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

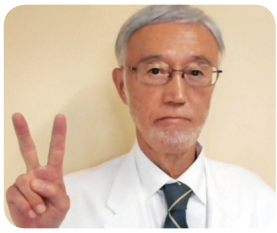
発行：ベトレヘムの園病院　隔月15日発行　編集：広報委員会
住所：東京都清瀬市梅園三丁目14番72号　☎042-491-2525　URL: http://www.betohp.com

日本医療機能評価機構

No.83

『あなたの大切なものはなんですか？』

院長　青木 信彦



山本敏晴さんは医師、写真家、そしてNPO法人「宇宙船地球号」の主催者です。

カンボジア、アフガニスタン、シエラレオネ（西アフリカ）など、沢山の途上国でNPO活動を続けています。

こうした貧しい国の子どもたちに、

●「あなたにとって最も大切なものは何ですか？」

●「それを絵で描いて下さい！」と、問いかけをしています。

国は異なっても、子どもたちの答えはいつも「まず家族、友達、仲間、それから地域、町、そして自然」です。

山本さんの講演を聞きに行きました。今回は、南太平洋の「ツバル共和国」という島国のことでした。ツバルは9つの珊瑚島（環礁の島）からなる小さな島国です。

「人と人とのつながり」
「学校」
「水」

もともと、この島で生活するには、何一つ困ることがありませんでした。

一年中、暖かな気候で、魚も捕れるし、果物は豊富で、どこにもあるのです。

そして、昔から大人も子どもも**“生きることが仕事”**という考えです。

大家族が助け合って平和に暮らしています。

私には「究極の理想の島」と映りました。

温暖な気候に恵まれ、人と人とが互いに助け合いながら、豊かな自然の中で過ごす人生。

とはいえ、今のツバルはそんな単純なものではないでしょう。

すべての島をあわせても、東京都の100分の1の面積しかありません。
この美しいサンゴ礁の島々に約1万人の人達が暮らしています。
ツバルは地球温暖化で沈没するのでは、と山本さんは心配しています。
今、世界のあちこちの氷河が溶け、海面が上昇しているのです。

あなたの大切なものはなんですか？

ツバル：地球温暖化、しずみゆく楽園

海抜1mのツバルは、「世界で最初に沈んでしまうかもしれない国」と言われています。

山本さんはツバルの子どもたちにも、

●「あなたの最も大切なものはなんですか？」

●「それを絵に描いてみてください！」と、問いかけています。

ツバルの子どもたちの描いた絵には「自然を大切にしたいという思い」が表れています。

“こんな絵です”

「ツバルのきれいな砂浜」
「ツバルの美しい夕暮れ」

もっとドロドロとした現実があるのだと思います。

そして、地球温暖化で真っ先に被害を受けてしまうかもしれません。

でも、そんな「南太平洋の島々の生活」を想像してみるだけでも楽しいことではないでしょうか。

子どものころ、栃木県足利市の冷たい空っ風の土地で過ごした私には、いつまでも心のどこかに南太平洋の島々が「理想の住み家」として残っています。

これからもツバルの自然が大切に守られていくことを願わずにはいられません。

夏祭り2017 ……リハビリテーション科

昨年に続き2017年8月3日(木)にリハビリテーション科主催で夏祭りを行いました。

今年は2度目の開催ということで、手探りで始めた昨年とは違い、より良い「祭り」にしたいとミーティングを重ねていきました。第1部は出店、第2部はお神輿とソーラン節という基本的な構成は変えませんでしたが、病院のご厚意でわたあめ機を購入していただいたり、ヨーヨー釣りにおまけをつけたりとよりグレードアップした内容となりました。

わたあめの香ばしい匂いが漂う中、昨年以上に多くの患者様に参加していただきました。カラフルな綿あめにかぶりつき、舌を真っ青にしながら喜ばれている姿やとても真剣にヨーヨー釣りをしたり、射的の的を狙う姿など、普段のリハ中とは違う表情を見せて下さり、皆様とても印象的でした。

また、昨年の「時間が余ってしまった」という反省を踏まえ、第１部と２部の間の時間に掛け声やソーラン節の合いの手の練習をしました。このおかげもあり、院長先生や副院長先生にもご参加いただいた、第2部のお神輿担ぎでの「わっしょい、わっしょい」の掛け声は、笑顔と共にリハ室中に響き渡り、大変な盛り上がりを見せました。

夏祭りの写真は７月に開設しましたリハビリテーション科のホームページ(bethlehem-reha.jimdo.com)に掲載されておりますので、是非ご覧ください!!

患者様の声

夏祭りに参加された患者様に川柳を詠んで頂きました。

夏まつり
ソーラン節や
かけ声を!!

夏まつり
日数を重ねて
諸準備に!!

夏まつり
幼き頃の
思い出いっぱい!!

