

### 予約電話番号が変わりました

2026年1月22日より予約電話番号が変わりました。

新しい電話番号

# 0570-001-489

音声ガイダンスに沿って番号を選択してください。

- 1番 本日の外来診療
- 2番 明日以降の予約(10:00~16:30)
- 3番 予約以外の問い合わせ

※オペレーターにつながるまでは電話料金は発生しません。  
 ※ご案内の途中でも番号を入力することができます。  
 ※定額通話プラン対象外です。

YouTube  
 公開講座「いきいき健康教室」動画配信中

リンクまたは二次元コード読み取りで  
 ご覧いただけます。

[https://www.youtube.com/playlist?list=PLPrr2\\_-Zvoj2ZZaPYK1RTEWfrhg-AD4Ya](https://www.youtube.com/playlist?list=PLPrr2_-Zvoj2ZZaPYK1RTEWfrhg-AD4Ya)



医療法人社団志高会

## 三菱京都病院

MITSUBISHI KYOTO HOSPITAL

京都府がん診療推進病院

救急告示病院 人間ドック・健診施設機能評価認定施設  
 日本医療機能評価機構認定病院 厚生労働省指定臨床研修病院

〒615-8087 京都市西京区桂御所町1番地  
 TEL 075-381-2111 FAX 075-392-7952

予約専用ダイヤル **0570-001-489**

セカンドオピニオンをご希望の方も予約専用ダイヤルにお電話ください。

がん相談窓口(患者支援センター) 【(月~金) 10:00~16:00】  
 TEL:075-381-2111 FAX:075-392-7952

<https://mitsubishi-hp.jp>



### ACCESS



#### 阪急電車

■京都市営バス「桂駅」下車北へ徒歩15分、タクシーで約5分

#### お車の方

- 京都方面からは西大橋から信号4つ目左折50m左折
- 亀岡方面からは阪急のガードを越え、次の信号右折50m左折

#### 京都市営バス

- 23系統(京都駅~洛西バスターミナル)上桂前田町下車徒歩3分
- 70系統(太秦天神川駅前~小畑川公園北口)上桂東ノ口下車徒歩5分
- 69系統(みぶ~桂駅東口)上桂西居町下車徒歩10分

#### 京阪京都交通バス

- 27・21系統(桂坂中央~京都駅前)上桂前田町下車徒歩3分  
 亀岡・園部方面から27・21系統への乗り継ぎは、1・2系統国道  
 中山(下車)乗り換え

#### 無料送迎バス

- 阪急桂駅西口より約20分間隔で運行中  
 ※開院日以外は運休しています。

#### 【開院日】

時間	阪急桂駅西口発	三菱京都病院発
8時	00 20 40	13 33 53
9時	00 20 40	13 33 53
10時	00 20 40	13 33 53
11時	00 20 40	13 33
12時	50	43
13時	10 30 50	03 23 43
14時	10 30 50	03 23 43
15時	10 30 50	03 23 43
16時		03 23 43



※予告なく変更・中止する場合がございます。  
 ※道路事情・その他諸事情により乗車場所が移動する場合がございます。  
 ※定員オーバー、交通事情により遅れる場合があります。ご了承ください。  
 ※開院日以外は運休しています。

# himawari

三菱京都病院 83  
 2026 spring Vol. 83

### CONTENTS

TOPICS  
 入院サポートセンターを  
 開設しました!

TOPICS  
 循環器内科教授外来のお知らせ  
 新任医師のご紹介  
 京都健康EXPO2026に参加しました

診療技術部の裏話 第5回  
 病院食の献立ってどうやって考えているの?  
 理学療法士が紹介! 健康ストレッチ 第28回  
 今回は『ハムストリングスのストレッチ』についてお話しします!

特集 ひまわり編集部が聞く!

