

ひとから真に求められる『心のケア』を考えます

# ベトレヘムの風

発行：ベトレヘムの園病院 隔月15日発行 編集：広報委員会  
 住所：東京都清瀬市梅園三丁目14番72号 ☎042-491-2525 URL: <http://www.betohp.com>



No.119

## ベトレヘムの園病院「創立90周年」

院長 青木 信彦



院長の仕事は、①医療安全（感染対策）②職員の確保③経営の3つです。

経営については、やはり患者さんの数を増加させることがメインになりますが、通常の企業とは異なる難しさがあります。

もうかれこれ10年ほど前のことですが、前任の某病院に就職したときのことで

その病院の外来施設は立派なのですが、当時、なにか外来患者数が少ないなあ、と感じていました。

これではもったいないし、経営ももっと順調にいくはずなのになぜなのだろう、と考えました。

そこで、病院経営のコンサルト会社のその手の専門家に相談したのです。

早速、病院の内外をみてもらって、まず言われたのは 専門家：「センセイ、看板のない病院に患者が来ることはないのですよ」

あおき：「入り口に看板はあるのですが——良く探すと分かると思います」

専門家：「探さなければ見つからないような看板は、カンバンとは言わないのです」

その手の専門家のこの一言に大きな衝撃を受けてしまいました。

さらに住民のみなさんに聞き取り調査をしたところ、その病院前の通りは「いつも通っているが、この通りの奥に病院があることを知っている人は少ない」ようなのです。

そこで、目立つ看板を要所・要所に立て、さらに夜間でも通りから見えるネオンサインを病院の最上階に設置したのです。このカンバン作戦はそれなりに成果を上げたようです。

一方、こんな他の病院のことはともかく、今回、我がベトレヘムの園病院でもカンバン作戦を実行したのです。みなさんの誰もが感動する看板を2カ所に張り替えました（通りの入り口と玄関前）。なんとなく新鮮な病院になったと感じている患者さん・職員も多いのではないのでしょうか。

さらに今年は創立90周年の節目の年です。これから10年後の創立100周年記念事業として、病院前の「緑蔭通り」を通ると、誰の目にも鮮やかに輝く、「ベトレヘムの園病院 BGH」電光掲示板を最上階に設置してみようではありませんか。10年後ではありますが、是非ご期待下さい。

創立100周年 記念事業予定



社会福祉法人 慈生会 ベトレヘムの園病院

伏診日：土曜日・日曜日・祝祭日  
 年末年始

無料・低額診療事業  
 経済的な不安から医療を受けられないなど、ご相談は医療相談室へ

無料健康相談  
 平日毎日  
 午前9時～午後5時

地域公益活動  
 無料健康公開講座  
 中間的脱労支援ワークショップ  
 カフェチャラリー マルゴ

医療療養病棟（66床）  
 入院のご相談は医療相談室まで

外来診療  
 内科・整形外科・ものわずれ外来  
 リハビリテーション科・皮膚科  
 耳鼻いんこう科  
 生活習慣病看護ケア外来

あたたかに張り替えたカンバン  
 (ベトレヘムらしさが溢れています)

