



# シャローム

新年特別号  
shalom

第巻七七号  
2026.1

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。



## 新年のご挨拶 ～信頼される医療団を目指して～

あまかわ りゅういち  
理事長 尼川 龍一

皆さま、新年明けましておめでとうございます。

旧年中は日本バプテスト連盟医療団に温かいご支援を賜りまして誠にありがとうございました。本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

昨今、医療を取り巻く環境は厳しさを増しています。そのため、弊医療団では2025年度のスローガンを『変革』と定め、この難局を乗り越えるために様々な取り組みを行ってまいりました。

まず、経営陣の体制強化を図り、2025年4月より副院長1人体制から4人体制にシフトしました。

診療体制では、周産期・新生児医療を2025年10月8日付けで廃止いたしました。長年地域の皆さまに親しまれてきた診療部門の廃止は誠に遺憾ですが、急速に進む少子化などの外部環境の変化に鑑み、当院の周産期・新生児医療は

一定の社会的役割を果たし終えたものと判断した次第です。皆さまにおかれましてはご理解賜りますようお願い申し上げます。

また、既存の診療部門の強化にも取り組んでいます。外科の常勤医1名(部長)が2025年10月1日付けで京都大学外科の医局人事として着任しました。これにより手術件数の増加が期待されます。

以上、『変革』の一端をご紹介しました。これからも私ども職員一同、医療団の礎であるイエス・キリストの隣人愛の精神と持ち前のチャレンジ精神をしっかりと発揮して、地域の皆さまに信頼していただける医療団になるよう誠心誠意努めてまいります。本年もご指導・ご鞭撻のほどどうぞよろしくお願い申し上げます。

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。



病院が災害時に備えて備蓄している食料品のうち、賞味期限が間近に迫った一部の食料品を「社会福祉法人京都市社会福祉協議会 きょうとフードセンター」に寄贈しました。

### 今回の寄贈品

ビーフ  
シチュー缶  
288個

つくねと野菜の  
スープ缶  
288個

牛肉の  
すき焼き缶  
288個

きょうとフードセンターでは「子ども食堂」や「子どもの居場所」等実施団体に安定的に食品を届けることを目的に活動されています。

## Relay Column

### バプテスト老健リレーコラム

vol.23

食事形態にはいろいろあることを  
ご存じですか？

しもむら あきこ

管理栄養士 下村 亜紀子



皆さんは今、食事の場面で特に困っていることはありませんか？疾患や歯の状態、高齢化により口の機能の低下から機能障害になり、食べることが困難になることがあります。食べにくさ、飲み込みにくさを抱えていると食事が減り、栄養状態が悪くなって体力を維持できなくなります。また嚥下障害により誤嚥すると、誤嚥性肺炎を起こします。老健には主食は米飯、軟飯、おにぎり米飯、おにぎり軟飯、全粥、パン、パン粥、粥ゼリーと8つの形態があります。副食は普通食の形のおかずから手を加たり食材を選んだりしながら、一口菜、きざみ菜、やわらか菜、ソフト食、とろみと6つの形態があります。普通食の形を一口に切った一口菜、きざんでとろみをかけたきざみ菜、やわらか菜はやわらかい食材を選んで煮炊きしています。ソフト食はミキサーをかけて凝固剤で固めて舌で潰せる硬さです。とろみ食はミキサーにかけてトロミを付けています。水分でむせる方にはとろみ剤でとろみを付けます。

どの様な固さ、大きさが安全に食べやすいかを多職種で話し合ってお本人とも相談しながら決めていきます。

## 薬でつながるちょっといい話

### vol.50 「吸入薬」の吸入器の種類について

いわた

薬剤部 岩田 あすか



季節の変わり目は気圧の変化や急激な気温差により、頭痛や倦怠感、不眠、めまいや肌荒れ、喘息などさまざまな症状が起こりやすくなります。そこで今回は、喘息の治療に欠かせない「吸入薬」の吸入器の違いについてご紹介します。

例えば、「ドライパウダー」は粉末の薬剤を自分で吸い込むタイプの吸入薬です。しっかりと息を吐いてから勢いよく吸い込みましょう。「エアゾール」はガスの圧力で薬剤を噴射するタイプの吸入薬です。噴射と吸入のタイミングを合わせてゆっくり吸入し、その後はしばらく息を止める必要があります。タイミングを合わせることが困難な場合は吸入補助具を用いて下さい。「ソフトミスト」はゆっくり噴霧される吸入液を吸い込むタイプの吸入器です。

吸入薬は薬剤が直接気道に到達するため、薬剤量が比較的少量ですむ合理的な治療法です。また、正しい吸入方法を行うとともに、自分にあった吸入器を使うことも重要なポイントです。吸入方法やコツなど、気になることがあればぜひ薬剤師に相談して下さい。