## 子どもたちの健やかな成長を守るために



# 子どもたちの健やかな成長を守るために



小児科  
松田 浩一  
(まつだ こういち)

小児科 副部長  
長田 加寿子  
(おさだ かずこ)

小児科 部長  
丹羽 房子  
(にわ ふさこ)

小児科  
東口 素子  
(ひがしぐち もとこ)

小児科  
中西 純子  
(なかにし じゅんこ)

当院小児科では現在5名の常勤医師が在籍しています。先生方に、地域の子どもたちの成長を守るためにどのような取り組みをされているのかについて、ひまわり編集部がきいてみました！

## 小児科ではどんな診療をおこなっていますか？

**丹羽Dr:** 外来では、平日午前は主に発熱や胃腸炎などの感染症を中心とした一般外来をおこなっています。午後はそれぞれの小児科医の得意分野の専門外来や予防接種外来、当院で出生したお子さんの1ヶ月健診など曜日により異なりますが幅広い疾患を診ています。また健診の場や近隣クリニックからの紹介患者さんも午前・午後問わず毎日多く受診されていますね。

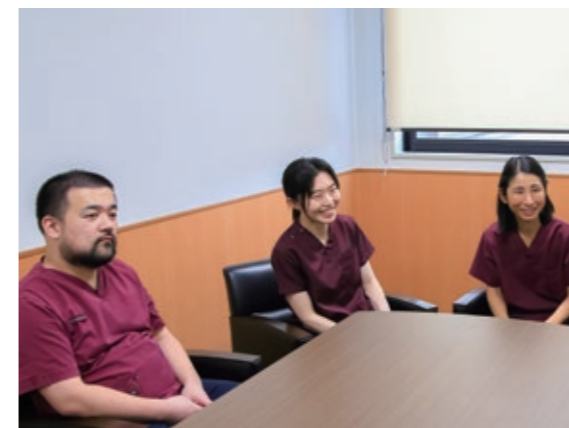
**長田Dr:** 小児科は混合病棟ですが、入院では、肺炎などの感染症や川崎病などの小児患者さんの診療を、またNICUでは34週、1500g以上の早産児や治療が必要な新生児の受け入れをおこなっています。

小児科医は当院での出産の際に立ち会うことも多いですよ。

## 当院小児科ではどのような専門外来をされていますか？

**東口Dr:** 専門外来という形はとっていませんが、アトピー性皮膚炎・気管支喘息・食物アレルギーなどのアレルギー性疾患の診療もおこなっています。食物アレルギーについては残念ながら現時点では当院で食物経口負荷試験を行うことができないのですが、診断をおこない必要に応じて近隣の専門機関にご紹介させていただいています。

**中西Dr:** 水曜と金曜の午後に頭の形相談をおこなっています。乳児期の頭の歪み(体位性斜頭)に対するヘル



メット治療が可能です。最近治療を希望される方が増えてきています。生後4・5ヶ月からヘルメット治療はできますので、頭の形が気になる方は生後4・5ヶ月で相談に来てください。

**松田Dr:** 金曜日午後小児心臓外来をおこなっています。心疾患は、胎児期に診断されることもあれば、社会人になってから判明するものもあります。当院では、出生直後に心雑音などで診断された方、学童期の心電図検診で引っかかった方、日常生活で時折胸痛が痛くなって心配で受診される方など、さまざまな方が心臓外来を受診されています。心臓関連の不安・心配があれば、まずはお気軽にご相談ください。また、「小児」心臓外来となっておりますが、いわゆる先天性心疾患に関連することであれば、成人を担当される心臓内科の先生方と協力して年齢を問わず対応可能です。

**長田Dr:** 心身症外来として、朝起きにくい、眠れない、学校に行きにくいなどの症状に対して、身体の異常が無いことを確認し、改善策を患者さんと一緒に考えていきます。起立性調節障害の検査、治療もおこなっています。

**丹羽Dr:** 金曜のフォローアップ外来では、当院で出生したお子さんの発育・発達フォローや他病院から紹介となったさまざまな疾患をもつ子ども達の診療をおこなっています。偏食・少食の困りについての相談も多いですね。早産児や低出生体重児は区役所での公的健診の隙間を埋めるタイミングで、しっかり成長できているか、発達は月齢相応かなどチェックし、

また定期的に血液検査もおこないます。保護者の訴えを傾聴し、授乳に問題を抱えるお母さんには産科の母乳外来にも紹介するなど丁寧な診療を心がけています。

## どのようなことを心がけて診療されていますか？

**丹羽Dr:** 先の話に付け加えますと、保護者からのお話を聞くのはもちろんのこと、子どもの様子を観察し、できるだけ子ども本人からの訴えを聞くことを心がけています。またなるべくわかりやすい言葉で説明をおこない、理解を確認するようにしています。

