

食品ロスを減らすカンタン手料理  
栄養科レシピ

# にらと豚ひき肉の スタミナ丼

材料(2人前)

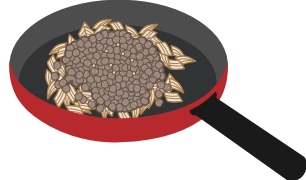
|         |      |              |        |
|---------|------|--------------|--------|
| ■ 豚ひき肉  | 200g | 調味料          |        |
| ■ にら    | 1/2袋 | ■ ごま油        | 大さじ1   |
| ■ 玉ねぎ   | 1/2玉 | ■ めんつゆ(3倍濃縮) | 大さじ2   |
| ■ 卵(卵黄) | 2個   | ■ にんにく(おろし)  | 小さじ1/2 |
| ■ キムチ   | 60g  |              |        |
| ■ ご飯    | お好み  |              |        |



1 にらは1cm幅、  
玉ねぎは1cm角に切る。



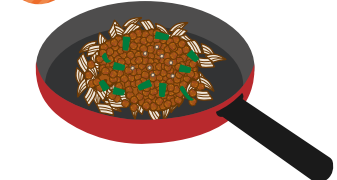
2 フライパンにごま油、  
にんにくを入れ、豚ひき肉、  
玉ねぎを炒める。



3 豚ひき肉の色が変わったら  
めんつゆを入れ、  
水分がなくなるまで炒める。



4 最後ににらを入れて  
軽く炒める。



5 丼にご飯を入れ、  
④とキムチをのせる。



6 仕上げに卵黄をのせる。



♪♪♪  
知って得する Point!

- 夏バテ防止には糖分をエネルギーに変える働きをするビタミンB1を摂ることが大切。  
豚肉にはビタミンB1が含まれており、にらや玉ねぎ、にんにくにはこのビタミンB1の吸収を高めるアリシンが含まれている。
- 豚ひき肉へ味を染み込ませるために、水分がなくなるまでしっかり炒める。
- にらは香りも良く、歯ざわりも良い旨味の強い食材。火を通しすぎると葉がぐったりして歯ざわりも悪くなるため、火を止める直前に入れてサッとあおる程度にする。



医療法人徳洲会 野崎徳洲会病院

〒574-0074 大阪府大東市谷川2丁目10番50号

TEL.072-874-1641

QRコードで  
ホームページへ  
アクセス



野崎徳洲会病院 広報誌

オノマトペ



夏号

2025年7月

“ワイ🍅ワイ”

TAKE FREE

地域の未来に  
明るい光を

みなさまにお役立ち情報をお届けします。  
ここでしか得られない特典も!

オノマトペ：人、動物、物などが発する音を表現した言葉



心臓血管センター長  
循環器内科 副院長  
藤原 昌彦

# “心臓血管センター”の医師を紹介します

📢 心臓血管センター長 循環器内科 副院長 藤原医師よりメッセージ

MESSAGE

4月より野崎徳洲会病院の副院長として赴任しました。長く、南大阪、岸和田で働いておりまして、この地区でまた新たなお仕事ができることをとても楽しみにしています。野崎徳洲会病院は、今年度から心臓血管センターを立ち上げることとなりました。循環器内科・心臓血管外科で担当していた心臓疾患、血管疾患の検査、診断、治療を、より緊密に、高いレベルで行えるように、システムを再構築しました。

