医療法人京都翔医会
西京都病院
NISHIKYOTO HOSPITAL
医療法人京都翔医会 西京都病院広報誌

西京区を元気にする

たけのみち

―竹の径―

vol. 01
創刊号
2025年5月



創刊のご挨拶

地域を愛し、
地域から愛される冊子を目指して

特集
ウエルネス・ニシキョー
初夏から始めたい熱中症対策

たけのみち
創刊のご挨拶

地域を愛し、地域から愛される冊子を目指して

医療法人京都翔医会 西京都病院　理事長・病院長　**飯田洋也**

今、病院が雑誌を発行する意義

このたび、医療法人京都翔医会 西京都病院の広報誌『たけのみち』（竹の径）を創刊する運びとなりました。本誌は、地域の皆さまに当院、そして当グループの介護施設、訪問看護ステーションなどの取り組みや最新の医療情報をお届けし、より身近に感じていただくことを目的としています。

医療は日々進歩しており、健康維持や病気の予防には正しい知識が欠かせません。本誌を通じて、皆さまの健康づくりに役立つ情報をお届けするとともに、当院のスタッフや診療の様子を知っていただくことで、より安心して受診していただけるよう努めてまいります。それ以外にも、地域のお店や会社などとコラボレーションして様々な情報をお伝えできればと思っています。



“健康的な生活”をサポートする場として

西京都病院は、1968年に101床の病院として生まれました。2000年には現在と同じ199床となりましたが、多くは長期療養を目的とした病床でした。その後、高齢者向け住宅、デイサービス、訪問看護ステーション、居宅介護支援事業所などを手掛け、医療と介護の両立を目指すようになりました。

建物の老朽化に伴い、2023年3月に現在の地に移転し、急性期病床の増加、地域包括ケア病棟、回復期リハビリテーション病棟の新規開設、障害者病床の縮小を行い、より一層、様々な病状の患者さんを受け入れることができる病院へと進化しています。介護施設（高齢者向け住宅）の増築も行い、2024年12月には人口減少と高齢化の進む洛西ニュータウン内にクリニックをオープンいたしました。

これらの取り組みは、私自身が生まれ育った西京区全体を、私たちのグループ、そして近隣の病院、クリニックの先生たちと共に、医療、介護の力で元気にしたいという強い想いからきています。私たちは患者さん一人ひとりに寄り添い、診断、治療、在宅、介護、緩和、看取りまで、患者さんだけでなくそのご家族まで、安心して生まれ育った地域で過ごせるよう、日々精進してまいります。

『たけのみち』を通して描く未来

『たけのみち』という本誌のタイトルは、グループの職員から公募いたしました。

竹は強く地下茎で結ばれ、地上の安定を担保し、竹林で風の回廊を生み出します。西京区の医療と介護を下支えする医療法人京都翔医会 西京都病院とそのグループは、強く結ばれ、地域の医療と介護との密な連携の下、患者さんに切れ目のないサポートができることを目指しています。竹林のように地下茎を広げ、強い地盤を作り、そしてその上に住まわれる患者さんやそのご家族が安心してこの地域で生活できる。

そのような想いを込めてタイトルを決定しました。竹のように強くしなやかに地域医療の一端を担い、どのような状況にあっても揺るがぬ信頼を築いていきたいと考えています。

さらに「たけのみち」という名前には、患者さんやご家族、地域の皆さまと共に歩む道という意味も込められています。病院やクリニック、そして介護施設は、決して一方的に医療と介護を提供する場ではなく、地域とともに成長し、支え合う存在でなければなりません。そのため、本誌では単に病院や介護施設の情報を発信するだけでなく、地域の皆さまと双方向のコミュニケーションを大切にし、共に歩んでいく誌面づくりを目指してまいります。

本誌を通じて、地域の皆さまが健康に関する知識を深めるだけでなく、医療・介護に関する不安や疑問を少しでも軽減できるよう、患者さんや、ご家庭で介護をされている方へのアンケートや体験談、病気の予防や健康維持のためのアドバイス、専門医によるコラム、地域で活躍する方々へのインタビューなど、多彩な内容をお届けする予定です。

