NEWS

令和6年能登半島地震に係るDMAT災害派遣活動報告

【文責】救急看護認定看護師　久保田 大樹

DMAT(ディーマット)とはDisaster Medical Assistance Teamの略であり、「災害急性期に活動できる機動性を持ったトレーニングを受けた医療チーム」と定義されています。当院は京都府にある第三次救急医療施設（救命救急センター）であり、地域災害拠点病院としてDMATを有しています。過去には東日本大震災（2011年）や京都府南部地域豪雨（2012年）・大阪北部地震（2018年）・熊本での豪雨（2020年）の際、DMATとして実災害へ派遣活動した経験があり、2024年1月1日に発生した令和6年能登半島地震においても派遣活動を行いました。



第1陣

期間：2024年1月4日～8日
場所：石川県立中央病院・石川中央DMAT活動拠点本部

京都医療センターを含めた京都府下の災害拠点病院・DMAT指定医療機関の9チームもあわせて、DMAT18チームが石川中央DMAT活動拠点本部に参集。当院の田中医師が副本部長を担当し、活動拠点本部での本部活動を行いました。参集チームの分配、役割分担や救急外来部門の運営サポートなど、DMAT活動拠点本部として活動指揮、搬送調整、情報分析の3領域にわけて活動。主に診療体制が維持出来るよう全体の組織図の作成を担いました。





第2陣

期間：2024年1月21日～25日
場所：いしかわ総合スポーツセンター

いしかわ総合スポーツセンターに設置された1.5次避難所での支援活動を行いました。主な避難者は被害が大きかった奥能登の住民の皆さんで、生活支援・ケアが中心となり、多職種と相談・連携をはかりながら避難所の環境改善に努めました。



日頃からの訓練が重要

災害はいつなんどき起こるかわかりません。今後起こりうる災害に向けて地域災害拠点病院として機能維持・向上がはかれるよう、日々さまざまな職種で話し合いさらに高めていきたいと考えます。

未筆ながら、被害に遭われた皆さまやそのご家族に心よりお見舞い申し上げます。

令和5年度
近畿地方ブロック
DMAT訓練参加報告

京都医療センターへのアクセス

公共交通機関

- 京阪本線「藤森」駅下車 徒歩8分
- JR奈良線「JR藤森」駅下車 徒歩12分
- 京阪バス「京都医療センター」下車すぐ

車をご利用の場合

- 名神高速道路の京都南インターから7分

※駐車場は台数に限りがあり、混雑が予想されます。当院へお越しの際は、なるべく公共交通機関・無料巡回バスをご利用ください。

無料巡回バスのご案内

平日のみ
45分間隔で運行

「JR藤森」駅、近鉄・地下鉄「竹田」駅より無料巡回バスを運行しております。

近鉄・地下鉄「竹田」駅 ⟷
「JR藤森」駅 ⟷
京都医療センター

※運行は平日のみです（土曜・日曜・祝日は運休）
※交通事情などにより若干のずれが生じることがあります。巡回バスの遅延により外来予約時間に間に合わない場合があっても、当院は責任を負いかねます。
詳細はホームページをご覧ください。



読者アンケート

さらに充実した内容、読者の皆さまにお楽しみいただける広報誌を目指しています。ぜひ、アンケートにご協力ください。

アンケートはコチラから▶

今号の表紙　形が腎臓とよく似ていると言われるそら豆。身近なそら豆と結びつけることで腎臓に関心を持っていただきたいという思いを込めました。



独立行政法人国立病院機構
京都医療センター
National Hospital Organization Kyoto Medical Center

発行元

うづらだより 第158号　2024 Spring
独立行政法人国立病院機構 京都医療センター 広報戦略室
〒612-8555 京都市伏見区深草向畑町1-1　TEL：075-641-9161（代表）　FAX：075-643-4325

※掲載内容は発行時点の情報です。2024.03 初版 / 2026.04 改訂

京都医療センター 広報誌

うづらだより



うづらトピックス

むくみや貧血は見過ごせない!?

