

Vories  
cure&care



ヴォーリス  
だより

発行 毎月 1日  
発行者  
ヴォーリス記念病院  
周 防 正 史  
近江八幡市北之庄町492  
TEL (0748) 32-5211  
印刷  
(有)東呉竹堂(ひがし印刷)

病院ホームページアドレス  
<http://www.vories.or.jp/>

2015年(平成27年)1月1日 第91号

## 新年の御挨拶



公益財団法人近江兄弟社理事長 周 防 正 史

明けましておめでとうございます。昨年は「月平均夜勤時間数」要件に関し、近畿厚生局の適時調査があり、多くの関係者の方に変えてご心配をかけましたことを申し訳なく思っております。12月24日、近畿厚生局より最終の講評・御指導をいただきました。今まで全職員が、心を痛めながらも冷静に精励勤務いただいたことに、衷心より感謝申し上げます。病院として二度とこのような事態を起こさぬように改革を進めてまいります。当院は必ず立ち直ってみせることを年頭の誓いといたします。

在宅療養支援病院を申請受理されました。在宅療養支援病院とは、患者さんが住み慣れた地域で安心して療養生活を遅れるよう、患家の求めに応じ24時間往診が可能な体制を確保し、又は訪問看護ステーションとの連携により24時間訪問看護の提供が可能な体制を確保することで、緊急時に在宅で療養を行っている患者さんが直ちに入院できるなど、必要に応じた医療・看護を提供できる病院のことで、昨年就任いただいた院長補佐の三ツ浪先生が在宅診療を開始し、9月には、往診されておられる開業医の先生方との懇談会をもつことができました。「安心カード」を創設し、当院で往診管理している患者さんの家族に緊急時の連絡先などを明示したカードを配布しました。「わかりやすいですね」、「在宅看取りでどうしたら良かわからなかったので安心できます」などの声を聞いています。近江八幡・安土の在宅療養されておられる患者さんに、主治医である診療所の先生方の了解が得られれば、配布していきたいと考えています。

ITネットワークが実働し始めました。当院では「琵琶湖メディカルネット」と「淡海あさがおネット」に接続します。琵琶湖メディカルネットは、主に病院・病院間、病院・診療所間で、患者さんのレントゲンや採血結果の入手、病状の共有などに利用します。淡海あさがおネットは、診療所や訪問看護師、ケアマネ、介護事業所など在宅療養を支援する他職種が共有する患者情報のポータルサイトです。いよいよ新しい医療の形が現実となりました。しかし個人情報の共有に際し、全ての職種が全ての情報をみて良いわけではありません。またネットワークだからと言って、顔の見える関係が礎になっていることは言うまでもありません。効率よく患者さんの為になるよう、医療者としての良識をもって、取り組んでいきたいと思っています。

認知症とは、記憶力の減退や理解力の低下による病態で、生活に大きな支障をきたします。人と人の話し合い、約束事、記憶が欠如していれば、何の意味もないことに気づかされます。多くの認知症患者さんで、古い記憶は保たれます。いつも過ごされている自宅で療養できる環境が混乱を少なくする唯一の方法です。しかし、核家族化している現状では、老老介護や独居老人が珍しくはありません。独居の老人は、食事を摂らなくなっても、病状が悪化しても気づいてあげられる身内が近くにいません。まさに孤独死が珍しい時代ではなくなりました。今年滋賀県でも認知症対策元年と制定されました。2025年の高齢者社会に向かって、私たちは病院や里を飛び出し、地域に向かって何が貢献できるかを問われる一年となりそうです。

### ☆インフルエンザを予防するために☆

1. 予防注射をしましょう。
2. うがい・手洗いはこまめに。
3. 外出するときは、マスクを着用しましょう。

院内感染対策委員会

今  
月  
の  
聖  
句

## 「わたしの言葉は決して滅びない」

新約聖書 マルコによる福音書 13章31節



チャプレン 安部 勉

この記事を書いているのは衆議院選挙公示後です。皆さんがこのヴォーリスだよりを手にとって読まれる時、衆議院は新たな構成、そして新たな政府で新年を迎えています。どのような判断を私たちが下すのか、結果を思いつつ書いています。

聖書には「預言者」と言って神さまの言葉を人々に伝えることを託された使命を帯びた人たちが多数登場します。多くは時の政治を司る者に向けて「神さまの御心に添っているのか」と問いかけます。それは権力者に対する批判でもあります。

