

ぞうさん広場

vol. **18**
2018冬号

特集

チーム医療で多数の手術に対応

手術センター

現場を体験！

麻酔を受ける前の 流れをチェック！

手術センター

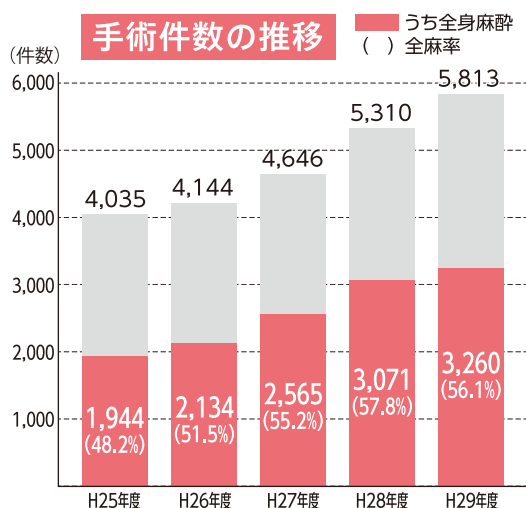


ハイブリッド手術室を備え チーム医療で多数の手術に対応

あらゆる手術を受け持つ手術センターでは、重症患者さんを受け入れる三次救急の開始と心臓血管外科を開設した際、血管造影・CT撮影・手術が同時に行えるハイブリッド手術室や、内視鏡手術に対応した手術室を導入しました。また、患者さんの安心と安全を確保するため、周術期管理センターを運用しています。そうした手術センターの取り組みについて、詳しくご紹介いたします。

日々進歩する医療に 対応するため先進的設備を 積極的に導入

今までは開腹や開胸が必要だった症例が、小さな傷口で行える鏡視下の手術でも可能になり、血管造影をしながら手術することで今までより迅速かつ安全な手術ができるようになるなど、医療技術の発達により、求められる手術室の質が昔とは変わってきました。当院では、三次救急に対応し、堺市、ひいては南大阪全体の重症患者さんに対応するべく、可能な限り先進的設備を導入しています。ハイブリッド手術室では、心臓血管外科の手術だけでなく、骨盤骨折手術の受け入れも可能で、関西で有数の実績を残しています。また、手術支援ロボット「ダヴィンチ」による手術も積極的に行っており、肺がんの手術においては今年4月から始まった保険適用の承認を受けました。今後は消化器や産婦人科領域の手術にも対応していく予定です。



医師や看護師など手術に関わる手術センターのスタッフは約160名にのぼり、10の手術室を運用しています。月曜から金曜日までの平日勤務で予定手術を実施し、6〜9の手術を並行して行っています。さらに患者さんの不安を取り除き、万全の体制で手術するため、周術期管理センターも運用しています。こうした取り組みの結果、年々手術数は増加し、平成29年度には5,813件の手術が行われました。

PICK UP 注目の医療技術

小さな傷口で負担の少ない手術が可能 保険適用拡大で活躍する「ダビンチ」

患部に約1cmの小さな穴を複数あけアームを挿入することで、開胸・開腹することなく手術を行える手術支援ロボット「da Vinci (ダビンチ) Xi」。手術中の出血量を抑え、手術後の疼痛の軽減に貢献します。これまで保険適用だったのは前立腺がん、腎がんのみでしたが、今年4月に健康保険の適用範囲が一挙に拡大しました。当院ではまず肺がんの手術に対応し、関西ではまだ数少ない保険適用の認可を受けています。



ロボット操作と3D画像により、体の機能を温存しやすいのも大きな特徴の一つ。傷口が小さいため、手術後の回復も早くなります。

急性期病院としての役割を支える 高水準の手術設備

三次救急を受け持つ急性期病院としての役割を全うしていくためには、新しい技術を積極的に導入していく必要があります。当センターではハイブリッド手術室を駆使し、血管造影を行いながらステント[※]を留置する血管内治療と手術療法を複合して行うことも可能です。

