

# めびっす

令和5年2月1日発行

- メディカルプラザ薬師西の京
- 総合健診センター
- 西大寺クリニック 透析センター
- 介護老人保健施設 ロイヤルフェニックス

- 介護付有料老人ホーム メビウス大和郡山
- サービス付き高齢者向け住宅 メビウスまほろば
- グループホーム メビウスまほろば
- 訪問看護ステーション かがやき

- ロイヤルフェニックス 居宅介護支援事業所
- メビウスまほろば 居宅介護支援事業所
- 介護医療院 やすらぎ(4月開設予定)



## 新年のご挨拶

2022年末から2023年初にかけて、コロナ感染症(オミクロン)が第8波を迎え、日本でも爆発的な感染拡大により、医療崩壊や介護施設の閉鎖などの危機にさらされ、現場はその対応に追われる毎日が続いています。

世界に目を向けますと、ロシアのウクライナ侵攻に始まる民主主義の危機、世界の分断と混迷が一層強まり、世界戦争も勃発しかねないフラジールな状態となっており、日本もコロナのみならず、政策的・経済的にも、先の見えない不安定な情勢です。

世界、日本、そして医療・看護・介護を取り巻く環境が、一層厳しくなる中であっても、本年4月には『介護医療院』“やすらぎ”48床の開設を予定しています。創業以来、『一人ひとりの患者様を一生涯かけて見守る』という基本理念(富士山構想)の下、“断らない救急”、“機能を絞った専門医療”を掲げた“面倒見のいい総合医療施設”であり続けられるよう、私たち康仁会職員は一丸となって邁進する所存です。

皆様方の新年のご多幸をお祈りしますとともに、尚一層のご理解とご支援を賜わりますよう、よろしくお願い申し上げます。



高比 康臣 会長

### 目次

院内感染防止対策委員会からお知らせ・・・P2  
 西の京介護医療院やすらぎ(4月開設予定)・・・P3  
 トピックス・・・P4  
 放射線科の業務紹介・・・P5

リハビリテーション科・・・P6  
 栄養管理部だより・・・P7  
 外来診療案内・・・P8

## 緩めてはいけない、感染防止対策

新型コロナウイルス感染症との戦いが始まり早3年が経過しました。第8波は、各地で爆発的なスピードで感染の広がりを見せ、救急医療は逼迫し、地域医療における正常な病院機能が保てない状態になっています。

西の京病院は、昨年11月より新型コロナウイルス患者専用の病棟を設定する重点医療機関に指定されています。今まで以上に発熱者や陽性者対応に細心の注意を払い、withコロナでも皆様に安心してご利用いただけるよう感染対策を遵守し、緊張感を持って業務に当たっています。

新型コロナウイルス感染症の拡大を防ぐために

## 新しい生活様式(ニューノーマル)

の定着にご協力をお願いします



### 施設内では

- ◆施設内ではサージカルマスクの着用をお願いします
- ◆正面玄関での検温の実施にご協力をお願いします
- ◆手指のアルコール消毒にご協力をお願いします
- ◆引き続き、入院患者様への**ご面会は全面的に禁止**しております
  - ・ある条件のもとで1日3名までの患者様に「リモート面会」を行っています
  - ・詳細は入院時に担当病棟でお尋ねください
  - ・荷物の受け渡しは1階の患者支援センター前で行っています

ワクチン接種は**2023年3月31日迄**。(接種予約受付中) 早めの予約をお勧めします



# 西の京介護医療院やすらぎ

西の京病院併設の介護医療院  
「西の京介護医療院やすらぎ」が

2023年4月に  
最新の設備で  
新規開設！

病院併設型の介護保険施設で、緊急時には西の京病院が万全の態勢でサポートします。  
医療介護が連携し、長期の療養を安心して送ることができます。

安心 信頼

平成9年に介護施設の運営を開始し、25年を超える介護施設の運営実績があります。  
今後も、地域に根差した施設運営を目指し地域の皆様より愛される施設となるよう尽力いたします。



施設長 齊藤精久

介護医療院は「日常的な医学管理」や「看取りやターミナルケア」等の医療機能と、「生活施設」としての機能を兼ね備え、長期にわたり療養が必要な要介護者に対して、「長期療養のための医療」と「日常生活上の支援」を一体的に提供する施設です。

