



# シャローム

新年特別号  
shalom

第壱四九号  
2019.1

ヘブライ語で「平和」「平安」を意味する言葉。日常の挨拶「こんにちは」や「さようなら」として用いられており、神さまの守りと恵みによってすべての人に訪れるシャロームを皆さんに、という願いで医療団発行紙は「シャローム」と名付けられています。



※旧病院2階出入口

## 時代が変わる年

明けましておめでとうございます。皆さまにおかれましては平成最後の年をどのようなお気持ちで迎えられましたでしょうか。

当医療団にとって平成は、新規事業の立ち上げ、建物の新築や建て替えなどを行った30年間であったと思います。まずは平成7年にホスピス病棟、NICUを京都府で初めて立ち上げ、平成10年には看護専門学校の新築、老人保健施設や眼科クリニックの開設。平成18年には病院東館を、平成22年には病院西館の建て替えを行い、昭和の時代に整備した建物はほぼ新しくなり、バプテストの丘も平成の装いとなりました。これも地域の皆さまのご支援や先輩方々のご努力の賜り物であると感謝しております。

新しい元号を迎えるにあたり、次の時代に何をなすべ

きか。非常に大きなテーマであると思います。まずは医療や介護の機能の充実や職員教育には力を入れてしっかり行ってまいります。すでに機能面では、病院においては地域包括ケア病床を昨年12月から導入しておりますし、老人保健施設は1月から機能強化型として体制を整えております。今後も、患者さま、利用者さまが慣れ親しんだ地域で生活が続けられるよう、当医療団あげてサポートを図ってまいります。

看護専門学校は、平成の終わりとともに閉校させていただきますが、その精神は何ら変わることなく医療・介護の現場で引き続き継承されるよう取り組んでまいりたいと考えております。

時代が変わる年でございます。本年も引き続きよろしくお願ひ申し上げます。

こいしはら みのる  
病院 事務部長 小石原 稔

# News

## ふれあい秋祭り2018 「催し物報告」

10月27日(土)、バプテスト老健「ふれあい秋祭り」を開催いたしました。抹茶のお点前や輪投げ、駄菓子コーナーなどの他にも、社会福祉士や行政書士による相談コーナーも設け、バプテスト老人保健施設での取組みや介護保険の利用などについて説明しました。

初めての開催でしたが、ご入所中の方だけでなく地域の方にも大勢お越しいただき、笑顔に溢れた楽しい会になりました。

来年もお楽しみに～。



## Hospice

### ホスピスボランティア **リレーコラム** vol.3

さいとう ひでとし  
アートセラピスト **齊藤 秀敏**

ホスピス病棟で月に一度、アートセラピーをさせて頂いております。早いもので、始めてから約6年が経ちました。



「アート」といっても決して難しい事をする訳ではありません。患者さんどなたでも参加ができ、作品のうまい下手関係なく自由に制作をしていく中で、例えば四季をより身近に感じられたり、五感が刺激されたりするような、そんなアートです。

例えば、春でしたら色粘土を団子に見立てて作る「花より団子アート」、夏は、「うちわコラージュアート」等々、毎月色々なテーマでしております。

患者さんの中には「私には、できるかな?」と最初、おっしやる方もおられますが、作っていく中でお顔が和らいだり笑顔も出て、お一人2、3作品を作られる方もおられます。

またご家族の方も一緒に制作される場合もありますが、出来上がった作品はもちろん、作品を作る過程も思い出のひとつになって頂けたらと思っております。

アートには、色々な可能性があります。人と人を結びつけたり、また元気を与えてくれたり、そんなツールでもあります。たくさんの笑顔や癒しに繋がればと願い、これからも活動を行っていきたく思っております。