※ステント…血管などを内側から広げるために用いる、金属製の筒状の医療器具



1.血管造影装置のほか、自走式のCTを備えるハイブリッド手術室。精密な画像を確認しながら手術を行うことができます。2.フルデジタルで、精密に麻酔の管理を行える全身用麻酔装置。3.高度な手術には欠かせない、人工心肺を行う装置。4.内視鏡手術における観察性能を向上させるため導入された、フルハイビジョン対応の内視鏡統合ビデオシステム。

患者さんの安心・安全のため
多職種で立ち向かう

手術センターというと、実際に手術を行う医師が目立ちがちですが、手術室では看護師や麻酔科医、臨床工学技士、薬剤師など様々な職種が集まり、それぞれが協力し合って患者さんに向き合っています。手術中は、迅速かつ的確に行動しなければ、患者さんの命に危険が伴うこともあります。スタッフそれぞれが平等に意見を交わしあえる関係でなければ、安全な手術はできません。そのため、当センターでは日頃からコミュニケーションをしっかりと取り、いつでも連絡を合える関係を構築しています。技術だけが先行するのではなく、人も力を合わせて患者さんに対応します。



各スタッフの役割



医師(術者)

手術の執刀を行うほか、看護師や麻酔科の先生などに医療行為の指示を行います。逆に医師へのリクエストもヒアリングし、手術が円滑に進むようコミュニケーションを図ります。

安全確保のため、常勤7名の体制で各手術につき1名の麻酔科医が麻酔を担当します。手術以外では知識向上のため学会へ参加したり、最新の文献を調べて内容を共有したりします。



麻酔医



看護師

安全な手術を提供できるよう医師や臨床工学技士などと円滑なコミュニケーションを大切にしています。当院では手術件数も多く診療科も多岐にわたっているため、診療科目ごとのチームに分かれ、高度な手術にも対応できるように日頃からチームで情報共有や技術確認を行っています。

手術看護に関する専門的知識と最新の情報を用いて、患者さんやご家族が少しでも安心して安全に周術期が過ぎせるように看護を実践しています。また、看護師への相談対応や支援を行うことで他の看護師の役割モデルを示しています。



手術看護
認定看護師



手術センター 副センター長
看護局 師長
岸本 一美 さん



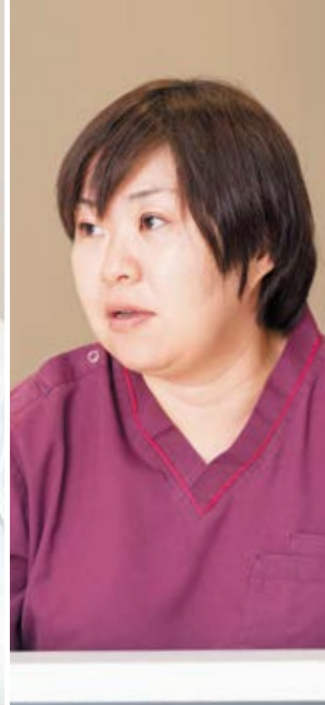
手術センター 副センター長
呼吸器外科 部長
池田 直樹 先生



手術センター センター長
副院長
大里 浩樹 先生



手術センター 副センター長
麻酔科 科長
青井 良太 先生



手術センター
看護局 副師長
三淵 未央 さん

安全で円滑な手術を行うための 周術期管理や手術センターの展望



患者さんの心と身体を守る 周術期管理センター

手術を行うためには、患者さんが万全の状態であればなりません。手術後の安全に気を配って合併症を未然に防ぎ、精神面をケアすることが重要です。そうした手術前後の管理を行うために設置されたのが周術期管理センターです。麻酔科の青井先生をリーダーとして、医師、看護師をはじめ、理学療法士や管理栄養士、事務など多職種のスタッフが所属しています。例えば、患者さんの口腔内の状態が悪いと、口腔細菌によって傷口から感染するなどといった術後の合併症発症に関わるため口腔ケアを徹底したり、手術室の看護師が患者さんを術後訪問して健康を管理したりしています。また特徴として、早期から術前評価を実施しています。

