ホ　ワ　イ　エ
Foyer
[fwaje]

発行者：渡辺内科クリニック 渡辺　伸明

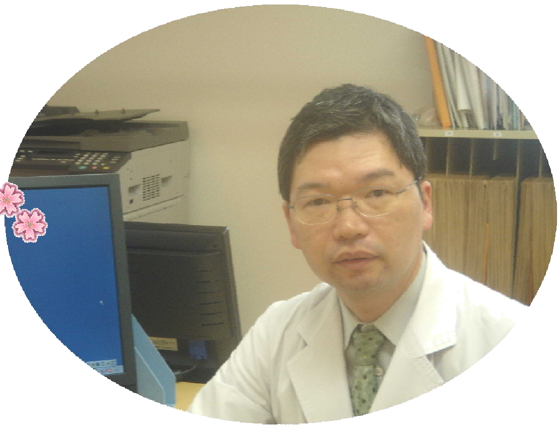
〒662-0971 西宮市和上町２－３９
TEL:0798-23-5160　FAX:0798-23-5120
URL：http://www007.upp.so-net.ne.jp/clin-wat

2005年　春　号

Vol.1　（2005年４月発行）

［院長のことば］　「ホワイエ」創刊にあたって
［今月の特集］　「電子カルテ」って？
［今月の案内］　西宮あゆみ会に入りませんか？
［連載］
・ごはんのこと～私の朝ごはん～
・臨床検査技師の大きなひとりごと～検査ってなぜ必要なの？～
・薬剤師の小さなひとりごと～院内処方のメリット～
［新着情報］　契約駐車場のご案内

「ホワイエ」創刊にあたって



まずは「ホワイエ」創刊号を手に取っていただき
ありがとうございます。
この春で開院から３年半になります。
生来凝り性な面があって自分なりに納得のいく診療をするために工夫を重ねてきました。
うまくいくかどうか自信のないままに始めたこともありましたが、試行錯誤の末に皆さんのお役に立つ形に育ったときにはうれしいものです。クリニックを訪れる皆さんに向けての通信誌も、いつも頭の隅に実現したいことがらのひとつとしてありました。

「ホワイエ」はフランス語で楽屋、故郷、家庭などを意味する言葉です。
どんな仕事にも舞台裏があります。

コンサートで聴衆の心を揺さぶる数時間のステージを創るために、音楽家はその何十倍、何百倍の時間を練習に費やしていることでしょう。またレストランでは目に華やかで、食したものに幸福感をもたらす一品を完成するために、料理人は厨房でどれだけの汗とアイデアをしぼり出しているのでしょう。
医療も他のお仕事と同様、ぶっつけ本番ではできません。日々の診療の裏に、音楽家にとっての鍛錬の時間、料理人にとっての仕込みの時間に相当する舞台裏の時間が存在します。
ところが残念なことに、私たちがおひとりずつの患者さんにサービスを提供する時間は、現在の医療が置かれた状況を反映してあまりにも短いものになっています。
２時間にわたるコンサート、フルコースに比べてたかだか数分間の診察！
お役にたつはずの情報や知識を時間の制約でお渡しできないこともしばしばあります。
せめて診療中にお伝えできなかったことを、あとでゆっくり読める形で提供できればどうでしょうか。
幸いなことに当院はさまざまな職種の有能なスタッフに恵まれています。それぞれの専門分野で皆さんへのメッセージを順次執筆してもらえばいいものができるのではないか、と考えています。

文章は人を表すものです。行間から私やスタッフの心の舞台裏（本音ともいいます）を読み取り親近感を持っていただければ幸いです。
「ホワイエ」の意味する故郷、家庭といかないまでも、私たちと皆さんの間をつなぐかけはしのひとつになれば、と期待しています。

（院長　渡辺伸明）

【今月の特集】 ～電子カルテって？～

お気づきの方も多いと思いますが、今年1月より当院は電子カルテを導入しました。昨年 12 月のクリニック移転と並行してスタッフ全員で準備をしてきました。

1月から診察室の奥にスタッフがちょこんと座っています（先生とふたりだけで話したいのにと気になりますか？）。診療補助という役割で、患者さんのご病状や診療内容を記録したり、検査やお薬の指示など医師の入力業務の手助けを行っています。