医療型療養病棟と介護老人保健施設との中間的な施設であり、私ども医療法人康仁会が提唱する地域医療・介護包括システム「富士山構想」の大切な一員です。

大きなメリットは、「医師が配置されている」、「必要時すぐに関連病院に行くことができる」、「同じ施設で最期までケアを受けることができる」ことで、安心して長期療養ができることです。

長年地域の診療所・病院でプライマリ・ケアを心がけ、病気だけでなく病気を抱えた一人ひとりの「人」を診るように心がけてきた内科医として、看護・介護スタッフと共に康仁会ならびに地域に貢献してまいります。

入所に関しましてお困りのことがあればお気軽にご相談ください。

## 入所要件

日常的に多様な医学管理が必要な重介護者の方

- 要介護度1～5までの認定をうけられた方。
- 自宅での日常生活(食事介助、排泄介助、入浴介助)が難しい方。
- 経管栄養、吸引、酸素投与が必要な方もご利用できます。

## 入所定員 48床

- 2階/4人室×5室 1人室×3室
- 3階/4人室×6室 1人室×1室

## 療養生活環境

- 4人室では間仕切り家具を設置し、プライバシーに配慮した長期療養にふさわしい施設となっています。
- 2階フロア全室に、吸引、酸素設備を整えています。
- 非常用発電設備を完備し、災害時にも安全・安心な療養生活を営むことができます。



4人室イメージ



食堂・談話室イメージ

お問い合わせ・資料請求

西の京介護医療院やすらぎ 開設準備室  
TEL:0742-32-5518

オープニング  
スタッフ募集中

〒630-8041奈良市六条町99-2 Mail: yasuragi@nishinokyo.or.jp



## 心臓血管カテーテル室 アンギオ装置 **リニューアル**

### 大幅な被曝軽減と高画質

新世代 心・血管造影装置が稼働



#### メリット1

(従来装置に比べ)

### 被曝量軽減

#### メリット2

### バイプレーン装置で高画質

2方向より同時撮影 = 撮像時間短縮・  
造影剤使用量軽減

- ※患者様の検査時間の短縮、負担を軽減
- ※複雑な冠動脈疾患、下肢動脈疾患も治療が可能

フィリップス社製  
Azurion7 B 12/12

アンギオ(心・血管造影)装置を更新しました。新装置の特徴は高精細・低被曝・低侵襲です。

技術の進歩にともなって、放射線量は抑えつつも画像はクリアになり、診断精度が向上しました。さらに、手技を支援するソフトウェアもアップデートされ、よりスムーズに治療を行うことができるようになりました。また、これまでのシングルプレーン装置からバイプレーン装置に変更したことで2方向から同時に撮影できるようになるため、撮像時間の短縮と、なにより造影剤の投与量を減らすことができるようになりました。

これにより、狭心症・心筋梗塞といった冠動脈疾患だけでなく、下肢動脈疾患の治療に対しても、より高度な医療を提供することができます。また、ハード面(機械)のアップデートだけでなく、ソフト面(スタッフ)も、患者様が安心して、高度な医療が受けられるように常にアップデートを続けて参りますので、冠動脈・下肢動脈疾患の患者様はいつでもご相談・ご連絡ください。

お問い合わせ先:患者支援センター TEL.0742-35-2219

## 令和4年度 永年勤続表彰

令和4年12月5日(月)メビウスホールに於いて、病院創設以来永きに亘り病院及び地域医療の発展に貢献された(30年勤続1名、20年勤続5名、10年勤続14名)総勢20名の職員に永年勤続表彰が行われました。新型コロナウイルス感染症対策のため代表者(30年勤続表彰:古賀めぐみ 看護部管理部長)に、高比会長より労いの言葉を添え、表彰状ならびに記念品が手渡しされました。



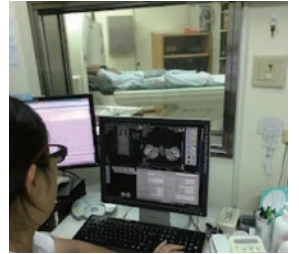
# 放射線科の業務紹介

診療放射線技師は医師の指示のもとX線撮影、CT、MRI、PET、マンモグラフィ、骨密度測定などの各種撮影装置を使用し、病気を診断するための画像情報を提供する検査を行うほか、画像の処理やデータ管理、また放射線使用施設や装置の安全管理も行っています。