# 健康公開講座報告

## 「物忘れが多くて心配です」 認知症の早期発見と治療

医師 岡田 隆晴

### 認知症の進行と予防

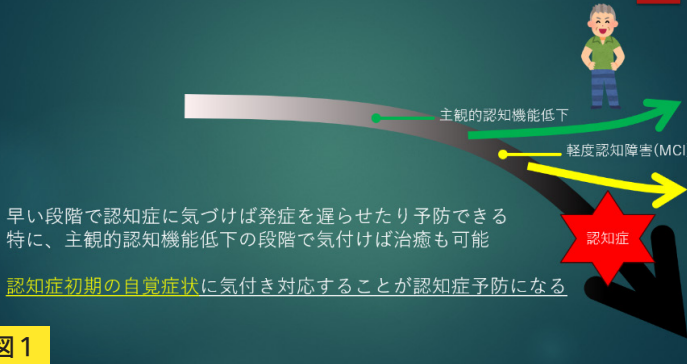


図1

### 主観的認知機能低下

1. いまやろうとしていたことを忘れる
2. 身近な知り合いの名前を思い出せない
3. 同じものを買ってしまうことがある
4. 表現したい言葉がすぐに出てこない
5. 相手に話を聞き返すことが増えた
6. 計画を立てるのが苦手になってきた
7. うっかりミスが増えた
8. 計算が面倒になってきた
9. 別々の作業を同時に行うことができなくなってきた
10. 家電の操作が覚えられなくなってきた
11. ちょっとしたことでも怒ったり、落ち込むことが増えた
12. 趣味などに関心がなくなってきた

### 日常生活の中で、認知症予防のために特に大切な5項目

1. 生活習慣病の改善 (糖尿病、高血圧、歯周病などの治療)
2. 質のよい睡眠
3. 運動しながら頭を使う (体操&歌、散歩&計算など)
4. 社会的コミュニケーション (会話や対人ゲームがおすすめ)
5. バランスのよい食事

NHK首都圏ナビ  
<https://www.nhk.or.jp/shutoken/hirumae/20211207.html>

図2

### EU-FINGER研究 (12の認知症危険因子)

EU全体で研究：2020年 Lancet 国際委員会  
 認知症になりうる人口の40%は生活様式の改善で予防できる



- 1) 運動不足
  - 2) 喫煙
  - 3) 過量飲酒
  - 4) 大気汚染
  - 5) 頭部外傷
  - 6) 社会的孤立
  - 7) 低教育歴 (日本は義務教育でクリア)
  - 8) 肥満
  - 9) 高血圧
  - 10) 糖尿病
  - 11) うつ病
  - 12) 難聴
- 生活習慣病の予防と同じくよくよせ楽しく生きる  
 難聴は早めに治療

図3

### 5 「自分でできる認知症の気づきチェックリスト」をやってみましょう!

自分でできる認知症の気づきチェックリスト	最もあてはまるところに○をつけてください。			
チェック1	まったくない	ときどきある	頻繁にある	いつもそうだ
財布や鍵など、物を置いた場所がわからなくなることがありますか	1点	2点	3点	4点
チェック2	まったくない	ときどきある	頻繁にある	いつもそうだ
5分前に聞いた話を思い出せないことがありますか	1点	2点	3点	4点
チェック3	まったくない	ときどきある	頻繁にある	いつもそうだ
周りの人からいつも同じ事を聞くなどのもの忘れがあると言われますか	1点	2点	3点	4点
チェック4	まったくない	ときどきある	頻繁にある	いつもそうだ
今日が何月何日かわからないときがありますか	1点	2点	3点	4点
チェック5	まったくない	ときどきある	頻繁にある	いつもそうだ
言おうとしている言葉が、すぐに出てこないことがありますか	1点	2点	3点	4点

※このチェックリストの結果はあくまでもおおよその目安で医学的診断に代わるものではありません。認知症の診断には医療機関での受診が必要です。  
 ※身体機能が低下している場合は点数が高くなる可能性があります。

「ひよとして認知症かな?」  
 気になり始めたら自分でチェックしてみましょう。  
 ※ご家族や身近な方がチェックすることもできます。

チェック6	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	できない
貯金の出し入れや、家賃や公共料金の支払いは一人でできますか	1点	2点	3点	4点
チェック7	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	できない
一人で買い物に行けますか	1点	2点	3点	4点
チェック8	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	できない
バスや電車、自家用車などを使って一人で外出できますか	1点	2点	3点	4点
チェック9	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	できない
自分で掃除機やほうきを使って掃除ができますか	1点	2点	3点	4点
チェック10	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	できない
電話番号を調べて、電話をかけることができますか	1点	2点	3点	4点

