

加古川市民病院機構から地域の皆さまへ、
親しみを込めてお届けする広報誌

つつじ

6
2013
Tsutsuji

シリーズ対談

樽本庄一×宇高功

加古川市長

加古川市民病院機構 理事長

つつじNEWS

院外処方実施のお知らせ
公開講座のご案内
教えて先生!「紫外線の影響とは?」
お手軽!健康レシピ

「地域医療」と私

加古川西市民病院・加古川東市民病院
統括院長

大西祥男



地方独立行政法人
加古川市民病院機構
<http://www.kakohp.jp>

加古川市長

樽本庄一

1963年関西大学商学部商学科卒業後、4月に加古川市役所へ就職。市民部長、総務部長、企画部長を経て、加古川市助役に就任。2002年3月加古川市助役を退任後、7月に加古川市長に就任。2010年7月に3期目を迎え、現在に至る。

Shouichi Tarumoto



加古川の医療

理事長(以下、理)「平成23年4月、加古川市民病院と神鋼加古川病院(以下、神鋼病院)が統合・再編し、加古川市民病院機構として東西2つの市民病院体制で動き出しました。平成28年秋の新統合病院オープンに向けて準備を進めているところです。医療の面から安心して暮らしていただくための重要な医療体制作りですので、より広く市民の皆様にご理解をいただくために、広報誌を発刊することとしました。」

市長(以下、市)「市民の皆さんには加古川市民病院が新しくなるんだという認識を持っておられます。これまでの市民病院は、小児・周産期医療に強い地域の中核病院としての役割を担ってきました。しかし、医師への負担は増加の一途をたどり、平成21年夏には、常勤内科医が1名のみという非常事態に陥ったのです。医師不足の問題は想像を超えるスピードで進んでおり、われわれ行政の力だけで何とかできる状況ではありませんでした。このままでは、地域医療崩壊の危機に瀕してしまうことから、神鋼病院との

経営統合に踏み切ったわけです。」

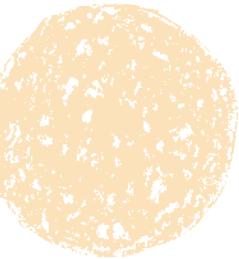
理「官民の組織を統合することの難しさについて、多方面から質問をお受けします。本来、医療人は、患者さん中心の良質な医療を提供するというマインドを持って医療の世界へ飛び込んでいますので、医療人として地域に貢献するという志の高いミッションを掲げれば、それに共感し、おのずと一体化が図っていけるものと思います。こと医療については、官も民もありません。」

そして、何よりも職員にとって働きやすい魅力のある病院にしてこそ、優秀な職員が集まっていますし、それぞれが力を発揮してくれます。その結果、地域の皆さんへ、より良質な医療が提供できることになります。労働環境の整備と教育体制の充実に現在取り組んでいます。」

市「そうですね。病院は地域の皆さんに良い医療を提供するためのものですが、まずは医療に携わる人の環境を整える事が大切で、それが出来てこそ初めて良い医療が提供できるというこ



Isao
Utaka



加古川市民病院機構 理事長
宇高 功

1972年3月神戸大学医学部卒業後、1979年3月神戸大学医学部大学院博士課程修了(医学博士)後、同年5月三田市民病院内科、1981年4月神鋼加古川病院へ勤務。内科医長、副院長を経て、1994年10月院長に就任。2011年4月地方独立行政法人加古川市民病院機構設立とともに理事長に就任し、現在に至る。

の未来に向けて

とを改めて感じました。一定数の医師を確保して、医師が、過重労働にならず、交代で勤務できる環境を整えなければ、これまでの繰り返しになってしまいます。もちろん、どちらが先か後かという優先順位の話ではなく、土台が無ければその上に積み上げられないわけです。」

