

# HOPE plus

[市立芦屋病院だより]



市立  
芦屋病院

## あしや健康フォーラム2019 開催のご案内

入場  
無料

当院では、これまで毎年「がん」をテーマにした講演会として「がんフォーラム」を開催してまいりました。今年度からは「がん」に限らず、様々な疾病に対する知識の普及、啓発を目的とした講演会として「あしや健康フォーラム」を開催します。

第1回目となるあしや健康フォーラム2019のテーマは「認知症」です。

超高齢社会になり、認知症はとても身近な病気となりましたが、認知症についての知識や理解はまだまだ十分とは言えません。認知症を正しく知り、認知症になっても誰もが住み慣れた地域でその人らしく、豊かに暮らしていくように、学びの機会として、是非この講演会にご参加ください。

今年のテーマは「認知症」です。共に知識を深めましょう。

**【日 時】** 令和元年9月1日(日)

午後1時30分～午後4時(開場:午後1時)

**【会 場】** 芦屋市民センター ルナ・ホール

**【問合せ】** 市立芦屋病院 総務課 0797-31-2156(代表)

**【定 員】** 550人

※事前のお申込みは不要です。  
皆様お誘いあわせの上、是非ご参加ください。



### あしやふるさと寄附金（芦屋市病院事業基金）について

平成30年度に頂戴しました「あしやふるさと寄附金(芦屋市病院事業基金)」は、43件で合計113万円となっております。ご寄附をいただきました方々に心より感謝申し上げます。

この寄付金は、市立芦屋病院の医療機能の推進を図ることを目的として、医療機器の購入や設備の更新等、療養環境の整備や充実に活用させていただきます。今後とも引き続き、ご理解とご協力を賜りますよう、お願い申し上げます。

なお、5万円、10万円のご寄附に対する記念品として、人間ドック等の費用一部助成・全額免除もございますので、是非ご活用ください。

## 血液・腫瘍内科のご紹介

医長 山下由紀子

当院の血液・腫瘍内科は令和元年5月現在4名の医師が在籍し、2名が日本血液学会血液専門医、1名が日本臨床腫瘍学会がん薬物療法専門医、1名が日本緩和医療学会暫定指導医の資格を有し、「血液内科」と「腫瘍内科」、「緩和医療」を統合した診療を行っております。

血液内科領域では白血病、骨髄異形成症候群、悪性リンパ腫、多発性骨髄腫などの造血器悪性腫瘍に加えて、貧血疾患、血小板減少症などの良性の造血器疾患の診療も行っています。

腫瘍内科領域では大腸癌、肺癌、乳癌、卵巣癌、胃癌、膵癌などの固形癌、肉腫の化学療法を中心に診療を行っています。

当科の特色としては、悪性腫瘍ではほぼ全ての領域の疾患の診療を行っていること、患者さん、ご家族が安心して過ごしていただけるよう、治療期からの緩和医療を行っていることが挙げられます。緩和医療は、痛みなどの身体の症状の緩和だけでなく、気持ちの辛さ、不安などへのサポートも含まれます。安心して治療に臨んでいただける様、最良の効果を追求した質の高い医療の提供と共に、患者さん、ご家族にライフサポートの提供を行える診療科でありたいと考えております。



## 外来栄養相談

### 糖尿病の食事療法 基本に戻ろう

栄養管理室 加隈 愛子 澤田 かおる

当院には、日本糖尿病協会（以下日糖協）主催の患者会「あしや会」があり、今年で10年目を迎えました。そして令和元年5月に日糖協が発行する月刊誌「さかえ」の1巻1号（1961年10月発行）が送られてきました。

そこには当時の糖尿病の食事療法の一文が掲載されており、驚くことに現在の食事療法と同様のことが記載されていたのです。現在、糖尿病食事療法の原則は適正なエネルギー摂取と栄養素の確保です。

