



シャローム shalom

No.176

2025.秋号

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。



日本バプテスト連盟医療団 地域医療連携懇話会

地域医療支援部

10月4日(土)、地域医療機関や介護事業所の皆さんにご参加いただき「2025年度 日本バプテスト連盟医療団 地域医療連携懇話会」をホテルオークラ京都にて開催しました。

日本バプテスト連盟医療団では地域の皆さんとの顔の見える関係を大切に、お互いの診療内容や役割を理解し合いながらより良い連携をめざす場として、定期的に懇話会や研修会を開催しています。

講演会・懇話会の二部構成で開催し、講演会の一般講演として「第二次救急医療機関としての当院の役割と現状について」「ホスピス開設30年の今とこれから」と題した2つの演題で当院の現状をご参加の皆さんにご報告いたしました。

特別講演では、京都大学大学院医学研究科 消化管外科

学教授で、京都大学医学部附属病院 地域ネットワーク医療部部長でもある小濱和貴先生にご講演を賜りました。

小濱先生からは「消化器外科治療の進歩～紡ぎ伝えてつながる地域医療～」とのテーマで、消化器外科治療の歩みや最新のロボット外科手術の紹介、今後を見据えた持続可能な仕組みづくり、などの多岐にわたる内容を分かりやすい説明でお話いただきました。

講演会後の懇話会では、ご参加いただいた多くの医療介護に従事する皆さんの間で活発な意見交換や情報共有が行われました。

地域の皆さんが安心して暮らせるよう、これからも地域の先生方や関係機関の皆さんと力を合わせ、互いに支え合いながらより良い医療介護のネットワークを構築してまいります。

2025年度医療団標語聖句 (ヨシュア記1章9節)

わたしは、強く雄々しくあれと命じたではないか。うろたえてはならない。おののいてはならない。
あなたがどこに行ってもあなたの神、主は共にいる。

ないとう まさと
外科 部長 **内藤 雅人**
2025年10月1日着任



専門分野 消化器外科、一般外科

資格認定 日本外科学会 専門医・指導医
日本消化器外科学会 専門医・指導医
日本消化器外科学会 消化器がん
外科治療認定医
日本がん治療認定医機構 がん治療認定医
日本内視鏡外科学会
技術認定医（消化器・一般外科）

10月から参りました、
内藤雅人と申します。大学院修了後、
奈良、京都の市中病院で、消化器外科、一般
外科の治療に従事してきました。
少しでもよい医療を提供できるよう努力します。
どうぞよろしくお願い致します。



（写真左から）内藤雅人医師、木下外科副院長

Relay Column

バプテスト老健のレクリエーション

vol.22 レクリエーションで広がる 笑顔の輪

いけまつ つきよ
介護士 **池松 月葉**



療養棟では、利用者さんに日々の生活を楽しんでもらうため、季節に沿ったレクリエーション活動を行っています。春はお花見や、桜の飾り作り、夏は七夕やかき氷、秋は焼き芋を召し上がってもらい、冬はクリスマス会や書初めなど、季節の移り変わりを感じていただけるよう心がけています。

ところで、利用者さんに人気のレクリエーションが「風船バレー」です。どなたでも気軽に参加できるレクリエーションで、安全に、無理なく体を動かすことが出来ます。チームに分かれ、対戦形式にすることで、ゲーム性が増し、利用者さんのやる気や集中力も高まっています。「上手!」「そっちいったよ!」と声を掛け合うことで、利用者さん同士の交流も深まり、自然と笑顔があふれる楽しい時間となっています。

これからも利用者さんが楽しめるレクリエーションを継続して提供していきます。楽しみながら身体や心を動かせるような内容を工夫し、笑顔になれる時間を一緒に過ごしていけるよう努めてまいります。



薬でつながるちょっといい話

vol.49 お薬の副作用について

さとう かずお
薬剤部 **佐藤 和生**



皆さんは、副作用に対してどのようなイメージを持っていますか？

お薬にはいろいろな作用があり、その主となる作用を治療目的として医師が処方しています。ただお薬は主目的の作用以外は副作用として扱われます。その症状は吐き気、湿疹、血圧上昇など様々で、個人差もあります。しかし強く出ることがあらかじめわかっている副作用は事前に対策（例：吐き気止め）することで和らげることが可能です。