理「両病院は、地域医療の中心となる診療体制を持っており、また、補完し合える診療も多くあり、相性の良い統合・再編であるといえます。まずは、この2病院の医療(ソフト)が一体化してこそ、大きな医療の力になります。本年4月には、2つの病院を1人の院長が統括する体制(大西統括院長)にするとともに、医師、看護師をはじめすべての職種で病院間の人事交流を実施しました。これは、組織(医療)の一体化、すなわち、2病院を限りなく1病院として運営(バーチャル1病院)することで、スケールメリットを生かし、より医療機能をアップさせるための試みです。

また、昨年は、2病院共通の電子カルテを導入して、機構すべての職員間での情報を共有すること

により、各診療科間、各職種間で、患者さんを中心とするチーム医療体制の基礎が出来上がりました。医師だけでなく、看護師、技師や事務職員等も、積極的に医療にかかわることで、チーム医療の面からも、患者さんを中心とした医療の充実が図られていくものと思います。」

市「なるほど。優秀なスタッフが集まってくれて数が増えたからといって、すぐに優れた医療を提供できるわけでないことがよくわかりました。しかし、着実に前進しているようですね。今後も、技術や知識だけでなく、患者さんの気持ちが分る心を持ち合わせた医療人の育成にご尽力いただきたいと思います。」

理「分りました。質の高い医療と同時に心の通う医療を大事にして、地域の皆さんに“本当にこの病院へかかるって良かった、良い病院をつくってもらってよかった。”と言ってもらえる医療を目指したいと思います。医療の面から“いつまでも住み続けたいウェルネス都市、加古川”づくりにしっかりと貢献していきます。」



つつじNEWS



こちらのコーナーでは、加古川西市民病院と加古川東市民病院から、市民の皆さんへ新しいサービスやニュースをお伝えしていきます。



お薬の受け取り方法が変わります

平成25年7月1日から 院外処方の実施

院外処方は、国(厚生労働省)が推進している取り組みである「医薬分業」を実践するもので、医療機関と保険薬局との役割分担を図り、医療の質と安全の向上を目的としています。

当院において、平成25年7月1日から「院外処方」を実施します。

外来診察を受けられた患者さんには、これまでの院内薬局ではなく、医師から発行された「院外処方せん」を持って、病院外の保険(調剤)薬局でお薬をお受け取りいただくこととなります。

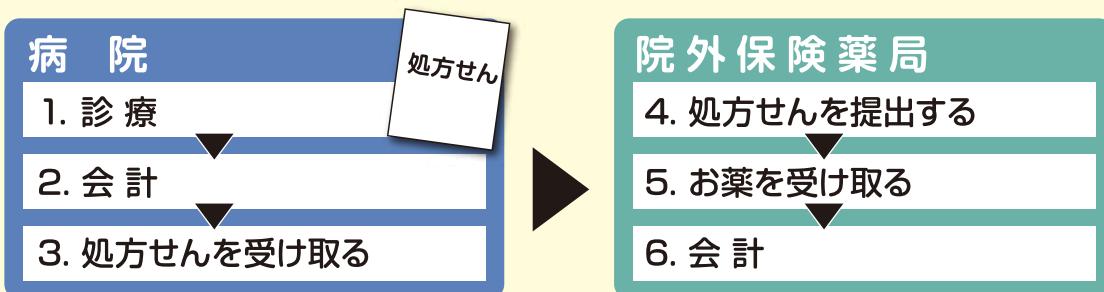
これに伴い、病院では、入院患者さんへの薬剤師によるお薬指導を充実させるなど、より質の高い医療サービスをご提供させていただきますので、ご理解とご協力を願っています。

● 院外処方によるメリット

- ①病院と院外保険薬局による、2重の安全チェック。
- ②薬局での充実したお薬指導により、納得し安心できる。
- ③薬局での薬の履歴管理により重複や、飲み合わせによる副作用を防止できる。
- ④原則、安価なジェネリック医薬品への変更も可能。



● お薬を受け取るまでの流れ



医師の処方せんがあれば、原則としてどこの保険薬局でもお薬を調剤してもらうことができます。

●病院の近隣にも保険薬局ができます。

院外処方せんの有効期限は、発行日を含めて4日間です。期限までに保険薬局へ持っていきましょう。
(有効期限には休日や祝日も含まれます。)