## 循環器内科の代表的な疾患

### 心不全

### 冠動脈疾患

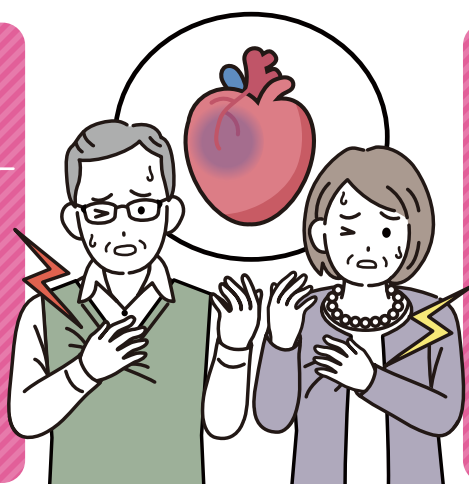
心筋梗塞・狭心症

### 大血管疾患

大動脈瘤、大動脈解離

### 末梢血管疾患

- 下肢閉塞性動脈硬化症 —  
足の動脈が詰まる、足が腐る
- 深部静脈血栓症 —  
足の静脈が詰まる
- 下肢静脈瘤 —  
表面の静脈に瘤ができる



### 不整脈

- 頻脈性不整脈 —  
脈が速い不整脈
- 徐脈性不整脈 —  
脈が遅い不整脈

### シャント不全

透析に用いるシャントが詰まり  
透析ができなくなる

### 高血圧

通常の治療ではコントロールが難しい  
難治性の高血圧

## どんな症状があらわれるのかな？



特に、高齢の方、高血圧やコレステロール、糖尿病治療をしている方、喫煙をしている方は要注意で、症状に乏しい方もしばしばいらっしゃいます。

# “循環器内科”ってどんな診療科？

循環器内科で行う治療は、カテーテルを用いた血管内治療、外科手術や適切な薬剤調整、心臓リハビリテーションなどがあります。不整脈はカテーテルアブレーションができる体制を整え、徐脈性不整脈はペースメーカー留置に対応しています。難治性高血圧についても、近い将来、カテーテルを用いた先進的な治療が承認される予定です。どの病期の治療においても、ご自宅に元気に戻って生活することを目標にしています。



急性心筋梗塞に対して、緊急で血管治療を行いました。

どんな治療をするのかな？

## 治療法

末梢血管疾患の中で、特に下肢閉塞性動脈硬化症は進行した動脈硬化疾患で、高齢、高血圧、コレステロール、糖尿病、喫煙などの生活習慣病が原因です。年々患者数は増え続けており、最終的に下肢切断となったり、場合によっては亡くなることもあります。

しかし近年では、血管内の治療技術が進歩し、高い成功率と一度治療したところが再度狭くならない「高い開存率」を得られるようになりました。そして私は、治験や国内外の医師との仕事の経験を活かして、当院でもこの治療ができる環境を作り上げました。看護師、臨床工学技士、放射線技師、フットケアチームと共に、包括的な治療を行ってまいります。

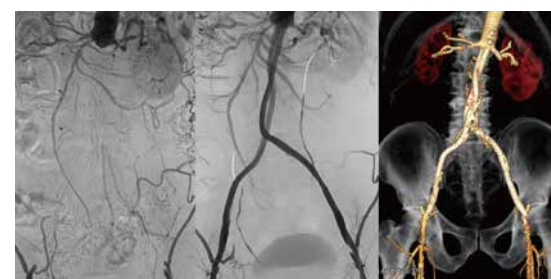
また、これまで薬剤治療のみに限定された深部静脈血栓症\*に対する先進的なカテーテル治療ができるようになりました。当院では、現在国内で15～20施設のみに限定されたこの治療が受けられます。



腸骨静脈に血栓閉塞が起きて、左下腿のむくみ、うっ滞がでた患者様。治療後、速やかに改善しました。

### ※深部静脈血栓症とは？

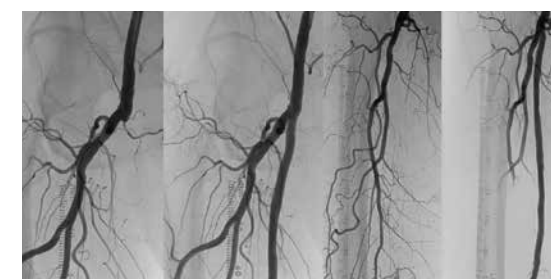
静脈が閉塞する疾患で、下腿のむくみなどが現れるのが特徴です。エコノミークラス症候群もこの1つです。