**東口Dr:** そうですね、私もご家族のお話を丁寧に聞くこと、子ども達のしんどいサインを見落とさないように診療することを心がけています。

**松田Dr:** 大人と違って症状や訴えを十分に表現できない子ども達ですが、しんどければしんどそうにしているし、しんどくなければケロツとしているのも子どもの特徴です。注意深く観察し、危険な徴候がないかを見落とさないように心がけています。

## 小児科受診のコツを教えてください

**東口Dr:** 生後6ヶ月までの乳児は急に体調悪化をきたすことがあります。哺乳量の低下や嘔吐、尿量の減少、発熱、活気低下などいつもと異なる徴候があれば受診してください。それ以外の年齢の子どもでも、苦しそうな呼吸や顔色不良、けいれんは急を要しますので救急受診してください。



松田Dr:インターネットなどで色々と情報を集められるようになった時代です。それで不安が消えれば自宅で様子をみていただいで良いですし、やっぱり受診した方がいいかな?という気持ちが少しでもご家族に残るようであれば、小児科へご相談ください。個人的には、「受診したいと思った時が受診しどき」だと考えています。

中西Dr:平日は午前、午後ともに予約なしでの受診も可能です。ただ、待ち時間が長くなる可能性がありますので、来院前に電話で予約いただくことをお勧めします。  
午前の一般外来はWEB予約も可能ですのでぜひご利用ください。(下枠内参照)

### 最後に読者へメッセージをお願いします

丹羽Dr:小児科は周産期から思春期後頃まで幅広い年齢層の子どもを診療しています。子どもの成長過程では、各ステージで必要となるサポートが変化しますので、一人ひとりのニーズに合わせた個別の対応



が大切と考えています。  
小児科医同士の情報共有を密に行いながら、平日の時間内は近隣のクリニックや病院からの紹介は「原則断らない!」を信条として対応していますので、曜日を問わずまずはご一報ください。

長田Dr:小児科の医師はいつでも子どもたちの味方です。ことばで上手く説明できない子どもたちの病状や気持ちに寄り添い、健康な成長をサポートしていければと思っています。  
また子ども達を育てるご家族の不安を少しでも軽減し、一緒に成長を応援していければと思います。なんでもお気軽にご相談ください!

### 小児科WEB予約のご案内 (午前一般外来のみ)

小児科では当日のWEB予約(9時~11時枠)が可能です。当日分の予約を「当日の0時~10時半」まで受け付けています。すでに取得された予約の確認や変更も可能です。

ホームページか下記URLから予約いただけます。



※これまでどおり、お電話での予約取得も可能です。



## 入院サポートセンターを 開設しました!

入院サポートセンターとは患者さんが安心して療養生活が送れるように、入院前から患者さんの情報を把握し、安心・納得して治療が受けられ退院が出来るよう支援することを目的とした窓口です。

### 1. 入院前の準備と説明

- ・薬の確認: 現在服用・使用中の薬を薬剤師が確認し、手術前に中止が必要な薬などを説明します。
- ・健康状態の把握: 看護師が身体的・精神的な背景を確認し、アレルギーや栄養状態などを事前に把握します。

### 2. 入院生活・手術の不安解消

- ・入院オリエンテーション: 入院から退院までの経過をイメージできるよう説明し、患者さんの疑問や不安を解消します。

### 3. 退院後の生活支援

- ・退院困難要因の評価: 入院前から治療後、退院に向けての課題を評価します。必要に応じて退院支援看護師が介護サービスや福祉サービスの詳細を聴取し、担当ケアマネージャーと情報共有をおこないます。  
入院後は医療ソーシャルワーカーと協働し安心して退院出来るように調整をおこないます。

### 入院されるまでの流れ

#### 1. 外来受診

医師が入院を必要と診断し、入院予約をします

#### 2. 入院サポートセンター

スケジュール説明や注意事項など、入院のオリエンテーションをおこないます

#### 3. 入退院ロビー

入院手続きに必要な書類の説明をおこないます

#### 4. 薬剤師からのお薬チェック

服用している・使っているお薬の確認をおこないます

#### 5. 入院日

入退院ロビーで書類確認し、担当病棟にご案内します



# 循環器内科教授外来のお知らせ

当院では、京都大学医学研究科循環器内科教授 尾野 亘先生による教授外来をおこなっています。  
 毎月第2火曜日 9:30~11:00(10:30受付終了)  
 ご紹介専用の外来となりますので、ご希望の方は、受診中の医療機関から当院予約センターへご連絡ください。



