

特定医療法人 健康会

総合病院 京都南病院

〒600-8876 京都市下京区西七条南中野町8

TEL 075-312-7361 (代表) / FAX 075-311-7965

診療科目

内科・神経内科・消化器科・呼吸器科・循環器科・アレルギー科
心療内科・外科・整形外科・脳神経外科・リハビリテーション科
麻酔科・リウマチ科・形成外科・泌尿器科・肛門科・婦人科・小児科
眼科・皮膚科・耳鼻咽喉科・放射線科

専門外来

糖尿病・アレルギー・血液・心療内科・高脂血症・健康管理
予防接種・乳 腺・手の外科・リウマチ・膠原病

診療時間

【月～金】 午前診 (受付) 8:30～12:00 (診察) 9:00～12:00

午後診 (受付) 13:30～16:30 (診察) 14:00～16:30

【土】 午前診 (受付) 8:30～12:00 (診察) 9:00～12:00

特殊外来は上記時間と異なりますのでお問い合わせください。

関連施設

介護老人保健施設ぬくもりの里

居宅介護支援事業所ぬくもりの里

訪問看護ステーションぬくもりの里

京都市認知症高齢者グループホームぬくもりの里

訪問看護ステーションみなみ

居宅介護支援事業所京都南病院

在宅療養部

ヘルパーステーションみなみ

健康管理センター (人間ドック・職域健診など)



特定医療法人 健康会

メールアドレス: minami_kouhou@kyotominami.or.jp

<http://www.kyotominami.or.jp/>

新京都南病院

〒600-8861 京都市下京区七条御所ノ内北町94番地

TEL 075-322-3344

【急患対応のご案内】

日・祝日を含む上記時間以外の時間外診療および救急車での来院については、すべて新京都南病院で診療いたします。

【夜間診療について】

(受付) 16:30～19:30 (診察) 17:00～

	月	火	水	木	金
内科	山本(良)Dr	新谷Dr	交替 (17:30～)	藤本Dr	古石Dr
外科	陳Dr	廣間Dr	交替 (17:30～)	鷹野Dr	清水Dr

- お薬は「院外処方」になります。
- 夜診は「内科」・「外科」の2診察体制です。
- 水曜日は診療開始時間が17:30からになります。

分 院

※診療時間など詳細は、各分院にお問い合わせください。

第二南診療所 (TEL 371-1465)・西京極診療所 (TEL 314-2866)

内浜診療所 (TEL 361-3833)・せんぼん診療所 (TEL 341-7868)

伏見診療所 (TEL 611-2324)・三栖診療所 (TEL 601-0739)



Contents

理事長ごあいさつ ●
 新年のあいさつ
 ちゃんと知っとこ! ●
 インフルエンザについて

京都★探検隊 ● 東寺 (教王護国寺)
 食の暦 ● 初午 (畑菜の芥子和え)
 ● 京都南病院は60周年を迎えます
 ● 京都南病院のキャラクターが誕生しました
 京都南病院グループMAP ● 西京極診療所のご紹介

京都南病院グループと地域を結ぶ
コミュニケーション情報誌

みなみ

vol. 107 ● 2013年 冬号

【今号の表紙】
京都南病院2階
診察室エリア



特定医療法人 健康会 理事長 ^{しみず}清水 ^{さとし}聡

みなさま、明けましておめでとうございます。みなさま方の昨年の一年はいかがでしたでしょうか。

去年は、年末のあわただしいなか、政権交代が行われ政府がなかなか安定しない状態が続き、国民は蚊帳の外で政党間の争いに始終している感があります。無責任体制が東日本大震災、福島原発災害などをさらに悪化させている印象を持つのは、私だけではないでしょう。もっとしっかりとリーダーシップをとっていただきたいものです。