夏まつり
若さあふれて
みなぎるカ!!

平成29年8月3日(木)、4日(金)に香川県の高松にて
第48回 日本看護学会看護教育に参加

☆　～環境変化に対応する看護教育～　をテーマに講演、シンポジウム、発表、ポスターセッションなど会場によっては立ち見がでる賑わいでした。看護の質の向上、職員の定着のために、教育の重要性と難しさを日々実感しており、今年度着手したいクリニカルラダーの発表を聞いて、現在当院で実施している入職者への段階的な研修を、ラダーに組み込み、教育体系作りに役立てたいと考えております。学会が終わってから栗林公園で和船に乗ったり、小豆島では『魔女の宅急便』で使われたオリーブ公園でほうきにまたがったり楽しい時間も過ごすことができました。台風で帰りの飛行機が2時間遅れたというおまけもあり、思い出深い学会の旅となりました。　**(看護部長　窪田 由佳)**

☆　講演では、最近良く耳にする社会人基礎力という言葉がキーワードとなっていました。以前なら自然に身についていたように思えること、先輩たちの姿様子を見て覚えていったことも、一から教えていかなければ理解できない人も社会にどんどん出てくるという事でした。自分達も指導方法を模索熟考し、新人と共に成長していかなければならないと感じさせる良い講演でした。潮の香り、夏の熱い空気、美味しいお料理も堪能してきました。

(1階看護科主任　小川 のり子)

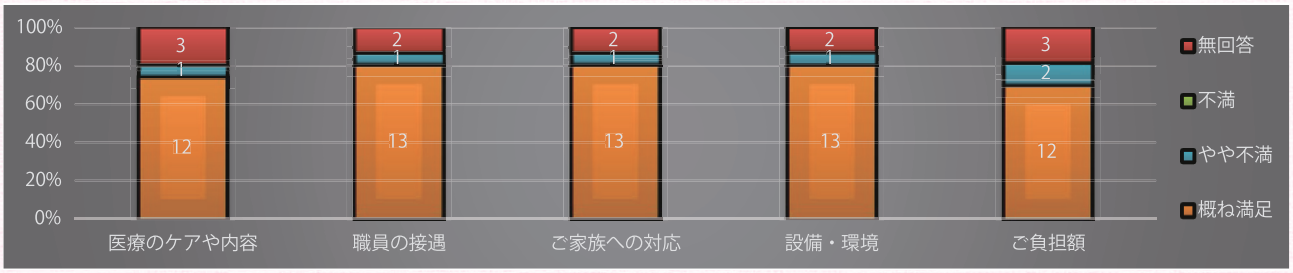
☆　時代の変化は感じていましたが、男の子のランドセルは黒、女の子は赤。看護学生時代は全寮制で同じ釜の飯を食べるという「同質性」をもとめられた教育で育ってきた1人としては、「多様な背景をもつ看護職員に対応する教育支援」という今回のテーマは興味のあるものでありました。看護教育の場でも「1人1人に寄り添う」という事が大切であると学んできました。微力ではありますが、今回の学びを現場に還元していければ幸いです。四国のお天気はとても良く、今年、唯一、夏を満喫させて頂きました。

(2階看護科主任　丸山 明美)

入院、外来患者アンケート結果

入院アンケート結果　2017年6月3日(土)実施

入院生活についての満足度(有効回答件数16件)



恒例となりました「患者様ご家族との懇談会」に、今年は15家族20名の方々にご列席頂きました。今年は、療養生活における利便性向上として、リネン類のリース見直しのご提案をさせて頂きました。また、看護部門とリハビリテーション、医療相談室の各責任者が日頃、力を注いでいることをご説明致しました。後半の青木院長による特別講演は、多くの皆様からご好評を頂きました。有難うございました。今後も心をこめたケアの提供を心掛け、実践して参ります。引き続き宜しくお願い申し上げます。(事務部長)

外来アンケート結果　2017年7月10日(月)～7月24日(月)実施

7月10日から24日の間、当院外来に通院されている患者様を対象にアンケートを実施しました。ご回答頂いた多くが病院周辺の地域住民の方々でした。今回は聞き取りにて回答して頂くスタイルで、より深い部分まで地域住民の方々の声を伺うことが出来ました。当院に対する総評的な結果から、患者様が当院に対して多様な役割を求めていることが分かりました。

一般的な《病院》の主な役割として、

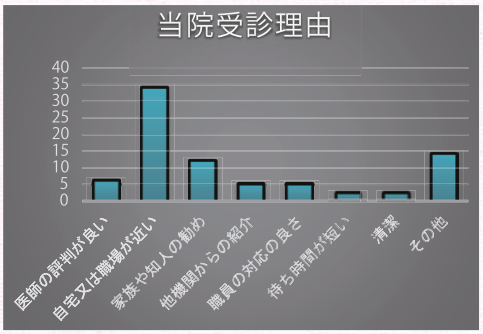
1. 病気を診断・治療する
2. 病気を発見する
3. 病気の悪化を防ぐ
がありますが、この他にも
4. 病気を予防する
5. 患者様のQOLを高める
6. 精神的支えとなる
7. 病院周辺地域の活性化