慢性腎臓病のお話

うづらヘルシーレシピ

アスパラガスとエリンギの梅きんぴら

Volume 158
2024 Spring

独立行政法人国立病院機構 京都医療センター

\ 京都医療センターさん、これ気になります /

うづらトピックス

このコーナーでは、毎回身近な病気や医療をテーマに解説します。

今回のテーマ

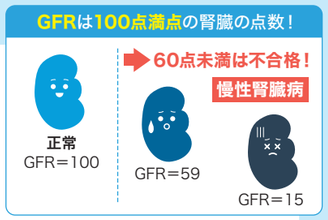
慢性腎臓病

慢性腎臓病をご存じですか？

慢性腎臓病とは、次の1)、2)のいずれか、または両方が3か月以上続く場合と定義されています。

1）腎臓の障害
たんぱく尿が出るなどの腎臓の異常

2）腎臓の機能の低下
腎臓のはたらきを示すeGFR値（推算糸球体ろ過量）が60ml/分/1.73m²未満



代表的な症状



初期には自覚症状がなく病気に気づかないまま放置してしまい、上記のような症状が現れたときには病気がかなり進行している可能性があります。

CHECK 慢性腎臓病ってどんな病気？

日本における患者数は約1,330万人、成人のおよそ8人に1人と推計され、新たな国民病ともいわれています。原因となる病気はさまざまありますが、最近では生活習慣病による慢性腎臓病が増えています。乱れた生活習慣や肥満が糖尿病・脂質異常症・動脈硬化などを引き起こし、慢性腎臓病を発症・進行させています。
適切な治療を受けず放置してしまうと腎不全へと進行し、透析療法や腎移植が必要になるだけでなく、脳卒中や心筋梗塞などのリスクも高まります。

先生からのアドバイス

早期発見が大切です

腎臓は機能が一度低下してしまうと回復させることが難しいため、早い段階で腎機能低下を見つけ出し進行を抑えることが大切です。慢性腎臓病の早期発見に役立つのが、尿中のたんぱく質の濃度を調べる尿検査と、血液中のクレアチニンを調べる血液検査です。これらの検査は、かかりつけの診療所で行ってもらえます。まずはお近くのかかりつけ医に相談してみてください。



ピックアップニュース

Web講演会 世界禁煙デー記念イベントのお知らせ

参加費無料

日時／2024年5月28日火 18:00～19:10 ※終了しました　Zoom配信

毎年5月31日は世界保健機関（WHO）の定めた「世界禁煙デー」。世界禁煙デーに続く1週間は厚生労働省が定めた「禁煙週間」、世界中で広く禁煙啓発活動が行われます。タバコの煙は喫煙者のみならず、社会全体の健康に大きな被害を及ぼします。京都医療センターでも煙のない健康な街づくりを目指し、世界禁煙デー記念イベントとして、Web講演会を開催いたします。医療関係者の方、一般市民の方、どなたでもご参加可能です。

参加申し込み方法

右のQRコードを読みとり「フォーム」よりお申し込みください

詳しくは当院ホームページをご覧ください



2023年11月、禁煙に貢献された看護学校のボランティア活動に奨励賞を授与いたしました。

うづらヘルシーレシピ

アスパラガスとエリンギの梅きんぴら　臨床栄養科



〈1人前の栄養量〉
・エネルギー：55kcal
・たんぱく質：3.0g
・脂質：1.8g
・炭水化物：6.7g
・食塩相当量：0.7g

【材料（2人分）】 アスパラガス：100g　エリンギ：80g　炒め油：小さじ1/2
◎ 梅干し：10g　砂糖：小さじ2/3　醤油：小さじ2/3　みりん：小さじ1
かつお節：1g　ごま油：小さじ1/4

作り方

① 梅干しの種をとり、たたく。◎の材料をすべて合わせる。
② アスパラガスはすじを軽く取り斜めに切る。
エリンギは半分の長さにして、細長く大きさを揃えて切る。
③ フライパンに油をひき温まったらエリンギ、アスパラガスの順に炒める。
エリンギがしんなりして、アスパラガスが鮮やかな緑色になったら、①を入れ、炒め合わせる。
④ 最後にごま油を回しかけ、かつお節を上に飾り完成。

コラム

近年はハウス栽培などで収穫期間が長くなりましたが、アスパラガスは本来、寒い時期に茎が土から出て、3月ごろから旬を迎える緑黄色野菜です。アスパラギン酸というアミノ酸が豊富で甘みやうまみが感じられます。鮮度が落ちやすいので買ったら早めに調理することがおすすめですが、冷蔵庫では立てて保存しましょう。

\ シリーズINTERVIEW / Personality 岸本 香織さん

FM845「カラダ元気」出演報告

過去の放送はこちらから

FM845 京都リビングエフエム
毎月最終火曜日 14:05～14:30 放送

今後の放送予定（終了しました）

2024.4.30	副院長 川端 浩
2024.5.28	京都看護助産学校 上南 雪野、辻岡 良輔
2024.6.25	外科医長 中村 公治郎

2024.1.30 脳卒中リハビリテーション看護認定看護師 山口 理恵子
「冬の寒い時期に気をつけたい脳卒中の予防と対応」
脳卒中は冬の寒い時期も発症が多い疾患です。普段の生活の中で気をつける予防と対応のポイントを紹介します。

2024.2.27 外科医長 水野 礼
「直腸がん治療の最先端」
直腸がん治療は近年、大きな進歩を遂げています。手術、抗がん剤、放射線を組合わせた最新の治療戦略を紹介します。

2024.3.26 がん薬物療法看護認定看護師 田中 雅子
「がん治療による外見変化に対するケア（アピアランスケア）について」
がん治療中、そして治療後も「自分らしく生きる」ことを支えるアピアランスケアについてお伝えします。