さて、新京都南病院が開院致しまして、早いもので今春でもう2年が経過します。去年は新病院で夜診をはじめたことにより、地域のみなさまにとって新病院がより身近になったのではないかと考えています。より良い医療を提供するべく、さらに様々な体制を整えていきたいと考えて

います。また本院の再整備におきましては、長年地下で眼科、耳鼻科外来をしており、待合も狭くご不便をおかけしておりましたが、年末に二階に外来ブースを新設いたしました。そのブースには糖尿病外来二診、泌尿器外来、眼科外来、耳鼻科外来を開設しまして、糖尿病関連の外来を集約しております。待合室も新設し、みなさまにより快適に受診していただけるように、工夫いたしました。今年病棟の再整備を予定しており、現在5階、6階とわかれている5階病棟を1階に移動させて、よりスムーズに入退院ができるようにリニューアルいたします。

新病院、本院ともに、みなさまが利用していただいて初めて私たちの施設、システムが生きてくるのです。どうか存分に利用していただきますようお願い申し上げます。今年も「全人的医療の希求」を基本理念としてみなさまと一緒に良い医療を推進していきたいと思っております。また診療所、在宅診療、介護施設ぬくもりの里などもますます良い医療、介護をみなさまに提供すべく日

夜励んでおります。

私たち医療法人健康会は、みなさまと地域の医療、介護を守り、より良い社会になるように活動することを、今年も忘れず遂行していきますので皆様のご理解、ご協力をよろしく申し上げます。



京都南病院2階南 外来診察エリアオープン!



2012年12月25日より
泌尿器科・眼科・耳鼻科・内科の
診察室がフルオープンしました。



ちゃんと
知っとこ!

「インフルエンザ」について

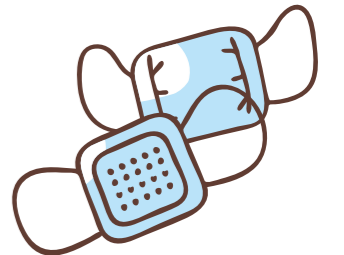
しん たに やす ひさ
内 科 新谷泰久

毎年、冬季になるとインフルエンザが猛威を振ります。症状は突然の高熱・全身倦怠・咳・はな・咽頭痛・関節痛などで、数日から1週間続きます。インフルエンザウイルスは、型変化を起こし大流行(パンデミック)をおこします。1918年スペインインフルエンザ・1957年アジアインフルエンザ・1968年香港インフルエンザがありましたし、2009年H1N1 2009インフルエンザは記憶に新しいところです。新しいインフルエンザウイルスには、やがて多くの人たちが抗体を持つようになり、毎年冬小流行する季節性インフルエンザとなります。次どのタイプの新型インフルエンザが大流行するか予測は難しく、致死率の高い鳥型インフルエンザが広がるのではないかとの観測もありますが、正直なところわかりません。

私たちはどのタイプのインフルエンザが来ても被害を最小限にするように、特に冬のインフルエンザの流行る時期に感染予防対策を実行しつづけるしかありません。それは

- ①インフルエンザワクチン
(心臓・呼吸器などに基礎疾患のある方・高齢者・医療従事者など)
- ②咳エチケット
(咳・くしゃみをするときにしぶきを飛ばさないようにマスクなどで口を覆う、そのあと汚れた手を流水で洗う)

- ③外出後の手洗い
- ④適度な加湿
- ⑤過労を避ける
- ⑥繁華街など人ごみへの外出を控える



などの対策です。熱が出れば早めに職場・学校を休むことが重要です。

治療としては、抗インフルエンザ薬が4種類市販されています。2009H1N1インフルエンザ大流行の時タミフルなどを大量使用した日本ではタミフルなどをほとんど使わなかった諸外国に比べてインフルエンザ関連死の報告が少なかったことから、タミフルなど抗インフルエンザ薬は死亡を減少させるのではと感染症学会は早期使用を推奨しています。しかし、医療水準や失業率など生活状態の違いが諸外国との死亡率の差ではないかという意見もあります。発症48時間以内に使用すると、熱が1-2日早く下がります。抗インフルエンザ薬に異常行動なども副作用として報告されており、主治医とよく話し合っ、薬使用の損得勘定を判断して患者さんご自身が決めていくことが重要です。

