘の中核病院としては、より一層の努力が必要です。このように受け入れ件数が4分の1に留まっている理由として、甲南･六甲2病院が、それぞれ救急診療を行い、マンパワーや施設、設備の投入が非効率になっていることがあげられます。特にマンパワーの分散は、疾患によって専門医が常駐できず、応需困難の状態を拡げかねません。

救急レクチャーの様子（右：井上 茂亮 特命教授）▲

本年10月に予定する甲南2病院の再編･統合は、この弱点を克服する絶好の機会です。2病院の再編･統合では新しく甲南病院が、甲南医療センター（名称予定）として生まれ変わり、主な救急機能を集約します。具体的には24時間、365日ほぼ全診療科の受け入れが可能となります。このような救急体制を名実共に充実させ、東灘区管内の救急患者の半数以上（現状の倍）の受け入れを目指します。それ以外にも灘区、中央区は勿論のこと、芦屋市など近隣の医療機関とも協力し、神戸や芦屋などの市民の方々に、病気になっても安心できる救急医療の構築に、貢献したいと念願しています。すでに、神戸大学病院救急医学講座･井上茂亮特命教授にも御協力を頂き、新病院救急部開設に向けて、体制作り･教育等を進めています。

これから六甲アイランド甲南病院の救急を含む診療体制は具体的に下記のようになります

❶六甲アイランド甲南病院では2019年9月末までは、**これまで通り急性期医療、救急医療を継続**いたします。
❷それ以降10月からは、甲南病院と連携して24時間365日の救急診療を継続、確保します。
❸六甲アイランドでも、**かかりつけやウォークインの患者様の診療には対応**します。
❹その結果、**病状が重症な場合には、すぐに消防隊の救急車だけでなく、病院の救急車も駆使して甲南病院が中心に診療します。**また急性期、回復期、リハビリなど病状の各段階に応じて、きめ細かな診療を２病院が連携して当たります。とくに救急医療については皆様が安心できる最善の体制を構築します。

夜間･休日の重病の救急診療は主に新病院が担いますが、今後は2病院が緊密に連携して皆様のご期待にお応えする様に努めます。六甲アイランド近隣の医療機関の皆様、住民の皆様にはご理解とご協力を下さいますようお願いします。

六甲アイランド甲南病院が神戸市から救急診療を評価され表彰されました！

2019年が幕開けるやいなや六甲アイランド甲南病院はこれまでの救急医療への貢献が評価され、神戸市から防災功労者に関わる表彰を受けました。開院以来27年、六甲アイランド甲南病院は東灘区の中核的な救急診療を担い、地域住民の命を守る要の施設として尽力して来ました。とくにこの数年は、六甲アイランド甲南病院における小児科ならびに循環器内科のさらなる強化に加えて、神戸大学との連携で産婦人科、脳神経外科、泌尿器科などの多診療科を再建し、断らない救急医療体制を構築しました。

その結果、2017年度の救急車の搬送件数1945件から昨年2018年度は年間2800件近くの大幅増になる見込みです。これは年率にして140%の増加であり近隣の病院でも頭抜けた応需率を達成しました。このような取り組みもあって、本年の1月17日、神戸市から企業防災･救急医療にとくに功労のあった団体、施設に贈られる表彰を受けた次第です。当院は以前、2011年にも同様の表彰を受けており、今年は2度目の受賞になります。今後は東灘区の消防、救急隊の皆様の教育や実習を強力にサポートするとともに、医師の救急車同乗など救急診療の実務を充実し若い救急医の育成にも取り組みたいと考えます。

感謝

一般財団法人 甲南会
六甲アイランド
甲南病院 様

あなたがたは長年にわたり
救急業務に積極的に協力され
市民の生命と安全の環境に
尽くされた功績はまことに
大きいものがあります
ここにその功績をたたえ
深く感謝の意を表します

平成31年1月17日
神戸市長 久元喜造

▲神戸市長よりの感謝状

▲救急部スタッフ

甲南2病院の再編・統合にむけて
産婦人科チームはたえず前進しています!