**専門分野**  
 循環器内科学(循環器専門医、総合内科専門医、動脈硬化専門医)・基礎医学から臨床へのトランスレーショナルリサーチ

**認定医資格等**  
 日本内科学会総合内科専門医、日本循環器学会認定循環器専門医  
 日本動脈硬化学会認定動脈硬化専門医、医学博士

## 新任医師のご紹介

11月より1名の医師が新しく着任いたしました。どうぞ宜しくお願いいたします。

緩和ケア内科・腫瘍内科 医師  
**岩佐 泰靖**  
 (いわさ ひるやす)

**専門・得意分野** 総合内科・緩和ケア内科  
**資格** 日本総合内科学会 総合内科専門医

近隣のクリニックや病院の先生方とも協力しながら、皆さまの健康のお役に立てればと思っています。受診する診療科目を限定しにくい場合など、お気軽にご相談ください。

# 京都健康EXPO2026に参加しました

1月25日(日)にシミズ病院主催の京都健康EXPO2026 in 光華女子学園に参加しました。当院を含めた複数の医療機関や企業が、病院の予防啓発を目的にさまざまなイベントをおこないました。  
 当院は心臓内科主任部長 横松医師による「心不全にならないために今できること」を講演いたしました。  
 また、健康ブースを設けられ、そこには2025大阪万博で話題の、AIで未来の健康状態がわかる「健康タイムマシーン」が京都府初上陸し、体験ブースがもうけられました。



# 診療技術部の裏話

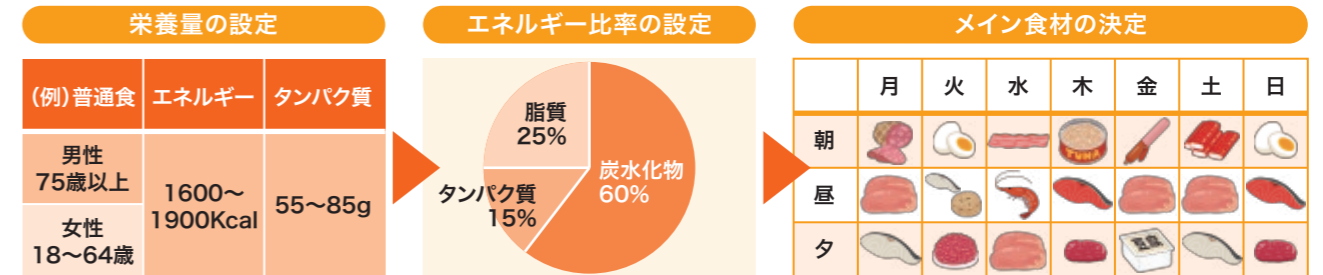
第5回

## 病院食の献立ってどうやって考えているの？



病院の食事は「魚ばかり」「鶏肉ばかり」のようなイメージを持っていませんか？  
 実際には、栄養のバランスを考えながら、偏りがないようにさまざまな食材を使って献立が作られています。

～献立ができるまで～



日本人の食事摂取基準をもとに、年齢や性別に合わせて各栄養素量をきめます。  
 エネルギーの50-65%が炭水化物のごはんやパン等の主食から、13-20%はたんぱく質から摂れるようにします。  
 肉・魚・卵・大豆はメインの料理や副菜として使われています。お肉は鶏肉だけでなく、豚肉や牛肉も使用しています。魚は白身魚や赤身魚のさまざまな種類を使用しています。

病院食は医師の指示により、提供される食事では治療の一貫となります。患者さんに満足していただけることを目指し、見た目やおいしさにも配慮した食事を提供していきます。食欲不振や食べにくさ等ございましたら、病棟の管理栄養士までお気軽にご相談ください。

(栄養管理科)

## 第28回 理学療法士が紹介!

# 健康ストレッチ



自宅で簡単にできるストレッチ・筋トレを理学療法士がご紹介するコーナーです。

理学療法士 山本 真輝(やまもと まさき)

## 今回は『ハムストリングスのストレッチ』についてお話しします!

ハムストリングスとは、お尻の付け根から膝裏にかけての太もも裏側にある3つの筋肉の総称です。これらの筋肉が硬くなると姿勢の悪化、慢性的な腰痛、膝の痛み、肉離れといった不調を起こす要因になります。今回は、これらを予防・改善するためのハムストリングスのストレッチをご紹介します。

### 椅子に座っておこなうストレッチ



2種類のストレッチをご紹介します!!

### 床に座っておこなうストレッチ



ポイントアドバイス

ストレッチをするときは息を止めないようにする