第6回 ● 東寺 (毘沙門天)

このシリーズ今号は6番目の七福神、毘沙門さんです。

鎮座坐します場所は知らぬ人として無いあの東寺。

なんや弘法さんかいな…。 まあそうおっしゃらずに少々お付き合いください。

まっばやしひで き
検査室 松林英樹



こーぼー(弘法)さん。京都に長く所縁のある方なら、実に懐かしい響きです。毎月21日の縁日へ足を運ぶことが生活の一部でおいでになる方以外、普段わざわざ詣ですることもなく師走の終い弘法の時に思い出す程度に、存在していて当たり前前のようなものですね。

東寺へ行く、とは言いません。「弘法さんに行こ」ですね。東寺(教王護国寺)に行くということは、縁日=弘法市に行くということです。

記者も幼少の頃は近い大人たちに連れられて幾度も縁日の露店へ行ったものです。露店で買って貰った駄菓子を食べながら、堀に突き出た足場石で甲羅干しをしている大きな亀を見るのが楽しみでもありました。国宝の五重塔がどうか、こーぼーさん・こーぼーさんと呼んでいるのが、弘法大師すなわち空海というとても偉いお坊さんなどは知る由もなかったのは当然として、南大門を入って左の方、網代笠を被り錫杖を手にした厳い顔の大師像を仰ぐ際には、幼童ゆえ少し恐ろしいのと同時に何やら尊い心持がしたので憶えています。



南大門から古色蒼然とした金堂に続き講堂、食堂と一直線に配置された壮麗な伽藍もさることながら、庶民にとって最も親しみのあるのはなんといっても大師堂(御影堂)でしょう。ここで

大師入滅の21日に毎月行われる御影供の縁日が弘法市の由来ですね。大師堂の前で「南無大師遍照金剛、南無大師遍照金剛…」と称えます。

さて目的の七福神の毘沙門さんは、この大師堂の南側にある毘沙門堂でお参りをします。この毘沙門さん、もと羅城門の楼上にあった兜跋毘沙門天像を遷座したそうです。現在は残念ながら宝物館に納まっておられますが、この毘沙門天像はもちろん、子院(塔頭)である観智院も含め建造物、文書、絵画、彫刻など国宝・重文は枚挙に暇がなく、まさに宝の山です。ま、しかし我々庶民はそんなことは頭の片隅にでも放り込んでおいて、1月21日には(今号の発行はいつ?)都七福神参りのあと、芋の子を洗うは愚か進むもままならぬほど賑わう初弘法の雑踏の中へ飛び込んで下さい。



とうじ (教王護国寺)

住所/京都府京都市南区九条町1
交通アクセス/
JR「京都」駅から歩いて15分
近鉄「東寺」駅から歩いて10分

食の暦

初午

この広報誌を目にされる頃は、正月料理も満喫された(?)おなかを七草粥で癒し、そろそろ節分の巻き寿司(恵方巻き)を気にされる頃ではないでしょうか。

今回は、「初午」のご紹介をします。

初午とはその年の2月最初の午の日の事を言います。2013年は2月9日にあたります。その昔、旧暦の初午にあたる日に伏見稲荷大社に祭神が降臨されたという言い伝えがあり、各地のお稲荷さんを祭る社で祭礼が行われるようになったという説があります。

京都ではこの初午の日に、畑菜の辛し和えを食べる習わしがあります。

伏見稲荷を創建した秦伊呂具の名前とかけて畑菜とし、お稲荷さんに仕えるきつねの好物が、からしだということから「畑菜のからし和え」をたべるようになったということです。

畑菜は京の伝統野菜のひとつで、1~2月の寒い時期が旬です。出回る量が比較的少なく、日持ちが悪い(葉が赤くなりやすい)ので扱いにくい野菜ですが、寒さにあたって畑菜はホント美味しくなると言われています!