導入当初は私たちも不慣れなため、患者の皆さんに色々とご迷惑をおかけしたことと思います。現在は従来の紙カルテと併用していますが、電子カルテの導入には“わけ”があります。

電子カルテは患者さんと医療スタッフにとって、多くのメリットがあるのです。

その中のほんの一部を紹介させていただきます。

1．待ち時間の短縮：

紙カルテへの記載や会計などにかかっていた時間を短縮、
診療終了後からすぐに院内薬局での薬の準備を開始できます。

2．情報を共有しチームワークを発揮：

スタッフは電子カルテに書き込まれた情報を参考にしながら患者さんとお話しができます。さらに診察時、医師は各スタッフからの情報により総合的な判断ができ、細かい対応が可能になります。

3．　紹介状や診断書の迅速な作成：

従来は時間を要した紹介状などの作成も、迅速にできます。

4．　一目瞭然の経過把握：

今までの検査データや治療内容を、いつでも見ることができるので、経過を理解しやすくなります。

私たちは、患者さんを中心にした医療を目指しています。そのために、患者さんとともにご病状を把握し、一緒に治療法を考えていくことをモットーにしています。

もちろん、患者さんとのコミュニケーションは従来通り大切に考えています。パソコンの画面ばかりを見るのではなく、患者さんのご様子をしっかり目で見て確認し、会話しながらゆったり診察できるように心がけています。

患者さんひとりひとりに充実した医療を受けていただけるよう、今後も電子カルテを整備していきたいと考えています。

「臨床検査技師の大きなひとりごと」
～ 検査ってなぜ必要なの？ ～

糖尿病や高血圧症、高脂血症などの生活習慣病は症状が現れにくいと言われています。特に初期の段階では、まったく痛くも痒くもありません。それなのに「自己管理をしなさい」と言われることに不満を持っている方はおられませんか？

いくら医師から「このまま放っておくと合併症が出て大変なことに･･･」と説明を受けても「自分は大丈夫だろう。まさか、自分がそんなことになるわけがない」と危機感の薄い人は多いのではないでしょうか？病気の深刻さを受け止められない原因のひとつに、十分な知識のないことがあるかもしれません。

生活習慣病は、症状が出にくいために定期的な検査が必須となります。その検査の意味を知ることが、自己管理していくことに役立つかもしれません。そこで、このコーナーでは少しずつ検査のおはなしをご紹介していこうと思います。

今回は手始めに尿検査について少しだけお話します。尿検査は採血と違って痛みを伴ないませんし、すぐに結果が出るので患者さんにとって、とても簡単で楽な検査です。

糖尿病の患者さんには、毎月尿検査をお願いしているのでめんどうに思っている方もおられるかもしれません。でも、尿には実にたくさんの情報が隠されているのです。詳しくは待合室にある「尿検査　結果の見方」をご覧ください。

次回は「頚動脈エコー」についてのお話の予定です。乞うご期待を！

（臨床検査技師　横山有子）

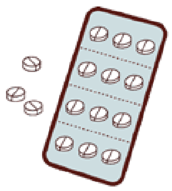
「薬剤師の小さなひとりごと」
～ 院内処方のメリット ～

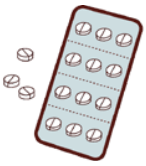
　渡辺内科クリニックが引越ししてきて丸三ヶ月がたちました。以前の場所から通ってきてくださっている方はお気づきのとおり、引越しを機に、ほぼすべての方にクリニックの中からお薬をお渡しすることの出来る「院内処方」の方式に変更になりました。

　時代は「医薬分業」の波に乗って、調剤薬局でお薬をもらう「院外処方」の流れになっていますが、渡辺内科クリニックの「院内処方」には患者さんにとってのメリットがたくさんあります。
　まず、「薬局に寄ってお薬をもらわなくてもいい」これは便利ですね！待ち時間もなく、めんどうくさくない！助かります。
　次に「会計のお金が安くなったような気がする」ありがたい！これは事実です。（詳しく知りたい方は‥）
　そして「お薬の相談に乗ってもらえる」ここポイントです！これを大いに活用して下さい。渡辺先生に実は･･･とお話しにくいこと、なんか忙しそうだから遠慮しちゃうな～ということ、あると思います。今さらこんなこと聞けないなあ‥なんてことも。そんなときは遠慮なく薬剤師におたずねください。