信頼される医療を求めて 患者さん中心の手術を目指す



超高齢化社会が進んでいる今、全手術の約1割が80歳以上の方となってきたおり、手術の安全性はこれまで以上に求められてきています。そのためには手術に携わる多職種のスタッフが、術前、術中、術後全ての安全管理を徹底していかなければなりません。様々な事例を省みて、対策を講じていく必要があります。また、手術において主役は患者さんです。その患者さんにより安心していただけるように、スタッフが手術室だけではなく、病棟や外来にもっと出て行き、患者さんとより深く接していけるような取り組みを進めていければと思います。南大阪で最も信頼される病院を目指し、私達は努力を続けて参ります。

Introduction of Nurse

手術センター

手術看護認定看護師のご紹介

手術看護認定看護師

みぶち みお
三淵 未央さん



Q三淵さんは普段どんなお仕事をしていますか？

普段は手術室と麻酔科外来で勤務しています。麻酔科外来では、当院が早期から取り込んでいる術前評価を行っています。そこでは、患者さんが安全に手術を受けられるよう、専門的な視点からハイリスクにつながる問題の発見や術後合併症の予防のための患者さんへの指導に努めています。また、患者さんのほとんどが手術に不安を抱えています。そこで、麻酔科外来の面談では、患者さんから不安の原因を引き出し、手術時の情報を提供するなど必ず対応に努めています。病棟との連携や入院後の訪問にも取り組んでいます。手術室では手術看護の実践の他に技術指導、症例を検討するカンファレンスなどを開催しています。認定看護師としての視点をスタッフに伝え、スタッフと意見交換をすることで質の高い看護を提供できるよう看護師の育成に携わっています。

Qお仕事に対するモットーを教えてください。

手術を受ける患者さんやご家族は、様々な不安を持ち手術を受けられます。手術中の患者さんは麻酔で意識がない状態のため、私たち看護師は患者さんの代弁者として思いを受け止め、少しでも安心して手術を受けて頂ける環境作りをしています。手術中は、患者さんの側に常に寄り添いタッチングを行いながら不安の軽減に努めています。また、大きな決断をされた患者さんが、その人らしく周術期を過ごせるように外来・手術室・病棟をつなぐ役割を果たせるよう活動しています。さらに高度化、複雑化する手術に対応できるようスキルアップは重要であり、最新の知識や技術を習得するために学会や研修会に積極的に参加しています。新たな情報は、臨床でスタッフと共有できる機会を持つようにしています。



学会で講演を行う三淵さん

周術期管理センターの実績が評価され 学会など、院外で講演を行っています

当院では術前、術中、術後を一つのものとして考え、手術後の合併症を防ぐための取り組みや、患者さんが早期に退院できるためのサポートをする「周術期管理センター」があり、私はその立ち上げに関わりました。医師や看護師だけでなく、コメディカルを含めた多職種のスタッフが在籍していますが、チームワークは非常に良いという自負があります。特に手術室と病棟の看護師の連携が緊密に取れることで、患者さんにとってより安心いただける環境が構築できたと考えています。こうした取り組みが評価され、学会や他院で講演することも増えました。微力ではありますが、チーム医療のあり方についてもっと多くの人に伝えていきたいです。



手術する患者さんへ
チーム医療のあり方

現場を
体験!

麻酔を受ける前の流れを体験!