なたねの種類なので、ほんのりと苦味があって菜の花のような風味です。

一番美味しく栄養価のある時期に、祭事に食べ合わせるといふ、昔からの先人の知恵なんではないでしょうか……?

畑菜の辛し和え

白ごまを炒ってよく搗り、といた辛子とすり合わせて、淡口醤油と昆布だしで味をととのえ、ゆでた畑菜とあえる。短冊に切った油揚げをまぜれば、栄養価もよくなり風味もまします。ツンと鼻へくる辛子と、ごまの香りが特徴です。



畑菜 ▶

◀ 小松菜

食材提供: 鳥羽芳商店 様

畑菜 産地/伏見区久我地域

畑菜は、京の伝統野菜の一つ。冬の寒い時期に霜があたって甘くなります。

栄養価 ほうれん草と比較すると、カルシウムが約2倍・ビタミンB6が約2倍・総ビタミンCが約1.5倍含まれるといわれています。ビタミンB6が欠乏すると、肌荒れやニキビ・吹き出物ができやすくなるといわれ、肌が乾燥しやすい冬の時期に適した旬の野菜とされます。

料理 辛し和え・煮物・おひたし等

● アレンジ料理 初午いなり ●

キツネを稲荷神の使いとして油揚げを供えたり、いなり寿司を食べる風習があるそうです。

写真では見えませんが、いなりの中には、混ぜご飯がしっかり入っています。

食材…畑菜、焼き鮭、錦糸卵、寿司飯、油揚げ、ごま



京都南病院グループは、 今年60周年を迎えます。

京都南病院は、1953年（昭和28）11月に京都平和病院としてスタートしました。その後1966年に現在の地で設立され、地域とのつながりを大切にした保健・医療・福祉活動を実践、全人的医療を展開してきました。

