

公式マスコットキャラクター  
「エビちゃん」



堺市立総合医療センターと市民の健康をつなぐ広報誌

# ぞうさん広場

vol. 21  
2019秋号

特集

患者さんの未来を担い、新しい治療を生み出す

## 治験推進室



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



Feature

特集

# 治験推進室

## 患者さんの未来を担い 新しい治療を生み出す



診療局次長  
治験推進室  
藤田 淳也先生

### 「新しいくすり」の誕生に必要な不可欠な治験

当院の治験推進室は現在7名のメンバーで構成され、高い品質を保ちながら安心・安全な治験を行うことを目指して活動しています。「くすりのもと」となる物質は安全性と有効性を確かめる数多くの試験を乗り越えたのちに新薬として誕生します。その過程の最終段階として実際に患者さんを対象にして行う試験が「治験」です。開発期間に数十年もの年月を費やすような場合もありますが、現在日常診療で使われている薬はすべてこのプロセスを経て生まれてきたものです。患者さんにとって治験に参加する第一のメリットは新しい優れた治療を受ける機会が得られることです。特に抗がん剤

は日々新しい薬が開発されており、治療の選択肢が増えることでより有効な治療にめぐりあえる可能性が期待できます。また、同じ病気をかかえる多くの方の役に立てるといった社会的な満足感も得ることができます。負担軽減費の支給により交通費などの経済的な負担も少なくなることもメリットの一つです。医療者にとっても新しい治療の開発に貢献できることは大きな励みになり、日々の診療のモチベーションアップにつながっています。我々スタッフは少しでも患者さんのためになる医療を提供することができるよう今後も一丸となって積極的に治験を進めていきたいと思っています。

### 新薬が完成するまで

「くすりのもと」を発見

非臨床試験

※細胞や動物で試験

臨床試験(治験)

※人で試験

第1相:健康な人で試験

第2相:少数の患者さんで試験

第3相:多数の患者さんで試験

厚生労働省の承認申請と審査

新薬の完成





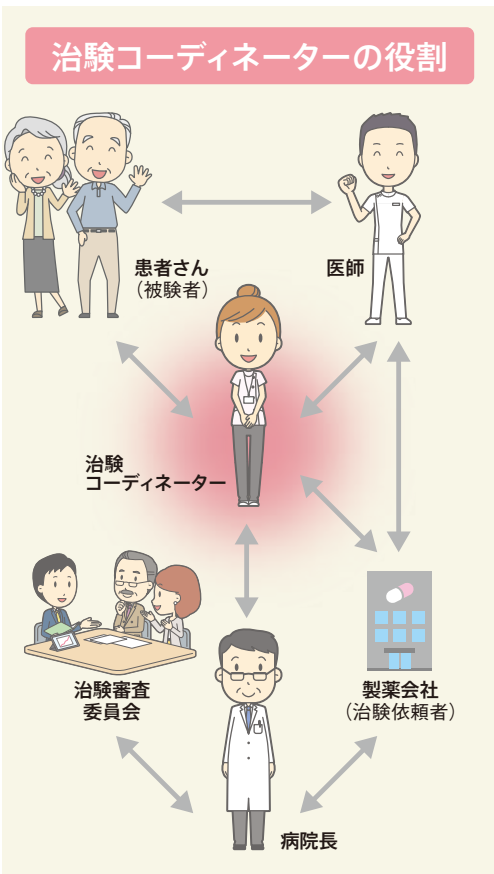
## 安心・安全な治験のために活躍する治験コーディネーター

1つの治験が始まると細かい治験実施計画書に則った検査やスケジュール管理、報告事項のやりとりなど膨大な業務が発生します。医師一人では対応できない部分を、CRC（治験コーディネーター）がサポート。CRCが被験者のケアや医師のフォロー、院内調整・管理を行うことによって治験が円滑に進められ、治験の実施において重要な役割を果たしています。また、製薬会社など治験依頼者の対応も並行することで、新薬開発に携わっています。

治験推進室に在籍する看護師2名と薬剤師2名の計4名のCRCは、患者さんやご家族に対して不安がないように誠実に対応するよう心掛けています。協

力から得られたデータの先には未来の患者さんがいることを思いながら、服薬指導や相談業務、スケジュール調整など日々対応しています。患者さんは治験に参加することで得られる効果に期待を抱いて治験を受けるため、その効果によつてはもう少し良くなると思っていたという気持ちを持たれる方も少なくありません。CRCはそのような患者さんの気持ちにも寄り添って、一番近い存在としてサポートしていきます。