放射線科スタッフは、患者様の負担をできる限り少なく、精度の高い検査を安心して受けていただくことを心掛け、24時間365日緊急の撮影にも対応できる体制をとっています。

## CT Computed Tomography

X線を利用して身体の内部(断面)を画像化する検査です。検査時間は5~30分で、任意の断面に画像を再構成することができ、身体の細かな情報を得ることができます。1回の息止めで広範囲の撮影が可能な装置を使用していますので検査時間の短縮に加え、患者様の被曝低減にも優れています。冠動脈検査にも対応したシステムを構築していますので、狭心症、心筋梗塞や下肢動脈疾患といった循環器内科領域の検査も行っています。



## MRI Magnetic Resonance Imaging

X線では無く磁力と高周波を使用しますので放射線被曝の心配がありません。検査時間は30~60分で、全身の臓器をいろいろな方向の断面で画像化できます。造影剤を使用しなくても身体のさまざまな血管を描出することが可能ですので下肢静脈瘤といった血管外科領域の検査にも役立っています。また、整形外科領域はもちろん、脳卒中の検査やアルツハイマー型認知症の可能性を調べるVSRAD検査にも対応しています。



## PET Positron Emission Tomography

がん細胞が正常細胞に比べブドウ糖を多量に摂取する特性を利用した検査です。FDGというブドウ糖類似薬剤を静脈注射し、1時間安静後に撮影すると薬剤が多く集まるところがわかります。約20分で全身をチェックすることができ、がんの早期発見・悪性度判定・病期診断・原発巣検索・治療後の効果判定・転移再発診断に有効です。現在当院ではPET専用機2台とPETとCTを組み合わせたPET-CT装置1台の3台体制で検診と保険診療にあたっています。



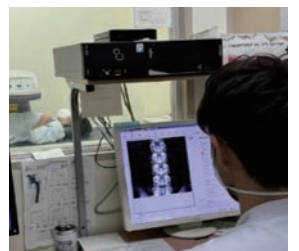
## マンモグラフィ

乳がんの早期発見に有効な画像診断のひとつです。専用のX線装置を使用し、片方ずつ装置ではさみ圧迫して撮影を行います。診断に適した写真を撮るためには乳房を均等に圧迫することが非常に重要で、圧迫により乳房内部の様子を鮮明に写し出すことができ、さらにX線被曝も少なくすることができます。当院は、日本乳がん検診精度管理中央機構より検診精度管理の線量・画質基準を満たすマンモグラフィ検診施設として認定されており、撮影は全て女性技師が担当しています。



## 骨密度測定

2種類の異なるX線を用いて骨と他の組織におけるX線の吸収率の差から骨密度を測定するDEXA法を採用しています。より正確な測定を行うため腰椎と大腿骨を測定しており、骨の構成要素であるカルシウムやミネラルの量を測定する骨粗しょう症の診断や薬剤栄養運動療法の治療効果判定に必要不可欠な検査です。



## 医療画像処理装置

ネットワーク型の画像処理装置4台を使用しCT、MRIやPETで撮影したデータを用いて3次元画像を作成しています。患部と周囲の臓器との位置関係や複雑な血管走行が視覚的に把握しやすくなるなど、診断のサポートや手術などの治療に有用な画像を提供することができます。また造影剤を使用した血管の画像処理やPETの融合画像作成、心外膜脂肪・冠動脈の石灰化や内臓脂肪の計測なども行なっています。





## 棒体操で転倒予防・認知症予防



### 棒体操とは

新聞紙を丸めテープでとめた棒を使用する誰でも簡単に行う事ができる体操です。椅子に座って行い、転倒や躓きの際に起きるバランスを崩しそうな状況を豊富に体験・学習でき転倒予防に効果があります。

高齢者の転倒は、入院を要する重大な外傷を招くことが多く、それを契機に長期間の機能低下を引き起こします。現在、「転倒・転落」は、「寝たきり」を招く原因として高い比率を占めています。棒体操は、最初、転倒予防を目的に考えられましたが、認知症の予防や心理機能（転倒するかもしれないという不安感や恐怖感の軽減）にも効果があることがわかってきました。また、短期間から効果を発揮する事や、一定期間の棒体操を行えばその後も継続的効果があることが示されています。専用の機器や場所を必要とせず、手軽に取り組める棒体操を今回は紹介いたします。