今年で京都市下京区を中心に地域医療を展開して60年目を迎えます。

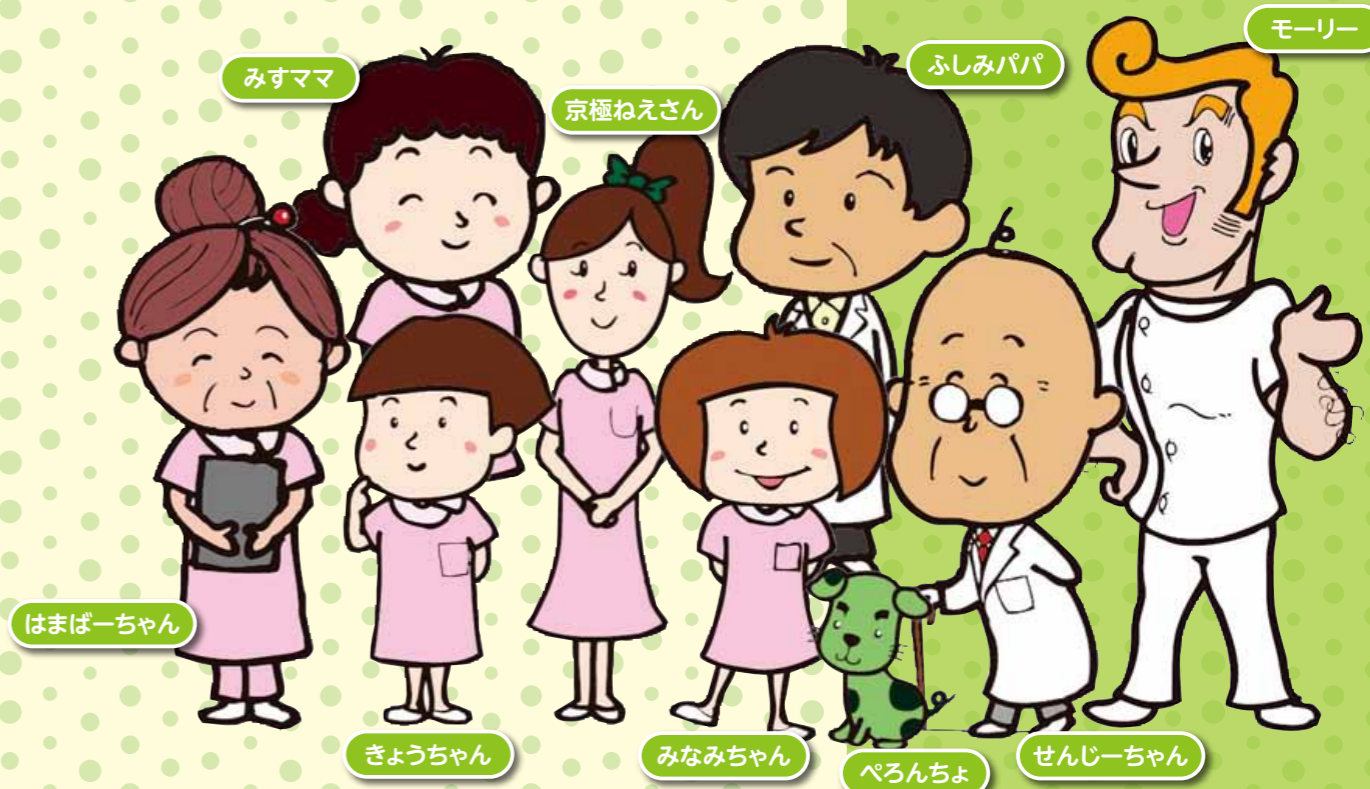
また、1998年（平成10）には救急部の正式発足、グループホーム「ぬくもりの里」の開所と、こちらは15年目を迎えます。



▲昭和35年当時の南病院（現在の第二南診療所の地で開院）



昭和50年（現在の地での京都南病院。まだ市電が走っています）▶



京都南病院の キャラクターが 誕生しました。

院内で募集していたキャラクターを選考した結果、以下のキャラクターに決定しました。

京都南病院グループ 診療所案内

西京極診療所
〒615-0813
右京区西京極佃田町 17
Tel 075-314-2866

特定医療法人 健康会 京都南病院
〒600-8876
下京区西七条
南中野町 8
Tel 075-312-7361

第二南診療所
〒600-8340
下京区東中筋通
花屋町下ル柳町 332
Tel 075-371-1465

内浜診療所
〒600-8146
下京区七条通河原町東入材木町 460
Tel 075-361-3833

西京極診療所

介護老人保健施設 めくもりの里

グループホーム めくもりの里

特定医療法人 健康会 京都南病院

せんぼん診療所

七条御前

新京都南病院

介護老人保健施設 めくもりの里
〒600-8865
下京区七条御所ノ内西町 68
Tel 075-321-0295

グループホーム めくもりの里
〒600-8863
下京区七条御所ノ内本町 15
Tel 075-314-1211

新京都南病院 24時間365日 救急時間外対応
〒600-8861
下京区七条御所ノ内北町 94
Tel 075-322-3344

せんぼん診療所
〒600-8835
下京区観喜寺町 10-15
Tel 075-341-7868

伏見区

三栖診療所
〒612-8227
伏見区三栖向町760
Tel 075-601-0739

伏見診療所
〒612-8089
伏見区銀座3丁目318
Tel 075-611-2324



看護師募集

応募資格：看護学校を卒業見込の方または卒業者
職員募集：若干名

詳しくは、下記にお電話いただくか、右記QRコードのお問い合わせフォームをご利用ください。
(携帯電話をかざして読み込んでください →)

京都南病院・総務課 (青木) ☎075-312-7361