治験を倫理的かつ科学的に実施するために、治験に携わる者が守るべきルール（GCP）があります。今後の目標として掲げている質の向上のために、



※GCPとは、Good Clinical Practiceの略で、治験を実施する際に遵守すべき基準のことです。新薬開発段階の治験は被験者の権利と安全が最大限に守られる必要があるため、薬機法に基づき厚生労働省によって定められています。

GCPに基づき院内の標準的な手順書・マニュアルを整備し、患者さんにより安心して治験を受けていただけるよう努めております。



治験コーディネーター  
鵜木 奈々さん

## より良い治験を推進するため 院内外での活動にも注力

実際に患者さんから治験に参加したことをご自身の病識に関して理解が深まったとお話をいただけます。しかし、治験は研究が目的となるため、通常より多くの診察を行ったリ、検査が頻回になったりするので少ししんどかったと感じられる方もいらっしゃるのが現状です。そのような身体的、精神的な部分を

医師やCRCを中心にしっかりフォローする体制を整えています。

治験は今考えられるよりよい治療に少しでも近づける機会だと思っています。まだ治験に対するマイナスのイメージもありますが、治験の正しい知識をアナウンスしていく必要があると感じています。当院は運営方針に「臨床研究の推進」を掲げています。治験推進室もその役割を担うため、取組みなどを掲載している院内ニュースレターの発行や、今後は市民講座などを開催していきたい、地域の方にも治験についてご理解いただけるように注力していきます。新薬を待ち望んでいる患者さんは世界にたくさんいます。新薬開発のためにも治験は不可欠。ご興味のある方は遠慮なくご相談ください。





アイセンター  
センター長  
沢美喜先生

加齢黄斑変性の新薬治験に参加していた患者さんからは、「早く薬を認可してほしい」との声も聞かれました。治験は従来の診療に比べて、2倍あるいは3倍の診療時間、その他の事務作業など多大な労力を要しますが、このような患者さんからの前向きな感想は治験を行う医師の励みとなります。

日常診療に支障をきたすことなく安全に治験を行うには、医師、視能訓練士、看護師、事務員およびCRCの連携が非常に重要です。治験を開始する前には、関係者全員が集まってミーティングを行い、それぞれの役割を確認し、良い治験環境となるよう調整を図っております。

アイセンターでは、高齢化とともに患者数が増加している加齢黄斑変性を専門的に診療しています。今までに、加齢黄斑変性の新薬治験を2件、その予防のためのルテインサプリメント研究を1件行いました。治験が行えるかどうかのポイントは、検査機器や設備の充実に加えスタッフ全員が一致団結して行う「チーム力」に尽きると思います。

当院の治験実績に強く興味を持たれた海外の方が見学に来られたこともありました。サプリメントの研究では有益な結果が得られましたので、国内外で順次発表を行っています。

治験のためには、地域の先生方からの患者さんの紹介も大変重要です。患者さんをご紹介いただくためにも、地域連携をより大切にし、講演会などで積極的に交流を行ってまいります。今後も、治験に積極的に参加し、医療の発展、地域の皆様の「見える喜び」に貢献できるよう、アイセンタースタッフ一同、「チーム力」で尽力させていただきます。



## もっと治験を知ろう！ 治験のギモン

治験コーディネーターの柳下さんが治験についての気になる疑問にお答えします。

### 治験は誰でも参加できる？

治験には参加条件があります。疾患の種類や程度、病歴、年齢などの制限や患者さんご本人に同意能力があることも必要です。また来院や服薬日誌をつけるなど決められたことを守っていただくかということも重要になります。