等があります。1～3はもちろん、地域に根付いた病院になるために4～7に関しても積極的に取り組んでいこうと思います。そしてこの結果を真摯に受け止め、当院が日ごろ提供している医療サービスについて、患者様や地域の方々がどのように評価し、またどのようなことを望んでいるのかを把握する重要な要素として病院全体にフィードバックし、より一層のサービス向上と、当院の取り組み等も定期的に情報発信し、患者様や地域の方々との信頼関係を形成していきたいと思います。

最後になりましたが、お忙しい中アンケートにご協力頂きました患者様には、心より感謝申し上げます。　(医療連携課主任　大﨑)

○当院受診理由(複数回答あり)

医師の評判が良い	6
自宅又は職場が近い	34
家族や知人の勧め	12
他機関からの紹介	5
職員の対応の良さ	5
待ち時間が短い	2
清潔	2
その他	14
合計	80

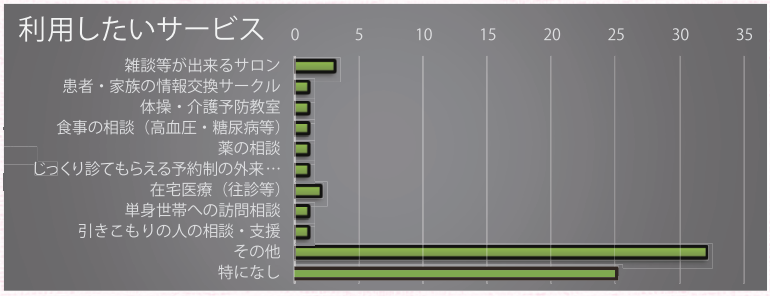


○利用したいサービス(複数回答あり)

雑談等が出来るサロン	3
患者・家族の情報交換サークル	1
体操・介護予防教室	1
食事の相談(高血圧・糖尿病等)	1
薬の相談	1
じっくり診てもらえる予約制の外来診察	1
在宅医療(往診等)	2
単身世帯への訪問相談	1
引きこもりの人の相談・支援	1
その他	32
特になし	25
合計	69

<その他の内容>

- **日常的な事を気軽に相談したい　14件**
- **病院の機能的なシステム等の講演　3件**
- 送迎してほしい　2件
- 土曜コンサート等のイベント　2件
- 社会保障制度等の相談　2件
- もっと気軽に受診したい　2件
- リハビリをもっとしたい　1件
- 若い世代の地域参加の促進　1件
- 地域での防犯等の講演　1件
- 野菜や果物等ちょっとした買い物が出来るとよい　1件
- 地域貢献的役割を担ってほしい　1件
- 医療と介護の施設間の連携をもっととってほしい　1件
- もっと専門的な科があるとよい　1件



ひふの話 その36

市川 雅子（皮膚科医師）

クラゲに刺されると納豆アレルギーになる !?

今回のタイトルを見て、びっくりする人が多いと思います。10年くらい前から認識されるようになったことです。発見したのは、横浜市立大学の皮膚科の先生です。ご存じのように、横浜やその近辺ではサーファーが多く、よくクラゲに刺されるようですが、その人たちの間で納豆アレルギーが多く出ているところから発見されました。クラゲが相手を刺す時にポリガンマグルタミン酸という物質を作ること、そして納豆のネバネバの中に同じ成分が含まれていることから、クラゲに刺されることにより、この成分が皮膚に入り<経皮感作>が起こり、この成分にアレルギー反応を起こすようになります。納豆アレルギーは、通常の食物アレルギーと違い、食べてから症状が出るまでに半日以上かかります。症状では、じんましんや呼吸困難になることが多く、ショックになることも少なくありません。思い当たる原因がなくアレルギー性のショックを起こした場合、クラゲに刺されたことがないか、納豆を食べていないか、ということも考えてみて下さい。また、このポリガンマグルタミン酸は、納豆の他にも薬品や健康食品、化粧品やスポーツ飲料、種々の食品に含まれています。この成分のアレルギーがある人は、成分表示に十分注意して下さい。なお、納豆アレルギーがあっても、豆腐や醤油、味噌などの大豆製品のアレルギーは合併しないようです。