　まだまだ勉強不足のこともたくさんありますが、出来る限り皆さんのお役に立てるよう頑張るつもりです。また先生や他のスタッフとの橋渡しもいたします。

　いつも受け付けの横にニコニコ座っていますので、お気軽にお声掛けてくださいね。お待ちしています！





（薬剤師　永田厚子）

「西宮あゆみ会」に入りませんか？

「西宮あゆみ会」は、当クリニックに通院している糖尿病の患者さんを対象としたアットホームな会です。（年会費は三千円です（入会金は不要）。）

総会では**患者さん同士の情報交換の場**となるだけでなく、**院長**をはじめ受付事務・看護師・臨床検査技師・薬剤師・管理栄養士などすべてのスタッフと気軽に交流・相談できます。また、日本糖尿病協会の支部として、**糖尿病協会発の有益な情報**をお伝えしています。益々充実してきた会に皆様のご参加をお待ちしています。

~現在の活動~

① **年2回の総会**（糖尿病専門の講師をお招きしての講演、質疑応答、クイズ大会、患者さん同士のディスカッション・体験談、コントロールの優秀な方の表彰など）

② 日本糖尿病協会が発行している雑誌「さかえ」を毎月無料配布

③ ウォークラリーなど糖尿病協会のイベントのご案内

~今までの総会の主な講演内容~

第一回（H14.11.30）　：「低インスリンダイエットの功罪」　兵庫医科大学栄養課　課長　三野幸治先生

第二回（H 15.5.31）　：「糖尿病の運動療法　－動門来福－」　大阪市立総合医療センター総合内科・代謝分泌内科部長　佐藤利彦先生

第三回（H15.11.22）　：「合併症よもやま話」　関西労災病院内科　副部長　池田雅彦先生

第四回（H16.5.22）　：「糖尿病と遺伝－糖尿病の体質は長生きの体質？？－」　大阪大学医学部分子制御内科　山縣和也先生

第五回（H16.10.30）　：「開院三年目にあたって－患者さんから学んだこと－」　院長　渡辺伸明
「糖尿病のちょっと耳よりなお話」兵庫医科大学　糖尿病科　教授　難波光義

