



# 光風緑 Hannan

2013年 3月

日本医療機能評価機構認定病院

〒599-8263 大阪府堺市中区八田南之町277番地 電(072)278-0381 電(072)277-2261 URL http://www.hannan.or.jp

理念 愛のところで医療に奉仕を 和のところで総力一致を 励むところで創意工夫を

## 泉ヶ丘グリーンフェスタ 2013



3月10日(日)「泉ヶ丘グリーンフェスタ 2013」が開催されました。「花と緑でみんなの心をひとつにしよう」というキャッチフレーズのもと、親子による鉢植え体験や花と緑に関する展示ブースなど、花や緑が芽吹きだす春を前に、にぎやかで楽しいイベントが開催されました。

堺市は高齢化が進み、併せて高齢者の独居率も高くなる中、家族で楽しめるイベントを開催し、多くの方に集ってもらえるようにと、泉北ニュータウン再生府市等連絡協議会をはじめとした、泉ヶ丘ラ

イプタウン会議が主催し様々なイベントが開催されています。今回は、「花と緑」ということで、庭園療法の要素を盛り込んだ体験ブースを出しました。そして子どもたちのけがなどに備えて救護班としても参加しました。

庭園療法とは、当院が実践しているアートインホスピタルの一つです。「病院」という環境が心と体に癒しと活力を与えるという考えのもと、ユネスコでも実践されている世界的な概念です。そのアートインホスピタルの道具としては、アート作品や庭園(収穫や庭づくり、ハーブを使った料理など庭園で行われるすべてのこと) 絵画などがあり、当院も実践しています。今回、地域のイベント「グリーンフェスタ」が、自然を親子で楽しむという趣旨でもあり、庭園療法の紹介を兼ねて参加させていただきました。

五感による癒しを体感してもらうため、匂い袋の制作や、ヒノキを使った木工細工など、親子で楽しめるものとなりました。あいにくのお天気にもかかわらず開始前より、当院ブースには多くのご家族が訪れました。ハーブの説明に感心し、ヒノキの匂いや手触りに、にっこり微笑む、そんな多くの方に関心を向けていただいた1日でした。

### 基本方針

人権を重んじ、患者さんやご家族の「心のふるさと」になれるよう、患者さんの立場に立ったやさしい医療をおこないます。

最新の医療知識と技術を身につけ、予防から急性期治療・リハビリテーション・在宅支援まで継続的な質の高い医療を提供します。

「光と風と緑」にあふれた、安全で快適な療養環境を提供します。

地域の拠点病院として、行政機関や病医院・地域の方々と連携し、保健・医療・福祉に貢献します。

信頼される医療サービスを提供するために、経営の健全化につとめ、すぐれた医療従事者を育てます。

2008.4.1 改定

院内

## 花

だより

院内の花が咲き始める季節です。美しい花の季節をお楽しみください。



## 花もも

ハナモモ(花桃)は、バラ目バラ科サクラ属の耐寒性落葉低木。原産地は中国。花を觀賞するために改良されたモモで、花つきがよいため、主に花を觀賞する目的で庭木などによく利用されます。日本で数多くの品種改良が行われ、種類が豊富です。觀賞用のハナモモとして改良が行われるようになったのは江戸時代に入ってからで、現在の園芸品種の多くも江戸時代のもので多いようです。サクラの開花前に咲くことが多く、結実するが実は小さく、食用には適しません。この号が出る頃にはこぼれるばかりの花でいっぱいになっていると思いますが、3月半ばのつぼみができ始めることも、春の訪れを感じさせます。2月ころから梅は咲きだしますが、梅は雪の降る頃に咲くイメージもあり、春を感じさせるのは桃が一番かもしれません。院庭の春をお楽しみください。