患者さんの不安を解消し 万全の体制で手術に挑む

手術時には基本的に麻酔を受けて

いただきますが、初めて経験される方はもちろん、過去に手術を経験された方でも、患者さんにとっては不安なことが多いはずです。そこで、当院では麻酔科外来を開設し、患者さんが不安なく手術を受けられるように配慮しています。主に行うのは、患者さんの全身状態を把握し、全身麻酔か局所麻酔、あるいは両方の麻酔を併用するなど、麻酔方法を決定することです。局所麻酔だけでも可能な場合は、患者さんに全身麻酔か局所麻酔かをお選びいただくこともあります。どちらか迷われている場合には、麻酔

科では年間約3250件の全身麻酔手術を経験していること、手術中に患者さんがストレスを感じにくいなどの理由から全身麻酔をご提案することが多いです。そのほか手術後の合併症についてのリスクもしっかりとご説明し、禁煙をはじめ、手術前に気をつけるべきことをお伝えさせていただきます。こうした術前のカウンセリングは、手術直前に行うと患者さんの精神的な負担になることが多いので、手術することが決まった時点で日程をご相談しています。

手術前の 注意ポイント

～口腔ケア～

- いつもより丁寧に歯磨きをしましょう。舌の上も忘れずに。
- 赤く腫れたり白い膜が張っていないかチェックしましょう。
- 入れ歯は食後に取り出して、ブラシで洗浄しましょう。

～食事と栄養～

- 主食、主菜、副菜を揃えてバランスの良いお食事を。
- 規則正しく1日3食、暴飲暴食は避けましょう。
- アミノ酸やビタミンなど免疫力を高める栄養素を摂りましょう。

麻酔前の不安を取り除き、安全な手術へと導きます!

✓ 全身麻酔と局所麻酔の特徴

全身麻酔

特徴

当院では主に、点滴の管から全身麻酔のお薬を注入することで、眠っていただく手法を採用しています。手術は眠っている間に行われ、手術後数分で目が覚めます。それから簡単な会話をして意識があることが確認できれば、病室にお帰りいただくことが可能です。心臓への負担や、体へのストレスが少ないことが全身麻酔の特徴と言えます。

局所麻酔

特徴

局所麻酔は、意識を失わずに部分的に手術の痛みを取り除く為に用いられます。手術中に患者さんの意識確認が必要となるケースや、帝王切開などに用いられる場合があります。近年では手術後の痛みを軽減させる事を目的に、全身麻酔と併用する事もあります。これにより術後のケアがしやすくなり、患者さんの回復を早めることができます。



麻酔科外来のカウンセリング

複数のスタッフで
患者さんをサポート



麻酔科外来では、患者さんが安心して麻酔を受けられるよう、他職種で患者さんをサポートしています。まずはメデイカルクラークからカウンセリングの流れを説明し、問診票をお渡しします。そこで既往歴や体調などについて確認させていただきます。次に身体測定を受けていただき、患者さんのお身体の状態を把握した上で看護師が問診を行います。患者さんの気持ちに寄り添えるよう努めておりますので、心配なことや気になる点がありましたらお気軽にお尋ねください。

無事に手術を終えるため
麻酔科医が面談します



看護師による問診の後、麻酔の方法や麻酔に伴う合併症の危険性などについて、麻酔科医が丁寧に説明いたします。そして全ての説明に納得いただいた上で、同意書にサインをいただきます。最後は看護師によるオリエンテーションを行い、術前のカウンセリングは全て終了です。所要時間はここまででおよそ30分となります。基本的に手術の前はいつも通り過ごしていただくのが望ましいので、暴飲暴食は避け、気負うことなく過ごしていただければと思います。

Monitor's MESSAGE モニター体験の感想



モニター患者
R+Nさん(20代)

先生の丁寧な説明で安心できました

数年前に椎間板ヘルニアになった時、近所のペインクリニックで神経ブロック注射を紹介されたことがあるのですが、その時は神経に大きな注射を打つという説明しかしてもらえず、怖かった思い出があります。しかし、今回の体験で先生に行っていた説明は分かりやすく丁寧で、安心感がありました。大きな手術の場合、患者さんの不安も大きいと思いますが、これだけ丁寧に説明してもらえれば多くの人は安心できるのではないかと思います。

