

TAKATSUKI RED CROSS HOSPITAL

VOL.
120

日赤の
森
2026
January

【診療科トピックス】

大切な時間を「その人らしく」過ごすために (3面)



撮影者：緩和疼痛治療科部長 金村 誠哲
2022年4月撮影

www.takatsuki.jrc.or.jp



高槻赤十字病院 院長
玉田 尚

新年のお慶びを申し上げます。

皆様、新年明けましておめでとうございます。今年のお正月は昨年に引き続き9連休となり、ゆっくりお休みを取られた方も多いと思います。さて、昨年10月には日本史上初の女性の総理大臣である高市早苗首相が選出されました。11月にはドジャースの大谷翔平選手が4回目のMVPの栄誉を獲得し、あまり関心を持たれる方は少ないかもしれません、アメリカのニューヨークでは34歳でムスリム（イスラム教徒）のゾーラン・マムダニ新市長が誕生しました。日本でも世界でも数年前には想像できなかつた大きな変化が始まっています。

さて、昨年の大阪・関西万博では2900万人の来場者があり、国際赤十字・赤新月運動館にも30万人を超える人たちにお越しいただきました。しかし世界では未だ紛争や災害が絶えません。災害の発生は人力の及ばぬところではありますが、紛争の防止や終結はすべて人間の力でできることを思うと、戦火を逃れてウクライナから来た安青錦の大活躍を見て、より一層平和の尊さを感じます。

日本赤十字社は「人間を救うのは、人間だ。」のスローガンのもとに、災害救護や地域医療に対する貢献で社会の役に立ちたいと思っています。2027年5月には日本赤十字社創立150周年を迎えることになり、改めて創立時の情熱を思い出し今後も頑張っていきたいと思います。

高槻赤十字病院は大阪府のがん診療拠点病院の一つであり、その施設基準として大事な部門は緩和ケア病棟の存在です。当院では緑の中に独立した建物で存在し、2003年5月に設立され20年以上の歴史を持っています。設立時から国内でも注目を集めるレベルで、一人一人の患者さんの価値観に従い苦痛を緩和し、充実した時間を過ごしていただくことを目指して運営されてきました。今年も高槻赤十字病院は患者さんに寄り添って患者さん御本人はじめ御家族にも安心して受診していただける病院を目指していきたいと思います。

大切な時間を 「その人らしく」過ごすために

私たちが目指す緩和ケア病棟のご紹介

緩和ケアと聞くと「人生の最期を迎える場所」というイメージが強いかもしれません。しかし、本来は患者さんが抱える痛みや辛さ、不安を和らげ、その人らしく有意義な時間を過ごせるようにサポートをするのが緩和ケアです。

当院の緩和ケア病棟(LAKESIDE HOME)では、患者さんとご家族が大切な時間を可能な限り快適に過ごせるようチーム一丸となってお手伝いします。



当院の緩和ケア病棟 3つの特徴

① 専門的緩和ケアチームによるケア

医師、看護師、薬剤師、ソーシャルワーカーなどの専門スタッフがチームを組み、患者さんお一人おひとりに丁寧に向き合います。また、私たちは患者さんを支えるご家族のケアも大切な役割と考えご家族の気持ちにも寄り添い心に届くケアを提供します。退院後や大切なお別れの後もお手紙をお送りするなど「遺族ケア」にも取り組んでいます。



② 豊かな自然に囲まれた落ち着いた療養環境

病棟は豊かな自然に囲まれた静かな環境にあります。お部屋はすべて南向きの個室で、明るい光が差し込むテラスに面しています。ベッドのままテラスでお花見をしたり、車いすで池の周りを散歩したりと自然を感じながら穏やかな時間をお過ごしいただけます。

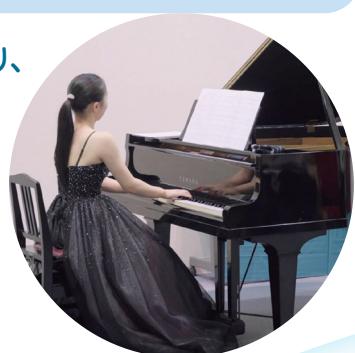


③ 総合病院の強みを活かしたケア

当院は総合病院内にあるため、各診療科と連携し症状緩和のための処置を必要に応じて受けることが可能です。緩和ケア病棟に入院後も元の主治医と連携を取りながらケアを提供しています。