今後、私たちは本誌のタイトルに込められた想いである竹林に包まれた径を、10年、50年、100年と広げてまいります。そして、これからも地域の皆さまに認知され、信頼される病院を目指し、より良い医療と介護の提供に尽力してまいります。本誌が、皆さまの生活に寄り添い、役立つ情報源となることを願っております。『地域と共に明日を生きる』これが私たちの想いです。どうぞよろしくお願いいたします。



医療法人京都翔医会 西京都病院
〒615-8004 京都市西京区桂畑ヶ田町175番地
TEL 075-381-5166　https://hospynkh.jp/

「たけのみち」創刊ヒストリー

はじめまして！西京都病院広報部です。ついに、当院初めての広報誌が発行されました！「カジュアルに、でも大事なことはしっかり伝える！」をモットーに、楽しく役立つ季刊誌を目指してまいります！

1 執筆依頼

企画に合わせ、様々な部署へお願いに回りました。特集は、消化器内科の玉置先生に。初めてのことなので、企画書などを見せながら、一生懸命説明しました！



2 写真撮影

表紙や、院長の素敵なプロフィール写真、看護師たちのいろんなポーズや料理など、プロのカメラマンに撮影いただきました！





3 ゲラ確認

原稿がデザインされた校正刷りを「ゲラ」と言うそうです。間違いがないかはもちろん、読みやすいか、興味深いかなど、みんなでチェックし、完璧な仕上がりを目指します！







どうやって地域の皆さまに親しみやすく伝えるかを何度も話し合い、形にすることができました！

広報部
木下和也

初夏から始めたい 熱中症対策

気持ちのいい気候になり、外で過ごすことも増えてくる５月。そして梅雨が過ぎると猛暑に！
本格的な夏はまだ先と油断しがちな時期だからこそ、熱中症の正しい知識と対策が重要です。

初夏でも油断ならない熱中症

熱中症は真夏（７～８月）のものと思われがちですが、５月になると紫外線量は真夏とほぼ同じレベルに達します。また、体がまだ暑さに慣れておらず、朝晩と昼間の気温差も激しいため、体温調節がうまくいかず、真夏のような高温でなくても熱中症になることがあるのです。

梅雨の時期になると湿度も上昇し、熱中症のリスクはさらに高くなります。湿度が高いと汗が蒸発しにくくなり、体温が下がりにくくなるためです。

家族や自分自身を熱中症から守るためには、どのような対策をとればよいでしょうか。

熱中症ってどんな状態？

熱中症とは、高温多湿な環境に長時間いることで体温調節がうまくいかなくなり、体に様々な不調が起こる状態を指します。適切な対処をしないと、命に関わることもあるため注意が必要です。

軽度の場合は、めまい、立ちくらみ、大量の汗、筋肉のけいれんなどが症状として現れます。中等度になると、頭痛や吐き気、脱力などの症状が出てきます。重度になると、意識がもうろうとして反応が鈍くなり、高熱やけいれんを伴うこともあります。



熱中症が起こりやすいシチュエーションとして、高温多湿な屋外での活動（運動会、農作業など）、冷房を使わない室内での長時間滞在、水分補給を怠ったままの運動や作業などがあります。

「ならない」ことが何より大切！

熱中症対策の基本は、水分と塩分の補給です。

熱中症が起こりやすい状況では、喉が渇く前からこまめに水分を摂るようにしましょう。汗で失われる塩分を補うため、スポーツドリンクや塩タブレットを利用することも重要です。また、通気性のよい服を着る、日陰を利用する、屋内ではエアコンで室温を 28℃以下に保つなどの対策も行ってください。外出の際には、水筒、塩タブレット、冷却スプレー、ハンディ扇風機などを持ち歩き、30 分～１時間ごとに涼しい場所で休憩をとりましょう。

教えてくれたのは
消化器内科 副部長・外来医長　玉置（たまき） 大（だい）



熱中症も食中毒も、正しい知識のもとで予防すればリスクを大幅に減らすことができます。この時期から安全な生活を心がけ、家族や自分自身を守りましょう！

高齢者の場合は冷房の使用をためらう方も多いので、こまめに声をかけ、室内環境を整えるサポートをしましょう。お天気アプリやニュース番組で得られる熱中症警戒アラートの情報を、家族で共有することも効果的です。