なるべく早い時期から体を動かして 術後の早期離床を目指す

日常生活にできるだけ早く戻るには、しっかり食べて寝ることが大切です。他にも深呼吸をしたり軽くストレッチをしたり、無理のない範囲で少しずつ体を動かすようにしましょう。また、当院では手術を担当した看護師が術後訪問を行い、手術後のケアも行いますので、気になることがあればお気軽にご相談ください。

麻酔治療後に
気を付けたこと

手術後は無理なく活動しましょう！





中区深井清水町



外科・胃腸内科・肛門外科・麻酔科

落合医院

堺市中区深井清水町3448-2
● 泉北高速鉄道線「深井駅」より徒歩約10分

☎072-270-1780

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
8:50~12:05	○	○	○	○	○	○	/
16:50~19:35	○	○	/	○	○	/	/

※祝日は休診 ※臨時休診あり



● **地域の患者さんへのメッセージ**
地域の皆さんのおかげで、当院は開院して21年目を迎えることができました。これからも皆さんの期待や信頼に応えられるよう責任を持って初期診療を徹底し、早期の治療を目指していきたいと考えております。また、当院は小さなクリニックですので、「小回りの利く診療所」として気兼ねなくどんなことでもご相談をいただければと思います。

● **私の診療モットー**
間違いないよう診療することは当然ですが、当院では院内処方を行っていることもあり、より正確な診断や処方が行えるようにチェックを徹底しております。また、なるべく待ち時間を作らないよう尽力し、素早い対応ができるよう努力しています。さらに患者さん目線に立つて優しく親切な対応ができるよう心がけ、医師だけでなく受付も看護師も同じ意識を持てるように努めています。

● **当院の特長**
当院は地域に根付いた診療所として、お子さんからお年寄りまで、急性期・慢性期を問わず様々な診療を行っています。消化器内科では、胃がんの検診に力を入れており、通常の内視鏡のほか、吐き気を感じにくい鼻からカメラを入れる内視鏡検診を実施しております。また、外科の領域では、局所麻酔を使用した手術も行っています。そのほか、内痔核や外痔核、循環器系の慢性疾患など様々な症例に対応し、当院で困難な病気であった場合には、速やかに総合病院へご紹介しております。

北区新金岡



胃腸科・外科・リハビリテーション科・放射線科・麻酔科

新宮診療所

大阪府堺市北区新金岡町4-7-41
● 地下鉄御堂筋線「新金岡駅」より徒歩約8分

☎072-251-8195

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
8:30~12:00	○	○	○	○	○	○	/
17:00~20:30	○	/	/	/	○	/	/

※祝日は休診 ※臨時休診あり



● **地域の患者さんへのメッセージ**
病気が発症してからでは治療が難しいことがあるので、私はいつも「未病」の段階で診察を受けていただきたいと患者さんにお伝えしています。未病とは東洋医学発祥の言葉で、自覚症状はないが検査で異常が見られる状態や、自覚症状はあるが検査では異常がない状態を指します。病気ではないが健康とも言えない状態なので、その場合放置しておくのは良くありません。どこか体の状態がおかしいと感じられた時や、わずかも検査で異常があった場合は、ぜひ早めに診察を受けていただければと思います。

● **私の診療モットー**
病気を治すことが一番の目標ですが、最低でも症状だけは改善するようにと日々診療に努めています。そして、当院で対処できない場合には、なるべく早い段階で適切な病院や診療所へ紹介ができるように心がけています。堺市立総合医療センターをはじめ、地理的に近い総合病院へ紹介することが多いです。

● **当院の特長**
開業して39年目を迎える診療所で、現在は内科の分野を中心に診療を行っています。外科の領域では外傷を診ることが多く、時には虫垂炎の手術などを行うことがあります。その他、胃腸科、リハビリテーション科、麻酔科の領域を診療することが可能です。地域のかかりつけ医として、皆様の健康を守るよう、健康にまつわる様々なお悩みに対応し、治療をしていただくと考えております。