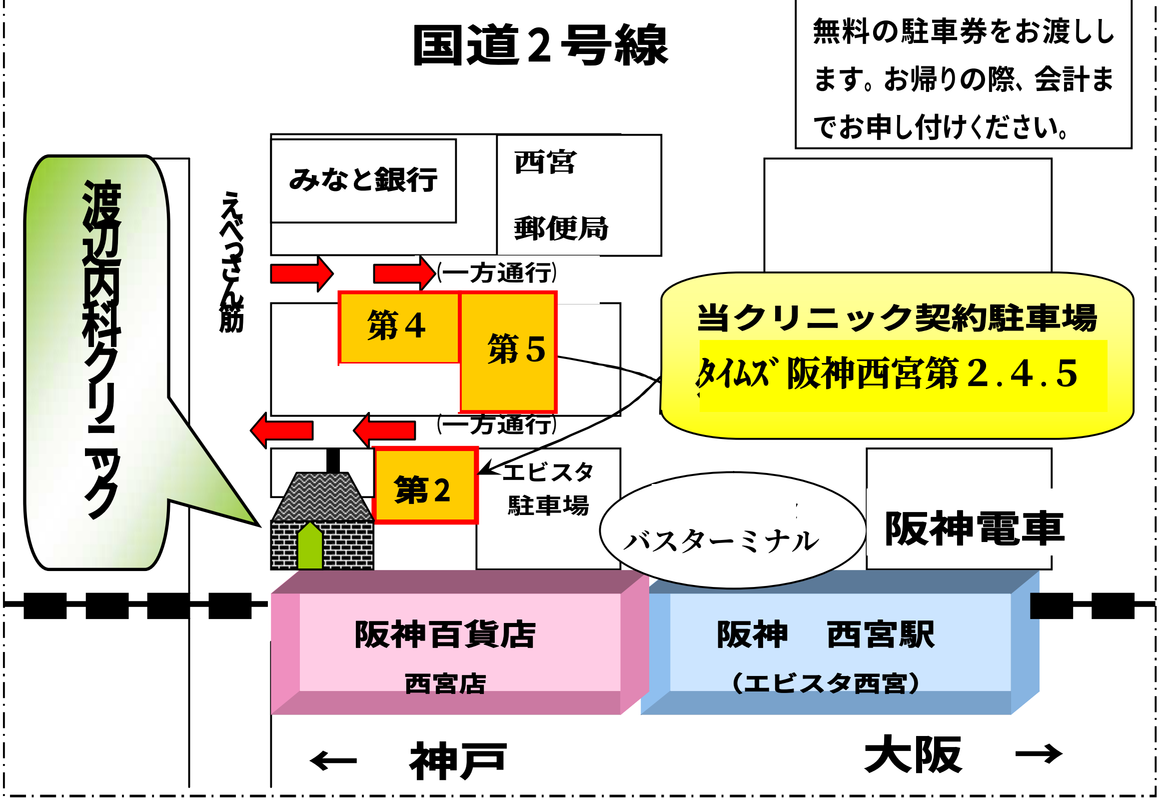
第六回は5/28（土）　午後2～4時　西宮市民会館　4階　中会議室にて

総会、コントロール優秀者の表彰を行います。そして、
講演は　阪南市民病院　診療部長　糖尿病センター長　山本康久先生
「糖尿病のお薬について」を予定しています。お楽しみに。

入会ご希望の方は、受付までお声をかけて下さい。

【契約駐車場のご案内】

ご利用の方には、1時間無料の駐車券をお渡しします。お帰りの際、会計までお申し付けください。



渡辺内科クリニック　診療案内

診察時間

【月～土】　午前 9:00～12:30
【月・水・金】　午後 4:00～6:30
【火】　午後 1:30～3:30

超音波検査(頸部・腹部)

- 火・木・金曜日(いずれも午前)

栄養相談

- 月・水・土曜日(いずれも午前)
(水曜日は午後も実施)

お願い

- 待ち時間を少なくするため、予約診療をおすすめします
- 検査の関係で順番が前後することがありますのでご了承ください

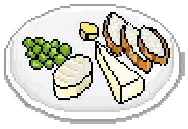
休診のお知らせ

日本糖尿病学会出席のため
5/13(金)・14(土)

あゆみ会(患者会)のお知らせ

5/28(土) 詳しくは院内掲示を！

【ごはんのこと】　～私の朝ごはん～



このコーナーでは、毎回食事をテーマにして楽しくてちょっぴり役に立つ情報を紹介していきます。気楽な話題でいこうと思っていますのでどうぞよろしくお願いします。

糖尿病食では「食事が制限されるからつまらない」とか「色々考えて食べるなんて、おいしくない」などと思っていませんか？そんな食事は食事ではないですよね。

患者さんにもっと楽しんで食べてほしいという気持ちをこめて、載せていきたいと思います。第一回目は「私の朝ごはん」ということで、恥ずかしながら栄養士の私生活をちょっぴり紹介させていただきます。日頃、患者さんに指導している本人はもちろん良いお手本になるのでしょうか。

自家製焼きたてパン

くだもの入りヨーグルト

こだわりのうまい珈琲

これはある日の朝ごはん、実は私は朝ごはんが大好きなのです。特に、春が近づいてくると体の中からぞくぞくっとして生野菜を欲しがるのです。サラダといっても千差万別、ランチとかについてくる脇役じゃなくて主役になるようなごちそうの一品です。

この日の材料は、サニーレタス・水菜・紫玉ねぎ・トマト・パプリカ・青しそ・はんぺん・スモークサーモン。最後にごまとエメンタールチーズをシャッシャとかけてできあがり～。

日によってはマッシュルーム・セロリ・大根・にんじん・ブロッコリー・アスパラガスも使います。とにかく10種類くらいの色々な食材を、手でちぎったりスライサーを使ったりして気楽に盛りつけていきます。

できるだけ色々な材料を使って彩り良く、季節を感じるように仕上げるのがポイント！
「おいしいなあ、幸せだなあ」と思いながら楽しんで食べています。これもポイント！

食べることは『心』と『体』の栄養ですから。朝ごはんからたくさんの元気をもらって、「ごちそうさま～♪今日も一日がんばるぞ！」って自分に言っています。　　　〔管理栄養士　河口八重子〕