糖尿病食は健康食・長寿食といつても過言ではありません。（医師から特別な食事指示を受けている場合を除く）主食・主菜・副菜を整えた食事をとることが基本で、メディアで賑わっている「〇〇に効く！」というものに頼り、食事療法の原則を忘れている方を多く見受けます。一方深刻なのは、食事を極端に減らしてしまうケースです。確かに血糖値は低下するかもしれません、ガソリンのない自動車のように活動性が低下し、サルコペニアといった身体機能の低下や認知機能の低下を招く恐れがあります。日々の食事で不安な方は、主治医に相談し、個人栄養指導を受けましょう。

副菜は1食に2品を目標に。  
野菜・海藻・きのこ類が摂れるよう工夫します。



主食は1食1品に



メイン料理は1食1品。  
食べすぎは脂肪・蛋白の過剰摂取になります。



(イラストを参考に日々の食事を見直していただければ幸いです。)

## 外科専門外来のご紹介

副病院長 水谷伸

### ① 乳腺専門外来

火曜日、水曜日、木曜日の午前に乳腺専門外来を実施しています。すべての女性は30歳を越えたら専門医療機関での乳房撮影検査あるいは超音波検査を年1回行うことをお勧めします。特に当院では今年から3次元精密装置(3Dマンモグラフィ)を導入し、乳癌検診の精度向上を実現しました。これにより触診でもわからないほどの微小乳癌を発見することも可能です。乳腺が気になる方はもちろん検診希望の方も乳房撮影検査や超音波検査をその日のうちに受けることが可能です。

### ② 肛門専門外来

月～金曜日の午前に肛門専門外来を実施しています。痛みや痒み、脱出痔でお悩みの方はいつでも診察可能です。特に当科では痔に対する無痛の注射治療を実施していますのでご相談ください。

### ③ 下肢静脈瘤外来

火曜日、木曜日に下肢静脈瘤外来を実施しております。下肢の腫れ、痛み、だるさ等の症状のある方は下肢静脈瘤の可能性がありますのでお越しください。

### ④ ヘルニア専門外来

金曜日にヘルニア専門外来を実施しています。岬径部(足の付け根)に痛みや膨隆を自覚される方は岬径ヘルニアの可能性があり手術が必要な場合がありますのでお越しください。

専門外来は予約センターにて予約が可能です。電話で診療の有無をご確認・ご予約の上、お越しください。



## 各種行事のお知らせ

### マチネーコンサート

※毎月1回日曜日に開催

- 日 時 ● 7月28日(日) 午後2時30分から
- 場 所 ● 外来棟4階 黄色いピアノ前
- 内 容 ● スーパーキッズピアニスト特集
- 問合せ ● 総務課



### 公開講座

時間 14時～15時30分 場所 芦屋市民センター401号室 参加費 1回 200円

日程	内 容	講 師
7月13日(土)	出張！糖尿病教室	市立芦屋病院 糖尿病・内分泌内科 西岡 彩 医師 糖尿病教室スタッフ
8月3日(土)	こどもの急病 ～おうちでできるホームケア～	市立芦屋病院 小児科 森田 拓 医師

問合せ：芦屋市立公民館 0797-35-0700

### 両親学級

※毎月第2土曜日開催

- 日 時 ● 7月13日(土)10時～12時
- 場 所 ● 3階東病棟
- 内 容 ● お産の経過、赤ちゃんのお風呂(実習あり)
- 対 象 ● 妊娠22週以降の妊婦とパートナー  
(5組10名)
- 問合せ ● 3階東病棟(電話は午後1時～4時)



### 糖尿病教室

問合せ先：  
栄養管理室

※毎月第2金曜日開催

時間 13時30分～15時 場所 病棟2階 講堂I 参加費 無料

日程	内 容	講 師
	7月は公開講座にて開催します。	
9月13日(金)	治療・療養② 糖尿病と合併症 食事療法② 外食・中食・間食の上手なとり方	眼科 管理栄養士

# 事業管理者のつぶやき

市立芦屋病院事業管理者 佐治文隆

## 朝顔、蝉、蛍

最近の小学生は夏休みといえども塾やお稽古事で忙しそうです。私の小学校時代は夏休みのドリル（もう使わない死語ですね）1冊以外に、宿題といえば朝顔の観察日記くらいでした。「朝顔の花一時（はなひととき）」と言われるように、夏の朝に開花した朝顔は昼ごろにはしぶんてしまい、盛りの時期が短く、はないことの例えに使われます。転じて花と同じように人の栄耀栄華が永続きしないことを、「花一時（はないつとき）人一盛り（ひとひとさかり）」と称したりします。