この様に一般的に悪いイメージの副作用ですが、逆手にとってお薬としている例もあります。アレルギー性鼻炎などのお薬は眠くなることはありませんか？この眠たくなる副作用を主作用としたものを睡眠改善薬としてドラッグストアなどで販売しています。

薬剤師は副作用を理解いただくために説明することがよくあります。理解いただくことで、万一副作用が出た場合は早期に対処でき、軽微な副作用の場合は想定内とする心構えができることを期待しています。治療を続けていく上で、もし副作用が出た場合は皆さんからの報告が必要です。その副作用が気になるからといって、自己判断で中断せずに必ず相談してください。



健康・栄養 第59回 ～食こぼれ話～



かねこ みどり
管理栄養士 金子 緑



今年のさんまは豊漁で、とんでもなく大きいさんまが取れているそうです。
さんまはおいしいだけではありません。今回はさんまの魅力をお伝えします。

その1 たんぱく質

さんま100g中にたんぱく質が18.1g含まれています。卵のたんぱく質が1個6gですので、3個分と同じになります。

たんぱく質は、筋肉や内臓、皮膚、爪、毛髪などを構成する成分で、ホルモンや酵素、抗体(免疫細胞)を作る役割があります。たんぱく質はアミノ酸で構成されており、アミノ酸は20種類ありますが、体内で合成できないアミノ酸が9種類あります。必須アミノ酸と呼ばれ、食事から摂取する必要があります。

この必須アミノ酸がさんまには多く含まれます。

その2 DHA・EPA

DHA・EPAは脂質の中の構成成分です。さんまの脂にはDHA、EPAを含む多価不飽和脂肪酸が豊富に含まれます。DHA、EPAは多価不飽和脂肪酸の中のn-3系に含まれ、 α -リノレン酸から生合成される必須脂肪酸で、体内で合成されないため食事から摂取する必要があります。またこれらはコレステロールを下げる、中性脂肪を減少させる、心臓病の危険を低減するなどの働きがあります。

日本人の食事摂取基準では1日1g以上摂取が望ましいと言われていますが、さんまには100gでDHAは2.2g、EPAは1.5gが含まれています。

その3 ビタミンD

ビタミンDは現代の日本人に、最も不足するビタミンです。(ビタミンDについてはシャロームNO.170とNO.172をご覧ください)日本人の摂取栄養基準では18歳以上で摂取の目安量は約8.5 μ gです。さんま100gには16 μ g含まれています。(ビタミンDは通常の食事を摂取した時には過剰摂取の心配はほとんどありません)

その他にも鉄分、カルシウム、マグネシウム、ビタミンB2、ビタミンE、葉酸なども含まれます。

おいしい 食べ方

さんまの塩焼き

塩を振って10～20分おき、水気が出てきたらペーパータオルで拭いて焼きましょう。味がなじみ、少量の塩でもおいしくなります。魚焼きグリルなら予熱すると皮がパリッとします。

さんまのかば焼き風

さんまに小麦粉を付けて、フライパンにサラダ油を敷き、醤油と砂糖、みりんを焼きましょう。小麦粉をまぶすことで調味料が逃げずに味がなじみます。

さんまの南蛮漬けやさんまの竜田揚げは骨まで食べられます。生姜と一緒に煮てもおいしいです。
手軽に利用するなら缶詰もいいでしょう。色々な栄養素が含まれるさんまをこの秋、楽しみましょう!