腹部大動脈から両下肢腸骨動脈の血管内を治療しました。それまで10歩と歩けなかった患者様が、治療翌日に自ら歩いて帰られました。



足の指先に潰瘍がある患者様に対して、膝下の動脈の血管内を治療しました。術後はフットケアチームが治療に介入し、完治しました。



ふとももの大腿動脈の血管閉塞に対して血管内を治療しました。お孫さんにおいていかれず歩けるようになったと喜ばれました。



別疾患で入院中だった患者様が急性下肢閉塞を起こしましたが、速やかな治療で改善し、2日後に退院しました。

## シャント不全

透析患者様にとって、シャントは生命線です。シャントは週3回、数時間使用しますが、バルーン拡張のみでは再び狭くなることも多く、3か月ごとなど定期的な治療が必要になる患者様もいます。私たちは、狭くなりにくい薬剤塗布型バルーンや人工血管を用いて、長い開存性を目標とした治療を行っています。この薬剤塗布型バルーンにおいては、国内で治験が行われた際、私も治験の責任者として参加しましたが、通常のバルーンと比べて長期間の効果を維持することが証明されています。



3か月ごとにバルーンを拡張していた患者様に、薬剤塗布型バルーンでのシャント治療を行い、その後2年間、治療がなくなりました。

当院では心臓血管病に対して、より高いレベルで診断・治療・経過を行える「心臓血管センター」をスタートさせます。些細なことでも構いませんのでお気軽にご相談ください。





# カテーテル検査・治療ってどんなもの？

その詳細を

## 放射線技師に聞いてみました！

カテーテル検査・治療とは、手首や足の付け根の血管から、カテーテルという細いプラスチック製の管を挿入して行う検査・治療のことを言います。

検査目的部位までカテーテルを進め、血管の内腔に留置しているカテーテルから造影剤を流し、X線透視で血管の状態を確認めます。

外科的治療に比べて、心身への負担や感染リスクが低く、回復も早いというメリットがあります。

### 循環器内科に藤原医師を迎えた当院では、3つの手技を行える体制が整っています。

#### 下肢動脈カテーテル検査

足の血管あるいは、足の根元の血管のどの場所にどの程度のつまりがあるか、細くなっているか詳しく検査します。

カテーテルという細い管を血管内に挿入して病変箇所まで進み、風船が先端についてバルーンカテーテルの風船部分をふくらませます。そして、狭い部分を広げたり、ステントという網目状の管を血管内に留置して、血管を広げたままにします。

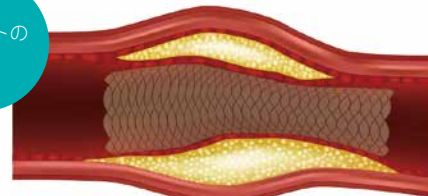
バルーン  
カテーテル



#### シャントPTA (経皮的血管形成術)

エコー検査でシャント血管の狭窄や閉塞が疑われる患者様に対して、血管の状態を調べます。狭い部分があれば、バルーンカテーテルや、4枚の刃があるカッティングバルーンというバルーンカテーテルで、狭い部分を拡張させます。血管内が血栓で詰まった場合は、水流で血栓を除去するカテーテル、血栓を溶かす作用のあるウロキナーゼを撒布するカテーテル、血栓を吸引するカテーテルなどを使用します。

ステントの  
留置



#### 心臓カテーテル検査

狭心症・心筋梗塞などの冠動脈疾患に対して適用される検査です。心臓の動きや大きさ・心臓内の圧力・冠動脈の狭窄や閉塞を詳しく検査します。また、急性心筋梗塞など緊急性のある疾患にも対応しています。

バルーンカテーテルやステントに加えて、ドリルなどの多くのデバイスを用いて治療を行います。また、徐脈の患者様に対してペースメーカーを留置する治療や、不整脈の患者様に対するカテーテルアブレーションなどの治療も行います。

#### —— 医療機器の紹介 ——

Azurion7

#### CAG (心臓血管撮影装置)



心臓血管治療に最適な、広視野で高解像度の画像は術者にも患者様にとっても安全安心な治療を提供できる装置になっています。また画像処理技術の向上により、少ないX線で検査を行うことができます。