もし熱中症が疑われた場合は、まず涼しい場所へ移動して体を冷やすことが重要です。首、脇の下、足の付け根に太い血管が走っているため、そこに冷たいタオルや保冷剤を当てましょう。少しずつ水分や塩分を補給させますが、吐き気がある場合は水分を摂ることが難しくなります。その場合は、病院を受診して点滴を受けるとよいでしょう。意識がもうろうとしているなど、重症の場合は迷わず救急車を呼んでください。

とはいえ、熱中症はならないに越したことはありません。初夏のうちから予防策をしっかりと実践して身につけ、本格的な夏を乗り切りましょう。

ならないための 対策 4

1 しっかり水分補給

喉の渇きを感じる前に、こまめに水分を摂る。1時間ごと、トイレに行ったついでに、などタイミングを決めておくのもアリ。



2 塩分も忘れずに

スポーツドリンクや塩タブレットで、汗で失われた塩分やミネラルを補給しましょう。スポーツドリンクは飲み過ぎに注意！



3 涼しく過ごす工夫を

屋内ではエアコンで室温を28℃以下に保ち、屋外では冷却スプレーやハンディ扇風機、日傘や帽子などを活用しましょう。



4 頑張りすぎない

時期的に早くても気温が高ければエアコンを使う、根を詰めずにこまめに休憩をとるなど、自分を甘やかすことも大切です。



今月の +plus 1（プラスワン） アドバイス

気温の上昇とともに気をつけたい食中毒

熱中症と同じく、気温や湿度が上がる時期に増えてくるのが食中毒です。食中毒とは、細菌、ウイルス、化学物質、自然毒（毒キノコやフグ毒など）に汚染された食品を摂取することで起こる健康被害のことです。

細菌性食中毒の原因菌には、サルモネラ菌、カンピロバクター、腸炎ビブリオ、大腸菌（O-157）などがあります。主に高温多湿の環境で増殖するため、梅雨の時期から夏にかけては危険度が上がり、食品の保存や調理過程に注意が必要です。

ウイルス性食中毒の原因ウイルスには、ノロウイルス、ロタウイルスなどがあります。冬に多い印象がありますが年間を通じて発生していて、感染力が非常に強いのが特徴です。主な症状として、腹痛、下痢、嘔吐、発熱などがあります。場合によっては命に関わることもあるため、予防が大切です。

食中毒予防の3原則を徹底する！

食中毒が発生する条件として、汚染された食材が存在する（病原菌やウイルスが付着する）、病原菌が増殖する環境にある（高温多湿）、加熱不足や保存不適切、が挙げられます。



これらを防ぐためには、「つけない」「増やさない」「やっつける」という3原則を守ることが大切です。生肉や魚を扱ったあとは手と調理器具を十分消毒しましょう。調理後2時間以上経ったものは食べない、残り物を温め直して食べない、ということも重要です。

症状が出るまでの潜伏期間は原因物質によって異なり、数時間で発症することもあれば、1週間経ってから発症することもあります。心当たりがなくても食中毒が疑われる場合は、まずは水分を補給して脱水を防ぐことが大切です。激しい腹痛や嘔吐が続く場合や、38℃以上の高熱や血便を伴う場合にはすぐに病院を受診するようにしてください。その場合、最近食べた食品について伝えていただけると助かります。

ちょっと調子が悪い時、まずは食事を整えてみませんか？

こんな時には
これ
食べよし！

—第1回—

なんとなく体がだるい

「なんとなくだるい」「やる気が出ない」「物事を悲観的に考えてしまう」などの症状はありませんか？ メンタルを健やかに保ち、ポジティブに日々を過ごすには、食事も大切です。健康にいい豚肉を美味しく効果的に食べられるレシピをご紹介します♪

