

ひとから真に求められる『心のケア』を考えます

ベトレヘムの風

発行：ベトレヘムの園病院 隔月15日発行 編集：広報委員会
住所：東京都清瀬市梅園三丁目14番72号 ☎042-491-2525 URL: <http://www.betohp.com>



No.97

『モタさんのお悩み相談』

院長 青木 信彦



院長の通信簿といわれる病院の経営実績（つまり赤字なのか、黒字なのか）を毎年、上期と下期に院長プレゼンテーションとして職員の皆さんに解説しています。

この中で、職員の自己申告書の意見や要望にも応えるようにしています。

今回も多数の意見・要望があり、院長・事務部長・看護部長の立場でプレゼンしました。

そんな中で今回、気になったのはこんな意見でした。

「職員のメンタル面でのサポート体制をより良いものに整えて欲しい。院内のメンタルサポート機能を明確に示した案内資料があると、職員も安心します。」

生きている人間は例外なく悩みを持っていて、時には押しつぶれられてしまいます。

こんな相談を受けた時、私は「斎藤モタさんならなんと答えるのかしら」と考えてみるようにしています。

モタさんは精神科医で府中市で斎藤病院の院長をしていました。

あのねえ、「世の中に 100%なんてないのです。80%位で満足しなけりゃね」

こう、モタさんに言われると、「なるほど!」と、納得します。

今年は亡くなって 13年となりましたが、今でも注目されています。

私たち俗人は家庭でも、職場でも、なにかに悩みながら生きています。

そして「どうして自分ばかりうまくいかないのだろう」、「大切な人生を無駄にしているのではないかなど、焦ったり、落ちこんだりします。



- 「あのねえ、5年も 6年も先のことを考えちゃだめですよ。その日をうまく、頑張って生きれば、それがその人の人生になるんです。」
- 人付き合いの心得は、「つかず、離れず、干渉せず」、夫婦円満のコツもこれですよ（みなさんもこの部分にご注目!）。

モタさんのご両親はともに激しい気性の持ち主で、「茂吉・輝子夫妻の不仲」は有名な話です。親の夫婦ケンカで苦労されたモタさんの言葉には実感がこもっています。

モタさんの言葉は家族や友人同士、職場の人間関係にも当てはまるように思います。

みなさんもネットでモタさんの言葉をさがしてみたいはかがでしょうか。

きっと、これからの人生に役立ちますよ。

ベトレヘムの園病院では職員向けに「お悩み相談」を用意しています。

悩んだらまず相談を

仕事の悩み、人間関係の悩み、健康状態の悩み、ストレスの多い社会、私達は色々な悩み、不安を抱えて生活しています。

そんな悩みは、一人で抱えず まずは相談してみませんか…?

〔相談窓口〕

●パストラルケア室での相談

（Sr 北村・平野 平日 ※時間は応相談）

●産業医への相談

（井上副院長 平日 ※時間は応相談）

ところで、『心に病のない、精神科と関係のない人はいるのでしょうか。』

私たちは毎日悩みながら生きているのだと思います（少なくとも私は）。



健康まつり・ふれあいバザー



山本 章 (リハビリテーション科)

文化の日に多くの方々にご来場いただき有難うございました!

文化の日、世間もこの日は各地でイベントやフェスティバルなどの催しが開催された日でした。当まつりも例年のごとく朝8時前後から会場準備が始まり、朝10時の開始時間に間に合うように準備を始めました。お客様もその時間に合わせて歩いてくる方、自転車や車で来場する方など徐々に会場が大賑わいになってきました。販売や受付、相談スタッフも徐々にご来場のお客様とトークが弾んできます。会場には、お馴染みの方や11月3日開催を知って足を運んでくださる方、久しぶりに会いする方、同窓会のように年に一度この日だけ会いする方、見舞いついでにいらした方など様々です。

この“健康まつり・ふれあいバザー”は、商品を取ってただ単にお店のように買い物をするのではなく、そこにはちょっとした温かいことばを交わしたり、AIロボット(リハビリ科のアザラシの赤ちゃん)に触れたり、健康について専門家のアドバイスをもらえることで安心をしたり、サポートを受けたりされていきました。また、コー



ヒーやお菓子を召し上がりながらカフェでゆったりした空間を過ごされている方も多くいました。このような温かな言葉や笑顔の接点が“ふれあいバザー”の本来のコンセプトとしての持ち味ではないかと思ったりしています。

