



1 京都岡本記念病院

〒613-0034 京都府久世郡久御山町佐山西ノ口100
TEL 0774-48-5500

- ひまわり保育園
京都岡本記念病院内
- くみやま岡本病院(2025年開院予定)**



2 伏見岡本病院

〒612-8083 京都府京都市伏見区京町9-50
TEL 075-611-1114

- 居宅介護支援事業所 ふれあい
〒612-8082 京都府京都市伏見区両替町14-157
TEL 075-622-5539
- 訪問看護ステーション ふれあい
伏見岡本病院内
TEL 075-603-7643
- 伏見岡本デイケアセンター
伏見岡本病院内
TEL 075-603-7633

3 おかもとクリニック

〒611-0025 京都府宇治市神明石塚54-18
TEL 0774-45-4110

- 岡本介護支援センター ひまわり
おかもとクリニック内
TEL 0774-46-7831
- 訪問看護ステーション ひまわり
おかもとクリニック内
TEL 0774-46-1711
- おかもとクリニック通所リハビリテーションセンター
おかもとクリニック内
TEL 0774-46-0011
- 宇治おかもと安心介護の家(小規模多機能型)
おかもとクリニック内
TEL 0774-46-3311

Step Up

みんなで一歩

2024年
夏号
Vol.350

社会医療法人 岡本病院(財団) 広報誌「Step Up」2024年7月発行 Vol.350 発行：社会医療法人 岡本病院(財団) 印刷：株式会社 ITP



特集
内科・外科が協働で幅広い
心臓・血管疾患に対応！
京都岡本記念病院 循環器センター

カラダからだ
避難生活でも日常でも
過ごしやすい環境づくり
京都岡本記念病院 リハビリテーション部

もっと健康 おか・もっと！
こんな方はがん検診を！
京都岡本記念病院 がん対策部 がん対策推進室

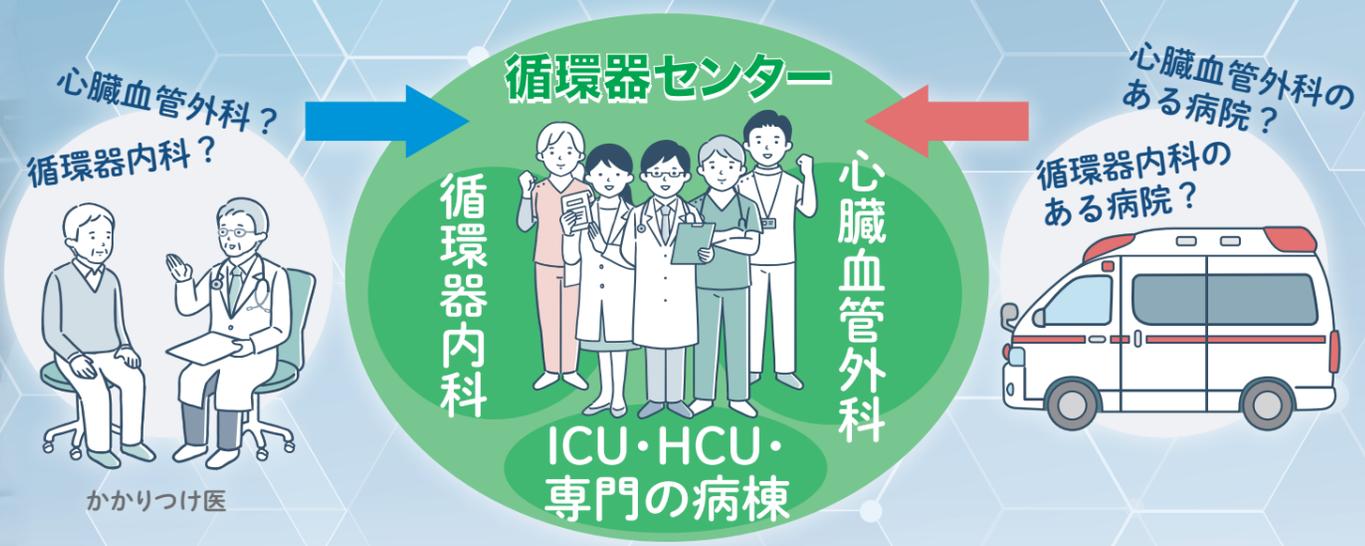
慈仁 Jijin ともに

モンステラという植物をご存じでしょうか。熱帯アメリカ原産で、光沢がある濃い緑色の葉の、南国を思わせる植物です。大きな葉が特徴で、部屋に飾るインテリアグリーンとして人気があります。成長するにつれて葉の縁から葉脈にかけて深い切れ込みや穴ができて、独特なおもしろい形の葉になります。しかし初めから独特な形をしていただけではないようです。諸説あるのですが、熱帯雨林の激しい強風や豪雨の環境から身を守るために、ユニークな深い切れ込みや穴があいていったといわれています。植物達は一生懸命に次の世代へ生き残るために変化し努力し続けています。根を張り水分を補充する道管や、光合成を行うための葉緑体の一部を削るなどの工夫をしています。私たちが人間はどうでしょう。



京都岡本記念病院 看護部
副看護部長 木村 里美
4月から副看護部長を拝命いたしました木村です。どうぞよろしくお願ひします。