### 治験薬で副作用は起こる？

薬ですので副作用が起こる可能性があります。治験参加前に副作用についてもしっかりと説明し、理解していただいた上で治験を行います。

### 治験参加後、途中でやめることはできる？

患者さんより申し出があった場合は、いつでもやめていただくことができます。治験は参加することもやめることも患者さんの自由意思です。



# Introduction of Nurse

## 看護師のご紹介

看護局次長  
治験コーディネーター

金山 千明さん



### Q 金山さんは普段どんなお仕事をしていますか？

普段は病棟と化学療法センター、放射線治療室で勤務しながら、CRC（治験コーディネーター）としても活動しています。治験業務に関わることで将来の医療発展に貢献できると思い、CRCとして活動を始めました。今後、治験を推進するためには、看護師としてのCRCも重要になると感じています。看護師は治験開始前から継続して患者さんやご家族と関わる時間が長いので、患者さんの小さな変化にも気づくことができます。新しい薬に期待を込めて参加していただく患者さんも多くいらっしゃいます。中には期待するような効果を感じられず「この薬、効いているのかな。」という思いを話されることもあります。そういった思いをタイムリーに汲みとり、十分に説明をして安心できるようにしています。患者さんを中心に考えながら、治験に参加される方にも、治療を受けられる方にも信頼していただけるよう努めています。



### Q お仕事に対するモットーを教えてください。

治験や治療を受ける患者さんに安心して安全な看護を提供できるよう常に意識して関わっています。最近では、外来通院しながら在宅で行われる治験も増えています。治験に参加したことによって患者さんの生活の質が下がることがなく、いつもどおりの暮らしができるように支援することも重要となります。そこで、受診時には自宅での生活の様子をお聞きしたり、日常生活での不安や困りごとがないかを確認したりして、いち早く対応できるよう心がけています。将来の医療のためにと前向きに治験に参加して下さる方に、価値観や生活背景を知りながら、少しでも安心していただけるようサポートしています。

### Q 看護師、CRCとしての目標を教えてください。

治験に関わる看護師が治験について理解し、実施計画書どおりに治験が受けられるようにさらに体制を整えていきたいと考えています。治験には、確実に治験を実施するために、例えば点滴時間や検査を行うタイミングなどたくさんの決まりごとがあります。そのため、普段の治療よりも患者さんが、不安に思ったり、ご負担を感じたりすることがあるかもしれません。そのような不安や症状の変化を感じたときに、即座にキャッチできるようにスタッフみんなで常に知識を高めていきます。また、医師や看護師、薬剤師および臨床検査技師など多職種で連携を深め、チームとして患者さんに関わる体制をさらに強化できるよう努めてまいります。





薬剤科科長  
安井 友佳子さん



## 薬 剤 科

### “薬のスペシャリスト”として活躍する

#### 薬薬連携を強化し、 安全な薬物治療の実現を図る

当院の薬剤科は患者さんに安心して安全な薬物治療を提供できるように、地域の病院薬剤師や薬剤師会と協力し、保険調剤薬局薬剤師と薬薬連携を積極的に行っています。適正な薬物治療を提供するためには、地域と連携して支援することが不可欠。薬薬連携の取組みの一つとして、疑義照会の簡略化を進めています。疑義照会とは、処方箋に疑問や不明な点がある場合、薬剤師が内容について処方医師に問い合わせをすることです。これまでは処方箋を交付した医師（以下、処方医師）への問い合わせをしている間、患者さんにお待ちいただき、処方医師や保険調剤薬局薬剤師の手を止めていました。その過程を各保険調剤薬局と合意した項目において簡略化することで、薬学的な管理に時間を割くことができるため、患者さんをはじめ保険調剤薬局、処方医師双方にメリットがあります。また残薬調整の簡素化も兼ねており、薬剤師の判断で薬の調整ができるため医療経済的な効果もあります。現在、月平均80件程度の効率化が図られています。

教育面にも力を入れており、大学卒業後に病院などで薬剤師として働きながら研修を受け資質を向上させる薬剤師レジデント制度を導入するなど研修施設としても機能していま

す。また、薬学生の実習施設として1年間で2名の学生を受け入れています。11週間の実習を行い、その期間に8大疾患について研修してもらおうプログラムを修了していただきます。また慢性期や回復期、在宅に対応する地域の連携施設で研修を受けられることも当院の実習教育の特徴です。薬剤師として各々の医療機関で求められる役割の違いを学んでもらい、次世代を担う薬剤師を輩出しています。

各分野の認定・専門薬剤師が多数在籍している薬剤科では、専門性を極めながらも、幅広い領域の知識と技術を高める薬剤師のスーパージェネラリストが日々活躍しています。他職種とも密に連携を取れていることで、病棟における服薬指導や薬剤管理の件数は全国トップクラス。医療を行う上で、現状維持は後退だと感じており、私たち医療者が前に進まないと患者さんを良い方向へ導けないと思います。薬のエキスパートとして、自信と確証を持って薬を提案し、引き続き安心安全な薬物治療を行っていきます。