簡単!! 豚肉と春キャベツのさっぱりレモン蒸し



■栄養価（1人分）

エネルギー	272kcal
たんぱく質	19.6g
脂質	15.5g
炭水化物	13.3g
食塩相当量	1.3g

食べてみました！
さっぱりしていて、モリモリ食べられます。色みも鮮やかで食欲がそそられる！

材料（2人分）

- 豚もも肉（薄切り）……150g
- 春キャベツ……300g
- 豆苗……1パック（可食部約80g）
- レモン……1/2個（約50g）
- ★合わせ調味料
  - オリーブオイル……小さじ2（約10g）
  - 酒……小さじ2（約10g）
  - 塩……小さじ1/2（約2.5g）
  - コショウ……少々
- ＜つけだれ用＞ポン酢……大さじ1（約16g）

作り方

❶春キャベツは手で大きくちぎり、レモンは薄い輪切りにする。豆苗は根を切り落とす。

❷大きな耐熱容器にキャベツを入れ、その上に豚肉を並べ、★の合わせ調味料を回しかけてから、豆苗とレモンをのせる。

❸❷にふんわりとラップをかけ、電子レンジ（600W）で6分程度加熱したらできあがり。お好みで、ポン酢をつけだれとして添えても。

もやしやきのこなどをプラスすれば、一度にたくさんの野菜を摂取できます！

管理栄養士からひとこと



ビタミンB群が豊富な豚肉で疲労回復をサポート！

栄養科 科長　吉田（よしだ） 加奈子（かなこ）

豚肉はビタミンB群を豊富に含み、中でもB1に関しては100gあたりの含有量があらゆる食品の中でもトップクラスです。ビタミンB1はご飯やパンなどの糖質を体内で燃やし、エネルギーに変えるのに必要な栄養素です。

ビタミンB群は筋肉に乳酸がたまるのを防いでくれるため、「疲労回復のビタミン」とも呼ばれるほど。健康な体を作り、維持する上で適切な豚肉摂取量の目安は、1日あたり60～80g。健康に欠かせない食品であっても、食べすぎは禁物です。

旬の食材

春キャベツ



早春から初夏にかけて収穫されるもので、葉の巻きがゆるく、やわらかいのが特徴です。ふっくらしていてシャキシャキした歯ごたえで、みずみずしさを楽しめます。

キャベツには、胃薬の名前の由来になっているキャベジン（ビタミンU）と呼ばれる成分が含まれていて、胃の粘膜を保護し、修復を促進する働きがあります。

第１回

看護師の日常をご紹介！

（急性期看護師の場合）



**私たちがふだん、皆さんの目に触れないところでは
何をしているのか、どんな人がいるのか、レポートします！**

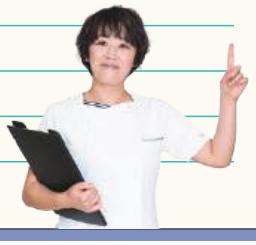
どんな一日を過ごしているの？

朝は受け持ち患者さんの情報収集から始まり、全体の申し送りではその日の手術、入退院予定などの情報を夜勤･日勤者全員で共有します。また、手術の準備をしたり、入院に際しての説明をしたり、患者さんの病歴などを確認したりします。これらと並行して、受け持ち患者さんのケアやバイタルサインチェックも行います。１日に何件も手術があり、終了時間も様々。さらに緊急入院などもあって、毎日があっという間に終わります。

急性期病棟は生死に関わるため精神的なプレッシャーも大きく大変な反面、事なきを得られた時や、元気になられた患者さんの姿を見た時には大きなやりがいを感じます。

急性期看護師の一日

8:30	情報収集、申し送り
9:00	点滴作成、シーツ交換 OP 出し、退院・転棟、清潔ケア 検温・環境整備
11:30	配薬、配膳
12:30	昼食介助、下膳、内服確認
13:00	昼食
14:00	ラウンド
15:00	カルテ記録
16:30	申し送り
17:00	退勤



どんな食事をしているの？

休憩時間も様々で時間通りとれることも少ないので、さっと口に入れられるものを準備しています。残業に追われることもあるため、エネルギー重視でおにぎりや果物が多いですね。でも、頭をリフレッシュさせるため、基本的には短い時間でも地階にある食堂に行くようにしています。