近年地球温暖化の影響で、私たちの身近でも記録的なゲリラ豪雨に見舞われ、夏には気温が40度を越えるような気候変動が起っています。暑さや寒さから身を守るために頭脳を使い技術を駆使しています。が、身を削るというより、新たに追加しているような気ができます。それぞれの立場でできることを精いっぱい考えているのは、人も植物も動物も同じです。だからこそ協力し合えたらと思います。私たち人間一人一人ができること、たとえばエアコンの設定温度を夏は1℃上げることで、誰もが生き続ける環境を保つことができるのではないのでしょうか。今年も暑い夏がやってきます。地球環境に対しても、ちよつと相手を思いやる気持ちを持ち、エアコンを正しく使って暑い夏を乗り越えてほしいと思います。



内科・外科が協働で幅広い心臓・血管疾患に対応!

循環器センター開設

京都岡本記念病院

京都岡本記念病院では2024年4月から循環器内科と心臓血管外科が一体となって急性期を中心とした幅広い心血管疾患に対応する「循環器センター」を開設しました。

心臓病を中心として今までの経験を地域医療に生かせるよう努力しています。京都岡本記念病院循環器センターは世界レベルの医療の実現をめざします。



あいさつ 循環器センター センター長 やまぎし まさあき 山岸 正明

京都岡本記念病院では2024年4月に循環器センターを開設いたしました。循環器内科と心臓血管外科の横の連携をより密にして、循環器疾患を持つ患者さんに内科的・外科的の両面から「最良の治療を適切なタイミングで提供できるように」と考えております。医師、看護師、臨床工学技士、病院スタッフがワンチームとなって、地域の皆さまのご期待に100%お応えできるように努力いたします。

対象となる疾患

このような患者さんはかかりつけ医に相談して受診ください。

- 虚血性心疾患（心筋梗塞や狭心症）
- 末梢動脈疾患（閉塞性動脈硬化症）
- 不整脈（心房細動や心室性不整脈）
- 心不全や弁膜症（大動脈弁や僧帽弁疾患など）
- 大動脈瘤（胸部・胸腹部・腹部）
- 下肢静脈瘤



循環器内科と心臓血管外科がワンチームで

心臓や血管の病気では、従来であればメスを用いての外科手術が主流だった疾患でも、機器や技術の進歩によって、カテーテル（血管から管を通して行う治療）で治療できるケースが増えてきました。また一方、外科的治療も日々進歩しており、患者さんの負担が従来より少なくなった外科手術もあります。

心臓や血管に病気が見つかり、詳しい検査や手術のために病院の専門診療科受診が必要なとき、かかりつけ医でも「循環器内科かな? 心臓血管外科かな?」と迷われる場合があります。一旦は循環器内科に紹介され、検討した結果、心臓血管外科での治療となる事もありますし、また、その逆のケースもあります。

そのような場合、京都岡本記念病院 循環器センターでは、循環器内科医と心臓血管外科医が初めから一体となって、一人ひとりの患者さんに適した治療を検討します。

また、手術の後は8床ある特定集中治療室(intensive care unit: ICU)や12床あるハイケアユニット(high care unit: HCU)、心血管疾患を専門とする病棟でケアを継続します。

もう「循環器内科かな? 心臓血管外科かな?」と迷う必要はありません。「循環器センター」を受診ください。

✓ 受診するには?