## 第5回

# 脳卒中フォーラム 開催報告

6月15日（日）、大東市立総合文化センター（サーティーホール）にて、

第5回脳卒中フォーラムが盛大に行われました。

今回は「**脳卒中の予防と共存**」をテーマに医療講演を行い、ABI測定や相談ブースでの各職種による相談会を行いました。

当日は、梅雨を思わせる曇天でしたが、80名以上の来場者にお越しいただきました。

### 医療講演 脳卒中の予防について

脳神経外科 医師 篠田 幸樹

脳卒中の分類に始まり、脳梗塞・脳出血の予防としての投薬や手術などの方法を紹介しました。また、「脳卒中予防の10箇条」と、脳卒中の予防に必要な検査も紹介しました。



### 予防のための 検査

- 脳ドック（MRI 検査）…… 脳血管の異常や隠れ脳梗塞を調べる。
- 頸動脈エコーや ABI …… 動脈硬化の状態を評価する。
- 採血検査 …… 血糖や脂質をチェックする。
- 日常において …… 四肢の運動や言語めまい症状に留意する。

### 医療講演 脳卒中の予防と脳卒中相談窓口

脳卒中看護認定看護師 看護師長 市川 幸子

今回設置している「脳卒中相談窓口」を紹介しました。相談窓口では、脳卒中専門医・脳卒中看護認定看護師だけでなく、医療ソーシャルワーカー・薬剤師・リハスタッフ・管理栄養士などが構成員となり、患者様・家族様の脳卒中発症後の疑問や不安の解消のために相談を受け付けています。



### 医療講演

### 脳卒中の予防と共存 ～毎日の暮らしからできること～

リハビリテーション科 副室長 前田 浩明



水分補給や栄養面での予防に加えて、ウォーキングや全身運動の必要性、質の良い睡眠やストレスケアの重要性などを紹介しました。発症後も、ご家族や地域との連携、「手伝いすぎず、見守る」バランスが大切であるとお話しました。

### 医療を通じた地域のみなさまとの交流

ABI（足関節上腕血圧比）測定では、実際に会場で検査を行い、参加者の血管の状態の検査を行いました。

メディカルフィットネスからは、筋肉量検査を行い参加者それぞれの筋肉量や水分量など体の状態の評価を行い、説明をしました。みなさん自分の体に興味津々で、たくさんの方が検査を受けられました。



■検査・測定コーナー

そのほかにも、医師・看護師による医療相談、リハピリストップによるリハビリ相談をはじめ、薬剤師・管理栄養士・ケアマネージャー・医事課・健診センターなど様々な職種・部門の相談窓口を設置し、様々な相談を受け付けました。



■中川総長と篠田医師による医療相談



■薬剤師によるお薬相談



■看護師による医療相談



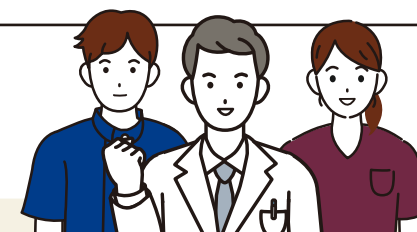
■医事課による医療費相談



■健診センタースタッフによる健診相談



今後も野崎徳洲会病院は様々なイベントを開催していきたいと考えております。  
みなさまの参加を心よりお待ちしております。



# 大東市で頑張る企業様に FOCUS! vol.7

7 回目は、回復期リハビリテーション病棟をはじめ  
障害者病棟、療養病棟を構え、  
患者さまに合わせた様々な医療を提供している  
わかさ竜間リハビリテーション病院さまに  
フォーカスしました！

## 西川

まず、病院を紹介してください。

## 坂本

当院は、リハビリテーションに力を入れている病院です。回復期リハビリテーション病棟、障害者病棟、療養病棟があり、患者さまに合わせた治療・リハビリ・ケアを提供しています。特に嚥下リハビリに長年力を入れていて、29名の ST と歯科医師、歯科衛生士が連携し、必要に応じて様々な機器を使いながら治療・リハビリを行っています。