六甲アイランド甲南病院
副院長
森田 宏紀

◉婦人科

- 1月より火曜、木曜午後診を、水曜、金曜午後コルポスコピー検査外来を始めました。(予約制)
- 兵庫県で8施設のみの日本産科婦人科内視鏡学会認定研修施設であり良性子宮、卵巣腫瘍は出来るだけ低侵襲の腹腔鏡手術を行っております。
- 婦人科腫瘍専門医、がん治療認定医が在籍し婦人科腫瘍にも力を入れております。

◉手術実績

【婦人科手術】	術　式	2016年(4~12月)	2017年	2018年
開　腹	子宮全摘術	19	13	12
	子宮筋腫核出術	3	3	3
	付属器手術	7	2	5
	子宮外妊娠手術	1	0	0
	子宮悪性腫瘍手術	0	3	5
	卵巣癌手術	2	1	7
	その他(生検等)	0	3	1
腹腔鏡	子宮全摘術	10	27	33
	子宮筋腫核出術	1	4	8
	付属器手術	19	24	32
	子宮外妊娠手術	1	3	5
子宮鏡		2	6	19
膣　式	子宮頸部円錐切除	16	18	23
	子宮脱手術	7	10	6
	子宮内容除去(流産手術含む)	7	19	27
	その他(生検等)	3	5	1
帝王切開術		4	27	37
【合計】		2016年(4~12月) 102	2017年 168	2018年 224

◉産　科

- 1月より火曜、木曜午後診にて妊婦健診を行っております。(予約制)また土曜妊婦健診も行っております。
- 兵庫県周産期医療システムの協力病院に認定されました。
- 東灘区、灘区、芦屋市における分娩可能な唯一の総合病院としてお役に立ってまいります。

お産後の分娩食、退院時のランチ、アロママッサージなど大変好評です。

10月以降分娩予定日の方へ

甲南病院との統合再編により10月以降六甲アイランド甲南病院に変わり、改築となる甲南病院最上階の新病棟での分娩を4月1日から受付けます。妊婦健診は甲南病院外来に加え妊娠34週までは六甲アイランド甲南病院外来でも可能です。分娩食などの入院時のサービスは変わらず行い、また甲南病院健診受診時には利便性を考え甲南病院近隣駅からのタクシーチケット配布を予定しております。詳細は六甲アイランド甲南病院産婦人科までお問い合わせ下さい。

東灘に初めてのPETセンターができます!

現在、改修工事中の甲南病院ではPETセンターが、今年10月頃にオープンする予定です。PETセンターでは、PET/CT検査、シンチ・SPECT検査という、放射性医薬品(以下、お薬と記載します)を用いた核医学検査を行います。いずれもお薬を注射あるいは内服した後にターゲットの部位を撮像する画像検査です。

■検査予約について

CT、MRI同様、他施設からのご依頼につきましては予約センターにて予約をお取りする予定です。お薬の供給の都合上、検査は平日月曜~金曜の日中のみとさせて頂きます。詳細が決定いたしましたら、改めてお知らせさせて頂きます。

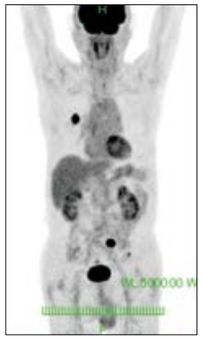
■シンチ・SPECT/CT検査について

骨シンチや脳血流シンチ、心筋シンチ、甲状腺シンチなど、目的によってお薬を使い分け、検査時間や方法が少しずつ異なります。新規導入されるSPECT/CTスキャナは、従来のSPECT装置にCTが加わり、放射性医薬品が集まる部位をより正確に判断することができます。

■核医学検査の注意点

いずれの検査のお薬も、当日朝に製薬会社から届き、検査当日しか使用できません。検査時間も決まっていますので、変更・中止の場合は、わかり次第ご連絡ください。また、無断キャンセルを防ぐための方法としまして、患者さんには、検査についてのご説明の上、充分にご納得頂いてから、ご依頼頂くことをお願いいたします。核医学検査にかかる時間は、CTやMRIに比べ長いことが多いです。例えばPET/CTは着替え・問診から検査終了まで最低でも2時間はかかりますので、ご注意下さい。また、それぞれの検査を受けられる前には、説明書をお渡ししますので、必ずご参照頂くことをお願い致します。

■PET/CT検査について

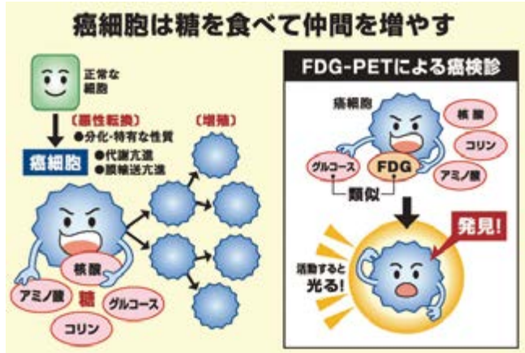


▲PETの全体像

当院ではFDGというお薬を用いたPET/CT検査を行います。現在保険適応があるのは、早期胃癌を除く悪性腫瘍、心疾患(虚血性心疾患、心サルコイドーシス)、難治性部分てんかん、大型血管炎ですが、ほとんどが悪性腫瘍を対象に施行されています。悪性腫瘍の病期・広がり診断、再発診断、治療後の再病期診断などに有用です。