■患者さんへ 紹介状をお持ちください

京都岡本記念病院 循環器センターは、地域の医療機関から紹介された患者さんを診療しています。初診時はかかりつけ医の診療情報提供書(紹介状)をご持参いただくと、選定療養費がかりません。

TEL 0774-48-5500 (病院代表)

■救急診療体制

緊急度の高い重症疾患に対しては、24時間365日対応できる体制を整えています
激しい胸の痛みや、激しい背中痛みなどには、急性大動脈解離、大動脈瘤破裂など一刻も早い治療判断が必要なケースがあります。迷わず救急受診してください。

■医療機関の方へ

循環器内科へ? 心臓血管外科へ? と迷われる患者さんは「循環器センター」へご紹介ください。

TEL 0774-46-5981 (地域医療連携室)

●京都岡本記念病院

受付時間	月～土曜 8時～12時 ※診察は9時～
休診日	日曜、祝日、 年末年始(12月30日～1月3日)

こんな方は がん検診を! がんのリスクを正しく理解しましょう

京都岡本記念病院
がん対策部 がん対策推進室

このコーナーは、医療福祉の新しいサービスや、健康づくりに役立つ情報を紹介します。今回は、がんと関係があるといわれている病気について。がんの予防は難しいと思われがちですが、がんにかかりやすい要因を知り、適切な対策をとることでがんのリスクを下げることは可能です。



▲外来でこのようなご案内をお渡しして、がん検診をおすすめしています

Q がんと循環器疾患に関係があるのですか?

A 高齢化が進む日本では、2022年時点で死因の第1位が「がん(悪性腫瘍)」、第2位が「心疾患(高血圧症を除く)」となっています(注1)。このため、心血管系疾患を合併するがん患者さんが年々増加しています。

循環器疾患の治療を受けている患者さんは並行してがんのリスクも考慮し、がん検診の受診をお考えください。

(注1) 出典: 厚生労働省「令和4年(2022)人口動態統計月報年計(概数)の概況」 「死因順位」

Q 糖尿病とがんも関係があるのですか?

A 最近では糖尿病の人はがんにもかかりやすいことがわかってきており、特に大腸がん、肝臓がん、すい臓がんのリスクが高くなるといわれています。もともと糖尿病とがんは、生活習慣における共通の危険因子があるので、糖尿病の人はがんにかかりやすいともいえます。同時に糖尿病対策との共通点も多いので、生活習慣の改善が糖尿病の合併症だけでなく、がんのリスクを減らすことにもつながります。

Q 貧血とがんの関係は?

A 貧血というと、10代~40代の女性に多い鉄欠乏性貧血がよく知られていますが、胃がんや大腸がんなどの消化管出血で貧血が起こる場合があります。また、白血病は骨髄の異常により白血球細胞が増殖して、正常な白血球が作れなくなる病

気です。白血球だけでなく赤血球や血小板などの量も少なくなり、出血が起こりやすくなって貧血を引き起こす場合があります。動悸や立ちくらみの症状がある場合には、放置せずに受診しましょう。

年に1度は がん検診を

地域がん診療連携拠点病院である京都岡本記念病院では、がんの早期発見・早期治療のために、がんの自覚症状がなく、他の原因で受診された患者さんにも、がん検診をおすすめいたします。

循環器疾患や糖尿病で受診される患者さんには年に1度のがん検診をおすすめし、血液検査を受けた患者さんには、血液検査の結果によって内視鏡検査をご案内する場合があります。「自覚症状もないのに」と思わずに、どうぞ年に1度は、がん検診をお受けください。

人間ドック・健診 予約受付中!!

がん検診・人間ドックのお問い合わせは
京都岡本記念病院 健診センター

TEL:0774-48-5611(直通)

お問い合わせ時間: 月~土曜

13時~17時



健診センター

カラダからだ

~自宅で介護・介護予防 アドバイス~
身体介助やリハビリなど「身体」に関わる専門職ならではの知識や技術を、わかりやすくお伝えします。



レポート

避難生活でも日常でも 過ごしやすい環境づくり

おくら かずき
京都岡本記念病院 リハビリテーション部 大倉 一紀(理学療法士)

JRAT

1995年の阪神淡路大震災をきっかけに災害医療チーム「DMAT」「JMAT」などは聞き馴染みのある言葉となりました。2011年の東日本大震災以降、「JRAT」(※)というリハビリテーション領域の災害医療チームも整備が進み、その後、関東・東北豪雨、熊本地震などの災害時にも活動しています。2024年の能登半島地震では、京都JRATとして初めての支援活動となり、全4隊、計12名の医師と療法士が現地へ派遣されました。その中には、社会医療法人 岡本病院(財団)の理学療法士2名も含まれており、石川県の被災地で災害支援活動を行いました。



