

シャローム shalom

No.154
2020.春号

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。



バプテスト老人保健施設 ～創立21周年を迎え、新たな飛躍へ挑戦！～

な かつ た ひろ ひ さ

バプテスト老人保健施設 施設長 中田 裕久

バプテスト老人保健施設は1999年4月に設立され今年が21周年となります。老健は在宅生活を支える施設とされています。病院退院後すぐに自宅へ戻れない方が入所され、3か月のリハビリをして元気になっておうちに帰られます。自宅におられた方がリハビリが必要になって入所され、また元気になって自宅へ戻られます。1-2週間のショートステイも可能です。さらに朝の迎えと夕の送りのある通所リハビリもあります。これらの事業を続けていますが、昨年は大きな動きがありました。2019年1月からは在宅復帰強化型老健、さらに2019年6月からは在宅復帰超強化型老健として再出発し、リハビリを大きく強化しました。在宅を支え

る老健として地域とのつながりを強化しています。2018年から取り組んでいるふれあい秋祭りでは、昨年はバザーも取り入れ大盛況でした。地域の皆様も多数お越しください楽しんでいただきました。また、家族会では新たにカフェを創設し、ご家族の皆様が気軽にお茶をしながらおしゃべりする場を作っています。さらに一階のラウンジに開設されているバプテスト老健ギャラリーでは、様々な絵画、写真や工芸作品など1か月おきに入れ替え展示を続けており、ご家族の方、地域の方々に楽しんでいただいています。バプテスト老人保健施設は地域になくなくてはならない施設として新たな飛躍に挑戦します。

2020年度医療団標語聖句 (ガラテヤの信徒への手紙6章9節より)

たゆまず善を行いましょう。飽きずに励んでいれば、時が来て、実を刈り取ることになります。

News

新任ドクター紹介

かわつ あきこ
健康管理科 **河津 晶子**



2020年4月より健康管理科にて勤務させて頂くことになりました、河津晶子と申します。

私は2004年～2008年まで日本バプテスト病院ホスピスに勤務させて頂いておりました。その後実家の母親の介護で東京に移り、聖路加国際病院の人間ドックに従事することになりました。終末期医療から予防医療への大きな転身でしたが、日本へ予防医療をいち早く導入された日野原重明先生の下で学びながら、健康を維持し病気を発症する前に予防することの重要性を痛感し、ホスピスケアと同様に遣り甲斐を感じてまいりました。このたび京都に戻り、今度は人間ドック医として再びバプテスト病院に戻ることができ、大変光栄に思っております。

地域の皆様や職員の皆様に健康で生き生きとした毎日を過ごしていただけますようお手伝いできれば幸いです。どうぞよろしくお願いいたします。

みかみ ゆきこ
産婦人科 **三上 祐紀子**



2020年4月に入職しました、三上祐紀子と申します。これまでは大阪にある千船病院、国立循環器病研究センターの産婦人科で勤務しておりました。

これまでの経験を活かし、地域の女性の皆様方の様々な症状やお悩み対しお力添えができれば嬉しいです。安心して受診していただけるよう丁寧な診療や説明を心がけますので、ぜひ遠慮なくご相談ください。宜しくお願いいたします。

おかもと ゆうこ
糖尿病内科 **岡本 裕子**

2020年4月より日本バプテスト病院糖尿病内科に勤務させていただくことになりました岡本裕子と申します。これまで岡山県の倉敷中央病院や大津赤十字病院で勤務しておりました。京都に住んで3年目なので、色々と教えていただけると嬉しいです。

糖尿病は合併症進行予防が重要であり、多職種によるチーム医療で、患者様の生活をサポートしていきたいと思っております。合併症が進行した患者様の診療にあたっては様々な診療科の先生方と連携が重要となりますので、ご指導、お力添えの程、よろしくお願い致します。