ごはん・メンチカツとコロッケ（焼きピーマン）・焼きナス・根菜汁・野菜サラダ



チャーハン・肉もやし炒め・ミモザサラダ・野菜サラダ・コーヒーゼリー

お肉と野菜のバランスを考えつつ、時には甘いものも大事！

看護師の魅力は？

10年以上、グラフィックデザイナーとして商品パッケージや企業ロゴ、雑誌や学校教科書などを作っていました。家族の勧めで大学へ社会人入学し、看護師に。前職ではお客様の生の声を聞くことは少なかったので、今は患者さんの生の声を聴けるというのが大きいですね。

仕事と家事・育児の両立はとても大変ですが、多くの先輩方も活躍されてますし、相談にも乗ってくれます。そして、みんなから優しく支えていただき、とても励みになります。この病棟で得られる学びと経験はとても大きな糧になっています。今後も１日１日を患者さんと、そして自分とも向き合いながら、楽しく頑張っていきたいと思います。



私が答えました！

趣味は、美術館巡り、陶芸、サーフィン。モノ作りに没頭したり、体を動かすと気分転換になります！

ぼちぼち介護

だれにでもいつかはやってくる、介護する時・される時。
「その時」に慌てないためにも、ぼちぼちと考え始めてみませんか？



第1回

介護保険制度ってなに？どうやって利用するの？

Q1 介護保険制度ってどのような制度ですか？

高齢化が進むにつれ、介護を必要とする高齢者の増加や、核家族化の進行、介護のための離職が社会問題となりました。こうした中、家族の負担を軽減し、介護を社会全体で支えることを目的に、2000年に創設されたものが「介護保険制度」です。

Q2 介護保険制度はだれでも利用できるのですか？

65歳以上の方（第1号被保険者）と、40歳から64歳までの医療保険加入者（第2号被保険者）に分けられ、**第1号被保険者は原因を問わずに**要介護認定または要支援認定を受けた時に介護サービスを利用することができます。**第2号被保険者でも、“特定疾病”が原因で要介護（要支援）認定を受けた時**に介護サービスを利用することができます。

Q3 介護保険サービスを利用するには何をすればよいですか？

介護保険サービスの利用を希望する方は、まずは**市区町村の窓口で「要介護（要支援）認定」の申請**をします（地域包括支援センターでも手続きを代行している場合があります）。申請すると、行政側から主治医へ意見書作成依頼と、ご自宅への認定調査員派遣依頼が行われます。その後、認定結果の通知がご自宅に郵送されます。

Q4 要介護（要支援）認定が出たあとの手続きはどうすればいいですか？

要介護（要支援）認定が出たあとは、**居宅介護支援事業者（地域包括支援センター）と相談・契約**します。いま困っている介護に関する事柄に対して、適切な助言を得ることができ、介護サービスの利用まで調整してくれます。



“特定疾病”に指定されているものは…？

Q2で触れた、“特定疾病”には以下の16種類があります。介護保険主治医意見書に診断名の記載が必要です。

❶がん末期　❷関節リウマチ　❸筋萎縮性側索硬化症
❹後縦靭帯骨化症　❺骨折を伴う骨粗鬆症　❻初老期における認知症
❼進行性核上性麻痺、大脳皮質基底核変性症およびパーキンソン病
❽脊髄小脳変性症　❾脊柱管狭窄症　❿早老症　⓫多系統萎縮症
⓬糖尿病性神経障害、糖尿病性腎症および糖尿病性網膜症
⓭脳血管疾患　⓮閉塞性動脈硬化症　⓯慢性閉塞性肺疾患
⓰両側の膝関節または股関節に著しい変形を伴う変形性関節症

小さな疑問にもどしどし答えていきます！



介護事業部 次長
桂寿の郷 施設長
片山（かたやま） 雄介（ゆうすけ）

BACK TO THE 西京！

第１回
西京区の歴史をおさらいしよう



自分の住む地域の歴史は意外に知らないもの。
西京区にはどんな歴史が埋もれているのか
振り返ってみましょう！

縄文から始まる歴史遺構が残る

西京区は、1976 年（昭和 51 年）10 月 1 日、右京区から分区してできた京都でもっとも新しい区の 1 つ。1200 年の都・平安京とは川で隔てられ、歴史とは縁遠い地域だと思っている人も多いかもしれません。