チェックしたら、①から⑩の合計を計算 ▶ 合計点  点  
 20点以上の場合、認知機能や社会生活に支障が出ている可能性があります。

「知って認知症QRコード」→  
 地方独立行政法人  
 東京都健康長寿医療センター



認知症になると物忘れの自覚までもなくなるので物忘れを訴える人は認知症ではない、と以前は考えられていました。しかし、今では初期の認知症は自覚でき (主観的認知機能低下)、この時期なら適切な対応で認知症予防が可能と言われていています (図1)。図2はその症状と対策です。2020年に12項目の危険因子が発表されました (図3)。重要な点は、半数の6項目が生活習慣病の予防と全く同じであること、難聴や孤立が認知症の原因であることです。難聴を年のせいとせず早めの補聴器治療を勧めます。交流を広げて生活を楽しくすることも大切です。チェックリストで20点以上の場合には物忘れ外来に相談してください。

## 永年勤続 表彰

受賞者の  
よろこびの声

あっという間の10年、皆様の支えがあったからこそ迎えられたものと感謝の気持ちでいっぱいです。

表彰、ありがとうございました。

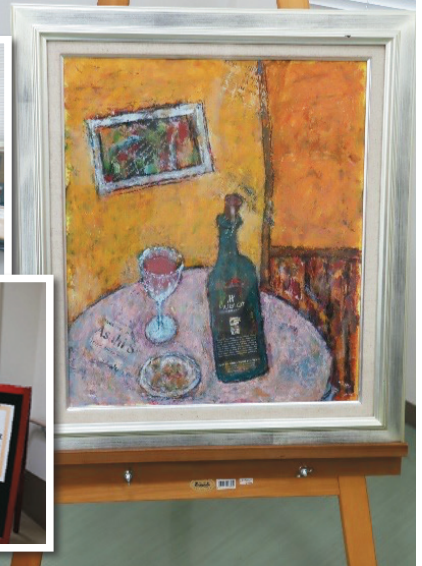
10年表彰 臨床検査技師 大谷 佐江子



今年の5月にコロナウイルス感染症が5類へ引き下げられ、日本も活気を取り戻しつつあるなか、滞っていた地域交流の場を模索していました。そこで当院に縁のある方の作品などを展示して地域の方々に鑑賞してもらうのはどうかという案が浮上り、ギャラリーマルゴが誕生しました。記念すべき第一回目は辻均氏の油彩画展を開催。作品が持つ想像力への刺激や心の癒し効果を多くのご来場された方々に感じて頂けた作品展になりました。改めて展示会を快く承諾してくださった関係者の皆様、並びにご来場頂きました皆様にお礼申し上げます。有難うございました。

MSW 大崎 佐智子

## 『ギャラリーマルゴ』開催記



## 一日看護体験実施報告

1日看護体験で高校3年生（18歳！）が2名、2階病棟に来てくれました。うちを選んでくれてありがとう！看護師の仕事がどういふものか、良いイメージで伝えられていますように、素敵な看護師になって欲しいです。

看護師 安達 千枝

今回、初めて1日看護体験学習を担当させて頂きました。実際にバイタル測定やトランスの見学、車椅子移送を行ったり、昼の経管栄養の準備と経管配りを行いながら、病棟全体の患者様の様子を見学してもらいました。2名の学生さんからは、大変だけど楽しそうでやりがいがあるとの感想が聞かれ、今回、看護体験を通して自分にとっても良い経験ができ、良かったと思います。

看護師 松本 美有紀

# ひふの話

その  
71

市川 雅子(皮膚科医師)

## はしか(麻疹)にも注意しましょう。

今年(2023)の春、海外から帰国した人が麻疹を発症し、同じ新幹線の車両に乗っていた複数の人が麻疹を発症した、というニュースがありました。その後も、感染経路がわからない麻疹患者が次々と報告されましたが、幸いアウトブレイクにはならなかったようです。日本は、以前は先進国の中で唯一、国内での麻疹コントロールができていない「麻疹の輸出国」だとして世界中から非難を浴びていたのですが、予防接種の徹底によって2015年にやっと「麻疹排除国」となりました。つまり、国内での土着の麻疹ウイルスによる流行が起こらなくなったのです。ただ、世界的には麻疹の流行は散発していて、日本も海外から持ち込まれるケースが後を絶たず、2019年に再び増加しかけたのですが、新型コロナウイルスの流行により海外旅行や人の集まりが制限され、マスクの着用も徹底され、麻疹はほとんど出なくなりました。しかし今