糖尿病診療は6年目でまだまだ若輩者ですが、微力ながら皆さまに貢献できるよう、精一杯頑張りますのでよろしくお願い致します。

Hospice

ホスピスボランティア **リレーコラム** vol.8 エプロンのピアノ弾き

こじま けいこ
ホスピスボランティア **小島 恵子**



ホスピスボランティアに参加して12年、不思議なご縁でピアノ伴奏させていただいて10年。

キッチンでの作業等の後、私はミニ音楽会が始まると、エプロンのままピアノへ進みます。

美しいフルーツの音に誘われサロンに患者さんご家族お見舞いの方がゆっくり来られます。ご家族の押す車椅子で来られる方、ソファで休む方、少し緊張気味に歌詞カード読む方、眠ったままベッドで来られる方もあります。そして皆さんの中に、コーヒーの残り香と午後の穏やかな光と共に音楽が流れていきます。

眠っておられた方が、「あら？」

「ここはどこかしら？」

「なんだかいい気持ち」

「歌？ピアノ？そうそう、歌♪～」

ふっと目が開き、口元に唄が…

そして少し遠いけれどピアノの向こうからの私の目に「あら、こんにちは」私からも「こんにちは」目と目でご挨拶。柔らかな笑顔に側の家族様も頬がふわっ。ソファの方々も音楽と共にふわっとされ視線が上がり頬が緩む、宝物のような瞬間です。ご自宅での大切な時間に似たひと時を、エプロンのピアノ弾きとしてお届けしたいです。



薬でつなぐ ちよつといい話



vol.27 お薬との飲み合わせ、気にしていますか？

はしい ゆうこ
薬剤部 **橋井 祐子**



お薬には飲み合わせがある、と聞いたことがありませんか？2種類以上のお薬を服用すると、相互作用、つまりお薬同士が互いに影響しあって作用が弱まったり、逆に作用が強くなったりすることがあります。例えば、ニューキノロン系と言われる抗生剤と、とある解熱鎮痛剤を同時に服用した際に痙攣が誘発される恐れがあるので、てんかんの既往がある方は注意が必要です。調剤時に薬剤師は相互作用をチェックしています。もし、あなたが複数の病院にかかっているのであれば、お薬手帳は必ず携帯して薬剤師にお渡しください。

相互作用はお薬同士だけではなく、食品やサプリメントとも相互作用があります。ワルファリンを服用している方は納豆を食べないようにとされますが、これはビタミンKがワルファリンの作用を弱めるからです。健康のためにと取っている青汁も、実はビタミンKが多く含まれるので避けなくてはいけません。このように健康のためと思っているものとお薬の相互作用があり、体に不利益になっている場合があります。

お薬でもサプリメントでも、相互作用が気になる場合は薬剤師にぜひ相談してください。



健康・栄養

第37回 ～食こぼれ話～ ロコモって知っていますか？

かねこ みどり

管理栄養士 金子 緑



ロコモとは、「ロコモティブシンドローム」の略で、高齢者になって、運動器（立つ、歩く、走る、上るといった移動に関わる）にいずれかもしくは複数個所に障害が起き、歩行や日常生活に支障をきたして要介護になるリスクの高い状態になることをいいます。

ロコモには、介護や寝たきりにつながるリスクが大きいことから、その予防が注目されています。

予防は、運動だけでなく「栄養面」でも対策が必要になります。

ロコモチェック

- 15分以上続けて歩けない。
- 2kg以上（牛乳パック1Lを2本分）の買物をして持ち帰るのが困難である。
- 横断歩道の青信号を1回で渡り切れない。
- 洗濯・掃除機・布団の上げ下ろしなど家事でやや重い仕事が困難である。
- 階段を上るのに手すりが必要である。
- 片足立ちで靴下が履けない。
- 家の中でつまずいたり転んだりする。
（ロコモチャレンジ推進協議会 公式HP「ロコモオンライン」より）



この中で1つでも当てはまれば、ロコモの心配があります。

☆ロコモ予防のキーポイントは筋肉です。

筋力アップには栄養・特にたんぱく質の役割が重要です。特に良質のたんぱく質は筋力アップに欠かせません。しかし、加齢とともにたんぱく質の摂取量が減少し、体内でのたんぱく質合成力も低下します。また痩せすぎもよくありません。体重が減らないようにしっかり食べましょう。