### 「春眠暁を覚えず」

この時期よく聞く、そして使う言葉ですね。これは、中国の孟浩然という人の詩で「春眠暁を覚えず、処処啼鳥を聞く、夜来風雨の音、花落つこと知る多少(春の眠りは心地よくて夜明けも知らず、鳥のさえずりが聞こえる。昨晩は嵐の吹く音がしたが、おそらく花がたくさん散ったことだろう)」が基になっています。

春の夜は短い上に、心地良く眠れるので、夜の明けたことも気づかない。春の朝は容易に起きにくいということです。春は始まりの季節。寝坊などないよう。



### 外来診察表 4月より外来担当表が変更になります。

外来診察時間 / 9:00 ~ 12:00(受付は11:30まで)

	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜
1 診	黒田	子安	中井	横田	黒田	横田
2 診	福田真	野村	松島	野村	横井	横井
3 診	西側	澤田	植田	澤田	西側	植田
4 診	福田真/松島	橋本/柏木	正路	永松	西岡	
5 診	佐野	影山	川村	宮里	秋田	
6 診	呉家	土井	吉田綾	吉田綾	土井	呉家
7 診	村上	村上	小深田	和田	作田	小深田
8 診	西村	山田	西村	河野い	相馬	和田
心 1	熊取谷	河野隆	作田	橋元	岩田	熊取谷
心 2	宋	植月	荒川	清水	宋	植月

### ご紹介いただく際は予めご連絡をお願いします

専門外来(睡眠・児童・往診・女性・口腔)は予約制です。医療機関からの入院・転院のご相談は地域医療連携室で承ります。受診の前に下記へお電話ください。 電072-278-0381 電072-281-6615



### 診療科目

精神科 / 心療内科 / 児童精神科 / 内科 / 歯科

### 病床数

EPU 精神科救急 病棟 168床(C1,H2,H3病棟) 児童精神科病棟 25床(D1病棟) 亜急性期病棟 120床(B2,C2病棟) 精神科急性期治療病棟 51床(E2病棟) メンタルケア病棟 35床(E3病棟) リハビリmix病棟 60床(D2病棟) 老年期精神疾患病棟 60床(D3病棟) MPU 精神科合併症治療 病棟 51床(H1病棟) リハビリ 精神療養 病棟 60床(F2病棟) 認知症治療病棟 60床(F3病棟) 計690床

### 看護体制

精神科病棟 15:1 急性期病棟 13:1 救急病棟 10:1 看護師比率70%以上・看護補助 30:1

### 関連施設ご紹介

認知症疾患医療センター 訪問看護ステーションふれあい 電072-279-1631 居宅介護支援事業所 ヘルパーステーションはんず 電072-278-8282 ケアホーム/こもれび・青空・そよかぜ 堺市中区八田南之町277 阪南病院内 電072-278-0381 ケアホームあんずの郷 堺市中区八田北町309 電072-278-2233 地域生活支援センターゆい 堺市中区深井東町3134 電072-277-9555

編集・発行 医療法人杏和会 阪南病院 地域医療連携室&総務課広報「光・風・緑」チーム

# 花粉症対策!?

花粉症は、無縁の人にはなんてことないものなのでしょうが、国民の20%に症状があるといわれ、花粉症を持つ人には、毎年この時期はゆううつな時期なのです。皆さんはいかがですか?今回は、今や国民病になりつつある花粉症について調べてみました。「花粉症」とは、花粉によってアレルギー性鼻炎やアレルギー性結膜炎などが引き起こされる病気です。つまり体の免疫機能(体を守るようとする働き)が過剰に働き、鼻や目など人体に入った花粉を、体外に排出しようとするために、くしゃみや鼻水や涙が出ます。対策は次の3つのようです。



- なるべく花粉に近づかない
- アレルギー症状を抑える
- 体を花粉に慣らしてアレルギーが出ないようにする(減感作療法)