年、新型コロナに伴う制限がなくなり、海外から再び麻疹が持ち込まれたのです。また、新型コロナの影響もあり、麻疹のワクチン接種率が低下していることも再増加の一つの要因です。麻疹はウイルスが体に入ってから約2週間で発症します。数日間の高熱を伴う風邪のような症状のあと、いったん熱が下がりますが、すぐにまた発熱し、その時に麻疹特有の発疹が全身にでます。そして何よりも、麻疹という病気は感染力が非常に強いという特徴があります。インフルエンザの数倍の感染力があり、空気感染をしますので、麻疹の免疫を持っていない人は、患者さんと同じ空間にいれば離れていてもほぼ確実に感染します。麻疹が怖いのは合併症です。昔から「痘瘡の見目定め、はしかの命定め」という言葉もあるくらい恐れられていたのですが、近年、その怖さを知らない人が多くなっています。麻疹の合併症には、中耳炎や下痢などがありますが、肺炎や脳炎は重篤で死ぬことがあります。また、麻疹特有な脳炎として亜急性硬化性全脳炎という、麻疹にかかって数年以上たってから発症する脳炎があり、これを発症するとほぼ助かりません。しかし麻疹はワクチンで予防できる病気です。この夏、海外旅行を計画している人も多いと思います。自分の、麻疹を含めたワクチン接種歴を今一度確認しておきましょう。

## お知らせ

### 9月の無料健康公開講座 夏バテで疲れた体にビタミンB

9月7日(木) 11:00~12:00 会場 会議室 / 講師 平澤薬剤師・廣瀬栄養士

薬剤師と栄養士が説明します!!

予約開始7/10~ 定員:15名 完全予約制

マスク着用の上、会場入り口での検温・手指消毒にご協力をお願い致します ベトレヘムの園病院 ☎042-491-2525



## 令和4年度決算報告

事業収支計算書 (単位:千円)

収益の部		費用の部	
医療事業収益	941,066	人件費	680,406
経常経費寄付金収益	10	事業費・事業費ほか	184,024
サービス活動外収益	14,060	減価償却費	46,804
特別収益	171	サービス活動外費用	11,456
特別損失		特別損失	74,378
〈収益合計〉	955,307	〈費用合計〉	997,069
		〈当期損益〉	-41,762

資金収支計算書 (単位:千円)

収益の部		費用の部	
医療事業収入	941,066	人件費支出	663,810
その他収入	14,070	事業費・事業費支出ほか	195,480
施設整備等収入	322	施設整備等支出	48,642
その他の活動収入	25,349	その他の活動支出	96,080
〈収入合計〉	980,808	〈支出合計〉	1,004,013
		〈当期収支差額〉	-23,204

- 【コメント】 ①年度半ばより実現した増床と、急性期病院からの積極的な患者受入により、収益が安定的に伸びました。  
 ②一方で、食材、光熱費をはじめとする材料費や経費の高騰が響き、支出も大幅に増えた1年でした。  
 ③努力が及ばず、事業・資金収支とも赤字となりました。新年度は増床の活用と新しい入院基本料加算の取得で収支の均衡を目指します。

## 編集後記

我が家の庭先に時よりやってくる猫がいます。

白地にぎじトラ模様の猫なので「トラちゃん」と呼んでいます。耳の先がハート型にカットされているので、おそらく地域猫と思われるます。

先日、仕事から帰るとトラちゃんが、ちょこんと玄関先に座っていました。「おかえり!ごはんあるかな?」(トラちゃん)と言っているように見えて「ただいまトラちゃんごはんあるよ!」(私)



と、トラちゃん用に買っておいたキャットフードをお皿に入れてあげました。そんな時はトラちゃんに、今日も暑かったねとか昨日は雨がすごかったね、など話しかけます。心がほっこりなごむ一時です。梅雨の季節に入って早くも猛暑や先日の大雨。これからしばらく人間にも猫たちにもきびしい季節となります。

「頑張って乗り切ろうね!トラちゃん」(私)

「ニャン!」(トラちゃん)

Y・N