## 松浦

患者さまご本人やご家族から最も要望の多いことの1つに「口から食べる」ことがあります。この要望に応えるために20年以上前から「嚥下障害のリハビリ」に力を入れて取り組んできました。院内でVFやVEといった機器を使った造影検査をして嚥下の状態を確認しながら、リハビリを進めていきます。

## 西川

リアルタイムで様々な検査をしながらリハビリを進められるのは強みですね。これらの取り組みは、療養病棟や障害者病棟でも行っていますか？

## 松浦

療養病棟や障害者病棟でも、患者さまの状態に応じて治療をしています。全身の状態や体調に応じて、摂食・嚥下チームも介入しながらリハビリを行います。

## 西川

療養病棟ではどのようにリハビリをしますか？

## 吉川

まずは ST が患者さまの嚥下の状態を評価して、PT が姿勢や首周りの筋肉などを評価し、OT が食事を食べる動作に介入して、情報を共有しながらリハビリを進め、評価を行うという流れを繰り返していきます。

### リハビリスタッフの職種・役割

**PT…理学療法士**  
歩行訓練、関節の可動域を広げる運動、筋力強化、疼痛コントロール  
**OT…作業療法士**  
食事、着替え、排泄、入浴などの日常生活動作の回復や維持  
**ST…言語聴覚士**  
構音訓練、言語訓練、嚥下訓練

## 社会医療法人若弘会 わかさ竜間リハビリテーション病院

3 名の方々にお話を伺いました！



社会福祉士 部長  
坂本 真衣

理学療法士 部長  
松浦 道子

理学療法士 特任課長  
吉川 創

◎インタビュー／野崎徳洲会病院 西川・前田



当院・前田が、歩行訓練ロボット／TOYOTA ウェルウォークを体験



## 松浦

気管切開した後、嚥下状態を見ながら、閉じていくまで段階的にリハビリを進めていくこと。この部分に関しては、当院はとても力を入れていて、診療実績も多く、このテーマに関して学会発表もたくさん行ってきました。

## 前田

ちょうど食事の話が出たので教えてください。当院でも基本的には看護師さんや栄養士さんが、患者さまの食事の姿勢を整え、食事を提供していきますが、リハビリスタッフが思うような食事姿勢ができていないことが多いです。このあたりの連携は、どのようにされていますか？

## 吉川

ベッドサイドから始める患者さまであれば、姿勢のことや食べ方などの注意事項を記載した書面を貼って、それを見てもらい、細かなところまで統一できるようにしています。

## 松浦

嚥下の機能のことについては、ST が主として介入しますが、自分で食べられるようになると OT が主として、姿勢や自助具の選定などに介入します。もちろん個別に対応することになりますので、看護師には口頭で伝えるだけでなく、一緒に対応しながら確実に情報共有できるよう進めていきます。

## 西川

就労支援や職業復帰を望む患者さんはいますか？

## 松浦

ある程度動けたり話ができたりすると、大丈夫だと思われがちですが、実際には例えば脳血管疾患の患者さまの場合は、高次機能障害などが隠れていることもあります。また、日々仕事をしていくためには、思った以上に脳の疲労が起ることもあるので、回復期でリハビリをしっかり行い、脳の機能アップと体力アップを図っていくことが重要です。PT は基礎体力、OT や ST の高次の脳機能アップと、職場復帰後の仕事などの様々なシミュレーションを行っています。

## 吉川

シミュレーションで今まで一番大変だったのは、教師の患者さまの職場復帰でした。6ヶ月間、リハビリとともに当院で模擬授業を行ったり、OT が学校へ付き添い模擬授業を行ったり。その後、校長先生と教頭先生から復帰の承認をもらい、最後に生徒の前で授業をして復帰が決まりました。

## 松浦

また車を運転する方に対しては、運転シミュレーターでテストをしていきます。すると、案外思ったように運転ができていないことに気づかれる患者さまもおられます。そのため、何度もシミュレーションを繰り返し、時には教習所で確認してもらうこともあります。もちろん、院内ですべてを完結できませんが、テストや確認を徹底することで、患者さまのみならず、地域社会における役割を果たしているのかなと感じます。

