



新入職員のご紹介



令和3年4月、11名の新入職員が入职しました。研修の様子と今後の抱負をご紹介します。



看護師 Aさん

4月から整形外科病棟で勤務させていただいており、スポーツ整形に携わることができる、がくさい病院で働かせていただけることに喜びを感じながら日々を過ごしています。OP件数も年々増加傾向にあり、がくさい病院の看護師としての自覚を持ちながら、自己の看護スキルを磨き、患者さんのそばに寄り添える看護師になれるよう今後も精進していきたいと思ひます。

看護師 Nさん

4月から回復期リハビリテーション病棟の看護師として勤務させていただいています。リハビリテーション看護を専門的に実践できる環境で働くことができ嬉しいです。他職種と連携しながら患者さん一人一人の個性を考え、今後の生活をどうしたらより良くできるか一緒に考えていけたらと思ひます。

作業療法士 Sさん

4月から作業療法士として入职いたしました。実習でお世話になった、がくさい病院で、自分もその一員として働けることをとても嬉しく思っています。1年目でまだわからないことも多いですが、先輩方に丁寧に指導していただき、少しずつできることを増やしています。患者さん一人一人の気持ちに寄り添い、信頼していただける作業療法士を目指して頑張っていきたいと思ひます。

がくさいキッチン

第8回 豚ヒレ肉と長芋のレンジ蒸し

～ 梅の酸味で食欲増進～



約 20分

材料 (2人分)

- 豚ヒレ肉塊 ……150g
- 長芋 ……200g
- 大葉 ……5枚

[A]

- 梅干し(大) ……1個
- オイスターソース ……大さじ1
- 酒 ……大さじ1/2
- 濃口醤油 ……小さじ1
- ごま油 ……小さじ1
- 砂糖 ……小さじ1/2
- ニンニク(すりおろす) ……1/2かけ

作り方

- 1 豚ヒレ肉塊は繊維を断つように1cmの厚さに切る。手の平で押さえつける様につぶし、形を整える。
- 2 長芋は洗い、皮付きのまま1cmの厚さに輪切りにする。大葉は千切りにしておく。
- 3 ポウルに[A]、豚ヒレ肉を入れて、もみながら味をつける。
- 4 耐熱皿に長芋を並べ、3を汁ごとのせて、平らに広げる。
- 5 ラップをして電子レンジ(600W)に8分間かけ、そのまま2分間蒸らす。
- 6 取り出して器に盛り、大葉を飾り付ける。

エネルギー 200 kcal

たんぱく質 20.0 g

食塩相当量 2.0 g

— 栄養のおはなし —

食欲低下で少量しか食べられない事があります。こんな時は酸味や香りなどで味付けにもひと工夫しましょう。梅の酸味の成分であるクエン酸は、唾液の分泌を促して食欲を増進させます。また、消化酵素の分泌を促し、消化吸収を助けます。疲労の原因の一つである乳酸が体内に溜るのを防ぎます。長芋も消化を助けます。



一般財団法人 京都地域医療学際研究所 がくさい病院

〒604-8845 京都市中京区壬生東高田町1番9 TEL. 075-754-7111

<http://www.gakusai-hp.or.jp>



笑顔で健康に未来を歩いていくみんなのために。

Summer
Volume.08
2021

がくさい Watch

| 広報誌 | がくさいウォッチ



〈INDEX〉

- ・新年度のごあいさつ
- ・日本整形外科学会 令和2年度学会賞受賞のご報告
- ・新入職員のご紹介
- ・くすりについて知ろう!
- ・がくさいキッチン



一般財団法人 京都地域医療学際研究所

がくさい病院

新年度のごあいさつ

Gakusai
Watch



一般財団法人 京都地域医療学際研究所
理事長 **森 洋一**
京都府医師会顧問(前会長)

希望が見える新年度に

令和3年度の始まりにあたり一言ご挨拶申し上げます。昨年は、年間を通じて、新型コロナウイルス感染症に明け暮れた1年となりました。皆様も大きな不安と戸惑いに包まれたまま1年間を過ごされたのではないのでしょうか。病院でも、次々と明らかになる感染症情報を的確に収集、解析し、適切に対処することで現在まで大きな混乱もなく運営することが出来ました。面会制限などで病院や介護老人保健施設では大変なご迷惑をおかけしておりますが、院内クラスターの発生を防ぎ患者さん利用者さんを守るためにということですのでご理解をいただきたいと思っております。

今後も徹底した感染症対策を実施し、皆さんに安心して医療・介護を受けて頂けるようにしてまいります。残念ながら、変異ウイルスの感染拡大で今後の見通しも厳しい状況にあります。漸く医療関係者、高齢者の皆様へのワクチン接種も始まりましたので何とか感染拡大を食い止め希望が見える新年度にしたいと思っています。今年度も病院、介護施設等に新しい仲間を迎えることが出来ました。職員一同、気持ちも新に皆様のご期待に応えられるように努めて参りますので宜しくお願ひ申し上げます。