### 体操を行う際の注意点

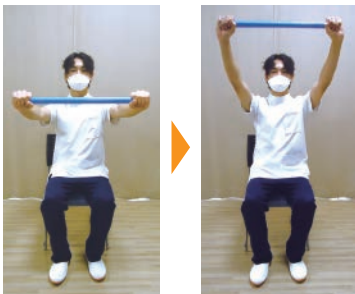
- 痛みが出ない範囲で行いましょう。
- 呼吸を止めないでゆっくり行いましょう。
- 無理のない回数で行いましょう。

### 棒体操の効果

- ★ 転倒予防 (体の柔軟性、バランス能力、歩行能力の向上)
- ★ 認知機能の向上 (前頭葉の機能の活性)
- ★ 心理的側面 (転倒不安感の軽減)
- ★ メタボ予防



#### ①腕を挙げます



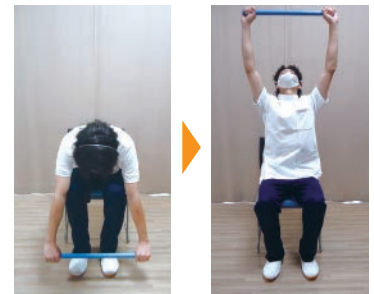
棒の両端を持ち両腕を拳上し、5秒程保持します。

#### ②体幹を左右へ傾けます



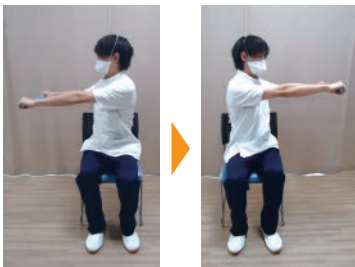
①のまま体幹を横に倒します。5秒保持した後、反対側に倒します。これを2回繰り返します。

#### ③体幹を前後に傾けます



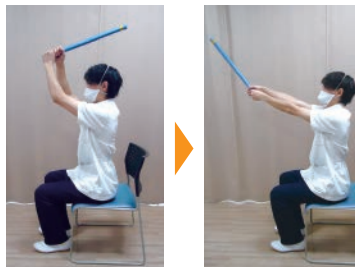
棒の両端を持ち身体を前方へ倒し5秒間、後ろへ反らし5秒間を2回繰り返します。

#### ④体幹を左右にひねります



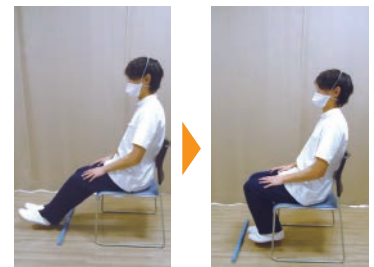
棒を背中の方へ回し5秒間、その後反対側へも5秒間、これを2回繰り返します。

#### ⑤肘を伸ばします



棒をふりかぶる様にしてから天井に向けて棒を伸ばします。10回行います。

#### ⑥棒またぎ(前後)



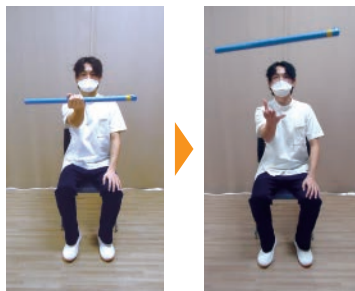
棒を床に水平に置き、それを両足でまたぎます。10回行います。

#### ⑦棒またぎ(左右)



棒を床に身体と垂直に置き、左右にまたぐように10回行います。

#### ⑧キャッチ



棒を横にして投げて受け取ります。左右とも10回程度行います。

#### ⑨手のひらバランス



手のひらで棒を立て、10秒間棒のバランスをとります。数回行います。



## 旬の野菜を美味しく食べよう

冬の野菜と言えば、白菜、大根、ブロッコリー、れんこん、長ねぎ、かぶ、ほうれん草などを思い浮かべる方が多いのではないのでしょうか。甘みが強く、優しい味のものが多いですね。

近年、栽培技術の進化により、スーパーでは季節に関係なく手に入るものが増えてきています。しかし、旬であれば、より栄養価が高く、また価格も低めのため、消費者としては嬉しいですね。季節を感じ、野菜本来の味や香りを楽しむことは、食事の時間をより豊かにすることに繋がります。今回は、白菜とれんこんを使った、メニューを紹介いたします。

冬の体調管理にぴったりの一品!