しかし実際は、縄文時代の集落跡が残るように古くから人が暮らした歴史があり、古代には渡来系の一族である秦（はた）氏が右京区とともに一帯を治めていました。都が平安京に遷って以降は京の西の玄関口として、のちの山陰街道や物集女（もずめ）街道が整備されるように、交通の要衝として寺や城、館が築かれ、江戸時代には宿場町としても栄えました。西京区は、各時代ごとの歴史的遺構が存在する歴史豊かな場所なのです。

たとえばどんな史跡があるの？

京都盆地に残る古墳の多くは桂川の西に集中しており、なかでも西京区御陵塚ノ越町にある「天皇の杜（もり）古墳」は、全長 83 メートルという市内では最大級のもの。ほかにも、25 基からなる大枝山（おおえやま）古墳群や、市内最古とみられる一本松塚古墳などもあり、この地に有力な氏族が栄えていたことを窺わせます。



国指定史跡
天皇の杜古墳
古墳時代前期（4 世紀代）
京都市西京区御陵塚ノ越町



国指定史跡
樫原廃寺跡
白鳳期（7 世紀代）
京都市西京区樫原内垣外町

京都市指定有形文化財
玉村家住宅
享保 4 年（1719）開設
※母屋は寛政 9 年（1797）
類焼後の再建
京都市西京区樫原下ノ町 5



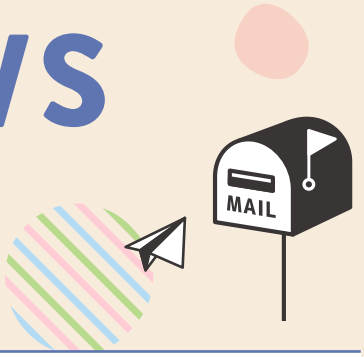
また、飛鳥時代後期に建立されたと考えられる樫原（かたぎはら）廃寺跡では、国内でも発見例の少ない八角形の塔の跡が見つかっています。街道を見下ろす高台に立ち、古代の街道を行き交う人たちにとってランドマークとなっていたかもしれないというロマンを感じさせる場所です。

さらには江戸時代、京都を出て最初の宿場町であった樫原の町並みには旧街道の面影が今も残ります。中でも参勤交代の際に大名等の宿泊場所とされた「本陣」である玉村家住宅は、市内唯一の本陣遺構として往時を偲ばせます。

次回以降、西京区の歴史を感じさせるこうした史跡を 1 つひとつ、掘り下げてご紹介したいと思います。お楽しみにお待ちください！

（文責・植村佐智子）

NISHIKYOTO HOSPITAL NEWS



介護相談窓口のご案内

介護に関する様々なお悩みや質問、どんな些細なことでも構いません。専門のスタッフが丁寧にお答えし、最適なアドバイスをさせていただきます。また、介護保険の使い方や、福祉サービスのご案内、ケアプランの作成に関するご相談も承っております。

日 時　毎週木曜日
9：00 ～ 12：00
（時間は変動する場合がございます）

開催場所　相談室（西京都病院受付横）

問い合わせ　医療法人京都翔医会　桂寿の郷
☎075-391-4730　担当：片山

脊椎脊髄外科外来 開設のお知らせ

2025 年 4 月より、当院にて脊椎脊髄外科外来を開設いたします。専門的な診療が必要な脊椎や脊髄の疾患に関するご相談を受け付けております。

担当医師　田中 真砂史
外来日　土曜日（午前）
受付時間　8：30～11：30　診察時間　9：00～12：00

洛西 西京都クリニックよりお知らせ

2025 年 3 月 22 日（土）より、当クリニックに新たに**整形外科**の診療が加わりました！
整形外科の診療日は以下の通りです。

火曜日	午前	受付時間 9：30～12：30 診察時間 10：00～13：00
	午後	受付時間 9：30～18：00 診察時間 14：00～18：30
土曜日	午前のみ	受付時間 9：30～12：30 診察時間 10：00～13：00