## 西川

なかなか病院だけで解決できる問題ではないですね。



自動車運転のシミュレーター



当院・西川が、手指用ロボットを用いた訓練を体験

## 松浦

運転シミュレーターのほかに、ミックスリアリティという VR 機械の機能を合わせて使うと、運転中の視線の動きが確認できます。リハビリの初めは危険確認ができていなかったとしても、テストを続けることで、結果は少しずつ良くなっていきますね。少しでも患者さまが来ていただくメリットのある病院になるために、2020 年頃より本格的にロボットや AI を利用したリハビリの先進機器を導入を進めて参りました。様々な先進機器をリハビリテーションに活用したり、従来のリハビリに組み合わせることで、患者さまの反応が良くなったり、リハビリが予想より早く進むという手応えを感じています。

## 西川

反応の結果を見てしっかりと評価していく。もちろん効果が得られない患者さまもいらっしゃると思いますので、やはり、一人ひとりの状態に合わせていくことが重要なんですね。今回は貴重なお話を聞かせていただき、ありがとうございました。

### 取材協力医療機関様

**病 院 名** 社会医療法人若弘会  
わかさ竜間リハビリテーション病院  
**所 在 地** 大阪府大東市大字龍間 1580  
**病 院 長** 錦見 俊雄 (にしきみ としお)  
**開 設** 1988 年 6 月  
**診 療 科** 内科 リハビリテーション科  
歯科 放射線科 皮膚科



# 病院情報

アクセス 1

無料送迎バスで  
お越しの場合

JR おおさか東線「新大阪」駅乗車

↓

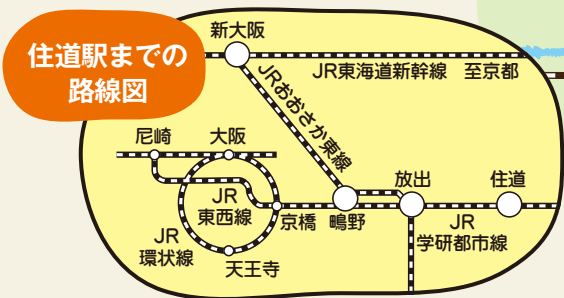
JR「放出」駅下車後、  
同じホームで JR学研都市線に乗り換え

↓

JR「住道」駅下車または JR「野崎」駅下車

↓

無料送迎バスに乗り、約10分で病院へ



アクセス 2

バスでお越しの場合

JR 住道駅北口にて  
近鉄バス  
「東花園駅前」乗車

↓

谷川バス停下車、徒歩 1 分で病院へ

近鉄新石切駅にて  
近鉄バス  
「住道駅前行き」乗車

↓

谷川バス停下車、徒歩 1 分で病院へ

アクセス 3

車でお越しの場合

～大阪方面から～

↓

8号線（大阪生駒線）を奈良・生駒方面へ。  
外環状線手前。

～奈良方面から～

↓

阪奈道路を大阪方面へ。  
外環状線経由で「深野南」を左折。

300 台が停められる駐車場があります。

## 診療時間・受付時間

|    | 診療時間        | 受付時間        | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |                                          |
|----|-------------|-------------|---|---|---|---|---|---|------------------------------------------|
| 午前 | 9:00～12:00  | 8:00～11:45  | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | 急病・救急の患者様は、<br>365 日 24 時間診療を<br>行っています。 |
| 午後 | 17:00～19:00 | 15:00～19:00 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |                                          |