物事の盛りの時期の短いことのたとえに、「蛍二十日に蝉三日」ということわざがあります。蛍と蝉はともにその命の短さから、盛りの短いものの代名詞に使われているのです。蝉は地中で幼虫として過ごす期間が何年にも及びますが、地上に出て羽化して成虫となると、約1ヶ月でその生涯を終えるとされます。しかし、俗に蝉の寿命は短命で1週間と信じられてきました。角田光代の小説「八日目の蝉」のタイトルはこの俗説を下敷きにつけられています。不倫相手の赤ん坊を誘拐した女性の逃亡劇と、誘拐され幼少期を過ごし、犯人逮捕後に親元に帰り成長した女性が、やはり不倫相手の子を妊娠するという運命の変遷を描いた小説です。角田光代の代表作の一つとなり、ベストセラーとなった「八日目の蝉」は、NHKテレビ「ドラマ10」の第1作に採用され、その後映画化もされました。幼児誘拐犯をテレビドラマでは檀れいが、映画版では永作博美が好演、母性の本筋を問う力作でした。八日目まで生きた蝉は七日目で普通の生涯を閉じた蝉よりも多くの体験を積め、他人にはない経験はたとえそれが苦しくとも何かの糧になるということでしょうか。

角田光代の作品を映画化した新作「愛がなんだ」もまた恋愛や人生をテーマにした角田ワールドを展開させます。それぞれ片思いの男女二組の日常を淡々と描き続けます。ヒロインのテルちゃんが仕事二の次、恋愛最優先の生活、なのに彼氏のマモちゃんからは便利使いされるだけの有様。テルちゃんの親友葉子を片思いし、召使のように尽くすナカハラ。恋愛が成就しない最近の若者の群像をどうしようもない片思いを通して垣間見ることができます。わたくし的には江口のりこ演ずる超勝手アラフォー世代のキャラクターに興味を持ちましたが・・・。映画館でたまたま今泉力哉監督のトークショーと京都拠点のバンドHomecomingsの歌う主題歌を聞く機会がありましたが、美しい朝焼けのシーンを夜中からスタンバイして撮影できた話などを知ることができました。

短命な蛍もまた恋にからめた表現が少なくありません。相手に会わないで激しく思い焦がれるさまを、「見ず」と「水」を掛言葉として「水に燃え立つ蛍」（水上を燃え立つように光り輝き飛び回る蛍）とたとえます。もっと激しいのは「鳴く蝉よりも鳴かぬ蛍が身を焦がす」です。説明するまでもないでしょう。恋愛の心情を口に出すより心の奥底で思いを深く内向させてているなど、なにやらストーカーに共通しているようです。

夏の風物詩から  
すこし熱くて  
コワーイ話  
になりました。

(2019.7.1)



事業管理者のつぶやきについてはホームページにも連載しておりますのでぜひご覧下さい。

### 市立芦屋病院 ご案内



### 交通案内

JR 芦屋駅、  
阪急芦屋川駅から

- タクシー 約7分
- バス 約25分  
JR芦屋駅、阪急芦屋川駅 のりば2番
- 徒歩 約30分

※ 病院ネットワークバスもご利用ください 無料

### 市立芦屋病院の理念

#### 病院理念

あい（愛）・しあわせ（幸福）・やさしさ（優しさ）

#### 基本理念

芦屋市の中核病院として 地域社会に貢献します  
患者の意思を尊重し 最善の医療と癒しを提供します

日本医療機能評価機構 認定施設(3rdG:Ver1.0 一般病院2)

## 市立芦屋病院

〒659-8502 芦屋市朝日ヶ丘町39-1

TEL:0797-31-2156 FAX:0797-22-8822

ホームページ <http://www.ashiya-hosp.com>