薬剤科主査  
藤井 一美さん





## 退院後のフォローを 円滑にする、薬剤師サマリー

退院後の薬物治療を支援するため「退院後薬剤師サマリー」を作成しています。これは、当院に入院した患者さんのかかりつけ医や転院先の医療機関、保険調剤薬局に対し入院中の薬剤情報を共有し、退院後も切れ目のない薬物治療の提供を目的としております。患者さんにお持ちいただくお薬手帳と併用しながら、入院時持参薬や入院中の薬剤の変更や用法・用量の変更などの投薬の経過及び退院時処方情報を共有し、連携を図ることで薬学的管理を徹底しています。

また、用法を適正に守っているかや投薬方法の指導状況などの情報を医療者及び患者さんの間で共有することで、患者さんに服薬コンプライアンス（薬剤の用法・用量を守ることを）を遵守いただくための役割も担っております。

また、がん薬物療法において、在宅治療での副作用管理は重要で、医療機関と保険調剤薬局の連携は欠かせません。当院では地域薬剤師会と協力し、抗がん剤治療に関する研修会も開催しています。「安心してこの地域でがん治療を受けられる」と言っていただけよう、堺市全体でより専門性の高い薬物治療の提供に努めてまいります。

## 患者さん一人ひとりに合った 専門性の高い薬物治療を提供

吸入療法とは、霧状にした薬剤を器具により吸入する治療です。患者さん自身が器具を操作し吸入するため、エラーが生じることがあります。そんな患者さんを支え、患者さんの目線に立ちながら説明・指導が出来るよう、堺吸入療法サポーター制度を設立し、医師、薬剤師、看護師、薬学生などを対象に、吸入療法の知識や技術、患者さんの困難などを学ぶ講習会を実施しています。また実際に指導した薬剤師と、処方医師間での情報共有の仕組みも策定しました。患者さんの日々の療養生活がよりよいものとなるよう、皆で協力して取組んでいます。

今後、多くの薬を服用することにより副作用などの有害事象を起こす「ポリファーマシー」などの薬剤が関連するさまざまな問題について、薬のスペシャリストとして、より質の高い薬物治療を提供できるように力を入れて取組んでいきます。



薬剤科薬剤師  
山本 圭城さん



## 「お薬手帳」とは…

「お薬手帳」は、処方された薬を記録・管理するための手帳です。患者さん本人が服用している薬の名前や飲み方などを把握するために役立ちます。また薬剤師がお薬手帳を見て、副作用や飲み合わせ、薬量などをチェックし、安心安全な薬の治療に活用。通院時以外も持ち歩くことで、旅行や災害、急に体調が悪くなった時でも服用中の薬の情報を伝えることができます。



薬の専門家が教える

## 「お薬手帳」の ススメ

薬を窓口で受け取る際に提出している「お薬手帳」を上手く活用できていますか？今回はまだまだ知られていない「お薬手帳」の機能と役割を薬剤師が解説します。

お薬手帳は薬についての情報以外にも、患者さんのアレルギー歴や副作用歴が記載されています。複数の薬局にかかっている場合、過去に薬剤でアレルギーや副作用を起こしていることを知らないと、同じ薬や似た成分の薬が処方され、同じ症状を起こす可能性も患者さんにとって有害な薬が今後使われないように、体を守るための機能もお薬手帳には含まれています。安全な薬剤の処方につながるためには、薬局側に服用歴を伝えることが非常に重要です。また服用する薬が重複しないように医療機関に持っていくお薬手帳は1冊にまとめるようにしましょう。

### アレルギー歴記載で 患者さんの体を守る



### 患者さんの薬歴を知る 「小さなカルテ」

お薬手帳は患者さん一人ひとりの薬の情報がいづれでもどこでも誰が見ても分かる大切なツールです。安全に薬を服用いただく一つの道しるべでもあり、私たち薬剤師は「小さなカルテ」だと思っています。病院によっては薬を処方した際にお薬手帳に処方した理由や情報を書き込む医師もあり、薬局や医療機関がお薬手帳を通じて情報を共有することで、日本全国どここの薬局に行っても安心して処方を受けていただけます。副作用の早期発見や予防として機能し、より適正な薬の処方につながる重要な役割をお薬手帳は担っています。