お客様のなかには、血管年齢測定の結果を見ながら「若く出て嬉しい!」という方もいれば「あまりの年齢差にびっくりしました」という声も聞かれ、「運動や野菜を食べなくては」と食生活の見直しや運動をすることの決意をされた方もいらっしゃいました。また、どのような運動をしたら良いのか、どのような食生活を行って気をつけたら良いのかという声もあるなかで、さらに、遊びながら出来る体力測定やゲーム感覚で出来る健康の測定などあるととっても良いのに。という皆様ご自身の健康について関心が高い方が多く、具体的な相談やご要望も数多くいただきました。

人によるサービスやおもてなしは、何度でも双方の感動レベルを上げることが可能であったりします。来店や相談に来られたお客様に対しての挨拶や優しい言葉掛けをすることで、お互いハッピーな気持ちになることができます。ほんの些細な心遣いではありますが、たったその一言がお客様への信頼度はぐんと増したりするものと思います。現在、世の中は急速に変化し続けています。今後どれだけ多くのことが進化しても、人を感動させられるのは人が人に与える“ふれあい”なのではないでしょうか。また、来年もこの“ふれあい”を大事にしながら多くのお客様をお迎えしたいと思います。



ベトレヘムの園病院 公開健康講座

知っトク講座 ④

院長 青木 信彦

「お口から食べられなくなったどうしますか?」 ~ドクター青木のおすすめは~

(1) 食べられなくなったときの選択は以下の3つとなります。

- ①経管栄養 ・経鼻経管：ミトンが必要になる
・胃瘻：手術が必要
- ②点滴 ・中心静脈栄養：カテーテル感染の危険、ミトンが必要になることもある
・皮下注射による補液：栄養がとれない、褥瘡・浮腫の発生

③ 何もしない

大切なことは、どのような選択をするのかを御家族で「人生会議」を開いて、決定しておきましょう。

(2) 『三宅島の看取り』はとても参考になります。

人生最終章に来て食べられなくなったとき：

飲み物だけを傍らに置きます。もし、生きていく力が残っていれば、手を伸ばして飲みます。

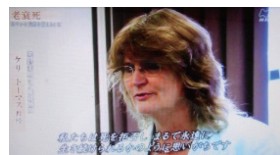
それができなければ、自然に任せて最期を迎えるのです。

(3) イギリスの終末期医療の大御所ケリ・トーマス先生のお言葉も参考にしましょう

『私たちは死を拒否し、永遠に生き続けられるかのように思いがちです』

- ・死は負けではない
- ・受け入れるものである
- ・安らかに死ねないことが負けなのです

- ・死を否定することは人生を最大限生きていないからです。
- ・死ぬときが来たら死ぬ以外にやり残したことがないように生きなさい



ケリ・トーマス

結論!! 「日々 精いっぱい 生きているので いつ死んでも 悔いはない」と思える毎日を過ごしましょう。

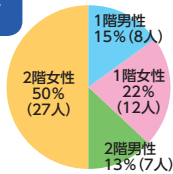
令和1年度 入院アンケート集計結果

2019. 6.10 ~ 7.10

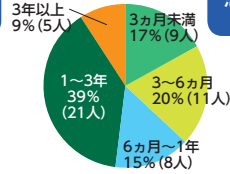
このアンケートは入院患者とその親族・関係者54名から、聞き取りや記入方式にて回答を得たものである

～患者基本情報～

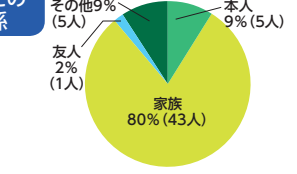
入院病棟・性別



入院期間



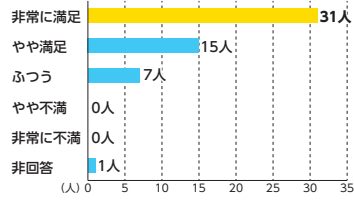
患者との関係



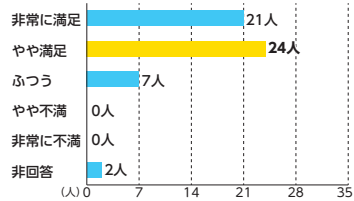
Q1

当院の療養環境や職員の言動・態度・説明についての満足度を
お伺いします(○を1つ付けてください)