内科・耳鼻咽喉科と併せて、さらに充実した医療サービスを提供いたします。
お気軽にご相談・ご予約ください。

Web 予約受付サイト ▲

着任しました！

糖尿病・内分泌内科　医師　荒井（あらい） 宏司（ひろし）



2025 年 4 月より糖尿病・内分泌内科に着任しました。「内分泌」という言葉にはあまり馴染みがないかもしれませんが、体内のバランスを保つために働いている「ホルモン」のことです。すい臓が作るインスリンをはじめ、甲状腺、副腎、脳下垂体などから分泌されるいろいろなホルモンが日々の健康を支えており、その働きに異常があるとさまざまな病気につながります。それを診断・治療するのが私の専門です。

インスリンの働きが悪くなり血糖が上がってしまうのが糖尿病で、適切に治療しないと目や腎臓、神経、心血管などに合併症を起こします。薬だけでなく、食事や運動など日常生活すべてが治療にかかわってきます。人生 100 年時代、健やかな日々を 1 日でも長く送っていただくために、良き伴走者として皆さんと共に歩みたいと思っています。

趣味はレコード鑑賞、美術鑑賞、映画鑑賞で、映画をシニア料金で観られるのが年を取って良かったと思うことの一つです。

【午前診】木曜日・金曜日　【午後診】月曜日・火曜日

整形外科　医師　石江（いしえ） 慎一郎（しんいちろう）



2025 年 4 月より整形外科に着任しました。

2010 年に京都大学を卒業後、各地の公立病院や大学院で整形外科医として研鑽を積んでまいりました。整形外科で扱う症状の多くは、筋力の低下や軟骨・骨の劣化、長年の使い過ぎなど、「年のせい」という病態が多いです。しかし私は、そうした言葉で片付けるのではなく、症状の根本にしっかりと向き合い、痛みの軽減やより良い日常生活の実現を目指して、お一人おひとりに最適な治療法を見つけ出すことを大切にしています。

些細な不安や痛みでも、どうぞお気軽にご相談ください。専門医として、皆さんの健康と快適な生活をサポートします。

【午前診】月曜日・木曜日　【午後診】月曜日

「第30回 らくさいさくら祭 2025」に参加しました



2025年3月29日（土）と30日（日）の2日間、京都市西京区洛西で開催された「第30回 らくさいさくら祭 2025」に、医療法人京都翔医会 西京都病院も参加しました。

少し肌寒い日ではありましたが、小さなお子様からご年配の方まで、幅広い年代の方々にご来場いただき、地域の皆さまに健康や医療について触れていただける貴重な機会となりました。当院のブースには2日間で約1500名を超える来場があり、さまざまな活動を通じて多くの方々と交流することができました。

白衣を着て当院の救急車と写真撮影のできるキッズコスプレコーナーは、笑顔の絶えない温かい雰囲気に包まれました。健康体操や体組成計による測定などの他、多彩なプログラムを通じて、来場者の皆さまに健康への関心を深めていただきました。

ご来場いただきました皆さま、誠にありがとうございました。



救急車の前での記念撮影は大人気♥



多くの方にご来場いただき、
応対する職員にも熱が入りました！

令和7年度 医療法人京都翔医会 西京都病院 入職式のご報告

2025年4月1日（火）、当院にて入職式を執り行いました。今年度は総勢40名の新しい職員が加わり、さらに充実した医療サービスを提供できるよう努めてまいります。

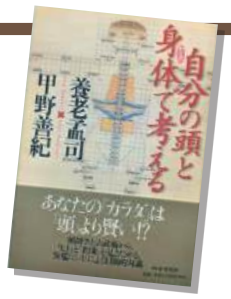
新しい仲間たちが一日も早く病院に慣れ、患者さんにより良い医療を提供できるよう、これからの活躍を病院全体でサポートいたします！



おすすめの1冊

リハビリテーション部 窓場勝之（まどば かつゆき）

『自分の頭と身体で考える』



養老孟司／甲野善紀 著
PHP研究所
1,540円（税込）

解剖学者の養老孟司氏と武術研究家の甲野善紀氏による対談形式の書籍。リハビリテーションの業務に日々向き合う私にとって、新鮮な“シゲキ”をもらいました。

現代社会が直面する思考の硬直や身体感覚の希薄化に対し、「頭」と「身体」の本来の役割を問い直し、自然との共生や人間の本質を掘り下げます。科学と伝統、理論と実践といった異なる視点が交差し、新たな気づきが生まれる内容は、固定観念にとらわれず物事を見直すヒントを与えてくれます。