## あなただけの「かかりつけ薬剤師」をお持ちですか？

「かかりつけ薬剤師」とは、安心で安全な薬物治療を継続していただけるように患者さんのニーズに合わせて相談に応じることができる薬剤師をいいます。かかりつけ薬剤師を持つことで、薬の重複投与や副作用の予防にもつながるため推奨していますが、実際にかかりつけ薬剤師・薬局を持つ患者さんは少ないのが現状です。かかりつけ薬剤師・薬局を持ってもらうためにも、病院薬剤師が入院された患者さんと地域の保険調剤薬局の橋渡しとなりサポート。患者さんの服薬状況を継続的に確認し、幅広い知識を持つ薬のスペシャリストとして不安や困り事を解消していきます。薬についていつでも気軽に相談できる「かかりつけ薬剤師」を持ちましょう。





当センターで  
たくさん

# welcome baby 赤ちゃんが産まれています!

令和元年  
5月1日生



咲希子(さきこ)ちゃん

## ♡ご両親からのメッセージ

令和の時代とともに産まれてきてくれた咲希子ちゃん  
あなたの産声を聞いた時、パパとママは自然と涙が出てきました。何もかもが初めてで戸惑うことも多いけど、パパとママと3人で成長していこうね。咲希子ちゃん大好き♡

## 赤ちゃんに関するエピソード

夫婦2人で子授け祈願のために出雲大社に旅行に行きました。その数日後に妊娠がわかり、夫婦ともとてもビックリ!! まさか3人での旅行になっていたとは・・・(笑)今度は3人で出雲そばを食べようね♡



令和元年  
5月1日生



## ♡ご両親からのメッセージ

お父さんとお母さんの元に生まれてきてくれてありがとう!記念すべき令和元年の初日に生まれてきてくれた快晴。名前のように周りの人たちを明るく元気にする子に育ってね!

## ♡赤ちゃんが生まれてきたときのお母さんの第一声

初めての出産で痛さに心折れそうになり、生まれてきてくれた時は達成感からか「でたー!」が第一声でした(笑)そして「無事に産まれてきてくれてありがとう」と赤ちゃんに伝え、幸せいっぱいになりました。



快晴(かいせい)くん

令和元年  
5月5日生



花穂(かほ)ちゃん

## ♡ご両親からのメッセージ

産まれてきてくれてありがとう☆あこがれの3姉妹!会えるの楽しみにしてたよ。お姉ちゃん2人と同じように、明るく素直で思いやりのあるかわいい女の子になってね!

## ♡名前の由来

稲穂に花を咲かせるくらい、のびのびまっすぐたくましく育てて欲しいと名付けました。家族5人毎日笑って、元気いっぱい大きくなるうね!



## ♡ご両親からのメッセージ

私達のもとに、無事に産まれてきてくれて、最高の幸せを感じさせてくれて、ありがとう。すすすくと元気に育ってね。

## ♡名前の由来

私達のオンリーワンの息子が人と人との繋がりを大切にして成長してほしいという願いを込めました。

令和元年  
5月5日生



理壹(りいち)くん





### 堺区南花田口



外科・内科・リハビリテーション科

医療法人

## いわがきクリニック

堺市堺区南花田口町2丁2番7号 南野ビル1・2階

●南海高野線「堺東駅」より徒歩約3分

☎072-228-2030

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

※午後診は19:00受付終了 ※月曜午後・水曜午後・土曜午後・日曜は休診



#### ●当院の特長

当院では外傷や熱傷、交通事故などの外科をはじめ、一般内科、消化器内科も診療しています。レントゲンやエコー、CT、胃カメラなどの検査機器を駆使して診療に必要な幅広い検査も実施可能です。また、クリニックの2階にはリハビリテーション室を設けており、理学療法も行っていきます。腰痛や骨折、交通事故によってリハビリが必要になった患者さんにも本格的なリハビリが提供できるような機器を揃えて治療に対応しています。