日本整形外科学会 令和2年度学会賞受賞のご報告

Gakusai
Watch



一般財団法人 京都地域医療学際研究所
所長 **久保 俊一**

1978年 3月 京都府立医科大学医学部医学科卒業
1983年 3月 京都府立医科大学大学院修了
1983年 7月 米国ハーバード大学留学
1993年 5月 仏国サンテチエヌヌ大学留学
2002年 2月 京都府立医科大学整形外科学教室 教授
2002年 4月 京都府立舞鶴子供療育センター所長(兼任)
2013年 4月 京都府立心身障害者福祉センター所長(兼務)
2014年 10月 京都府立医科大学リハビリテーション医学教室教授(兼任)
2015年 4月 京都府立医科大学 副学長(兼任)
2016年 4月 京都府立医科大学大学院医学研究科スポーツ・障がい者スポーツ医学 責任教授(兼任)
2016年 6月 公益社団法人 日本リハビリテーション医学会理事長
2018年 7月 和歌山県立医科大学 特命教授
2018年 10月 一般社団法人 日本リハビリテーション医学教育推進機構 理事長・機構長
2019年 4月 一般財団法人 京都地域医療学際研究所 所長
2019年 4月 京都府立医科大学 名誉教授/特任教授
2020年 4月 京都中央看護保健大学校 学校長
現在に至る

この度、日本整形外科学会令和2年度学会賞を頂くことができました。身に余る光栄です。選考委員会と関係者の方々にお礼を申し上げます。

私は学生時代から数えて約半世紀を医学・医療と共に歩んできました。卒業後は整形外科を専攻し、留学期間を除いて京都府立医科大学に勤務し、2002年から17年余りは整形外科学教室教授を務めさせて頂きました。また、京都地域医療学際研究所とは非常勤職を含め30年以上のご縁があります。その間、優れた先輩、同輩、教室員、スタッフに恵まれ、教育、臨床、研修に携われたことは幸せでした。この学会賞は私と共に歩んでくれた方々と分かち合いたいと思います。

教育に関しては米国ハーバード大学や仏国サンテチエヌヌ大学の留学経験を通じて学んだ人材教育に感銘を受け、ナンバーワン・オンリーワンを目指しながらも、患者さん一人ひとりの幸福に対して思いを巡らし、患者さんの立場に

立った『安心・納得』の医療を提供できる技能と人間的魅力を備えた医師の養成に努めてまいりました。

退官後も、公益社団法人日本リハビリテーション医学会、一般社団法人日本リハビリテーション医学教育推進機構の理事長をはじめ、教育を担う役職をいただいています。

今後も教育をキーワードに進んで参ります。ご指導、ご鞭撻を賜りますよう、よろしくお願ひ申し上げます。



Gakusai
Watch
くすりの
お話

第6回 くすりについて知ろう！

いつも点眼薬(目薬)を正しく使用していますか。正しく使用することで、点眼薬本来の効果が得られます。前号では点眼薬の使用方法についてご説明しました。今回は点眼薬を使用する順番、コンタクトレンズ使用時の点眼薬の使用方法について紹介します。



複数の点眼薬を使用する場合の順番

基本の順番 **水溶性点眼薬▶懸濁性点眼薬▶油性点眼薬▶ゲル化点眼薬▶眼軟膏**
※使用間隔は5分以上空けてください。

点眼薬の種類

水溶性点眼薬：有効成分が水に溶けやすい点眼薬。

懸濁性点眼薬：有効成分が水に溶けにくく、吸収されにくい点眼薬。
使用前によく振るといった記載があることが多い。

油性点眼薬：油が使われている点眼薬。水溶性点眼薬をはじく。

ゲル化点眼薬：涙と合わさると粘度が増す点眼薬。眼の表面に留まる時間が長い。
他の点眼薬の吸収に影響が出る可能性があるため、この点眼薬使用後の点眼は10分以上間隔を空ける必要がある。

眼軟膏：眼に使用する軟膏。効果発現が緩やかで作用時間が長いので一番最後に使用する。
水をはじきやすく、他の点眼薬の吸収を妨げることがある。

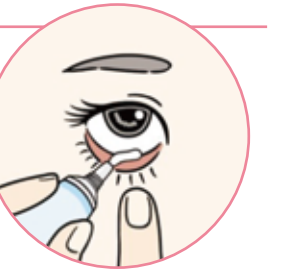
眼軟膏は皮膚に塗る薬に似ているので注意!!



他にも、よく効かせたい重要な点眼薬を後に使用する(他の点眼薬や涙液によって流される可能性があるため)、刺激の少ない点眼薬を先に使用する等の事項も関係するので、指示が出ている場合はそれに従ってください。複数の点眼薬が処方された場合には、点眼の順番を確認するのがよいでしょう。

眼軟膏の使用方法

- 1 よく手を洗います。
- 2 鏡をみながら、下まぶたを軽く引き、チューブの先がまぶたやまつげ、眼球につかないようにしながらチューブを少し押し、下まぶたに薬をつけます。
※清潔な綿棒に軟膏を少しとり、下まぶたに薬をつける方法もあります。
- 3 目を閉じ、軟膏が溶けて広がるまで少し待ちます。
- 4 眼の外にあふれた軟膏は清潔なガーゼやティッシュで拭き取ってください。



コンタクトレンズ使用時の点眼

一般的にはハードタイプの場合はコンタクトレンズを使用したままで点眼できますが、ソフトタイプの場合は点眼の際に外す必要があります。(点眼薬に含まれている防腐剤によりレンズが傷ついてしまうことがあります。)点眼後は5分以上空けてコンタクトレンズを装着してください。
※点眼薬によっては、ソフトコンタクトレンズをつけたまま使用可能なものもあるのでお確かめください。

災害が起こったときなどに備えて、お薬手帳を利用すればどのような薬を使っているのか確認することができるので安心です。