緩和ケア病棟に併設されたやすらぎホールではグランドピアノを設置しており、ピアノコンサートなどのイベントも行っています。

2024年 クリスマスコンサート
京都堀川音楽高等学校3年 赤松 舞音さん



がん治療中の方の辛さを和らげる「緩和ケア外来」や、入院のご相談も随時お受けしております。患者さんご本人だけでなく、ご家族からのご相談もお待ちしております。

お問い合わせはこち

緩和ケア電話相談
(病院代表) 072-696-0571



地域医療連携機関として登録をいただいている医院をご紹介いたします。
今後も各先生方との連携を深め、地域住民の皆様の健康を支えていきたいと思います。

登録医療機関のご紹介

じゅん茨木皮フ科・形成外科

〒567-0801 大阪府茨木市総持寺1-3-2 総持寺クリニックビル1階
TEL: 072-627-0777 HP: <https://www.juncl.net/>

◎院長 山本 純 先生からのメッセージ

じゅん茨木皮フ科・形成外科の院長 山本純です。
どんな些細なことでも気軽に相談クリニックとして、当院では、優しく、分かりやすい言葉で、丁寧に診察を行うことに努めています。
治療法については、患者様によりご納得・ご満足いただけるよう、お一人おひとりに合わせた選択肢をご提案させていただきます。また、患者様に対し「自分の家族だと思って話す・治療する」ことを大切にしています。保険診療を中心に幅広く診察し、日帰り手術にも対応しておりますので、どうぞお気軽にご相談ください。



山本 純 院長

【診療時間】

	月	火	水	木	金	土
8:30~12:30	●	●	●	●	●	▲
14:00~16:00	●	●	●	—	●	▲
16:00~19:00	●	●	●	—	●	—

平日14:00~16:00 (手術完全予約)

▲土曜 9:00 ~ 13:00 / 14:00 ~ 16:00 (手術完全予約)

※休診日:木曜午後、日曜・祝日



登録医療機関のご紹介

吉田耳鼻咽喉科

〒569-1116 高槻市白梅町4番8号ジオタワー高槻ミューズフロント
TEL: 072-682-5055 HP: <https://yoshida-jibika.net/>

◎院長 吉田 卓也 先生からのメッセージ



吉田 卓也 院長

吉田耳鼻咽喉科は、日常の耳鼻咽喉科診療から時に消化器系や循環器系といった他科の領域まで患者様のかかりつけ医になるべく診療させて頂いてまいります。

大阪医科大学病院耳鼻咽喉科・頭頸部外科で学んだ最先端の治療と知識で患者様の満足度の高い治療を目指します。

当院は、お子様からご年配の方まで世代を問わず、家族皆様にご利用頂ける耳鼻咽喉科を目指しています。

仕事帰りの方でも受診していただけるよう、Webからの予約も受け付けておりますのでご活用ください。

今後、地域に密着した皆様に愛される耳鼻咽喉科を目指し立ち止まらずに努力していきますので、どうぞよろしくお願い申し上げます。

【診療時間】

	月	火	水	木	金	土	日
10:00~13:00	●	●	●	—	●	△	—
16:00~19:30	●	●	●	—	●	—	—

※休診日:祝日・日曜・年末年始 △10:00-14:00

初診の方は必ず保険証をお持ち下さい。

再診の方でも月が変わった際は保険証を確認させていただいております。



お酒との付き合い方

消化器科部長 吉岡 拓人

アルコールの吸収と代謝

体内に摂取されたアルコールは、胃にあるうちはゆっくりと、小腸に入ると速やかに吸収されます。飲酒後の血中アルコール濃度は、食事の有無やアルコールの種類・飲み方、性別・年齢・体質によって異なります。アルコールは肝臓で酵素の働きによりアセトアルデヒドに、続いてALDH2という酵素により酢酸(お酢)に代謝されます。このALDH2活性が弱いとアセトアルデヒドが血中に残り、顔が赤くなり、動悸や吐き気などの「フラッシング反応」が起こります。

アルコールによる健康被害

アルコールは200以上の疾患の原因となることが知られています。脳血管障害や心疾患、さまざまな悪性腫瘍(がん)のみならず、アルコール性肝炎・肝硬変、急性・慢性膵炎、メタボリックシンドローム、糖尿病、痛風、認知症、依存症、妊娠中なら胎児性アルコール・スペクトラム障害など、様々な疾患の原因として考えられています。純アルコール量(g)とは、お酒の量(ml)×アルコール度数(%) $/100 \times 0.8$ (アルコールの比重)で表されます。2024年度から開始されている健康日本21において、生活習慣病のリスクを高める飲酒量として、「1日当たりの純アルコール摂取量が男性40g以上、女性20g以上」が示されています。また、たまに飲酒する場合でも一時多量飲酒(1回の飲酒機会で純アルコール摂取量60g以上)は、急性アルコール中毒や様々な身体疾患、外傷の危険性を高めます。