#### ●私の診察モットー

地域に密着したクリニックとして、皆さんのかかりつけ医となるよう外科と内科の診療科を設けており、通院いただく患者さんのニーズに合わせた診療を行えるよう心がけています。交通事故で怪我をされた外科の治療が必要な方から風邪をひいた方まで、様々な患者さんが通いやすい雰囲気づくりに注力しています。また高齢者のリハビリや乳幼児の外傷を治療することもあり、今後も幅広い世代の方が安心して通えるクリニックを目指していきます。

#### ●地域の患者さんへメッセージ

当院は開業して今年で20年目を迎えました。病院との連携も強化されており、必要に応じてご紹介できる体制を整えています。地域医療の連携を大切にしながら、これからも力を入れて取り組んでいきます。地域に根ざしたかかりつけ医として、外科から内科、リハビリまで幅広く対応していることで、困ったことがあればいつでも来院ください。

### 南区原山台



内科・消化器内科・内視鏡内科

## 多田消化器内視鏡クリニック

堺市南区原山台2-2-1 トナリ工棟・美木多1F

●京北高速鉄道「桐・美木多駅」直結

☎072-291-1005

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00(午前診)	○	○	○	/	○	○	/
13:00~16:00(検査)	○	○	○	/	○	○	/
17:00~19:00(午後診)	○	○	○	/	○	/	/

※木曜・日曜・祝日は休診



#### ●当院の特長

「早期発見 早期回復・合併症予防」を目標に、一般内科や消化器内科をはじめ、便秘外来、ピロリ菌外来の診療に取り組んでいます。また日本消化器内視鏡学会専門医として、麻酔を使った患者さんへの負担が少なく、質の高い検査を行っています。土曜日や夕方でも胃カメラ検査を行うことも可能ですので、患者さんの都合に合わせて検査を受けていただくことができます。当院では大腸ポリープを見つけたその日に切除する日帰り手術も可能です。

#### ●私の診察モットー

患者さんに納得して帰っていただくことを心がけています。そのためには患者さんの声に耳を傾け、分かりやすく丁寧な説明に努めています。患者さんと共に考え、話し合い、納得して治療を受けていただくことが私のモットーです。検査をする際も、事務的に進めるのではなくコミュニケーションをしっかりと取りながら、安心して終わられるようスタッフ一同でサポートしていきます。

#### ●地域の患者さんへメッセージ

当院では毎週火曜日をレディースデーに設定し、女性限定で大腸カメラを実施しています。またトイレや更衣室も女性専用を用意し、患者さんが少しでも不安なく、心地よく過ごしていただけるように配慮しています。また他病院と密に連携を図り、患者さんにとって適切な医療を提供できるように努めていますので、お気軽にご相談ください。





# 当院の登録医の先生を

## 北区宮本町



内科・消化器内科・糖尿病内科・内分泌内科

## まつだ消化器糖尿病クリニック

堺市北区宮本町2番地 村上ビル1F

●地下鉄御堂筋線「北花田駅」より徒歩約2分

☎072-247-7500

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
8:30~12:30	○	○	○	/	○	○	/
14:00~17:00	○	○	○	/	○	/	/
17:00~19:00	○	/	○	/	/	/	/

※木曜・日曜・祝日は休診



●**地域の患者さんへメッセージ**  
生活習慣病には運動療法も大切です。クリニックオリジナルの体操を作り、自宅でできる運動などを指導しています。スタッフ一同で工夫しながら、地域の皆さんに知識や経験を還元していきけるように取組んでいます。辛い思いをせずに少しでも平穩に暮らせるようにサポートしていきます。周りの病院と連携を図りながら、患者さんの想いに応えられる体制を整えているので、些細な症状でもお気軽にご相談ください。

●**私の診察モットー**  
「来院することが楽しみになるようなクリニック」を目指して、治療について丁寧で分かりやすい説明を行うなど、病院が苦手な人でも受診がストレスにならないように心がけています。  
また、診療理念に「大切な家族のようにそれぞれが特別な存在と思える対応」を掲げています。患者さんに来てよかった、安心したという気持ちになっていただくことが目標です。

●**当院の特長**  
当院は内視鏡・消化器病・肝臓の専門医である院長と、糖尿病・内分泌代謝の専門医である副院長で診療しています。胃カメラや大腸カメラに注力しており、小さいポリープであれば日帰り手術も可能です。また、糖尿病患者さんに対する当日のインスリン導入も行っているため、仕事でなかなか入院ができない患者さんにも来ていただきやすいと思います。医師をはじめ、看護師や管理栄養士と連携しながら、身体的・精神的なケアに努めています。