当院の登録医の先生を

堺区三国ヶ丘



橋 和哉 院長

ペインクリニック外科・整形外科・リハビリテーション科・麻酔科

医療法人 恒尚会

兵田堺東クリニック

堺市堺区三国ヶ丘御幸通59

堺タカシマヤ南館7F ●南海高野線「堺東駅」より徒歩すぐ

☎072-227-6600

<http://ko-syo-kai.or.jp/skh>

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:30~12:30	○	○	○	○	○	○	/
15:00~18:30	○	○	○	○	○	/	/

※祝日は休診 ※急患はいつでも診療



●当院の特長

患者さんが抱える「痛み」の治療を専門とする、ペインクリニック外科を中心に診療しております。痛みの原因は種々ありますが、椎間板ヘルニアや帯状疱疹後の神経痛を取る神経ブロック注射、低周波治療や鍼治療など、様々な治療を行っています。また、当院では理学療法士と連携し、リハビリテーションも行っています。以前は、中三国ヶ丘町に診療所を構えていましたが、2016年12月に堺タカシマヤ内に移転しました。予約制ではありませんので、お買い物のついでにお越しいただき、治療を受けていただくことも可能です。

●私の診療モットー

「痛みを取ることで、そして安全に注射をすることがモットーです。神経ブロックを行う際には、エコーで神経の位置を確認しながら慎重に注射を行っています。また、他院でも診察を受けられている場合は、今服用されている薬や受けられている処置を必ず確認しています。さらに、当院では3名の医師が在籍しておりますが、患者さんが安心できるように、最初に診察を行った医師がその後も担当できるように配慮しています。

●地域の患者さんへのメッセージ

痛みを抱えながら生活していくのは本当に辛いことです。そのため、当院では健康寿命を可能な限り伸ばし、楽しい人生を送っていただきたいと考えております。痛みを感じられた方はぜひ我慢せずに、ペインクリニックにご相談の上、治療を受けていただければと思います。

西区鳳東町



森下 俊男 院長

循環器内科・内科・麻酔科

森下クリニック

堺市西区鳳東町3-292-3

ビアンコート1F ●JR阪和線「鳳駅」より徒歩約5分

☎072-272-7708

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00	○	○	○	/	○	○	/
17:00~19:30	○	○	○	/	○	/	/

※祝日は休診 ※訪問診療を実施



●当院の特長

当院は専門である循環器内科を中心に、内科と麻酔科の診療を行っています。主に高血圧や糖尿病、慢性閉塞性肺疾患（COPD）などの患者さんを診察し、生活習慣病に関する指導や人間ドックへの案内を行っています。心不全や心筋梗塞、不整脈といった緊急の処置を要する患者さんにも対応しております。また、近隣の訪問看護ステーションと連携し、訪問診療や訪問介護も行っています。

●私の診療モットー

患者さんの目線に立ってご希望を汲み取り、地域に寄り添った医療を行えるように努めています。循環器疾患はもちろんのこと、地域のかかりつけ医として、どんな症状でも気兼ねなく相談できる雰囲気を作り、患者さんの生活をサポートできればと考えております。もし当院で対応ができない場合は、適切な病院や診療所をご紹介いたしますので、些細なことでもお気軽にご相談ください。

●地域の患者さんへのメッセージ

これからは私たちのような開業医と、大きな総合病院との連携がもっと盛んになり、医療の切れ目がなくなってくると思います。当院でも堺市立総合医療センターを紹介することは多くあります。しかし、病院との繋がりが今までより強化されたとしても、当院での診療をおろそかにすることは決していたしません。総合病院では掴みづらい細かなご要望をお聞きし、真摯な対応ができればと思いますので、お困りのことがあればぜひご相談に来ていただければと思います。