ご不明な点がありましたら病院 医事課まで、お薬の内容については病院 薬剤部までお尋ねください。
(平日の午前9時00分～午後4時30分)

加古川西市民病院 TEL079-432-3531 (代) 加古川東市民病院 TEL079-437-2515 (代)

院外処方 Q&A



Q1. 薬をもらえる薬局はどこですか？

A. 薬を調剤できる薬局には、「保険薬局」「調剤薬局」「処方せん受付」などの表示があります。患者さんの都合に合わせて最も便利な薬局を「かかりつけ薬局」としてご利用ください。かかりつけ薬局を持つことにより、患者さんの薬の記録を作成し管理するため、複数の医療機関にかかったときなど、同じ成分を含んだ薬を重複して処方されていないか、飲み合わせによる相互作用がないかなどをチェックしますので、より安全に安心してご利用いただけます。病院の近隣にも保険薬局ができます。

Q2. 希望すれば病院でも薬をもらえますか？

A. いいえ。外来の全ての患者さんに対しては、院外処方せんを発行し、院外保険薬局での処方に切り替わります。
ただし、一部の特殊な薬については、院内でお渡しする場合があります。

Q3. 病院でもらっていた薬と同じ薬がもらえますか？

A. 保険薬局では処方せんどおりに調剤しますので、今までと同じ薬がもらえます。原則、ジェネリック医薬品に変更も可能です。ジェネリック医薬品(後発医薬品)とは、特許が切れた医薬品(先発医薬品)を他の製薬会社が製造・販売した医薬品で、効能効果は同じですが、先発医薬品より値段が約2~7割安くなります。医師がジェネリック医薬品に変更不可とした場合を除いて、原則、変更することができますので保険薬局でご相談ください。

Q4. 支払う費用は増えますか？

A. 病院では処方せんの費用、保険薬局では薬に関する費用をそれぞれお

支払いいただきますので、患者さんの支払い金額が若干増えることとなります。保険薬局では、薬を安全に確実に服用してもらうために薬の履歴管理や服薬指導などが個別に行われ、きめ細かく丁寧に対応いただけます。一方、ジェネリック医薬品への変更により薬代が安くなる場合もあります。なお、病院と同様に、保険薬局でも老人保健、乳児医療等の公費負担や労災保険等も適用となります。自立支援医療、特定疾患等、指定を要する保険を使う場合は、あらかじめ発行機関への申請が必要です。
※特定疾患医療は、保険薬局での自己負担がありません。

Q5. 自自分で薬局へ行けない場合、代理が行っても調剤してもらえますか？

A. 薬の受け取りは、処方せんを持参すれば患者さんご本人でなくても構いません。初回はアレルギーなどについてご本人でなければ分からぬことを聞かれることもありますが、どなたが持参されても調剤してもらえます。なお、代理の方がいる場合でも、処方せんを保険薬局へファックスすることで自宅まで薬を届けてくれる薬局もありますので、保険薬局にご相談ください。

Q6. 院外処方せんをファックスで送信しても大丈夫ですか？

A. ファックス送信はあくまでも内容の事前連絡ですので、お薬を受け取るには、処方せんの原本を発行日から4日以内に提出することが必要です。ファックスは、当院の「院外処方せんファックスコーナー」から、無料で保険薬局へ送信できます。(自宅からファックスされても結構です)
ファックスであらかじめ保険薬局に知らせておけば、薬局で事前に準備ができるので、待ち時間が短縮されます。保険薬局の営業時間や休業日は、薬局ごとに違いますので必ずご確認ください。

公開講座のご案内

●加古川西市民病院 糖尿病教室(予約制)

日時	毎月 第4木曜日 午前10時30分～午後12時 (受付 10時15分～)
場所	加古川西市民病院 別館6階講義室
問い合わせ	加古川西市民病院 総務課 (079-434-2051)
予約方法	開催月の7日(土・日曜日・祝日の場合は翌開院日)からお電話にて受付けさせていただきます。 ※受付時間:午前9時～午後5時