Q&A

- ①たんぱく質を含む食品ってなに？
 - ②量はどれくらいとればいいの？
 - ③体重はどのくらいがいいの？
 - ④たんぱく質だけ取ってればいいのね？
- など、次回たんぱく質や特に注意が必要な栄養素・食品についてご紹介します。

聖書の小道

第44回

「『ない』と思えるところに」

『ここにある』『あそこにある』

と言えるものでもない。

実に、神の国は

あなたがたの間にあるのだ。

ルカによる福音書
17章21節

みやがわ ゆみこ

牧師・チャプレン 宮川 裕美子



神の働き—そのご臨在や恵み、救いは、わたしたちがここにはないと思えるようなところでも行われます。神の国もその一つです。主イエスは、人の目には「ない」と思っても、そこに神の働きが確かに「ある」と言われます。

イースターを迎え、復活の主が不安や恐れでいっぱいの子供たちの前に現れて「シャローム（平安）」と呼びかけられたことを思います。平安が「ない」弟子たちに、主イエスはあなたたちのところに平安は「ある」と弟子たちに思い出させられたのです。

不安の多い時こそ、「ない」と思えるところに主がおられることを思い起こしたいものです。

朝の音楽について

「鐘の音から始まる朝の音楽が素敵ですね」とのお声を頂くことがあります。この音楽は元日本バプテスト病院内科医および日本バプテスト看護専門学校非常勤講師の鈴鹿隆之Dr.（現鈴鹿内科医院院長）が作曲・演奏されたものです。

音楽を耳にして朝が来たことを思い「ほっ」とされる方、新しい一日の始まりを思う方、普段と違う環境にあることを認識される方など、さまざまおられることでしょう。

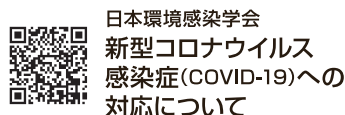
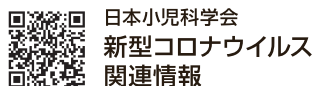
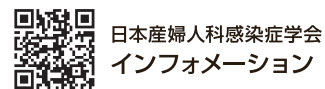
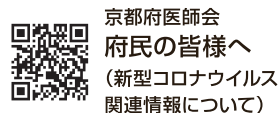
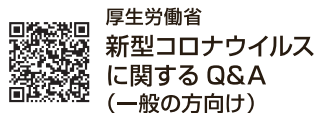
どなたにも今日の一日が平安であることの願いを込めて、朝の音楽は放送されています。

牧師室からの
おしらせ

お知らせ 新型コロナウイルスについて

新型コロナウイルスに関する情報源としては、以下の政府や学会など公的機関のHPが参考になります。

※しばしば更新されていますので、情報につきましては、最新のバージョンであるか、御自分でご確認をお願いします。



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

献金・献品 感謝ご報告 (2019.11.1-2020.2.29) 敬称略

中嶋 昌枝 中井 博子 播岡 まゆみ 岩西 敬一・裕子
西南幼稚園 同志社女子高等学校 西南学院バプテスト教会
京都地区四教会合同新年感謝礼拝 平塚バプテスト教会
石田 英子 田中 美子 稲葉 洋介 野間 清
日本基督教団京都地区京都南部地区

お知らせ 2020年度 標語聖句について

たゆまず善を行いましょう。

飽きずに励んでいれば、

時が来て、実を刈り取るようになります。

ガラテヤの信徒への手紙6章9節

今年度のテーマは「日進月歩」、「向上」です。

医療団としてさらなる高みを目指してたゆまなく前へ進むこと、地域のヘルスケアの向上に貢献することを目標としています。医療団が提供する医療・看護・介護・福祉においてたゆまず善を行い、その質を高めていく指針です。

編集 後記

新型コロナウイルスでストレスフルな毎日を過ごされているかと思います。我々職員は、何よりもみなさまの健康と安全を第一に考えて参ります。来院されたときに変化しているモノや場所、規約変更などあるかと思いますが、どうぞご理解ください。また、ホームページにて情報送信に努めてまいりますので来院前には参照していただくと幸いです。

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.154 2020年4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 尼川 龍一 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/>

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