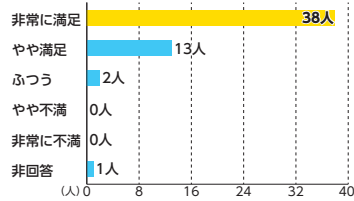
医師による診察・治療内容



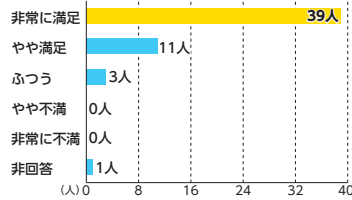
医師との対話



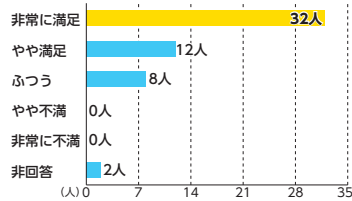
看護師・ケアワーカー



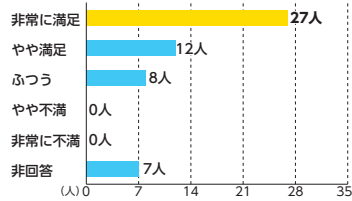
相談員・事務員



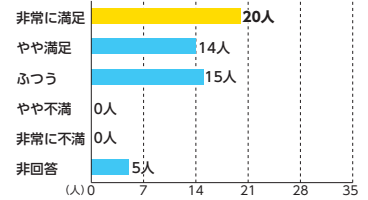
リハビリテーション



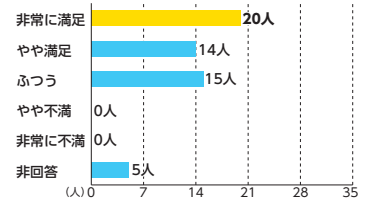
その他の職員の対応



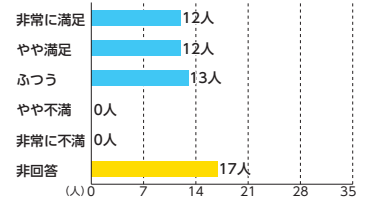
プライバシーの保護



病室・トイレなどの清潔感



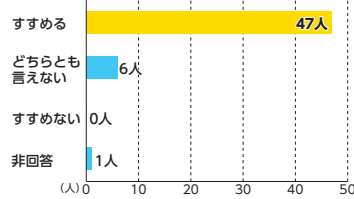
食事の内容



Q2

あなたは友人や家族にベトレハムの国病院を
すすめますか? (○を1つ付けてください)

総合評価



アンケートに対する職員の感想

- 多くの皆さまが非常に満足と回答して頂き嬉しく思います。この結果を踏まえ、入院期間に限らず、お見かけしたら声をかけるということがとても大事ということが分かったので、積極的に実践しようと思いました。(看護部)
- たくさんのご意見有難うございます。私たちスタッフ一人ひとりの行うリハビリが、患者様にとって有意義なものになるよう、今後も精進してまいります。また、ご家族にとっても安心して頂けるリハビリを行っていきたくと考えております。(リハビリテーション科)
- 多くの皆さまにご満足頂いているという集計結果は病院

職員全体のモチベーション向上にも繋がります。有難うございます。厳しいご意見も含まれていますので、さらに緊張したプロ意識をもって患者さんのケアをさせて頂き、ベトレハムの国病院に入院して良かったと思って頂ける病院にしてみたいです。(院長)

●たくさんのご意見有難うございます。私たち事務員は～慈生会の誓い～「何事も一つひとつ丁寧に心を込めて行います」をモットーに日々業務を行っております。今後も職員一同精進してまいりますので宜しくお願いいたします。(医療連携課 医事係)

院内研究発表会

事務部長 菊池 誠

第19回院内研究発表会は、より良い医療・介護サービスの提供への挑戦を試みた8つの演題と、慢性期医療で大切にすべきことは何か、を改めて考え直すきっかけとなる井上副院長の教育講演で構成する充実した内容でした。

前半の各演題は、人生の最終段階にある患者さんへ、私達ベトレハム病院が提供する医療・介護サービスを「適切な治療」、「安全な医療」、「リラクゼーション・QOLの向上」、「ACPへの具体的な取組」という多角的な視点でアプローチした成果を発表しました。また、院内のプロジェクトチームが主導した電子カルテ導入への取組は、当院の未来に夢を抱かせる内容でした。後半の教育講演では井上副院長が、患者の意思決定支援と家族との関わりについて、多職種で丁寧に時間をかけて取り組むことが大切である、と語られました。

『“逃げない”慢性期医療』をキャッチフレーズに、一人ひとりの職員が個人の尊厳を大切に医療・介護を常に前向きに提供すること、その重要性を再認識出来ました。

研究発表会後は恒例となった職員懇親会です。ささやかながら美味しい料理に舌鼓を打ちつつ、皆で研究発表の労をねぎらいました。学び、成長し、お互い支え合いながら、より良い医療・介護サービスの提供の為に、これからも職員一同努力して参ります。