### 白菜と牡蠣のオイスターソース炒め

白菜は中国では大根、豆腐と合わせて養生三宝と呼ばれ、体調を崩しがちな冬の風邪予防や免疫力アップに効果的な葉菜です。芯葉の黄色っぽい部分には甘みがあり、ビタミンCが特に多く含まれています。

今回一緒に炒める牡蠣は「海のミルク」と呼ばれ、様々な栄養素をバランスよく含むことで知られています。体を作るために必要な良質のたんぱく質がたっぷり含まれており、中でもアミノ酸のタウリンが豊富です。肝臓の働きを活発にし、コレステロールの吸収を抑え、血圧を正常に保つなどの効果が期待できます。

【1人分の栄養量】エネルギー177kcal たんぱく質6.0g 脂質10.0g  
炭水化物14.2g 食物繊維2.5g 食塩相当量2.1g

材料(2人分)	量
牡蠣	160g
白菜	200g
しめじ	50g
にんにく	1片(10g)
薄力粉	大さじ1
ごま油	大さじ1.5
★オイスターソース	小さじ2
★鶏がらスープの素	小さじ1
★醤油	小さじ1
黒こしょう	少々

【作り方】

- ① 白菜はざく切りにし、しめじは石づきをとり、小房に分ける。にんにくはみじん切りにする。
- ② 牡蠣は塩水の中で振り洗いし、水気を切る。ペーパーで押さえ、薄力粉をまぶす。
- ③ ★の調味料を合わせておく。
- ④ フライパンにごま油とにんにくを中火で熱し、香りが立ったら、牡蠣を並べて焼く。焼き目が付いたら、フライパンから取り出す。
- ⑤ 同じフライパンで白菜としめじを炒め、火が通ったら、④を戻す。③を加えてさっと炒め合わせる。
- ⑥ 皿に盛り付け、お好みで黒こしょうを散らす。



体の内側からきれいには!

### れんこんと生姜のポタージュ

冬のれんこんは夏に採れるものに比べて、粘りや甘みが増すとされています。ビタミンCに加えて、B<sub>1</sub>、B<sub>2</sub>も含まれており、疲労回復や肌荒れを防ぐのに役立ちます。ほかにもカリウムやカルシウム、鉄、銅などのミネラル分を多く含み、食物繊維も豊富です。また生姜には辛み成分のショウガオールが血行を良くし、体を芯から温めるので風邪の引き始めや冷え性にも効果的です。

れんこんの甘みと牛乳で、生姜の辛みがまろやかになります。体を温めてくれる、寒い時期にぴったりのスープです。

【作り方】

- ① 生姜は皮を剥いてすりおろす。れんこん、玉ねぎは薄切りにする。
- ② 鍋にバターを溶かし、れんこん、玉ねぎをしんなりするまで炒める。
- ③ 水、コンソメを加え、れんこんが柔らかくなるまで蓋をして煮る。
- ④ れんこんが柔らかくなったら、ミキサーにかける。(ミキサーがない場合は、れんこんは薄切りにせず、すりおろして、③に加えましょう)
- ⑤ ④に牛乳を加えて、煮立てる。
- ⑥ すりおろした生姜を加え、塩コショウで味を整える。
- ⑦ 器に盛り付け、パセリを散らす。

※生姜30gが多く感じる場合は、お好みで調整してくださいね

材料(2人分)	量
れんこん	80g
生姜	30g
玉ねぎ	60g
牛乳	200ml
コンソメ	小さじ1
水	200ml
有塩バター	4g
塩	0.2g
こしょう	少々
パセリ(飾りのためなくても良い)	





# 外来診療案内

(2023年2月1日現在)

## 診療科目

内科、循環器内科、呼吸器内科、消化器内科、腎臓内科(人工透析)、糖尿病内科、外科、脳神経外科、整形外科、リウマチ科、血管外科、泌尿器科、眼科、耳鼻咽喉科、リハビリテーション科、皮膚科、放射線科、麻酔科、歯科、救急科