忙しい日々の中で、自分自身と向き合い、心身のバランスを取り戻したい人にぜひおすすめの一冊です。

わたしの推し見せ

大好きなあの店、あの品、あの場所……
誰にも教えたくないけど知ってほしい
わたしの「推し」を紹介！

マールブランシュ 上桂店



「私の推し見せ」は、上桂にある「マールブランシュ」。特におすすめしたいスイーツは、お濃茶フォンダンショコラ「生茶の菓」です。食べた瞬間、濃厚な抹茶の香りが口いっぱいに広がり、しっとりなめらかな【生】の食感が楽しめます。ついなんでも一口で食べがちな私でも、あえて小口でゆっくり味わってしまうほど。甘さもしっかりあり、抹茶の深みが際立つ味わいです。

マールブランシュ上桂店は当院から歩いて５分、ちょっと立ち寄るのにぴったりです。まだカフェを利用したことはないけれど、いつか、綺麗なお庭を眺めながら素敵なひとときを楽しみたいと思います。

花と緑に囲まれた庭園を眺めながら優雅な時間が過ごせそう！焼きたてのスイーツもオススメだそうです。



info 京都市西京区桂上野西町 233 番
10：00～18：00（L.O. 17：30） 不定休

「生茶の菓」のおススメの食べ方は、冷蔵庫で冷やしてから食べること。冷やすことで、味の深みと食感が一層引き立ち、さらに美味しくなります！



推し人
入退院支援センター
相談員

医療法人京都翔医会
西京都病院
NISHIKYOTO HOSPITAL

医療法人京都翔医会 西京都病院
〒615-8004　京都市西京区桂畑ヶ田町175番地
tel. 075-381-5166㈹　fax. 075-391-6166　URL https://hospynkh.jp/

医療法人京都翔医会事業所のご案内

●西京都病院
京都市西京区桂畑ヶ田町175番地 tel. 075-381-5166㈹

●西京都病院　訪問リハビリテーション事業所
京都市西京区桂畑ケ田町175番地 tel. 075-381-5166

●西京都病院デイケア
京都市西京区御陵溝浦町28番地8 tel. 075-391-3089

●西京都クリニック
京都市西京区御陵溝浦町26番地14 tel. 075-383-5020

●洛西 西京都クリニック
京都市西京区大原野東境谷町2丁目5-8 ラクセーヌ専門店街2階
tel. 075-333-0111

●洛西 西京都クリニック デイケア
京都市西京区大原野東境谷町2丁目5-8 ラクセーヌ専門店街2階
tel.075-333-0112

●西京都病院　サービス付き高齢者向け住宅　洛桂の郷
京都市西京区牛ケ瀬奥ノ防町104番地 tel. 075-394-0261

●西京都病院　デイサービス洛桂の郷
京都市西京区牛ケ瀬奥ノ防町104番地 tel. 075-394-0261

●西京都病院　サービス付き高齢者向け住宅　桂寿の郷
京都市西京区川島権田町36番地1 tel. 075-391-4730

●西京都病院　訪問看護ステーション　秋桜
京都市西京区川島権田町36番地１ tel. 075-393-7558

●西京都病院　デイサービス　上桂の郷
京都市西京区桂畑ケ田町202番地 tel. 075-383-0755

●西京都病院　サービス付き高齢者向け住宅　ファミリエール吉祥院
京都市南区吉祥院西ノ内町37番地１ tel. 075-672-5516

●西京都病院　デイサービス　ファミリエール吉祥院
京都市南区吉祥院西ノ内町37番地１ tel. 075-672-5517

●居宅介護支援事業所 西京都病院
京都市西京区御陵溝浦町26番地14 tel. 075-393-5619



医療法人京都翔医会 西京都病院広報誌
たけのみち　vol.01　2025年５月号
2025年5月10日発行
発行　医療法人京都翔医会 西京都病院
〒615-8004 京都市西京区桂畑ヶ田町175番地　tel. 075-381-5166
お問い合わせは　koho@hospynkh.jp

©医療法人京都翔医会 西京都病院　許可なく無断転載、複製、複写（コピー）等することを禁じます。