ひふの話

その
49

市川 雅子(皮膚科医師)

“顔に赤いカサカサしたものができました”

顔の皮膚に赤くてカサカサした皮疹がでる病気には、いくつかあります。代表的なものが脂漏性皮膚炎です。脂漏部位(脂っぽくなりやすい部位)である顔のTゾーン、つまり額から眉毛、鼻や小鼻の脇、ほうれい線からあごにかけて炎症がおこります。赤ちゃんから高齢者まで発症しますが、なりやすい体質があるようです。この皮膚炎は皮膚に常在するカビ(皮脂が大好きなカビです)が増えてしまい炎症をおこすものです。

もう一つ、日光(光線)角化症という病気があります。これは主として高齢者の顔や頭、耳介や手の甲などの日光にあたりやすい部位にみられるもので、放置しておくくと皮膚有棘細胞癌になります。長期間の日焼けが原因として考えられていますが、特に色白の皮膚の方は紫外線の皮膚への悪影響が出やすく、そのひとつが日光角化症です(もちろん色白でない人にも出ま



す)。今の高齢の方の若い頃は、紫外線対策はほとんどされておらず、むしろ日焼けすることを推奨されていた時代でした。治療としては、手術や液体窒素凝固療法、そして特殊な塗り薬があります。

将来、紫外線対策をしっかりとこなっている現在の若い人達が高齢になった時には、日光角化症の発生頻度はかなり少なくなると思います。しかし、現在、すでに中高年の方も遅くはありません。これからしっかり紫外線対策をしましょう。特に日焼けしても黒くならない方は十分注意して下さい。日焼け止めだけでなく、帽子や日傘など物理的防御も行して下さい。冬もスキーや登山の際は要注意です。ただ、紫外線は骨を健康に保つビタミンDを体内で作るのに必要なものなので、朝夕の日差しが弱くなった時間帯で短時間、手のひらなどに紫外線を浴びることは推奨されています。

脂漏性皮膚炎や日光角化症以外にも、かぶれや湿疹、薬疹などがあります。特にこれからの季節は乾燥しやすいため、顔や頭の皮膚トラブルがまた増えてきます。何か気になる皮疹が出た時には早めに皮膚科を受診して下さい。

自衛消防訓練審査会 (9/13)

☆自衛消防隊に参加しませんか?と声がかかった時は、自分に出来るかどうかで不安で仕方ありませんでした。でも、練習では清瀬消防署の方が丁寧に教えて下さいました。当日は緊張のあまりセリフが飛んでしまいましたが…(笑) いざという時に、自衛消防隊での経験が生かせたらいいなと思います。(総務課 万崎)

☆自衛消防審査会に参加させて頂きました。

普段しない動きやセリフに戸惑いながらも日々、練習をしてきました。足の運び方、一つ一つの動作にメリハリをつける事が特に難しかったです。当日、思うようにいかない



部分もありましたが、敢闘賞を頂きました。

今後は、いざ、そういう状況になった際には練習を生かして動けたらと思います。(医事課 藤原)

お知らせ

11月の公開健康講座

『手荒れ知らずでハッピーな毎日を!!』

資料提供 ユースキン製薬(株)

日時: 2019年11月22日(金) 14:00~15:00

場所: 当院会議室

講師: CW 富田・岩川

ベタニアの家

チャリティーコンサート

— ベトレヘム学園卒園生の支援 —

日時: 2019年12月10日(火) 18:00開演

場所: 練馬文化センター小ホール

出演: 高丸ホット・シスターズ

全席自由 ¥3,000

クリスマス会

日時: 2019年12月17日(火)

●ミサ14:30~

●キャンドルサービス16:20~



インフルエンザ
予防接種実施中

平日8:30~11:00
※予約不要

編集後記

先日、高校生の子どもの学校の文化祭に行ってきた。色とりどりの出し物や元気いっぱいの子どもたちに微笑ましく思いながら、同時に時の経つ速さと自身の老いをひしひしと感じ、少し感傷的な気分で家路に着きました。高校生と若さの比較をするなんてと頭では分かっているのに、無意識に肌のはりや体

力を比べてしまい、立ち上がれない程の絶望感に勝手に苛まれてしまいます。そんな時は、あまり老いを感じていない楽天家の主人が言う「今が青春」の言葉をお酒のつまみにして明日への活力にしています。何か良い若さの秘訣がありましたら、是非ともご教授いただければ幸いです。(S・O)