医療法人徳洲会

野崎徳洲会病院

〒574-0074 大阪府大東市谷川2丁目10番50号

TEL 072-874-1641



QRコードを読み込んで  
ホームページへ簡単アクセス！

野崎徳洲会病院

<https://nozakitokushukai.jp>

## 外来予定表

|     |          | 月               | 火             | 水             | 木             | 金             | 土             |
|-----|----------|-----------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| 午前診 | 外科系      | 外科              | ○             | ○             | ○             | ○             | ○             |
|     |          | 大腸肛門外来          | /             | /             | /             | ○             | /             |
|     |          | 形成外科            | /             | /             | /             | ○             | /             |
|     |          | 整形外科            | ○             | (9時30分診察開始)   | ○             | ○             | ○             |
|     |          | 脳神経外科           | ○             | ○             | ○             | ○             | ○             |
|     |          | 心臓血管外科          | /             | ○             | /             | /             | /             |
|     |          | 呼吸器外科           | /             | ○             | ○             | /             | ○（予約制）        |
|     |          | 歯科口腔外科          | ○             | ○             | ○             | ○             | ○             |
|     | 内科系・専門外来 | 内科              | ○             | ○             | ○             | ○             | ○             |
|     |          | 腎臓内科            | /             | /             | ○             | /             | /             |
|     |          | 循環器内科           | ○             | ○             | ○             | (10時30分受付終了)  | /             |
|     |          | 不整脈             | /             | /             | /             | ○             | /             |
|     |          | 泌尿器科            | ○             | ○             | ○             | ○             | (隔週)          |
|     |          | 婦人科             | /             | ○             | ○（予約制）        | ○             | (予約制：第1・3・5週) |
|     |          | 小児科             | (11時30分受付終了)  | (11時30分受付終了)  | (11時30分受付終了)  | /             | (11時30分受付終了)  |
|     |          | 眼科              | /             | ○             | /             | /             | /             |
|     |          | 肝炎外来            | /             | ○             | /             | /             | /             |
|     |          | 消化器内科           | /             | /             | ○             | ○             | /             |
|     |          | 糖尿病外来           | /             | ○             | /             | /             | ○             |
|     |          | 糖尿病内分泌外来        | ○             | /             | /             | /             | /             |
| 昼診  | 予約制      | 糖尿病内分泌外来+リウマチ外来 | /             | /             | ○             | /             | /             |
|     |          | 胃・腸専門外来         | ○（予約制）        | /             | /             | /             | /             |
|     |          | 神経内科            | /             | /             | /             | ○（予約制）        | /             |
|     |          | アブレーション外来       | /             | /             | /             | (予約制：第2週のみ)   | /             |
|     |          | 無呼吸外来           | /             | /             | /             | /             | ○（予約制）        |
|     |          | リハビリ診療          | ○（予約制）        | ○（予約制）        | ○（予約制）        | ○（予約制）        | /             |
|     |          | 抗がん剤外来          | /             | /             | ○（予約制）        | /             | /             |
|     |          | 歯科口腔外科          | (受付時間13時～16時) | (受付時間13時～16時) | (受付時間13時～16時) | (受付時間13時～16時) | /             |
|     | 予約制      | 消化器内科           | /             | /             | ○             | (16時30分受付終了)  | /             |
|     |          | 婦人科（予約制）        | /             | /             | ○（予約制）        | /             | /             |
|     |          | 禁煙外来（予約制）       | /             | /             | /             | ○（予約制）        | /             |
|     |          | 呼吸器外科（予約制）      | /             | ○（予約制）        | ○（予約制）        | /             | /             |
|     |          | 神経内科（予約制）       | ○（予約制）        | /             | /             | /             | /             |
|     |          | 皮膚科             | (13時～17時30分)  | /             | /             | ○（予約制）        | /             |
|     |          | 小児心臓外来（予約制）     | /             | ○（予約制）        | /             | /             | ○（予約制）        |
| 夜診  | 小児科      | 小児科（予約制）        | ○（予約制）        | ○（予約制）        | ○（予約制）        | /             | ○（予約制）        |
|     |          | 外科              | ○             | /             | ○             | /             | /             |
|     |          | 内科              | ○             | ○             | ○             | ○             | /             |

|     | 受付時間        | 診察時間   |                            |
|-----|-------------|--------|----------------------------|
| 午前診 | 8:00～11:45  | 9:00～  | 初診時・毎月始めの診察の際は保険証をご持参ください。 |
| 夜診  | 15:00～19:00 | 17:00～ |                            |

救急外来は24時間（年中無休）

診療日時の詳細については受診される前日までに院内に掲示します。また、ホームページでもご確認いただけます。