麻酔治療の？

ハテナ

手術中の麻酔について知ろう！



神経ブロックってなに？

神経ブロックとは麻酔の一種で、主に2種類の使い方があります。1つは手術中の局所麻酔として、または手術後の鎮痛補助として使用する場合と、もう1つは椎間板ヘルニアや帯状疱疹などの症例で痛みを取るために使用する方法です。病気による痛みの鎮痛に使う神経ブロックは、ペインクリニックや整形外科等で受けることができますが、手術前後に使用する神経ブロックは麻酔科が担当します。今回は手術前後に使用する神経ブロックについて詳しくご説明いたします。



麻酔科領域での神経ブロック

- 手術中の局所麻酔の一つとして使用
- 手術後の早期回復のため、全身麻酔と併用することがある
- 高齢者や血管系の病気の方でも負担が少なく麻酔できる

整形外科・ペイン領域での神経ブロック

- 神経の血流を良くし、自然治癒力を高めるため使用
- 過敏になった神経を正常に戻す
- 椎間板ヘルニアや帯状疱疹で神経ブロックを用いる

手術中の局所麻酔について



神経ブロック

神経そのものに注射して感覚を遮断する場合と、神経がある周辺の層を狙って注射する場合があります。手や足のようになん神経が太い箇所は直接注射し、胸やお腹の場合は神経周辺の層に注射することが多いです。現在はエコーの技術が大きく発達しているため、穿刺による合併症の確率は低くなっています。



硬膜外麻酔

脊髄が入っている硬膜の外側に、硬膜外腔という部分があり、そこに細いチューブを入れて局所麻酔薬を注入し、部分的に痛みを取り除きます。術後の痛みを軽減できる効果も期待できますが、薬や体質の影響で感染を起こしやすい状態の方は、合併症の可能性が高くなるため、神経ブロックを適用するケースが多いです。



麻酔科 平岡 進先生

全身麻酔との併用で
より安全な手術を可能に

近年、様々な鎮痛手段を組み合わせる多様な鎮痛を図ることが一般的ですが、なかでも全身麻酔と神経ブロックを併用するケースが増えています。全身麻酔に局所麻酔を組み合わせることで麻酔薬の量を減らすことが可能になり、全身麻酔による体の負担が懸念されていた高齢者や、血管に病気のある方にも安心して手術を受けていただけるようになりました。また、術後の鎮痛補助としてはもちろん、早期回復といった効果が期待できるのも特徴です。術後の痛みを取ることで体を動かせるようになり、それが早期離床に繋がって合併症の発症を防ぐとも言われています。

当センターで
たくさんの方の

welcome baby 赤ちゃんが産まれています!



平成30年
8月9日生



紘雅(こうが)くん

♥ご両親からのメッセージ

お姉ちゃん達が寝静まってから、パパが立ちあえる時間に産まれてきた紘雅。産まれた時から親孝行ありがとう。元気いっぱい産まれてきてくれてありがとう。お姉ちゃん2人に揉まれて優しい男の子に育ってくれたら嬉しいです。

♥赤ちゃんが生まれた時の第一声

産まれてすぐ連れて来てくれた我が子を見て「パパそっくりやん!」と似過ぎててパパと笑ってしまいました。3人目にして長男が生まれて家族みんなで成長を楽しみにしています。



♥ご両親からのメッセージ

破水してからなかなか産まれなくて、4日もかけてマイペースだったけど、パパとママのところに、元気に産まれてきてくれてありがとう。これからいっぱい楽しいことしようね!!

♥どのような子に育ってほしいか

元気で健康に育ってほしい。優しく素直で、家族を大事にして、パパもママもじいもばばもみんなでいつまでも仲良しでいれるようになってほしいです。激しくグレないように育ってほしいと願ってます。



平成30年
8月14日生



楓菜(ふうな)ちゃん



平成30年
8月18日生



睦(りく)くん

♥ご両親からのメッセージ

無事に産まれて来てくれてありがとう!お姉ちゃん二人も、睦くんがお腹にいた時からずっと産まれてくるのを楽しみにしてたよ。今では、我が家のアイドル!!みんなで楽しく過ごそうね!