健康に配慮した飲酒の仕方について

飲酒によって生じるリスクを減らすためにも、自分の飲酒状況を把握し、飲む場合はあらかじめ量を決めることが大切です。血中アルコール濃度を上がりにくくするため、飲酒前に食事をとったり、飲酒の合間に水を飲んだりすることも有効です。また、毎日飲酒を続けた場合、アルコール依存症の発症につながるため、1週間のうち飲酒をしない日(休肝日)を設けることも必要です。なお、健康のため避けるべき飲酒には、一時多量飲酒、不安や不眠を解消するための飲酒、病気療養中や服薬後の飲酒、飲酒後の運動・入浴など体に負担のかかる行動などが指摘されています。



最後に

心と体の健康のためにも、適切な飲酒との付き合い方をご自身で考えましょう。万一体調をくずしてしまった場合は、いつでもご相談ください。

参考:肝硬変診療ガイドライン2020 健康に配慮した飲酒に関するガイドライン
医療機関でのアルコール健康障害への早期介入と専門医療機関との円滑な連携に関するガイドライン
2024年3月 厚生労働省 健康日本21アクション支援システム

「爽快期～ほろ酔い」に相当する酒量

(純アルコール20g程度)

お酒の種類	お酒の量	アルコール度数
ビール	中びん1本(500ml)	5%
日本酒	1合(180ml)	15%
ウイスキー	ダブル1杯(60ml)	43%
ワイン	1/4本(180ml)	14%
チューハイ	ロング缶1缶(500ml)	5%
焼酎	0.6合(約110ml)	25%

公益社団法人アルコール健康医学協会ウェブサイト資料をもとに作成



防災フェスタを開催しました!



地域の皆さんと防災意識を高めるため、2025年11月15日(土)に「防災フェスタ」を開催しました。会場では救護倉庫の見学や非常食の試食、避難所体験、トランシーバー体験、救護服の試着など、災害時に役立つ多彩なブースを設置。さらに消防車の展示や起震車による地震疑似体験も行い、子どもから大人まで楽しみながら学べる内容となりました。消防関係者やボランティアの皆さんのご協力により、安全かつ充実したイベントとなりました。当日は地域の皆さんやご家族連れなど、多くの方々にご参加いただき、スタンプラリーを楽しみながら、各ブースでさまざまな体験をされる姿がとても印象的でした。

参加者からは「実際に体験できて分かりやすかった」「家庭での備えを見直したい」といった声が寄せられ、防災をより身近に感じていただける貴重な機会となりました。

今後も地域の皆さんと共に、楽しみながら学べるイベントを開催してまいります。



救護服の試着



避難所の知恵袋体験



非常食体験

消化器内科による健康講座を開催!

2025年10月15日(水)、当院に隣接する真如苑 悠音精舎にて、通算4回目となる講演会を開催しました。

今回のテーマは「胃腸のお悩みなら高槻日赤へ 肝胆膵も消化器内科へ」で、消化器科部長の吉岡医師が胃腸疾患から肝胆膵疾患まで幅広い診療内容や最新の治療について解説しました。当日は約120名の方にご参加いただき、熱心にメモを取る姿が多く見られました。

講演後には活発な質疑応答が行われ、参加者からは「日頃の疑問が解消できた」「専門医の話を直接聞いて安心した」といった声が寄せられました。当院では、地域の皆さんに信頼される医療を目指し、今後も健康に役立つ情報発信を続けてまいります。



昭和53年10月31日 鉄筋コンクリート6階建て、延床面積22,991m²の新病院完成。
平成8年7月 高槻赤十字訪問看護ステーション開設。
平成14年5月 緩和ケア病棟「Lakeside Home」(20床)開設。
平成17・18年 新手術棟・外来棟(外来化学療法室あり)竣工。
平成19年2月 がん相談支援センター設置。
平成23年11月 地域医療支援病院を取得。
平成24年2月 消化器内視鏡センター開設。
現在335床 延床面積30,155m²。
消化器内科:常勤14人(うち7人が専門医)

連携で命を守る — 航空機事故対策訓練に当院救護班が参加

2025年11月4日(木)に大阪国際空港で開催された2025年度 大阪国際空港航空機事故対策総合訓練に当院から救護班として、医師2名、看護師3名、主事3名の8名で参加してきました。