## 診療受付時間

月～土曜日 午前8:30～12:00 ●休診日:日・祝日

		月 曜	火 曜	水 曜	木 曜	金 曜	土 曜
内 科	1診(予約診療)	齊藤 (内科・循環器科) 名方 (循環器科・内科) (14:00~)	齊藤 (内科・循環器科)	石塚 (糖尿病・内科)	高比	齊藤 (内科・循環器科)	石塚 (糖尿病・内科)
	2診(予約診療)	西尾 (消化器科・内科)	辻本 (循環器科・禁煙外来)	福井 (内科・循環器科)	塩谷 (消化器科・内科)	武井	福井 (内科・循環器科) (2・4・5週) 辻本 (循環器科・禁煙外来) (1・3週)
	3診	塩谷 (予約外)	松木 (予約外)	星山 (予約外)	星山 (予約外)	福井 (内科・循環器科) 名方 (循環器科・内科) (14:00~)	西尾(1・3・5週) 藤村(2・4週) (予約外)
	4診	石塚 (糖尿病・内科) 佐藤 (糖尿病・内科)	藤村 (糖尿病・内科)	加藤 (内科・リウマチ)	池之上 (腎不全) (14:00~)	星山 (予約外)	
	5診			名方 (予約外)		松木 (消化器科・内科)	
消化器内科(予約診療)		2診/西尾 3診/塩谷	3診/松木		2診/塩谷	5診/松木	3診/西尾 (1・3・5週)
血管外科(予約診療)		今井/葛井 (午後)(1・2・4・5週)	今井 (午前)	今井 (午後)	今井 (午前)	担当医	
眼 科	1診(予約診療)	伊藤	伊藤	伊藤	伊藤	伊藤	
	2診(予約・予約外診療) 午後は予約のみ診療	羽田	羽田	生島	日下	羽田	
泌尿器科(予約診療)				春日井			影林(1週) 松村(2・3・4・5週)
整 形 科	1診	福居	内藤		福居	内藤	大島(1・3・4・5週)
	2診	笠次 (予約外)	平井	平井	内藤	山崎 (予約外)	城崎
	3診	城崎	向井 (脊椎外来)	藤井 (脊椎外来)	向井 (脊椎外来)	藤井 (脊椎外来)(1・3・4・5週)	田川 (予約外)
	4診	吉田 (脊椎外来)	多田 (予約外)	尾崎(律) (予約外)	城崎 (予約外)		吉田 (脊椎外来)
耳鼻咽喉科(予約診療)					由良		
外 科		藤本	岡内	西沼		櫻井	岡内(1・3・5週) 西沼(2・4週)
温熱治療外来[13:30~](予約診療)		岡内	午後 岡内(肛門外来)			櫻井	
歯科(予約優先制) メディカルプラザ薬師西の京 3F		中塚/青野 9:00~12:30 14:00~18:15	中塚/青野 9:00~12:30 14:00~18:15	中塚/吉元 9:00~12:30 14:00~18:15		中塚/青野 9:00~12:30 14:00~18:15	中塚/青野 9:00~13:30

(ご注意) ※初診の方は基本的には受付順です。※お電話での受付は行っておりません。※各科問診票(ホームページにもあります)に早めに記入し、受付窓口にお越し下さい。※血管外科センターのみ、インターネットによるご予約の受付を行っておりますが、当院担当者よりの返信をお待ち下さい。※再診の方は、引き続き診察が必要な場合のみ、診察時にご予約をお取りしております。

## 医療法人 康仁会 西の京病院 <http://www.nishinokyo.or.jp>

TEL 0742-35-1121 (大代表) TEL 0742-35-2219 (患者支援センター)

〒630-8041 奈良市六条町102-1

無料駐車場 300台完備

### 電車の場合

近鉄橿原線  
「西ノ京」駅下車  
徒歩10分

無料送迎バス 月～土 8:00～16:00

日・祝を除く

近鉄「大和西大寺」駅南口⇔病院  
駅・病院とも:毎時0・20・40分発

「近鉄郡山」駅(三井住友銀行前ロータリー)・  
メビウス大和郡山 ⇔ 病院:60分間隔



専用バスで  
送迎  
いたします

### お車の場合

大阪方面より…第二阪奈道路・宝来I.Cより阪奈道路を東へ約1km、二条大路南5丁目交差点を南へ約2km。  
京都方面より…京奈和自動車道・木津I.CよりR24を南へ約6.5km、柏木町交差点を西へ約1km、薬師寺東口を南へ0.3km。  
橿原方面より…西名阪自動車道・郡山I.CよりR24を北へ5.5km、柏木町交差点西へ約1km、薬師寺東口を南へ0.3km。