平成25年度 糖尿病教室スケジュール

日程	内容	担当	参加費
6月27日	糖尿病と目	眼科医師	100円
	大切なフットケア [足を守るために]	看護師	
7月25日	膝が痛い人でもできる運動	理学療法士	100円
	合併症になる、ならないはここが違う	医師	
8月22日 ※	食事会	管理栄養士	500円
	体験談から学ぶ	参加者	
9月26日	知って安心・お薬の話	薬剤師	100円
	血糖値コントロールの3要素	医師	
10月24日	教育入院ガイド	看護師	100円
	血糖管理・目標とする検査値	臨床検査技師	

※食事会は午前11時～午後12時30分 (受付 午前10時45分～)になります。

●加古川東市民病院 糖尿病教室

日時	毎月 月末水曜 午前11時～午後12時 ※都合により変更するときがあります
場所	加古川東市民病院 3階教室または、1階カンファレンス室
問い合わせ	加古川東市民病院 総務課(079-437-2515)
予約方法	予約なしで参加していただけます

平成25年度 糖尿病教室スケジュール

日程	内容	担当	参加費
6月19日	糖尿病とは	医師	無料
	糖尿病とのつきあい	看護師	
7月31日	合併症について	医師	無料
	食事療法について	管理栄養士	
9月25日	薬物療法について	薬剤師	無料
	運動療法について	理学療法士	
10月30日	シックデイ	医師	無料
	フットケア	看護師	
11月27日	外食について	管理栄養士	無料
	検査について	臨床検査技師	

その他、各種公開講座を行っておりますのでホームページ等をご覧ください。



教えて先生!

紫外線の影響を教えてください。



A. 太陽は私たち人間を含め地球上の生物にとって なくてはならないものですが、有益、有害の両面を持っています。

太陽からの光には、 γ 線、X線などの電離電磁波と、紫外線(UV)、可視光線、赤外線、ラジオ波などの非電離電磁波が含まれています(図1)。

紫外線は波長の長い側からUVA、UVB、UVCに分けられ、波長が短いほど障害性が強いです。そのうちオゾン層で吸収されて地表に届くのはUVBとUVAであり、その紫外線が我々の皮膚に有益な影響と有害な影響をもたらします。

有益な影響は、骨の形成に重要なビタ

ミンDの生合成や、特定の皮膚病を治すことができることです。有害な影響は、紫外線を浴びてすぐ起こる急性傷害と、長期間浴び続けて起こる慢性傷害に分かれます。急性傷害には、長時間紫外線を浴びた後すぐに皮膚がひりひりあかくなつて、ひどいと水疱ができるといったサンバーン「日焼け」があります。慢性傷害には、日光黒子「シミ」やシワ・たるみといった光老化や、皮膚癌(図2)の形成(光発癌)です。その他の紫外線の影響には免疫力をおさえてしまうことなどがあり、例として口唇ヘルペスが出やすいうことなどが挙げられます。

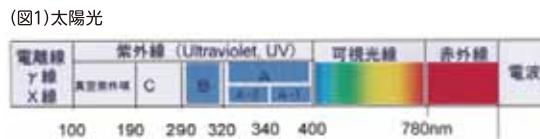
有害な影響から皮膚を守るために、紫外線を無用に浴びないことが大切です。

なるべく浴びないようにする工夫として、紫外線が一番多い10時から14時の間の長時間の屋外活動はできるだけ避けましょう。紫外線から皮膚を守る最後の砦としてサンスクリーンがあります。塗る量が少ないと紫外線から皮膚を守る効果が落ちます。基本的には1cm²あたり2mgを塗らないと効果が落ちるので、具体的には肌が白くなるぐらい塗りましょう。時間がたつと汗や接触でとれてしまうことが多いので1回塗れば大丈夫ではなく、2~3時間毎に重ねて塗ることが重要です。また年をとつからでは遅いので、乳幼児期からまめに塗っていくことが大切です。