支援内容

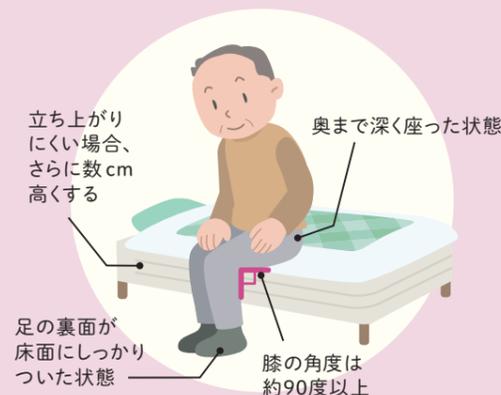
輪島市、珠洲市、志賀町へそれぞれ派遣され、他の災害医療チームや地域の方々と協力し、避難所の環境整備や相談対応にあたりました。主な支援内容は、トイレやベッド等の環境整備や福祉用具の評価、深部静脈血栓症への注意喚起、活動機会への働きかけなど、避難所生活を見直すことで、災害関連死や生活不活発などを防ぐことでした。

災害支援からの気づき

被災地では生活が日常から大きく変化し、健康管理に影響を及ぼします。避難所では、高齢者などは特に環境への適応に時間と工夫を要します。そこで、われわれは、新しい環境でも過ごしやすい生活を目指し、環境面や活動面のご提案をしていきます。災害支援のなかから、普段の生活にもご活用いただけそうな環境設定のポイントを2つご紹介します。

高齢者などが過ごしやすい 環境整備

ベッドの高さ



手すりの役割



※ JRAT <JRAT(Japan Disaster Rehabilitation Assistance Team)/日本災害リハビリテーション支援協会>

JRATとは、災害リハビリテーションの実践のため、リハビリテーションに関わる13団体で構成されている災害支援チームの略称。なお、災害リハビリテーションとは、被災者の災害関連死や生活不活発等を防ぐため、リハビリテーションの視点から生活の再建・復興を支援する活動を指す。

一般内科

さわい内科医院

さわい かずのぶ
澤井 和信 院長



半世紀以上の歴史をもつ「沢井内科医院」が今年4月、院長交代を機に、幹線道路沿いで駐車場も広い便利な場所に新築移転。「さわい内科医院」に名前も改め新たなスタートを切った。

「祖父、父の代から内科だけに限定せず、地域の健康よろず相談窓口を心掛けてきました」。その思いを新しい医院名にもこめた。「ひらがなの“さわい”はちっちゃいお子さんでも読めるので」

院長の専門は腎臓内科だが、救急医療や総合診療にも携わってきた経験を生かし、何でも広く受け入れ、腎臓病の兆候も見逃さない。腎臓病は自覚症状がなく進行するので「来院された患者さんの腎臓機能は全てチェックしています」。

医師になる前にはアメリカの大学で応用言語学を学び、英語塾を開いていたこともある。「語学の教え方の1つに、“間違い”をその人の中心と認め、そこから考

える手法があります。診療もそうだなと思います」。腎臓病や生活習慣病、慢性疾患では、病気を“排除すべき邪魔者”と捉えず「それがそのまま、あなたですよ、と許容から診療をスタートすることも大事な事かなと」。

医療と応用言語学の共通性は「人間をみることかな。もともと人間に興味があって」と笑った。



新築の医院では、発熱外来ブースを新設。HbA1c(糖尿病)の機器も導入し即日結果が分かる。



診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:30	●	●	●	—	●	●
午後 16:30~19:00	●	●	●	—	●	—

休診日：木曜、土曜午後、日曜、祝日
※受付の開始・終了は各診療時間の15分前

所在地	〒610-0352 京都府京田辺市花住坂1-65-13
電話番号	0774-63-7025
アクセス	JR学研都市線・松井山手駅 山手幹線沿いに東へ徒歩12分 京阪バス・虚空蔵谷停留所 徒歩1分
URL	https://sawai-naika.com/
駐車場	医院東側25台まで駐車可能無料