自費診療での癌検診も可能ですので、癌が心配なかたはぜひ一度ご検討ください。

神戸市内では、中央区の3施設しか導入されていません。院外からのご依頼を広くお待ちしております。



甲南病院
放射線科
PETセンター長
鈴木 加代

- 神戸大学 医学部卒
- 専門分野:核医学、腫瘍放射線診断学
- 所属学会:日本医学放射線学会、日本核医学会、日本乳癌学会
  日本肺癌学会
- 資　　格:放射線診断専門医、核医学専門医、PET核医学認定医
  マンモグラフィー読影医師、日本医学放射線学会研修指導者

季節の変わり目に起こる疾患①

花粉症・鼻炎などの手強い症状は医師への相談が最善です

春先特有の疾患と聞けば、花粉症を思い浮かべる人も多いのではないでしょうか。花粉症は、花粉の粒子が鼻や眼の粘膜に吸着することにより起こるアレルギー疾患です。

くしゃみ・鼻水・鼻づまり、眼のかゆみ・涙目、皮膚の湿疹など、症状は様々です。風邪の症状と区別しにくい場合もありますので、自己判断せず受診して治療しましょう。

治療では、アレルギー反応を抑える作用を持った薬をできるだけ早く服用し、症状が強い場合は点鼻薬や点眼薬を使うことが一般的です。現在、抗アレルギー剤は様々な薬効を持った製剤や、1日1回の服用で済むものなど、多くの種類から選択できます。体質や感受性の差によって効き目も異なりますので、医師と相談し最善の治療を受けましょう。そして最も大切なことは、日常生活でできるだけ花粉を吸わないようにすることです。以下にポイントを挙げてみます。

甲南病院
耳鼻咽喉科 医長
赤澤 亜由

1 花粉飛散情報に気をつける

花粉は、雨上がりで晴れた風の強い日や乾燥した日にたくさん飛びます。

2 メガネ・マスクでガードする

マスクは内側に折り畳んだり水で湿らせたガーゼを入れたり、メガネはゴーグル型の方がより効果的です。

3 洗濯物や布団は外に干さない

この時期はなるべく乾燥機を使うか部屋干しとし、外に干すときは飛散量の多い昼過ぎや日没前後を避け、取り込む際しっかり花粉を払い落としましょう。

4 花粉のつきやすい衣類を避ける

ウール等は避けて、化繊や綿製品の方がベターです。

5 帰宅したら衣類をはたく

外出後には、衣類や髪についた花粉をよく払い落としてから家に入りましょう。ご家族にも協力していただくことが大事です。

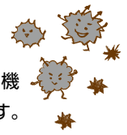
6 外出後にはうがいや洗顔・シャンプーをする

鼻洗浄器を使用する場合は、普通の水では刺激が強く鼻粘膜を痛めるので、専用の洗浄液か生理食塩水を人肌に温めて使いましょう。

7 窓やドアを開けっぱなしにしない

窓やドアの開け閉めは、花粉の多い時間帯を避け、速やかに、回数もなるべく少なくしましょう。

8 こまめに清掃する



最近は花粉やダニの除去を考えた掃除機もあります。空気清浄機の使用も有効です。

■ 耳鼻咽喉科外来 担当医一覧表

	月	火	水	木	金
甲南病院	後藤 友佳子	後藤 友佳子	由井 光子	後藤 友佳子	後藤 友佳子
	赤澤 亜由	赤澤 亜由		赤澤 亜由	赤澤 亜由
				難聴補聴器外来(完全予約制)	
六甲アイランド甲南病院	小池 雪絵	小池雪絵(予約制)		小池 雪絵	小池 雪絵

季節の変わり目に起こる疾患②

小児アレルギー疾患は幼少期での適切な指導で予防や治療に繋がります

●六甲アイランド甲南病院 小児科アレルギー外来担当医師
（左：平瀬 敏志医長 中：太田 國隆副院長 右：谷口 裕章医長）

アレルギー疾患は、日本国民の約3人の1人が罹患している国民病です。ここ10年でアレルギー疾患の治療の考え方は大幅に変化しており今回はその一部をご紹介いたします。

食物アレルギー

原因食品として幼少期には鶏卵・牛乳・小麦で発症することが多いです。以前はアレルゲンを出来るだけ除去する除去食療法が中心でしたが、近年は食べられる食品や量を見極め適切な指導のもと食べることが予防や治癒につながると言われています。特に低年齢で開始する方が効果を得られやすいと報告されています。当院では生後1歳未満の乳児期からそれらを見極める経口負荷試験を積極的に行っています。