(図2)
皮膚癌の形成(光発癌)



加古川西市民病院
皮膚科主任医長
山田陽三



材料《3人分》

・豚肉	150g
・もやし	1袋
・キャベツ	1/4玉
・ニラ	1/2束
・卵	3個
・お好み焼き粉 (小麦粉)	カップ半分強
・塩こしょう	少々
・サラダ油	適量
・ソース	適量
・青のり、花かつお、紅しょうが (お好みで使用)	

お手軽! 健康レシピ

食物繊維たっぷり! もやしとキャベツのお好み焼き

作り方

- ニラを小さく切る。豚肉を小さく切り、塩こしょうをして、ニラと一緒に油で炒めておく。もやしを2cmくらいのざく切りにする。キャベツを1cm角くらいに切る。
- 下ごしらえしたすべての材料を大きめのボールに入れ、卵・小麦粉を加えて混ぜ合わせる。(ボールの代わりにビニール袋でも可)
- 熱したフライパンに油をしく。混ぜ合わせた生地(小さ目)を、ふたをして中火で5分程焼き、裏返してさらに5分焼く。

【注】火加減や生地の厚さで焼き時間は異なるので、様子を見ながら調整を。
生地が柔らかいので、小さ目に作る方が裏返しやすい。

1人分の栄養量

エネルギー	320kcal
食物繊維	3.9g
ビタミンB1	0.5mg
ビタミンC	60mg

提供: 加古川西市民病院 栄養管理室



イベント案内

●加古川西市民病院



ロビーコンサート

■今後の予定

6月7日(金) BlueMoon／二胡・中胡(中国弦楽器)

7月19日(金) 塙美里／サクソフォン・ピアノデュオ

当院では、ロビーコンサートに出演していただける

団体・個人を募集しています。

開催日・条件等につきましては、下記のとおりです。

【開催日】第3・4の木曜／金曜日(左記曜日のうち応相談)

【実施時間】午後2時から約30分程度

【実施場所】加古川西市民病院 本館1階ロビー

【条件】ボランティアでの出演となります。アンプを使用しない演奏・歌唱など。

【申込方法】ロビーコンサートの企画・運営に協力できる方。

(1) 住所(郵便番号) (2) 氏名(団体の場合は団体名と代表者名)

(3) 参加人数 (4) 電話番号 (5) 楽器構成 (6) ジャンル

(7) 希望日を記入の上、メールアドレス(w.soumu@kakohp.jp)までお申込みください。

【その他】入院患者及び外来患者を対象としています。こちらで手配できる備品は既設のグランドピアノとマイク1本(カラオケ用)

【注意事項】大きな音が出るものや振動の激しいものはご遠慮ください(和太鼓など)。器材等のセッティングについては、13時以降となります。

【お問い合わせ】加古川西市民病院 総務課 TEL079-434-2051/FAX:079-432-3672

●患者さん中心の医療連携(国の医療の方向性)

医療ニーズの増大している高齢化社会において、限りのある医療資源を有効に活用するため、地域内の個々の医療施設が役割分担し連携することにより、急性期から長い慢性期治療まですべての治療を全う出来る「地域連携型医療」が求められています。

今、地元医師会と病院間では、IT等を利用して、スムースな連携体制が出来てきています。地域住民の方々にも医療連携についてご理解いただいて、かかりつけ医を持って、より安心して暮らせる患者さん中心の地域医療体制になればと思いますので、ご協力の程、よろしくお願ひいたします。

1. 病院は、入院医療を中心としていく方向性
救急と紹介患者さんは、病院

2. 入院医療の機能分化
急性期↔慢性期医療
(回復期リハビリ)

3. 外来医療は、主に診療所
安定した患者さんは、診療所



「地域医療」と私

COMMUNITY MEDICINE AND ME

加古川西市民病院・加古川東市民病院
統括院長

大西祥男

1983年3月神戸大学医学部卒業、1990年3月神戸大学医学部大学院医学研究科博士課程修了(医学博士)。三菱神戸病院・神鋼病院勤務、米国ワシントン大学に留学。神戸大学医学部附属病院講師(兼)冠動脈疾患治療部副部長、神鋼加古川病院副院長を経て、2009年4月県立柏原病院院長就任。2011年4月加古川東市民病院院長就任後、2013年4月より加古川西市民病院・加古川東市民病院の統括院長に就任し、現在に至る。

