



No.95

## 『学びて 時にこれを習う また喜ばしからずや』

院長 青木 信彦



とある6月、日曜日の午後 のことです。

高級軽自動車ホンダNワンで東村山スポーツセンターの毎週定例の日曜卓球練習に行ってきました。

自宅に帰って、のんびりと湯船につかっていたところ居間から姫ウズラのけたたましい鳴き声です。よくあることで、わたしがピピピー、と口笛を吹くと安心して鳴き止むのですが、この日はどうもおかしい、いつまでもピピピーを続けているのです。

しかたなく、急いで風呂から上がって居間に入ると固定電話が鳴っているのです。めったにないことなので、あわてて受話器を取ると、ベトレヘムの園病院の事務当直の青年からでした。

青年「病棟と変わります」

病棟「看護師Nですが、Kさんの発熱のことで、当直医から、院長に電話連絡するように、言われました」

これもめったにないことでしたが、Kさんの中心静脈カテーテル感染について指示をもらいたい、という内容で、とりあえず抗生剤の指示を出しました。

## それにしても我が家の姫ウズラは賢い!

病院からの緊急電話と分かってわたしに知らせたのです。 苦節 1 年半超、愛情を降り注いで世話をしてきた成果です。

一方、ことし 5 月 5 日生まれのチビ姫ウズラはまだまだです。

わたしが手をさしのべてもただひたすら逃げまくって、なかなか掴まらないのです。これから教育するつもりです。

ところで、このチビ姫ウズラがオスなのかメスなのか分からないのです。事実、姫ウズラ(ウズラという名前ですが、本当はキジ科の鳥で、最も小型のキジです)のオス・メスの判定は専門家でも難しいといいます。はっきり分かっていることは、「卵を産むのはメス」ということだけです。1歳半の姫ウズラは生後3ヶ月から卵を生んでいますのでメスと判定されました。

世の中には、分からないことがとても多く、そのつど勉強することになります。

「学びて 時にこれを習う また喜ばしからずや」 論語にでてくる孔子の最初の言葉です。

「習ったことを機会があるごとに復習し身につけていくことは、なんと喜ばしいことではないか」というのです。

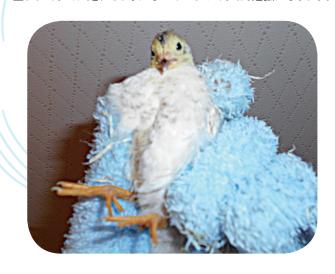
わたしは足利市出身で、家の前が足利学校遺跡でした(正確には足利学校遺跡の裏に家があった)。足利学校には孔子が祭られていて、子供の頃から孔子の言葉、論語が大好きでした。

そんな訳で今でも、姫ウズラについて学問をして、あたら しい知識を身につける毎日です。

"学びて 時にこれを習う また喜ばしからずや" 人生を魅力的にするすばらしい言葉ですね。 みなさんも実践してみてはいかがでしょうか。

## ● チビ姫ウズラの生後 1ヶ月の様子 ●

白いのが姫ウズラ本体で、青いのが人間(わたし)の手袋です。 身体の割にやたらと足が大きいのが分かります。 姫ウズラは飛べないので、ただひたすら走りまくります。 生まれてすぐに走れるようになっているのですね。勉強になります。



## 永年勤続表彰を受けて

本年度は当院より2名の職員が10年表彰を受けました。看護部、事務部それぞれの分野で活躍するお二人にこれまでの道のりを振り返って頂きました。

☆11年前の4月、縁あってベトレヘムの園病院の仲間に加えていただく事になりました。

その頃、今は住宅地となってしまったベト学のグラウンドは桜が満開で、まさに桜の園でした。広い中庭があり、素敵だと感じました。11年の間に、患者様から温かい言葉を沢山頂きました。 夜勤の早朝、時々中庭に出て深呼吸。リフレッシュしてもうひ

複動の早朝、時々中庭に出て深呼吸。リブレッシュしてもつひと頑張りです。出会った頃、素敵だと感じた気持ちは少し変化しているのでしょうが、今も私はここで働いています。

小川のり子(1階病棟)

☆勤続10年表彰ありがとうございます。

周りのたくさんの方々に助けられながら、10年続けてくることができました。困難な時、必ず支えとなる言葉をくださる方がいました。感謝、感謝です。次に目指すは勤続20年。まだまだ先へ進んでいかなければなりません。立ち止まってしまうこともあるかもしれませんが、その時は入職時に施設長にいただいた「イエスの処方箋」の処方薬をのみ、また歩み始めたいと思います。