私たちは誰を指導者として立てるか、選挙を通して選択する自由と責任がある「民主主義」の社会に生きています。預言者が活躍していた時代、そのような考えはなく神さまから託されたと権力ある者が治めていました。預言者が常に訴えていたことは「弱く、貧しい者を顧みているか」との訴えです。それこそが神さまの御心である、と。

イエス様がこの世にお生まれになり、神さまの子として生きられる、その喜びは弱く、貧しい人々から伝わっていきました。預言者以上の方として、努力しても何をして報われない虚しい人生、苦しみから解き放つ方、それこそ神さまの子、救い主と信じていったのです。

イエス様は神さまの創られたこの世界には終わりがある、と言われました。それは「滅び」という言葉を用いてです。災害や目に見える異変にすべてが消え去るかのような言

葉です。でもそれはいつおこるのか予測できることはありません。イエス様はだからいつも終わりの日が来ることを心に留めなさいと言われました。

しかし、それは神さまがこの世で為そうとしたことの「完成の時」なのだ、とイエス様は言われます。私たちの過ちのため、神さまの目に叶わないから滅ぼすのではなく、「自由に生きなさい」とイエス様を通して人々に伝えようと言われました。だからこそ神さまが「よし」という日を私たちは不安と恐れを持って待つのではなく「完成の喜び」として待ちましよう、と。

イエス様は完成の時にあつて、身体が朽ち果てる死を迎えても決して滅びない「言葉」がある、と言われました。それは単に文字や音声に載せた「言葉」でなく神さまの思いが私たちの心に刻まれることなのです。私たちが生きた証、それは肉体の死は迎えても神さまの思いのうちに永遠に生き続けることなのです。たとえ、人々から顧みられない寂しく孤独な人生であっても神さまはその名前を心に刻み、共に生きているのです。

私たちは誰もが「認めてもらいたい」と願うもの。イエス様は一人一人名前を呼びかけるかのように「ここにあなたがいることを私は心から嬉しく思っている」と認めてくださる方。その思いが私たちの心に刻まれたならば滅びを恐れるのではなく永遠のいのちを生きる喜びに包まれると信じます。

## リハビリ体操シリーズ第11弾

今回はフロントランジという体操になります。下肢をダイナミックに前後に踏み出すために下半身体と体幹（コア）部分の強化につながります。運動強度はやや高めです。下半身の関節疾患がない方はお試しください。

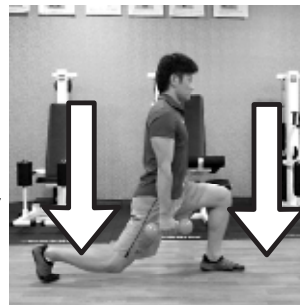
### ①直立姿勢から



膝がつま先より前へ出ないように片足を踏みだす。

✕ 間違い姿勢

### ②脚を前後踏み出し姿勢から



腰を下へ落とす感覚です!!



上半身が前のめりにならないようにしましょう。

\*体力に自信がない、膝などの関節に不安がある方は②の姿勢からの実施をおすすめします。ダンベル等のおもりも持たなくても大丈夫です。



# ヘルシークッキング 1月

## 豆と野菜のスープ

1人あたり エネルギー：137kcal 塩分：1.5g



### ★材料(2人分)

- ・ゆで大豆・・・・・・・・50g
- ・じゃがいも・・・・・・・・60g
- ・人参・・・・・・・・1/3本
- ・ブロッコリー・・・・70g
- ・長ネギ・・・・・・・・1/4本
- ・ベーコン・・・・・・・・1/2枚
- ・サラダ油・・・・・・・・大さじ1/2
- ・水・・・・・・・・1/2カップ
- ・顆粒スープの素・・・・小さじ1/2
- ・塩・・・・・・・・少々
- ・こしょう・・・・・・・・少々



A

### ★作り方

- ①人参は厚さ5mm程のいちよう切り、ねぎはぶつ切りにする。
- ②じゃがいもは1cm角に角切りする。
- ③ブロッコリーは小房に分け、レンジで柔らかくなるまで加熱、ベーコンは1cm幅に切る。
- ④鍋に油を熱しベーコンを炒め、油が出たら①・②と大豆を加えて炒めたらAを加え、野菜が柔らかくなるまで煮る。
- ⑤最後にブロッコリーを加える。

### 【風邪予防のための栄養素】

寒さがいっそう厳しくなり、風邪のひきやすい季節となりました。

風邪の予防にはしっかりと睡眠や休養をとる事はもちろんの事、バランスのとれた食事を摂り、ウイルスに負けない身体をつくる事が大切です。風邪予防のために特に意識して摂っていただきたい栄養素は、たんぱく質・ビタミンA・ビタミンCです。