まず、ですが、普通に生活をしていて花粉に近づかないのは難しいのが実際です。花粉が飛散していない地域、海外や日本でも北海道や沖縄はスギが少ない地域ですが、だからといって転居するのも難しいでしょう。スギ花粉を飛散させる杉が大量にはえているのは日本独特の環境だそうです。対策としては、「なるべく外出を控える」「マスク、めがね着用」「家に入る際には衣服についた花粉を払い落とす」「帰宅時に、手洗いやうがい徹底する」などのセルフケアがあげられます。

の症状を抑えるためには、薬の服用や注射なども有効です。1年だけの効果ですが、鼻の粘膜を焼くなども耳鼻科での時期よくおこなわれているようです。

の花粉に体を慣らすのは、花粉成分を注射して、体内に花粉を防御できる免疫をつくる治療法です。一度免疫ができてしまえば、花粉症を根治でき、60%以上の割合で効果が長期間持続するとも言われています。でも2年以上かけて体質改善を行っていく治療法なので、この春の花粉には対処できませんし、一般的にはハードルが高いと言えます。また、甜茶やヨーグルトは即効性があるわけではなく、花粉の季節が過ぎると忘れてしまいがちなので、効果はよくわからないというのが実際のようなようです。やはり薬とセルフケアが欠かせないということですね。

# 春の「すいみんの日」市民公開講座2013大阪

3月20日(水)春分の日、大阪城に程近い、松下IMPホールで、「すいみんの日」市民公開講座を開催いたしました。これまで、病院が院外で行う講演会は公共の施設を借りて、医療及び学校、行政関係者等を対象に実施してきましたが、今回は初めて一般の方を招いての市民講座ということで、会場も約1年前にOBPのIMPホールに決め準備をしてきました。本格的には年明けから、ホームページで参加申込をスタート、先着500名参加ということで、たくさんの応募をいただきました。申込みは職員を入れて約400名弱でしたが、当日はあいにくの雨のせいもあり、実際は240名の参加にとどまりました。しかし、来られた方は熱心に聞いておられ、資料に入れていた鉛筆で、病院の封筒裏表にぎっしりメモをとっておられる方もおられるほど、「睡眠」への関心の高さが窺われました。

「すいみんの日」とは2011年に、精神・神経科学振興財団と日本睡眠学会とが協力して年に2回、3月18日と9月3日を定めたものです。そのすいみんの日イベントとして、毎年春と秋に全国5都市でそれぞれ市民講座が開催されています。今回大阪の講座をぜひ、当院黒田院長にとのご依頼をいただき、実現したものです。

ご講演は、著名な先生方5名、それぞれの専門的な視点で、しかしわかりやすく、ご講演いただきました。先生方への質問も40近くいただき、当日お答えできなかったものは病院ホームページに掲載する予定です。



春の「すいみんの日」市民公開講座 2013大阪 プログラム

13:30~14:00	講演1「寝る時の姿勢と心臓について」	黒田 隆夫 院長
14:00~14:30	講演2「寝る時の姿勢と心臓について」	黒田 隆夫 院長
14:30~15:00	講演3「寝る時の姿勢と心臓について」	黒田 隆夫 院長
15:00~15:30	講演4「寝る時の姿勢と心臓について」	黒田 隆夫 院長
15:30~16:00	講演5「寝る時の姿勢と心臓について」	黒田 隆夫 院長
16:00~16:30	講演6「寝る時の姿勢と心臓について」	黒田 隆夫 院長
16:30~17:00	講演7「寝る時の姿勢と心臓について」	黒田 隆夫 院長
17:00~17:30	講演8「寝る時の姿勢と心臓について」	黒田 隆夫 院長
17:30~18:00	講演9「寝る時の姿勢と心臓について」	黒田 隆夫 院長
18:00~18:30	講演10「寝る時の姿勢と心臓について」	黒田 隆夫 院長