宮崎 奈穂子 (総務課)







## お楽しみ会

1階看護科

5月10日(金) 15時からお誕生日会を改め病院行事としてお楽しみ会を行いました。ボランティアには、カンタービレさんにご来院いただき、楽器演奏と歌を患者様、リハビリ職員、各病棟スタッフ、ソーシャルワーカー全員で楽しむことが出来ました。各部署との打ち合わせをしていたため、当日はスムーズに行事が進んだことが良かったと思います。







# 病院で教えて良いの?? 家族が困らない終活?! … "終活の意味"とは

弁護士: 大崎 克之

終活とは、人生の最期を迎えるにあたって、そのための準 備を自ら行うこと、またその活動の総称をいいます。正式な 法律用語ではなく、「就活」をもじった造語ですが、10年ほ ど前からメディア等で取り上げられ、流行語にもなりました。 終活の内容は多岐にわたりますが、遺言の作成や身辺の整 理、自身の葬儀に関する決定などが挙げられています。

元々、終活の概念は、人生の最期を迎えるにあたって、こ れまでの人生を振り返るとともに、自身の最期(葬式やお墓) を自分自身で決定するという「自己決定権」から生まれまし た。つまり、人生の最期を迎える「その人のため」に考えら れたものです。

ところが、最近の「終活」は、このような元々の流れから ではなく、年金問題や高齢者施設問題と同じく「次世代の負 担を軽減するため」という理由が強調されています。自分の ことは自分で決める、自分の人生を振り返るということだった はずが、いつのまにか、子どもや孫に迷惑を掛けないことが 重要となってきたのです。

もちろん、次世代の迷惑を考えることそれ自体を否定する つもりはありませんが、まず、終活をすべきかどうか、終活 として何をすべき かを考える前に、 もう一度、終活を する目的が何か を自身で考える 必要があります。 目的が異なれば、 当然「終活」の 内容も変わるから です。



終活の内容として挙げた遺言も、以上のように「なぜ遺言 をするのか」を考える必要があるでしょう。自分の財産の処 分については自分自身が決定するためなのか、遺産をめぐ る相続人間のトラブルを防止し、迷惑を掛けないようにする ためなのか、この違いによって、当然、遺言の内容も変わっ てくるはずです。

この講座が皆様にとっての"終活の意味"を、今一度考 えて頂く良い機会になれば嬉しく思います。有難う御座いま した。

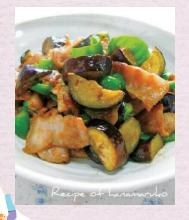


## モリモリ食べて夏バテ予防♪

## 暑い日におすすめの「スタミナ料理」

本格的に暑くなってきた今日この頃。夏バテなどしないよう、スタミナのつく料理を食べて元気に過ごしたいところですね。

## ご飯がすすむ 豚肉となすの味噌炒め



ビタミン B1 や B2 は炭水化物をエネルギーに代える働きをしてくれます。 そんなビタ ミン B1、B2 を多く含む食材は豚肉、うなぎ、納豆や豆腐などの大豆製品、枝豆、卵 などです。とくに豚肉は、ビタミン B1 の宝庫なので、夏バテ予防に最適な食品です。

夏バテ予防には、ビタミンやミネラルの宝庫である野菜やきのこ、果物を積極的に食 べるようにしましょう。夏は体内の水分バランスが崩れやすくなりそれに伴いカリウムな どのミネラル分のバランスも崩れやすくなります。夏が旬 (茄子やピーマン)の野菜や 果物には、身体を冷やす働きがあるので旬の食材を食べて夏を乗り越えましょう。

【材料】2人分
豚バラ肉 100 g
茄子2本
ピーマン2個
オリーブオイル 小さじ1

… 調味料 A … 味噌、酒…… 各大さじ1 砂糖……… 小さじ2 醤油…… 大さじ1/2~1

### 【作り方】

調味料Aを混ぜておきましょう。 豚ばら肉は2~3cmの長さに切ります。 茄子はガクを落として縦に半分に切り、1cm幅の半月切りにします。 ピーマンは縦に半分に切りへタと種を取り、横 1cm幅に切ります。 フライパンにオリーブオイルを熱し、中火で豚肉をこんがり炒めます。 その後、茄子、ピーマンを加え炒め合わせ、全体にしんなり火が通ったら、 調味料Aを廻し入れ、ざっくり混ぜ合わせて火を止めます。 器に盛り付けて出来上がりです。

先月の新聞では、今年も麻疹(はしか)と風



市川 雅子(皮膚科医師)