たんぱく質は基礎体力をつくり免疫力を高め、ビタミンAは鼻や喉の粘膜の保護をします。ビタミンCは皮膚や筋肉などの細胞に必要なコラーゲン合成に必要な栄養素で、抵抗力を高めます。ビタミンCは熱に弱く

水に溶けやすい性質なので、調理により減少してしまいます。効率の良い摂り方としては、じゃがいもやさつまいも、果物から摂る事です。芋に含まれるビタミンCはデンプンにより保護されているため、良い供給源となります。果物はいちごや柿、みかん等の柑橘類がおすすです。

今回ご紹介した献立ではたんぱく質が大豆、ビタミンAが人参、ビタミンCがブロッコリーとじゃがいもから摂る事ができ、1品で風邪予防に必要な栄養素が揃っています。

## 健康について

3病棟 國友 奈美



私は、日頃から健康について深く考えたことはありませんが、日々の生活の中で心掛けていることは、しっかり3食食べる事と適度な運動と十分な睡眠とストレスを発散する場を作っておくことです。これは当たり前でも難しく、大事な事だと私は感じています。

食事をしっかり朝から取ることで目覚めが良く、1日の始まりが良い様に感じます。また、私は育児・家事・仕事の両立で睡眠が十分に取れない日も多くありますが、取れるときはこまめに取るように心掛けています。

運動としては、子供がダンスを習っているのので、家で自主練習をしている時に一緒に踊っています。

日頃動かさない部分を動かすことで、適度に汗をかき体も温まり、気分がとても良くなります。日頃忙しく子供とゆっくり関わられる時間が少ないので、ダンスを通じて子供との関わりも大事にしています。

私の中で一番大事にしている事は、1～2ヶ月に1回、家に友達や職場の仲間を招き、みんなで賑やかにいっぱい話し、いっぱい笑うことでストレス発散をしています。ストレスをためない事で、毎日元気に笑顔で生活できているのだと思います。



## 在宅サービス部門だより

メディカルフィットネスセンター ヴォーリズ 久保 大志



メディカルフィットネスセンターヴォーリズは26年11月よりヴォーリズ老健センター1階内へと移転を致しました。平和堂近江八幡店で8年間、介護予防や運動不足の解消を目的とした事業を続けることが出来たのも、地域の方々や関係者の皆様の支えがあったからであり感謝の気持ちでいっぱいです。今回、新たな場所で再スタート出来たことに喜びを感じて日々の業務を行っております。  
【フィットネス = 運動】 → 【運動 = しんどい】

のイメージをお持ちの方もおられると思いますが、当センターでは個々の体力レベルに応じた運動強度で無理なく体を動かしていただいております。運動を始めなければ考えをお持ちでもなかなかキッカケがないという方。まずは当センターへお気軽に見学にお越しください。「あっ、思ったよりも楽で簡単に運動ができるんだ!」と思っただけのほうです。

報告1

## 教育委員会主催「グループワーク」に参加して

医事課 山林 沙織



今回のグループワークは事前にアンケートが実施され、その統計結果に基づき各グループに分かれての話し合いが行われました。アンケート結果から各グループで話し合い、改善策として挙げたのは、患者様の声、又、現場の声をもっと反映して頂く事で苦情などが減り、患者様の数も増えていくのではないかと考えました。また議題に挙がっていたのは、アンケートの集計の仕方です。全体的に見ると、項目によっては良い評価に思われるものでも、職種別で見ると違った結果が出ると感じました。以前も同様のグループワークがあった際に、アンケートの結果や職員の感じ

ているコメント等も似ているのが多かったとの意見もありました。

今回のグループワークに参加して、普段あまり接する機会がない他職種の方との意見交換はすごく貴重でした。それぞれ患者様と接する場面が異なるので、感じていることも異なり、これからの改善することも異なってきます。これからの病院の在り方は年々変わっていくと考えられますが、病院全体で考え、職員ひとりひとりが意識を持ち、一番に患者様の事を考え、より良い病院作りをしていくべきだと思いました。

報告2

## 里モニター会開催

企画渉外課 大南 真人



12月6日(土)、第40回里モニター会が開催されました。当日は里モニター様12名の方に御出席頂き、食事会を開催した後、事務長にて『地域包括ケア達成に向けて』の演題にて講演頂き、その後分科会を開催致しました。