安定した地域医療の提供のため 魅力ある病院作りに励みます。

平成13年7月、東播磨地域の循環器の基幹病院として診療を充実させるようにとの神戸大学医学部横山光宏前教授のご指示で、神戸大学附属病院から神鋼加古川病院に赴任してきたのが加古川との関わりの始まりです。当時、加古川地域には循環器疾患の診断治療ができる病院はなく、特に急性心筋梗塞や狭心症などの冠動脈疾患、重症不整脈、重症心不全などは長時間かけて神戸や姫路に搬送しているような状況でした。赴任当初は7名の循環器専門医師で24時間365日の救急受け入れを開始しました。一晩に、2例3例の緊急カテーテル治療のため呼び出されましたが、当時の充実感は忘れられません。

神鋼加古川病院で8年が経ち、地域からも信頼される医療が提供できるようになったと感じていた頃、神戸大学から依頼を受け平成21年4月より丹波市の兵庫県立柏原病院へ院長として赴任することとなりました。柏原病院は、医療崩壊の象徴とも言うべき病院で、小児科を守るお母さんの会が組織され、医師を守る住民運動が展開されている事で全国的に有名な病院です。医師数は半減、とりわけ若手医師は0で、病床は3分の1程度しか利用されておらず、救急車受け入れはなしといつ

た、都会から離れた地域医療の実情を目の当たりにしました。そこでまず若手医師に対する教育体制を整え、研修医を確保しました。若手の医師の増加で病院は活性化し、徐々に診療機能が回復しました。救急車も受け入れができるようになり経営状況も改善し後任の院長に引き継ぎました。平成23年4月に加古川市民病院機構が発足し、古巣の加古川に戻って加古川東市民病院の院長として2年間、そしてこの度、加古川西市民病院の院長を拝命し、引き続き東市民病院院長も兼ねることになったところです。

加古川、柏原と12年間地域医療の現場を経験し、地域医療の充実には、①魅力ある病院 ②地域住民・行政・大学の理解 ③熱意のある若手医師が重要であると思います。充実した診療が出来る環境、臨床教育・研修が受けられる環境、職場の雰囲気のよい魅力ある病院に良い人材は集まり、地域医療は安定的に継続されるものと思います。もう若手とは言えませんが熱意を持ち続けて新しい統合病院が加古川地域の住民の皆さんの健康を守る拠点病院として機能するように全力を尽くしたいと思いますので、皆さんのご理解ご協力をよろしくお願い致します。

加古川西市民病院

〒675-8611 兵庫県加古川市米田町平津384-1
TEL:079-432-3531(代)

- ◎車……………加古川バイパス加古川西ランプ下車 南側すぐ
- ◎JR……………JR宝殿駅下車、北へ徒歩約8分
- ◎神姫バス…JR加古川駅より西牧行き
「加古川西市民病院」下車
JR宝殿駅よりJR加古川駅行き
「加古川西市民病院」下車
山電高砂駅より細工所北口または北条営業所行き「加古川西市民病院」下車



加古川東市民病院

〒675-0115 兵庫県加古川市平岡町一色797-295
TEL:079-437-2515(代)

- ◎車……………加古川バイパス加古川東ランプ南へ約10分
- ◎JR……………JR東加古川駅より徒歩約15分
- ◎神姫バス…JR東加古川駅より宮西宮前行き
「南芳苑」下車約5分
- ◎加古川市ジーンバス(かこバス)…
JR加古川駅よりJR東加古川駅行き
「加古川東市民病院」下車
JR東加古川駅よりJR加古川駅行き
「加古川東市民病院」下車
- ◎山陽電車…別府駅より徒歩約25分