当院は敷地内完全禁煙です

## 〔医 錦秀会 阪和第一泉北病院〕



当院は、医療法人錦秀会の理念「やさしく命をまもる」のもと、「患者様・ご家族様への安心」を運営の第一方針にした長期療養型の病院です。病院の機能としては、外来部門と入院部門(療養型病床1024床)があり、施設内には、通所リハビリセンター、居宅介護支援センター、隣接施設にはグループホーム清泉もあります。当院は常に地域と密接し、様々な医療機関や福祉施設とも連携を図り、患者様・ご家族様に安心していただける、質の高い医療サービスを提供できるように努力を重ねていきます。その為の連携窓口として医療福祉相談室に加えて、昨年4月にネットワーク室を新たに立ち上げました。地域の関係機関との更なる連携強化の為、ネットワーク室がその一役を担えればと考えております。今後ともよろしくお願ひします。



医療福祉相談室ネットワーク室スタッフ 院長 東森 浩一 先生

住所 〒590-0106 堺市南区豊田1588番地の1  
 電話番号・HP 072-295-2888(代表) <http://www.kinshukai.or.jp/kinshukai/hanwadaiichi/>  
 最寄駅 泉北高速鉄道泉ヶ丘駅、泉北高速鉄道泉ヶ丘駅・JR津久野駅から送迎バス発着  
 診療科 内科、眼科、婦人科、整形外科、歯科、皮膚科、リハビリテーション科、放射線科

## 吉田 診療所



Dr.情報 院長 吉田 祥 先生

昭和49年に前院長が精神科医院を開業してから約40年、地域に根ざした医療を提供してきました。成人の精神疾患全般に加えて、現院長は睡眠疾患の診断・治療に力を入れています。当院は南海堺駅から徒歩1分の好立地であり、診療時間も昼から夜まで通して行うことで、通院しやすい環境を整備しています。また、現在のところ予約制にはしていません。入院治療が必要な場合には、阪南病院などの地域の病院と連携を行っており、幅広い治療展開についてご相談に乗ることが出来ます。

住所 590-0971 堺市堺区栄橋町1-4-8 高杉ビル5F  
 電話番号・HP 072-222-2656 <http://www.yoshida-cl.info>  
 最寄駅 南海本線堺駅徒歩1分  
 診療科 精神科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
吉田 祥Dr. 13:00~19:00								
吉田 計夫Dr. 13:00~19:00								

火曜日の吉田計夫Dr.の診察は16:00まで

クリニックの専門: 成人の精神疾患全般、睡眠障害全般。  
 経歴: 大阪医科大学卒業、新淡路病院・阪南病院などに勤務、米国スタンフォード大学留学、大阪医科大学精神科助手、講師を経て現職。  
 クリニック特色: 駅から近い、睡眠医療認定医、19時まで診療。  
 患者様層: 近隣の方が中心ですが、睡眠障害については遠方からの来院も多い。  
 新たに始めようとしていること: 不眠症に対する短期行動療法。 座右の銘: 一步一步。  
 休日の過ごし方: 子どもと遊ぶ・寝る。 血液型: O型。 趣味: 長湯、育児書を読む。

## 「喫茶ひだまり」閉店のお知らせ

いつも、「喫茶ひだまり」をご愛顧いただきありがとうございます。さて、おかげさまでひだまりも、オープンから10年を超え、多くの方にご利用をいただきこれまで運営することができました。心よりお礼申し上げます。しかしながら、作業療法室も手狭になり、よりよい医療、リハビリテーションを目指す上では、もう少し拡張の必要性があると考えております。そこで、3月末をもって「ひだまり」を閉店し、5月からは作業療法室としてリニューアルオープンすることいたしました。4月にはそのための改修工事を行います。

長い間、多くの方に親しまれ、憩いの場所であった「ひだまり」の閉店は残念ではございますが、ご了承いただければ幸いです。これまで、ご愛顧いただき、心より感謝申し上げます。ありがとうございました。

\*尚、4月からは、売店チュリップ店内を拡張し、店内で販売しているパンや軽食を召し上がっていただく、お食事スペース(イートインコーナー)を設置いたします。皆様のご利用をお待ち申し上げております。