## 薬でつなぐ ちょっといい話

### vol.22 妊娠・授乳時の風邪薬の選び方

はしい ゆうこ  
薬剤師 **橋井 祐子**



風邪をひいてしまうと妊婦さんや授乳をされている方はお薬の服用が心配になりますね。今回は妊娠時・授乳時の風邪薬についてのお話です。

治療は対症療法が主です。解熱剤はアセトアミノフェン(コカールなど)が安全性が高いとされています。ロキソプロフェン(ロキソニン)やイブプロフェン、ジクロフェナク(ボルタレン)など一部の解熱剤は妊婦さん、とくに妊娠後期の場合は避けましょう。鼻水を抑える抗アレルギー薬はクロルフェニラミン(ポララミン)、フェキソフェナジン(アレグラ)、ロラタジン(クラリチン)などは問題ないとされています。咳止めはデキストロメトルファン(メジコン)は問題ないとされていますが、コデイン製剤(ジヒドロコデイン含む)は慎重投与となっております。授乳中は特に注意が必要です。インフルエンザの治療薬である、タミフル、リレンザは安全に投与可能とされています。

市販の風邪薬を購入する場合もあると思いますが、1錠の中に多種類の成分が入っていますので、注意しましょう。不安がある場合は医師・薬剤師にご相談ください。



## 健康・栄養

### 第32回 ～ 体幹トレーニング ～

今回は、腰痛予防になる体幹トレーニングを紹介します。

せと たけみ  
理学療法士 瀬戸 雄海



ステップⅠ

慢性痛の原因の一つとして、自身が思っている動きと実際の動きとのズレが痛みを引き起こす可能性があると言われています。



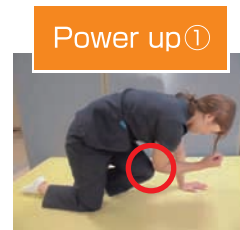
ステップⅡ

**ステップⅠ** 丸めたり反ったり背骨を動かし、真ん中の位置を手で背中を触れたりして確認してください。鏡を身体の横に置いて背骨がどれくらい動いているかを確認すると、効果的です。

**ステップⅡ** ステップⅠの真ん中の位置から右手と左足、左手と右足を交互に上げます。左図の姿勢で5秒とめて交互に10回、行って下さい。上げた時に背骨が反らないように身体が斜めにならないように腹筋を意識して下さい。背骨を反ってしまうと、腰を痛める可能性があります。

#### Power up version (ステップⅠ・Ⅱができた方へ)

- ①ステップⅡから交互に上げた手を引き寄せて右肘と左膝を当てて5秒間押し合い、腹筋を意識して下さい。交互10回程度
- ②身体が一直線になるようにして30秒間とめてください。腰を反ったりお尻が上がりすぎないように気を付けて下さい。



Power up ①



Power up ②

## 聖書の小道

### 第39回

#### 「神の息」

そう言ってから、

彼らに息を吹きかけて言われた。

『聖霊を受けなさい。』

ヨハネによる福音書  
20章22節

みやがわ ゆみこ  
牧師・チャプレン 宮川 裕美子



「壁に何も無いのもいいわ。色々なものが映し出されるの。」笑顔でそう言われたのはホスピスの患者さんでした。その方が白い壁をスクリーンにして、これまでの人生や出会った人たちのこと、遠くアフリカの貧しい子どもたちにも思いを馳せておられることを知り、身体はベッドの上にあっても、その心は広く他者と共にあって自由に駆け回っておられると感じました。

「神の氣息(いき)よ われを医やし 疲れしところを つよめたまえ」という讃美歌があります。復活の主イエスは絶望の中にあつた弟子たちに息を吹きかけられました。神の息=聖霊を受けた弟子たちは息をひそめていた生活を終え、そこから力強く活動を始めます。置かれた状況は変わらずとも、神の息はわたしたちの心と魂を強め、それによって生きる力が強められるのです。新しい年も主イエスの息を受けて歩めますように。

牧師室からの  
おしらせ

### クリスマスの飾りについて

キリスト教会では1月6日を公現日(もしくは顕現日)といます。異邦人である東方の博士たちがユダヤ・ベツレヘムの馬小屋に誕生したキリストを拝みに来たことから、すべての人への救い主の顕現を祝う日とされています。キリスト教の暦ではクリスマスが終わるのは1月6日です。医療団でも飾りの一部(玄関リースと青い電飾)を公現日まで飾ります。