訓練はB737-800型機は、着陸後B滑走路中央付近で擱座し、第2エンジンから出火炎上、乗員乗客に多数の負傷者が発生したという想定で、救護班として赤(重症)エリアの救護所にて活動を行いました。

赤エリアへ到着時には患者が運びこまれており、混乱した状態からのスタートでDMATと協力し救護活動を行い、災害時の救護の難しさを改めて実感しました。

今後も赤十字として、いつ何時起るかもしれない地震災害等に備えて関係機関と協力し、災害救護訓練に取り組んでいきます。



家庭で役立つ薬の話

お薬手帳の活用法

薬剤師 丸尾 慶宣

みなさんは、普段からお薬手帳を使っておられますか？ また、そのお薬手帳を持ち歩く習慣はありますか？

病院や薬局で「お薬手帳を見せてください」と言われることがよくあると思います。お薬手帳を見て、現在飲んでいるお薬の種類や飲み合わせの確認をしています。複数の病院を受診している場合、それぞれの病院で同じような薬が処方されてしまうことがあります。お薬手帳1冊に飲んでいる薬の情報がまとまっていると、薬局で調剤する際に、飲み合わせの確認などをスムーズに行うことができ、必要に応じて薬局から病院に問い合わせをすることができます。

また、災害時などの非常事態でお薬を持っていなくても、お薬手帳さえあれば、避難所などで普段通りのお薬をすぐに用意することができます。

最近では、持ち運びが便利なお薬手帳のスマホアプリも普及しており、マイナ保険証と連携しているアプリであれば、手軽にアプリにお薬の情報を登録することができます。安心安全にお薬を飲むために、お薬手帳をうまく活用していきましょう。

おすすめレシピ

・松風焼き

作り方

- ①玉葱とにんじんはみじん切りにする。
- ②①を少量の水を入れたフライパンで軽く炒める。水分が蒸発すれば火を止め冷ます。
- ③ボウルにひき肉、②、パン粉、溶き卵、味噌、すりおろした生姜を入れ、よく捏ねる。
- ④型に入れ、表面を平らにならし、食べやすい大きさに切り込みを入れておく。
- ⑤ケシの実をまぶし、180℃のオーブンで20~25分焼く。
- ⑥インゲンは筋を取り、4~5cm幅に切る。
- ⑦鍋にだし汁、砂糖、濃口醤油を入れ煮立たせ、⑥を入れて煮付ける。
- ⑧皿に⑤⑦を盛り付ける。



エネルギー 275kcal 炭水化物 20.6g たんぱく質 18.9g
脂質 12.6g 塩分 0.9g 食物繊維 2.8g

材料(1人分)

鶏ひき肉	35g
牛ひき肉	35g
玉葱	60g
にんじん	10g
パン粉	10g
卵	7g

味噌	7g
生姜	1g
ケシの実	適量

インゲン豆	30g
砂糖	3g
濃口醤油	2g
だし汁	30cc

付け合わせ



ひとくちメモ

松風焼きは、表面にケシの実をまぶし、裏面に何もない状態で焼き上げた料理です。諸説ありますが、「裏がない、隠し事のない正直な生き方ができるように」という意味合いがあるそうです。縁起物として、おせち料理などに用いられます。ケシの実がない時は、白煎りゴマでも代用できます。

LINE公式アカウントはじめました!

LINE



医療情報をはじめ管理栄養士によるおすすめレシピなど
皆様の健康に役立つ情報をLINEでお届けします。
二次元コードをスキャンして友だち登録してね!



高槻赤十字病院の理念

私たちは人道・博愛の赤十字精神に基づき、
良質で安全な医療を提供し、地域の方々に信頼される病院となるよう努めます。

高槻赤十字病院の基本方針

- 患者さんの権利を尊重し、患者さん中心の医療をおこないます。
- 医療連携を密にし、地域医療に貢献します。
- 常に向上心と研究心を持ち、最善の医療が実現できるように努めます。
- 健全な病院経営と職員の働きやすい職場環境づくりに努めます。
- 救急医療の充実を図り、赤十字の使命である災害救護活動に積極的に取り組みます。

 日本赤十字社 高槻赤十字病院
Japanese Red Cross Society

〒569-1096 大阪府高槻市阿武野1-1-1

TEL 072-696-0571(代表)

URL <https://www.takatsuki.jrc.or.jp>

発行責任者 総合診療科部 部長 大中 玄彦