ベトレヘムの園病院　公開健康講座

「ビタミンのおいしい摂り方」～疲労回復、元気のでるビタミン～

薬剤科　後藤 佐恵子（薬剤師）/ 栄養科　廣瀬孝洋（管理栄養士）、松村 義則（調理師）、濱 圭司（調理師）

年に１回、薬剤科と栄養科で行っている講座ですが、今年は７月20日に夏本番の前に夏バテ予防を目的に「疲労回復、元気の出るビタミン」のテーマで B_1、B_2、B_6 を中心に試食も交えて開催しました。B_1、B_2、B_6 は特に体を動かすエネルギーの産生や代謝に関わり疲労の蓄積を防いだり、肌や粘膜や体の調子を整えます。これらのビタミンは薬や食事から取り入れる必要がありますが、水溶性ビタミンのため大量に摂っても排泄されてしまいます。そのため、毎日少しずついろいろな食品から摂ることが大事になります。献立の一例をのせました。バランスの良い食事、一汁三菜を目指し様々な栄養素を過不足なく取り入れましょう。次回も試食をしていただきながら薬と栄養のお話をしようと思っています。

●豚肉のさっぱり梅生姜

【材料／４人分】
- 豚ロース肉…250ｇ
- きゅうり…100ｇ
- 梅干し…２ヶ
- しょうが…１かけ
- みょうが…５ｇ
- さけ…大さじ1
- しょう油…小さじ2
- 酢…小さじ1.5
- 塩…適量

塩分量（塩分1.1g）

【作り方】
1. 梅干しは種を取り実をほぐす。ほぐした梅干しにしょう油、酢を混ぜ調味液を作る。この時、梅干しの塩気によって、しょう油の量は加減する。
2. きゅうりは輪切りにし、生姜、みょうがは繊維に沿って薄切りにしてから千切りにする。あさつきは小口切りにする。
3. 調味液に、きゅうり、しょうが、みょうがを入れ混ぜる。
4. たっぷりのお湯に酒を加えて豚肉を湯がく。豚肉に火が通ったらザルに取り上げ、水気を切る。
5. お皿に盛付け、上から調味液をかけ出来あがり。

●冷製ひよこ豆入りトマトスープ

【材料／４人分】
- トマトジュース…480cc
- 玉葱…140ｇ
- セロリ…25ｇ
- ひよこ豆…40ｇ
- パセリ…適量
- 白ワイン…50cc
- 塩…適量
- コショウ…少々
- 油…大さじ1

塩分量（塩分0.4g）

【作り方】
1. 玉葱、セロリは薄くスライスする。パセリはみじん切にする。
2. 弱火で熱したフライパンに油をひき、玉葱を炒める。しんなりしてきたら塩をふり、焦げないようにじっくりと炒める。
3. 玉葱がほんのりと色付いたら白ワインを入れ、沸騰させアルコール分を飛ばす。
4. トマトジュース1/3とセロリ、塩を加え、ひと煮立ちさせて火を止める。
5. ボウルに移し、残りのトマトジュース、ひよこ豆を加えて冷蔵庫で冷やす。
6. 器によそい、仕上げにコショウをふり、パセリを散らして出来上がり。

お知らせ

公開健康講座

平成29年9月21日（木）
14:00～　当院２階会議室にて
『死に方選びは 生き方探し』
～自分の死に方を選ぶために、
今の生き方を探す～
講師：青木 信彦（病院長）

2017年 健康まつり

平成29年11月3日（金・祝）10:00～14:00
病院１階ロビーと玄関脇の特設会場
リハビリテーション科による、患者さんの作品展示即売会、血管年齢測定、健康相談コーナーetc.
★ 恒例の院内ミニバザー：
10月24日（火）と25日（水）11:00～13:30

ベタニアの家 チャリティーコンサート

社会福祉法人慈生会
～ベトレヘム学園&ナザレットの家合築新築支援～
平成29年12月13日（水）
開演:18:00（開場17:30）
“HAPPY JAZZ TIME
鈴木直樹&スウィングエース”
練馬文化センター 小ホール　全席自由￥3,000

ボランティア体験　（編集後記に変えて）

３週間にわたり、ベトレヘムの園病院の皆さまには大変お世話になりました。終始、緊張しっぱなしでした。入所者はどんな方なのだろう、食事はどう介助すればいいだろう、どんな会話をすればいいだろう、いつも躊躇があったように思います。それでも日が経つにつれ、少しずつ相手に近づき、お一人おひとりの人柄が見えてくるようになりました。それは同時に、私が入所者の方々に対して抱いていた偏見、レッテルへの気づきでもありました。お一人おひとりは全く違う。当たり前のことですが、体験前には無い感覚でした。具体的に関わること、相手の懐に思い切り飛び込んでゆくこと、その実りを感じた期間となりました。これからもお一人おひとりが灯し続けている信仰、いのちの明かりが、訪れる人の心を照らしてゆきますように。神に感謝。　（東京教区神学生　宮崎翔太朗）