♥赤ちゃんが産まれて来たときのお母さんの第一声

産まれてすぐ、助産師さんに睦くんをお腹の上に乗せてもらいました。凄く温かく、お腹の上でモニョモニョ動き感動しました。「やっと、会えた!小さい!可愛い!って自然と夫に言ってました。



♥ご両親からのメッセージ

元気に産まれてきてくれてありがとう!ひかりはまさしく私たちの希望の光となって産まれてきてくれたね。これから一緒に楽しいこといっぱいして成長していこうね!

♥赤ちゃんが産まれて来たときのお母さんの第一声

第一声は「ありがとう」でした。出産は思っていた以上に大変でした。しかし、約10ヶ月間無事に私のお腹の中で成長してくれた我が子と思うと、私たちのもともと来てくれてありがとうという感謝の気持ちでいっぱいでした。



平成30年
8月18日生



ひかりちゃん





体を温めるレシピ



どんぶりつくねの 生姜あんかけ

しょうがの辛み成分・ショウガオールには、抗酸化作用や血行を促進し体を温める働きがあるといわれています。また、あんかけにすることで料理の温度も下がりにくくなります。



栄養価(1人分)

・エネルギー 307kcal ・塩分 2.1g

【材料 2人分】

【つくね】

鶏ひき肉 ……200g
 おろししょうが…小さじ1
 酒 ……大さじ1
 減塩しょうゆ…小さじ1
 絹ごし豆腐 ……1/2丁(150g)
 玉ねぎ ……1/2個
 パン粉 ……1/4カップ(約10g)

【あん】

なめこ ……1袋(100g)
 めんつゆ ……3倍濃縮 大さじ2
 おろししょうが…小さじ1
 片栗粉 ……小さじ1
 水 ……1/2カップ
 きざみねぎ ……お好みで

●作り方

- 耐熱容器に鶏ひき肉とAを入れてよく混ぜる。
みじん切りにした玉ねぎと絹ごし豆腐、パン粉を加えてさらに混ぜる。
- ①にふんわりラップをし、電子レンジ(500W)で6～7分加熱する。
- 鍋にあんの材料を全て入れ中火にかけ、かきまぜながら
とろみがつくまで加熱する。とろみがつけば、②にあんをかけ、
お好みできざみねぎを加えて完成。

栄養管理科 林 佑紀

Access 交通のご案内



※当院駐車場へのご利用は一方からの
進入となっております。
 ※月、火、木曜日は大変混雑しますので、
第2駐車場もご利用ください。

こちら側からは駐車場への
進入はできません

堺区・南区方面に送迎バスを運行中!

堺区ルート 19本/日 南区ルート 8本/日

無料
※平日のみ

●運行ルート・時刻表につきましては、ホームページでご確認ください。

バスでお越しの方

中もず駅前、石津川駅前、深井駅、泉ヶ丘駅、
若竹大橋、梅・美木多駅、堺東駅前
 上記の南海バス停留所から、堺市立総合医療センター行きの
バスをご利用ください

電車でお越しの方

JR阪和線津久野駅 徒歩約5分

車でお越しの方

阪和自動車道「堺IC」より10分
 阪神高速道路15号堺線「堺出口」高架道を出口まで進み
 国道26号線より15分

駐車場料金のご案内

一般ご利用者(お見舞い等)	当日受診された方	手術付き添いの 患者さんのご家族等
最初の1時間 200円	5時間まで 200円	24時間まで 200円
最初の30分以内に駐車の場合は無料。以降30分毎に100円		当日受診された 障害者手帳をお持ちの方 無料



地方独立行政法人 堺市立病院機構

堺市立総合医療センター

SAKAI CITY MEDICAL CENTER

〒593-8304 大阪府堺市西区家原寺町1丁1番1号

TEL.072-272-1199

<http://www.sakai-city-hospital.jp/>