## 催し物

### 京都造形芸術大学コラボ企画 カフェオリーブにて作品展開催!

クリスマスカード原画展・・・ 展示期間：12/6～1/7

後期作品展・・・・・・・・・・・・ 展示期間：1/24～3月下旬頃

京都造形芸術大学では「社会の変革に役立てる人材の育成」を教育目標に掲げ、2016年度から当院と京都造形芸術大学の社会実装連携が「カフェ・オリーブへの作品展示」として始まりました。

今年度は「こども、造形芸術、アートエデュケーション」について学んでいる、こども芸術学科1回生の作品をカフェ・オリーブにて展示いたします。

今回学生の皆さんには当院のクリスマスカードの原画制作を依頼。その原画展と後期の作品展示を上記の期間にて行います。

皆さまどうぞ足をお運びくださいませ。



## イマヌエル基金のご案内

当医療団では、キリスト教精神に基づく全人医療充実のための財源として、「イマヌエル基金」を設けています。寄附金は、随時受け付けています。詳しくはおたずねください。

### 寄附の方法

寄附金は、直接、当医療団へお持ちいただくか、郵便振替での送金をお願いします。領収書は後日お送りいたします。

### 郵便振替

記号番号 00960-4-282133

加入者名 一般財団法人 日本バプテスト連盟医療団

### お問い合わせ先

日本バプテスト連盟医療団 経理課

TEL 075-702-5926

## お知らせ

医療団

### ボランティア募集

当医療団ではボランティアを募集しております。あなたも、患者さんのためにボランティア活動をしてみませんか。

#### 募集しているボランティア活動

院内案内・受診付添・小児科外来・・・午前  
病棟お手伝い  
配茶・食後の片付け等(老人保健施設)  
礼拝誘導(火・金 12:45～13:45のみ)

学生さんの長期休暇中のお手伝いも歓迎いたします。  
時間・曜日・回数等については下記にご相談ください。

TEL 075-702-5988

FAX 075-701-9996

メール volunteer@jbh.or.jp

担当 総務課 松屋



## 献金・献品 感謝ご報告 (2018.9.1-11.30) 敬称略

小山 都子 塚本 美子 服部 千鶴子

臨床宗教者プロジェクト 代表者 榎田匠 中村 昌生

神原 ひろみ 湊 久子 城戸 正憲

## 編集後記

皆様、明けましておめでとうございます。巷では「平成最後の〇〇」という言葉をよく耳にするようになりました。「平成」もあと数ヶ月です。皆さまが思い思いの「平成最後」を過ごされ、思い出の年となることを願っております。2019年も皆様のお役に立てるよう精一杯努めて参りますので、今年もどうぞ宜しくお願い致します。

## 日本バプテスト病院の基本理念は全人医療です。

人間は「からだ、こころ、たましい」からなる全人格的な存在です。

当病院は、イエス・キリストの隣人愛に基づき、全職員がよいチームワークを保ち、専門的知識と技術を活かして、全人医療の業に専念します。

シャローム No.149 2019年1月発行

発行/一般財団法人 日本バプテスト連盟医療団 発行人/代表理事 北 堅吉 編集/日本バプテスト連盟医療団広報委員会

この広報誌は日本バプテスト連盟医療団のはたらきを広くお知らせするために作成しております。

著作権、個人情報保護の観点から、流用・転載を固くお断りいたします。

日本バプテスト病院 <http://www.jbh.or.jp/>

バプテスト老人保健施設 <http://www.jbh.or.jp/roken/>

日本バプテスト看護専門学校 <http://www.jbsn-kyoto.com/>

バプテスト訪問看護ステーション しおん <http://www.jbh.or.jp/shion.html>

バプテスト居宅介護支援事業所