## 南区高倉台



内科・胃腸科・循環器科・リハビリ科

医療法人

## 山口クリニック

堺市南区高倉台2-8-5

●泉北高速鉄道「泉ヶ丘駅」より徒歩約15分

☎072-296-5113

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
8:40~12:00	○	○	○	○	○	○	/
17:00~19:30	○	○	○	/	○	/	/

※木曜午後・土曜午後・日曜・祝日は休診

※月曜は済生会千里病院にてレジデント医指導のため副院長不在



●**地域の患者さんへメッセージ**  
リハビリテーションにも対応できるように、鍼灸師と柔道整復師による鍼治療や理学療法機器を取揃えるなど体制を整えています。一度の通院で内科とリハビリが同時に受けられることは、患者さんに喜んでいただいているので、今後も力を入れて取組んでいきたいです。お困りのことがあればいつでもご相談ください。

●**私の診察モットー**  
早い段階で病気を見つけて治療することは寿命も伸ばすことに繋がります。そのためにも検査は大切です。当院でも積極的に検査を行い、早期発見・早期治療を心がけて診療していきます。また幅広い医療に対応しているので、患者さんにとっても便利なクリニックだと思います。手術が必要になる場合は、入院が可能な他の医療機関と連携をとって対応していきます。

●**当院の特長**  
当院は風邪や腹痛など一般的な内科の治療以外にも、内視鏡検査に注力しています。胃カメラや大腸カメラを使った検査を行う際も、苦痛が少ないように鎮静剤を使用して寝ている間に検査することも可能です。また必要に応じて検査当日にポリープ切除術も行っています。可能な限り患者さんの負担を減らし、希望する治療ができるように心がけています。その他にも訪問診療や禁煙治療などに取組んでおり、お子様からお年寄りの方まで幅広い患者さんを診療しています。



# 疲れた胃腸を休めるレシピ



## 秋の味覚入り!ねばねば甘酢炒め

夏の疲れが残る中、食欲の秋が到来!疲れた胃腸を休める、ねばねば食材を使ったさっぱりメニューはいかがでしょうか。オクラや長いもなどに含まれるムチンには、胃の粘膜を保護する働きがあります。ねばねばで片栗粉なしでもとろみがつきますよ。



栄養価(1人分)  
 ・エネルギー 215kcal ・塩分 1.1g

### 【材料 2人分】

- 豚肉(ロース薄切り) … 120g
  - 玉葱 … 1/3個
  - オクラ … 5本
  - しいたけ … 2本
  - 長芋 … 中1/4本
  - 人参 … 中1/3本
- 酢 …… 大さじ2

醤油 …… 小さじ2

砂糖 …… 小さじ2

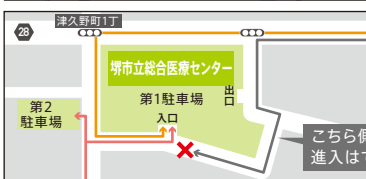
おろししょうが …… 小さじ1

### ●作り方

- ① 豚肉は一口大に、しいたけはかさの部分を1/4に切る。玉葱は薄切り、長芋は短冊切り、人参は乱切りにする。
- ② オクラは塩もみして茹で、斜め半分に切る。人参は電子レンジ(600w)で1分程度加熱して柔らかくしておく。
- ③ ①の調味料をすべて合わせる。
- ④ 豚肉、玉葱、しいたけ、人参を炒める。
- ⑤ 全体的に火が通ったら、オクラ、長芋を入れて軽く炒め、調味料を合わせて炒める。
- ⑥ 調味料が具材に絡めば完成。

栄養管理科 岩崎 史歩

## 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 <b>200円</b>	5時間まで <b>200円</b>	24時間まで <b>200円</b>
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 <b>無料</b>



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/>



広報誌「ぞうさん広場」第21号（2019年9月1日発行）

P 1 2 掲載のレシピについての訂正

日本では、オクラや山芋などの粘り成分の総称として、「ムチン」が広く使われておりますが、本来「ムチン」は動物粘液の主成分である糖タンパク質であり、植物のものとは異なることのご意見をいただきました。

つきましては、レシピ中の「オクラや長いもなどに含まれるムチンには」との記載を、「オクラや長いもなどに含まれる成分には」に訂正いたします。