分科会とは、里(病院、在宅、老健、信愛館)を二つに分け、施設をモニター様にモニターしてもらおう会です。今年度は6月と12月の2回分科会を開催し、モニター様に里の施設を全て見てもらう事を主旨としてきました。分科会時には、委員が各々の施設の説明を行いました。モニター様からは、とても素晴らしいお褒めの言葉、又、改善等の意見も多々いただきました。

モニター様からは、外から見ているのと実際に中に入ったのとは全然違う。病院には通院しているが、他の施設には入った事がないので、とても素晴らしいことがわかりました。このような見学会をもっと広めて行ければ、この里が本当に素晴らしいことが地域の方々にわかるなど、実際に自分の目で感じることの大切さを言っておられました。

里モニター会終了後、委員会のメンバーにて反省会をした時には、まずは里の職員が他の施設の見学会をした方が、地域の方々に説明し易いのでは?などの意見も出てきました。里の職員も、各施設のパンフレット・ホームページ等の広報内容だけでは伝わらない伝えにくい事を、自分の目で実際に見たことを伝えられるようになれば、もっと里全体として大きく成長できるのではないのでしょうか。新人研修会時には見学をしていますが、その1回きりで終わっています。毎年の定期的な行事として里職員他施設見学会・説明会などを、実際に出来るようにと思っております。

報告3

## 第85回三方よし研究会開催

日時:平成26年12月13日(土)16:00~18:00

会場:ホテルニューオウミ

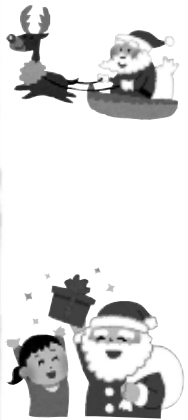
当番:近江八幡市衛生部医師会・東近江医師会・ヴォーリズ記念病院

学習会 : 「在宅療養支援病院の役割について」  
当院院長補佐 三ツ浪先生 講演



報告4

# 今年も手作りクリスマスリースを ボランティアさんに作成していただきました!



報告5

## 平成26年度ヴォーリス記念病院 「がんセミナー」のご案内 ～テーマ「かなしみを生きていく力へ」～

- 第1回 2015年1月24日(土)  
講師 関西学院大学 人間福祉学部教授  
坂口 幸弘先生  
講演題:「“悲しみ”と“愛(かな)しみ”」
- 第2回 2015年2月14日(土)  
講師 京都産業大学 学生相談室主任カウンセラー  
米虫 圭子先生  
講演題:「これからのとき」
- 第3回 2015年3月14日(土)  
講師 ヴォーリス記念病院 チャプレン  
安部 勉  
講演題:「虹のかけ橋の向こうに」

今年度は死別による悲嘆(グリーフ)について、研究、そして病床に於いてグリーフケアに取り組んでおられる先生をお迎えし「悲しみを生きていく力」をテーマにセミナーを企画いたしました。

時 間 : いずれも午後2時～午後4時  
場 所 : ケアハウス雲雀館(ヴォーリス記念病院に隣接しています。)  
定 員 : 30名  
お申し込み : 氏名、住所、電話、参加希望人数を明記のうえ FAXもしくはメールにてお申し込みください。定員に達した時点で締め切りとさせていただきます。

【お問い合わせ先】 公益財団法人 近江兄弟社 ヴォーリス記念病院  
がんセミナー担当 安部 勉  
FAX: 0748-32-2162  
Email: voris-re@helcohn.vorises.or.jp

報告6

## 健康生活について「出前講座」のご案内 ～ヴォーリス記念病院～

ヴォーリス記念病院では、「地域の皆さまの健康生活に貢献できる病院」の一環として、地域に向けて『出前講座』を開催しています。また、この講座を地域で開催することにより、地域の皆さまの健康と福祉の増進に努めたいと思っています。ぜひご利用ください。



ヴォーリス記念病院では下記の講座を実施しております。

- 終末期ケアについて  
お聞きになりたいと思われる病気(生活習慣病関連・感染性疾患、インフルエンザや消化器疾患、脳疾患、がんなど)について医師からの話
- 終末期ケアについて  
リハビリ科医士の体験や看護部・栄養士・薬剤師などからの話
- 終末期ケアについて  
ホスピスについて、緩和医療や在宅看取りなど医師や緩和認定看護師、訪問看護師などからの話
- 終末期ケアについて  
自宅で療養を継続させるためのサービスの具体的な内容などについて、訪問看護やホームヘルパーやケアマネージャーからの話