### 手足口病

疹(三日はしか)の流行が止まらず、5月末で 麻疹はすでに昨年の倍、風疹は昨年の同時期に比べて50倍以上 の患者数が報告されています。麻疹と風疹はウイルスによる感染 症で、子供も大人もかかります。いずれもワクチンで予防できる病 気ですから(治療薬はありません)、かかったことがない人や予防接 種を受けていない人は予防接種を受けて下さい。わからない人は 検査をして下さい。特に麻疹は昔から「命定め」と言われ、亡くな

ることもありますし、麻疹にかかってから数年後に起こる脳炎があ

り、これを発症すれば死に至ります。また、妊婦さんが風疹にかか

ると、赤ちゃんに障害が出ることがあります(先天性風疹症候群)。

さて、手足口病という病気をご存じでしょうか?子供に多い病気 ですが、時に大人もかかります。例年、梅雨時期から夏にかけて 増えますが、今年は西日本から急激に増えてきています。原因は 主に3種類のウイルスで、接触感染や飛沫感染、経口感染でうつ ります。症状は病名の通り手足と口の中に2,3ミリの水ぶくれがた くさん出来てくる病気です。多くの場合、熱が出ても微熱で、1週 間程度で良くなりますが、時に髄膜炎や脳炎などをおこします。ま た治ってきた頃に爪が脱落することもあります。口の中に水疱がた くさんできると、食事や飲水がつらくなりますが、刺激の少ないも のを少しずつ摂取するようにして下さい。摂取が難しい時や、高 熱が出る時、意識状態がおかしい、頭痛や嘔吐がある時などは早 めに医療機関を受診して下さい。手足口病には特効薬もワクチン もありません。普段から手洗いやうがいをきちんとおこない、タオ ルの共有を避けることなどを心がけて下さい。なお、手足口病が 治っても、その後約1ヶ月は便の中にウイルスが排出されますので、 トイレ後の手洗いやオムツの取り換え時などは注意して下さい。

### 平成30年度 決算報告

平成30年4月1日~平成31年3月31日

### 事業収支計算書 (単位:千円)

収益の部		費用の部	
医泰事类顺光	932,354	人件費	659,002
医療事業収益		事業費・事業費ほか	175,414
経常経費寄付金収益	821	減価償却費	32,219
サービス活動外収益	13,847	サービス活動外費用	13,178
特別収益	63	特別損失	26,833
<収益合計>	947,085	<費用合計>	906,646
【コメント】		<当期損益>	40,439

### 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	932,354	人件費支出	646,551
区原争未収八		事業費・	188.574
その他収入	14,668	事業費支出ほか	100,374
施設整備等収入	223	施設整備等支出	28,981
その他の活動収入	31,768	その他の活動支出	65,325
<収入合計>	979,013	<支出合計>	929,431
		<当期収支差額>	49.582

- ①介護療養病床から医療療養病床への転換が完了。病床単価の伸びにより、収入は安定した増加基調を維持出来た。
- ②医療の質向上に繋げるべく、人材への積極的な投資をさらに進めた。設備の経年劣化による修繕費の増加が目立った。
- ③事業収支、資金収支とも大幅に実績を伸ばすことができ、医療療養病床への転換効果を享受した1年となった。

## お知らせ

### 7月の公開健康

『ランチ付き講座 **今年こそ夏バテ防止!!**』

日時: 令和元年7月26日(金) 11:30~12:30

場所: 当院2階会議室

講師:廣瀬 孝洋 (栄養科)・平澤 佑実彦 (薬剤科)

## ミニバザー<予告>

令和元年10月21日(月) 10:30~14:00 場所: 当院2階会議室 今年も皆様からの献品(新品のみ)を宜しくお願い致します。

\*受付:土・日・祝日を除く7/22(月)~10/11(金)

\*問合せ先TEL: 042-491-2525



## 編集後記

梅雨に突入で、ジメジメ、シトシト湿度が高くて、私の 天パーの髪の毛はクルクルウネウネ、天パーと湿気最悪!!

憂鬱な毎日です。(+\_+) そんな私を唯-和ませてくれるのが中庭の紫陽花、花壇の 「風のみどり塾」の方たちが整備して下さっ た、素敵な花々。

そして、当院の外来に飾られている紫陽花



や可愛らしい傘と靴の素敵な作品たち。水曜日の整形外来 の長先生の奥様が折り紙で作られた作品です。不器用な私



には到底無理ですが、繊細に作 られていて外来の患者様を楽しま せております、季節にあわせて作 品が変わります。是非、一度ご覧



になってみて下さい。 (H·K)