参考：厚生労働省ホームページ・eヘルスネット

聖書の小道

第66回

「イエスの配慮と祈り」

それから、イエスは付近の村を

巡り歩いてお教えになった。

そして、十二人を呼び寄せ、

二人ずつ組にして

遣わすことにされた。

マルコによる福音書
6章6節後半～7節前半

みやがわ ゆ み こ
牧師・チャプレン 宮川 裕美子



喪失には、人、物、環境、身体部分などの物理的なことのみならず、人生の目標や地位・役割など自己に関わるものもあります。思い返せば喪失の体験は子どもの頃からあり、今に始まったことではありません。しかし大人になってあの頃と比べると、グリーフ反応(喪失後にあらわれる心理的、行動的、身体的、社会的などの反応)が強いような気がします。経験や知識が増え、また関係性も影響して、気持ちを表出する、話すということが困難になっているのかもしれませんが。

イエスが弟子たちを派遣された時、二人ずつ組にして遣わすことにされた聖書に記されており、「どうして二人ずつなのだろう」と思っていました。重要な事柄についての証言は二人以上の証人が必要だったという当時の背景があるのかもしれませんが、今思うことは、派遣によって多くの喪失を経験するであろう弟子たちへのケアのためではなかったかということです。相手に関心を寄せ、そして共感しながら一緒に歩む存在は慰めと励みになり、また、顔を上げて進む力を与えてくれるからです。

このように、気がつかないところにも与えられているイエスの配慮と祈りは、上に向ける目と心にもつながります。

お知らせ

インフルエンザ・新型コロナワクチン予防接種のお知らせ

当院では下記日程でインフルエンザ・新型コロナワクチンの予防接種を実施します。完全予約制となっております。詳細は電話にてお問い合わせください。

	インフルエンザ		新型コロナ		
対象	大人	小児(中学生以下)	65歳未満 及び京都 市外に住民登録のある方	65歳～ 74歳以下	75歳以上
受付期間	2025年10月1日～2026年1月30日(小児インフルエンザ予防接種のみ2026年1月29日)				
接種期間	2025.10.20～2026.1.30	2025.10.21～2026.1.29	2025.10.20～2026.1.30		
接種日	月・水・金 15:00～16:00	火・木 13:30～15:30 土 9:30～10:30	月～金 9:30～10:30 (インフルエンザと同時接種希望の場合) 月・水・金 14:30～15:00		
料金	4,000円 京都市に住民登録のある65～74歳 1,500円(※1) 京都市に住民登録のある75歳以上 1,000円	6ヵ月～3歳未満: 2,500円×2回 3歳～13歳未満: 3,500円×2回 13歳以上: 4,000円 点鼻ワクチン(19歳未満): 8,800円	17,600円	7,500円(※1) 京都市に 住民登録のある方	5,000円 京都市に 住民登録のある方
予約方法	電話受付: 075-781-5191		平日14:00～17:00 (小児インフルエンザ予防接種のみ 平日12:00～17:00) もしくは外来受診時にお問い合わせください		
	インターネット(24時間受付) http://yoyakujbhp.com/001/		インターネット(24時間受付) http://yoyakujbhp.com/021/ ※点鼻ワクチンは電話のみ		

支援給付受給者は、事前に区役所・支所保健福祉センターで申請を行い、受給証明書の交付を受け、接種日に持参してください。接種後に受給証明書を持参されても返金致しかねます。

※1 接種日に65歳以上であることが条件となります。また、京都市に住民登録のある60～64歳で心臓・腎臓・呼吸器・ヒト免疫不全ウイルス免疫機能障害があり、日常生活を極度に制限されておられる方も該当します。詳しくはかかりつけの医師にご相談ください。

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 (2025.5.1-2025.7.31) 敬称略

山田 則代 浜上 文子 鳥居本 紀代江 伊豫 純子
 本山 大輔 瀬口 泰弘・恵里子(日本キリスト教団伏見教会)
 木原 静 中村 聖架 宮川 裕美子 鈴木 淳 吉田 純子
 石井 孝子 宮川 経宣(日本キリスト教団大和郡山教会)
 日本バプテスト連盟 鴨東教会 教会学校
 日本バプテスト 相模中央キリスト教会 日本基督教団 伏見教会

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.176 2025年10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 <https://www.jbh.or.jp/>

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

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

バプテスト居宅介護支援事業所 <https://www.jbh.or.jp/about/section/chiiki/chiiki-renkei/kyotaku.html>