アレルギー性鼻炎・結膜炎

アレルギー性鼻炎・結膜炎は年中症状のある通年性と、ある季節になると症状が出現する季節性があります。季節性は通称花粉症と呼ばれ「スギ花粉」が、通年性では「ダニ」が原因となることが多いです。以前の治療は出た症状を抑える「対症療法」が中心でしたが、近年「根治療法」として免疫療法が注目されています。これはアレルゲンを定期的に摂取することで体がそのアレルゲンに慣れていくという治療です。免疫療法には皮下と舌下療法があり、当院では主に舌下免疫療法を行なっております。

六甲アイランド甲南病院では看護師はもちろん栄養士や薬剤師とも協力し、アトピー性皮膚炎に対する外用薬の塗布指導や食物アレルギー患者様の栄養指導・気管支喘息の吸入方法指導なども積極的に行なっております。開業医の先生方からのご紹介も積極的に受け入れており、アレルギー患者様のことで少し「困ったな」と思われた場合は六甲アイランド甲南病院小児科にお気軽にご相談ください。

■ 小児科アレルギー外来 担当医師（月・水曜日：太田 國隆／木曜日：平瀬 敏志／金曜日：太田 國隆、谷口 裕章）

季節の変わり目に起こる疾患③

春先に注意する精神障害

心と体のバランスを保つ事が重要です。

Q&A

今回は、これからの季節（4〜6月）に注意する疾患について、甲南病院精神科の松山 賢一医長に、お話を聞きました！

Q 精神科の病気で、春先に多いものはありますか？

A 調べてみたのですが、季節による精神障害の発症しやすさについて、わが国できちんと調べた統計データはないようです。

Q では、精神科の病気にあまり季節性はないと言うことでしょうか？

A いえ、必ずしもそうではありません。昔から「5月病」という言葉があるように、春先は大きく生活環境が変わる時期であり、新入学生や新社会人が環境になじめず、意欲を失ったり気持ちが落ち込んだりすることが多いようです。統計的に有意ではありませんが、うつ病エピソードは春に、躁（そう）病エピソードは夏に最も多くみられたという報告[1]もあります。

Q 「5月病」はよく耳にします。では、春先には、「うつ病」が多いということでしょうか？

A いえ、正確には適応障害が多いと思います。

Q 「適応障害」も最近ではよく耳にしますが、具体的にどの様なものなのでしょうか？「うつ病」とは、どの様に違うのでしょうか？

A まず、適応障害は「はっきりと確認できるストレス因に反応して発症する精神障害」のことで、ストレス因がなくなると速やかに消失することが特徴です[2]。ただ、適応障害は気分の落ち込みや涙もろさといった抑うつ気分、意欲の低下、不安、動悸や息切れなどの身体症状を生じることが多く、これらの症状はうつ病と共通したものです。

Q では、「うつ病」の軽い症状と考えれば良いのでしょうか？

A いえ、違います。適応障害でも自殺に至ることがある[3]ので、あまり軽く考えないほうが良いです。また、適応障害になるのは精神面が弱いからだと考える人がいますが、これも間違いです。ストレス因の受け止め方は個人差が大きく、ある人にとって1つのストレス因が大きな苦痛であっても、別のストレス因は全く平気だということがよくあるのです。

Q では、「適応障害」の治療では、どういうことを行なうのでしょうか？

A 原則はストレス因をなくすことですので、しばらく学校や会社を休んでもらうことが多いです。それが難しい場合は、本人や学校・会社と話し合って、できるだけ本人のストレスを軽くできないかを考えます。症状がひどいときには、精神科のお薬を少し使うこともあります。

精神的ケアを行うラウンドメンバー

左から ●田村 浩恵（認知症看護専門看護師）
●松山 賢一医長 ●奥澤 朋奈（臨床心理士）

参考文献：
1）押谷葉子、山田尚登、高橋三郎：感情障害エピソード反復の周期性と季節性. 精神医学 36：1197-1202, 1994.
2）日本精神神経学会監修：DSM-5　精神疾患の診断・統計マニュアル 284-287,2014
3）Kryzhanovskaya, L.,Canterbury, R.：Suicidal behavior in patients with adjustment disorders. Crisis 22(3)：125-131, 2001

腸内環境を整え、免疫力を強化しましょう！

腸力を高める食生活

腸は、第二の脳と呼ばれるほどヒトの体調に影響をおよぼします。腸内環境をよりよく保つこと、腸内細菌叢のバランスを保つことは、私たちの健康維持に欠かせないものとなっております。すなわち元気な腸=腸力を高めることが重要です。