## 健康・栄養

### 第60回 ～壁を使った筋力トレーニング!!～

作業療法士  
しみず けんた  
清水 健太



更年期太りには「加齢による筋力低下」が大きく関わっています。

寒い季節になると外出頻度も減り、運動不足になりがちです。筋力が低下してしまうと代謝も落ちてしまい、痩せにくい体質につながります。そのため、運動不足でも始めやすい壁トレでの筋力アップがおすすめです。筋トレをしたいけれど、器具がないし、スペースも限られている。そんな悩みを解決するのが「壁筋トレ」です。

壁さえあれば自宅やオフィスでも手軽に全身を鍛えることが可能です。今回は壁を使っの筋肉トレーニングを2つ紹介します。

#### 「壁スクワット」のやり方

実施回数:10回×3セット

1. 足は肩幅に広げて壁に手を添え、壁とつま先の間は少し間隔を空けます
2. (下げられるところまで) お尻を下げます
3. お尻を上げて、1のポジションまで戻ります

##### トレーニングのポイント

- ・ お尻を下げるのは無理をせず、下げられる位置まででOKです
- ・ 壁についた手は、添えるだけで押さない
- ・ 呼吸は止めない



#### 「壁プランク」のやり方

実施時間:30秒×3セット

1. 肘は肩と高さを揃えて壁につけ、足は肩幅に開きます
2. 両足を壁から少し離し、頭から踵までを一直線にします
3. 踵は地面から少し浮かせて、その状態をキープします

##### トレーニングのポイント

- ・ 踵は床につけない
- ・ 顎を引くようにすると、腰が反りにくくなって効果的です

##### 壁トレ特有のメリット

- ・ 壁を支えにすることでフォームが安定しやすい (正しい姿勢をしやすい)
- ・ 左右の可動域の差がわかりやすい
- ・ 身体への負荷が軽減できる
- ・ 自重では負荷が掛けづらい部分にもアプローチできる

## 聖書の小道

### 第67回

#### 「われみずから」

そこでイエスは、

「わたしが行って、

いやしてあげよう」と

言われた。

マタイによる福音書  
8章7節

みやがわ ゆ み こ  
牧師・チャプレン 宮川 裕美子



神学部で学んでいた頃、教授からこんな問いかけがありました。「イエス・キリストの存在を道具でたとえたら何だと思えますか」突拍子もない質問で、神の御子を物にたとえるなんて…、と全くアイデアが浮かびませんでした。しかし母に問うと、すぐに「梯子」と答えました。その理由は、キリストはご自身の存在を通して人が神に近づくことを得させてくださったからです。「主の名によって」と神に親しく祈ることができるのも、罪により断絶されたはずの神と人との関係を修復してくださったのもキリストです。

「きりすと われにありとおもうはやすいが われみずから きりすとにありとほのかにてもかんずるまでの とおかりしみちよ」と八木重吉の詩にあります。天と地をつなぐ梯子となってくださり、また「私が行く」と言って自ら人を訪ねて下さるキリストをお迎えするばかりでなく、「われみずから きりすとにあり」と、ほのかにも感じることで歩みたいと思います。

## お知らせ 当医療団同好会「歌い隊」

2019年3月に閉校になった日本バプテスト看護専門学校の一日は礼拝から始まりました。讃美歌は学生たちの日常にありました。



始まりは病院が古い建物だった頃のことです。ある卒業生の「讃美歌を歌いたい」という想いに賛同したスタッフたちによって結成されました。当初は同じ部署のスタッフや入院患者さんの誕生日、退院の日などに歌っていました。



後に想いを同じにする多職種のスタッフも加わり、医療団同好会に参入以降は、牧師室と共に職員のクリスマスやイースターの礼拝、開院記念日礼拝での「音楽のささげもの」やクリスマスのキャロリングなどの活動を行っています。2025年秋は地域医療連携懇話会での讃美と初めてのトーンチャイム演奏の機会がありました。

コロナが流行し始めた2020年からは感染対策のため活動の機会が減ってしまいましたが、クリスマスの喜びを多くの方と分かち合いたいと、2023年には少人数で密にならないように、歌ではなくハンドベル演奏で医療団内を回りました。2024年にはマスクを装着して再び歌うことができるようになりました。



### 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 (2025.8.1-10.31) 敬称略

小泉 洋 村田 栄正 中塚 詠子 三宮 智恵子  
日本バプテスト同盟 西岡本キリスト教会

### 編集 後記

今号では病院の取り組みについて紹介させていただきました。今後も地域の皆さんに少しでも貢献できるように邁進してまいります。冷え込みが一層厳しくなってきました。体調を崩しやすい季節ですので皆さまご自愛ください。何か不調やお困りごとを感じられた際には、どうぞお気軽にご相談ください。

## 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.177 2026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 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>