▲WEBページ

京都岡本記念病院

がん患者サロン(やまぶきの会) 再開しています

新型コロナウイルス感染症のまん延により長らく中止しておりましたが、がん患者サロンを4月から再開しています。

がん患者サロンは、がん患者さんやご家族、ご遺族がお互いに情報を交換したり、不安なこと、気になることなどを共に語り合ったりできる場です。どなたでもお気軽にお越しください。

日時 第4金曜日
10時~12時/13時~15時

場所 1階 小会議室

参加対象者 がん患者さんやご家族、ご遺族

※当院への通院歴は問いません。

〈ご注意〉

予約は不要です。直接会場へお越しください。参加は無料です。開催時間内の出入り、参加時間は自由です。がん患者サロン利用者の駐車料金は無料です。



●問合せ先：京都岡本記念病院 がん相談支援センター TEL 0774-48-5500(病院代表)

京都岡本記念病院・伏見岡本病院・おかもとクリニック

マイナンバーカード保険証 ご利用ください

現行の健康保険証の発行は2024年12月2日に終了し、マイナンバーカードを健康保険証とする仕組み(マイナ保険証)へ移行されます。京都岡本記念病院・伏見岡本病院・おかもとクリニックを利用する際はマイナ保険証をご利用ください。

高額療養費制度を利用される場合、マイナ保険証をご利用いただければ、「限度額認定証」の手続きや提示が不要になります。

マイナ保険証の利用には、顔認証または暗証番号が必要になります。暗証番号とはマイナンバーカード申請時に設定した4桁の番号ですので、ご確認のうえご来院ください。

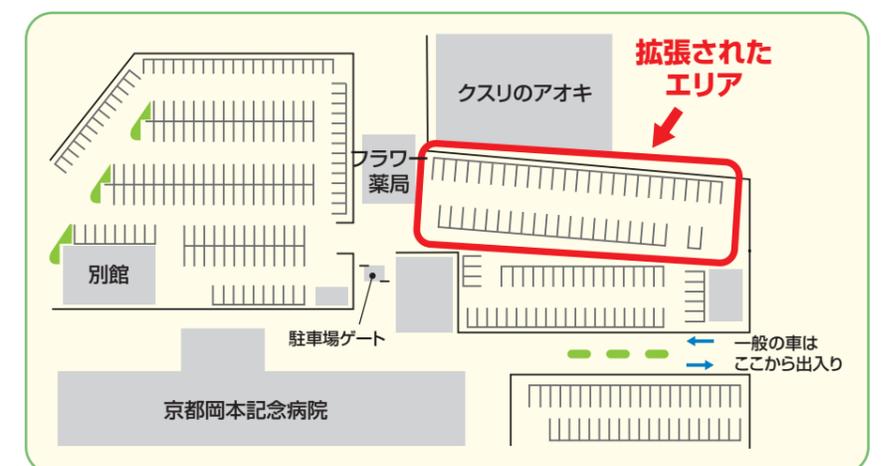


京都岡本記念病院

ご利用ください 駐車場が広がりました

フラワー薬局東側駐車場が、5月10日より、京都岡本記念病院の駐車場として使用できるようになりました。

従来の患者用駐車場ゲートから入り、場内の一方通行の表示案内に従ってご利用ください。



トマト ~リコピンの抗酸化作用で 動脈硬化の予防~



京都岡本記念病院 栄養管理科
たなかかずみ
田中 和美 (管理栄養士)



真っ赤に熟したトマトは、夏の献立に彩りを添える食材です。トマトは元々観賞用として栽培されており、一般的に食用となったのは19世紀後半とされています。

西洋では「トマトが赤くなると医者が青くなる」ということわざがあるほど、トマトは栄養に優れています。特にトマトの赤い色はリコピンという色素成分で抗酸化作用も報告されており、活性酸素によって進む動脈硬化の予防に効果があるといわれています。またビタミンCやEなども含み、紫外線によるメラニン生成(しみの原因になる)の抑制などが期待でき、これからの季節に積極的にとりたい野菜の1つです。

リコピンは加熱による損失が少なくトマトソースやスープなどに利用すると効果的で、また油に溶けやすい性質のため油と一緒にとると吸収率がアップします。料理でとる以外にトマトジュースからでも簡単にリコピンを補給することができます。

トマトは赤ければ赤いほどリコピンの含有量が多く、水につけて沈むものは糖度が高いといわれています。これからの季節、生でも、火を通して手軽にとれるトマトを使って彩りよい夏の食卓を作ってみてください。