食べて健康に！

甲南病院
栄養管理室 副室長
尾園 千佳
（管理栄養士）

腸力を高めるには？

❶善玉菌を多く含む食品を摂取しましょう。

善玉菌を増やすためには、乳酸菌やビフィズス菌を含む食品を摂取しましょう。乳酸菌は、ヨーグルトやチーズ、漬物やみそなど発酵食品に含まれています。また、ヨーグルトや納豆や漬物などに含まれる乳酸菌をとることによって腸内環境が改善し、もともと腸中に存在するビフィズス菌を増やすことができます。

乳酸菌は、3〜4日で排泄されるため、こまめにとることが必要です。

❷善玉菌のエサとなる食物繊維、オリゴ糖を摂取しましょう。

食物繊維やオリゴ糖は、乳酸菌やビフィズス菌のエサとなり、善玉菌の増殖を促します。野菜類・きのこ類・海藻類などには、食物繊維が多く含まれています。また、玉ねぎ、バナナ、豆腐など野菜や果物、大豆製品には、オリゴ糖が含まれています。毎日の食事に食物繊維やオリゴ糖を含む食材を使用しましょう。

腸力を高めるためには、「乳酸菌・ビフィズス菌・食物繊維・オリゴ糖」などをこまめに取り続け、規則正しい生活を送ることが大事です。明日から「腸活」はじめてみませんか。

腸内細菌を増やすためにおすすめレシピ

きのこのカナッペ

〜発酵食品＋発酵食品で善玉菌を増やそう〜

材料【1人分】

ライ麦パン（6枚切り）	1枚
エリンギ	30g
まいたけ	30g
しめじ	30g
油	適量
みそ	3g
マヨネーズ	2g
しょうゆ	1g
砂糖	1g
酒	2g
チーズ	10g
小ねぎ	適量

栄養価【1人分】

エネルギー	149kcal
タンパク質	4.9g
脂質	2.1g
炭水化物	35.7g
食物繊維総量	5.5g
食塩相当量	1.3g

タイ王国マヒドン大学 シリラート病院からの招待を受け、講演会を行いました！

甲南病院 緩和ケア内科 部長 山口 崇

2018年10月に、タイ王国の医学の最高学府であり、かつ、最も歴史を持つ病院である マヒドン大学 シリラート病院からの招待を受け、講演をさせていただく機会を得ました。今回の講演は、世界中で毎年展開されている「ホスピス・緩和ケア週間」に合わせて開催されるシリラート病院のイベント（Siriraj Palliative Care Day 2018年10月24～26日）の一環として開催されました。このイベントには、医療職のみならず、一般市民やボランティアの皆さんも多く参加されており、緩和ケアの黎明期にあるタイにおいても、そのニードが高く、今後タイの緩和ケアのレベルが急速に発展していくことを予感させるものでした。今回、私が行った講演の内容は、“がん患者の痛みに対する（モルヒネなどの）オピオイド鎮痛薬の使用法”と“がん患者の呼吸困難への対応”の2つでした。看護師さんを中心として多くの病院医療職の方々が参加していただき、それぞれの講演の後も看護師さんから積極的に質問をしていただけたのは印象的でした。

今後も甲南病院 緩和ケア内科/緩和ケア病棟では各国からの見学や研修を積極的に受け入れて、国際的にも高い診療レベルを維持していくともに、各国の緩和ケアの発展に助力できるようにスタッフ一丸となって頑張っていきたいと思います。

貸切バスで快適な旅

安全　快適　親切

グループでのパーティーや旅行に
会社での見学・研修に
クラブでの合宿・試合に

豊富なバリエーションで、あらゆるシーンに対応いたします。

マイクロバス
乗務員 1名
座席数 27
（内補助席 6）
トランク　なし

中型送迎バス
乗務員 1名
座席数 44
（内補助席 7）
トランク　なし

大型観光バス
乗務員 1名
座席数 53～56
（内補助席 8～10）
トランク　あり

その他、ワゴン車タイプや大型送迎バスなどもございます。（いずれも運転手付き）

KOBE MINATO KANKO
みなと観光バス株式会社
〒658-0031　神戸市東灘区向洋町東1丁目4
TEL:078-845-3710　FAX:078-845-3713
http://www.kobe-minato.co.jp　みなと観光バス　検索

ご相談・お問合せ・お見積り　お客様窓口　078-845-3710

国土交通省制定「新運賃料金制度」に基づいた適正料金にて運行いたしております。