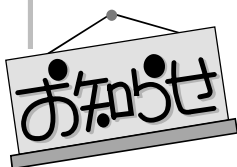
お申込・お問い合わせはこちら >>> TEL: 0748-86-6460 (直通)  
ホームページでもご覧いただけます。 FAX: 0748-32-2152  
公益財団法人近江兄弟社 ヴォーリス記念病院 企画渉外課まで

報告7

## 第220回 ミュージックタイム

さる2014年11月29日、「第220回 ミュージックタイム」を3病棟で開催いたしました。今回はホスピスボランティアの飯田和子さんを中心にご友人の皆さんと歌やゲーム手遊びなど皆さんも一緒に楽しめる素敵な時間となりました。毎年趣向をこらして来てくださいます。楽しい心暖まる一時でした。





## ▶ 糖尿病及び生活習慣病教室のお知らせ

シリーズで月に一度、木曜日に糖尿病、生活習慣病に関して、実際の食事をご用意し、病気の知識や治療法に関する教室を開きます。詳しくは管理栄養士か外来看護師あるいは担当医師にお聞きください。

日時 1月22日(木)12:00~13:30 場所 新館研修室(病院内)  
講師 理学療法士

主治医の指示のもとに参加できますが、あらかじめお申し込みが必要です。



## 【新規採用】

12月1日 林 香織 (看護師)

12月1日 加賀山 温子 (ケアワーカー)



## 働く仲間を募集しています!

★看護師・訪問看護師・介護福祉士

“ケアの喜びを一緒に  
感じませんか。”



詳細はお問い合わせ下さい。TEL 0748-32-5211 (担当: 澤谷)

## 近江八幡市介護予防拠点事業

ヴォーリス介護予防教室のご案内(平成26年度後期)

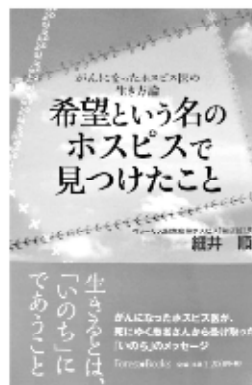
回	月 日	担 当	内 容(仮)	講師予定
6	2月19日(木) (14:00~16:00)	ヴォーリス記念病院	「フラワーアレンジメント」	華道講師 (材料費 500円)

- ①対象者 おおむね65歳以上の方 定員:30名
- ②場 所 アンドリュース記念館(旧YMCA会館)  
近江八幡市為心町中31番地(近江八幡教会の隣)
- ③参加費 無料
- ④申し込み 6回目2月17日(火)までに往復ハガキで  
①住所 ②氏名 ③年齢 ④連絡先電話を  
記入の上、右記の係りまでお申し込み下さい。

〒523-0806 近江八幡市北之庄町492  
ヴォーリス記念病院内 介護予防教室係 まで  
お問い合わせは、ヴォーリス記念病院内  
ホームヘルパーステーション  
担当 生駒  
(Tel 32-7130 Fax 36-5458)まで

がんになったホスピス医の生き方論

## 希望という名の ホスピスで見つけたこと



ヴォーリス記念病院ホスピス(希望館)長 榊井先生著の書籍が出版されました。

窓口販売のみ特典!! 『先生の直筆サイン入り』

窓口販売価格 1,200円(税込)

ご購入を希望の方は、必ずお電話にてお問い合わせ下さい。

メディカルフィットネスセンター

## 会員募集

あなたの健康づくりをサポート

安心して楽しく運動して頂けるよう、  
からだの状態を評価し、お一人お一人  
の運動メニューを提供致します。

受付時間 9:30~17:00  
利用時間  
月・水・木・土/ 9:30~17:00  
火・金/ 9:30~20:00

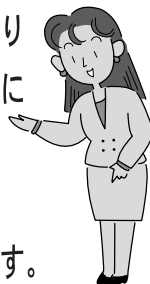
定休日 日曜日・その他(年末年始など)

近江八幡市北ノ庄町492  
ヴォーリス老健センター 1階内  
TEL 0748-32-5540

## 地域連携課

介護・入院・施設の入所等で、  
お困りのことがあり  
ましたら、お気軽に  
お越しください。

本館2階の  
エレベーター前です。



## “患者サポート支援窓口”の設置

外来診療・入院生活・治  
療等についてお困りのこと  
がございましたら  
患者サポート支援窓口まで  
ご連絡下さい。

(担当 岡田・加藤・村松)