



# ヴォーリスだより



- 特集 -

「ヴォーリス記念病院チャペル」のご紹介

(写真撮影場所：2階 屋上庭園)

## 巻頭言

「ヴォーリス・メモリアル・ヴィレッジ

第一歩の試み

～障がい者就労移行支援～

公益財団法人 近江兄弟社

副理事長・事務長 澤谷 久枝



# Vol. 161

2023年3月発行

## 基本理念

キリスト教の「隣人愛」と「奉仕」の業を、医療を通して実践します。

— 私たちは、基本理念を大切にします。 —



## 「ヴォーリス・メモリアル・ヴィレッジ 第一歩の試み～障がい者就労移行支援～」



副理事長・事務長 澤谷 久枝

2022年11月の新築移転から、4か月が経過しました。入院療養をなさっている患者さん、外来受診にお越しになる患者さん、快適で満足な療養環境が提供できていますでしょうか。お一人お一人が穏やかな日々であることを願っております。

さて、今回は2023年4月から、旧リハビリテーションセンター(東館3階)で始めます事業についてお知らせいたします。

サービス種別は、『就労移行支援』、事業所名を「ワークステーション・ヴォーリス」と名付けました。

ヴォーリス・メモリアル・ヴィレッジ構想コンセプトは、ヴォーリスの歴史的背景を基に地域融合循環型「まち」創りを行う。

- ① 健康と上手く付き合うことができる環境
- ② 就労環境が担保され展開できること
- ③ 居住・交流を含めた多世代にまたがるコミュニティが形成されること
- ④ 楽しみや生きがいが発見できる空間があること

この事業は、②を重点的に推進し、就労を希望する障がい者であって、通常の事業所に雇用されることが可能と見込まれるものにつき、生産活動、職場体験その他の活動の機会の提供、就労に必要な知識及び職場の開拓、就職後における職場への定着のために必要な相談その他必要な支援を行うことを目的としています。

対象者は、精神疾患・発達障がい・身体障がい・知的障がい・難病等(障がい者総合支援法の対象疾患366疾患)で65歳未満の方です。運営スタッフは、管理者・サービス管理責任者・職業指導員・生活支援員・就労支援員のメンバーで準備を進めております。

近江八幡市第6期障がい福祉計画書の統計によりますと、訓練等給付の年間利用実人数について、平成28年度から令和元年度の推移は、「就労移行支援」60%増(3228人)、「就労継続支援A型」51%増(3759人)と増加傾向でありながらも、令和2年度末時点で、この2事業については、未開設であります。

4月からスタートします、ワークステーション・ヴォーリスの試みは、治療という医療の枠組みではなく、就労支援を通じて、社会に開かれた取り組みとして推進することで、個人の自立にも社会にも大きな変化をもたらし、共生社会の実現を目指すものです。

併せて、外国人介護職技能実習生の受け入れも始める予定をしています。

118年前に、近江八幡市民が米国人ヴォーリス師を受け入れたと同様に、ごく普通の営みである「働くこと」を志す仲間として、就労移行支援事業とともに、このヴォーリス・メモリアル・ヴィレッジで活動が始められることを、ともに喜びたいと思います。皆さまのご支援・ご理解の程、宜しくお願い致します。感謝。

## チャプレンだより②③ 「心友をえるために」

チャプレン 中村信雄

ネパールで医療伝道をなされた岩村昇医師の言葉をよく思い出しています。「自分たちの行う医療が一体何の役に立つのか。」

「医療伝道とは何なのか。」

あまりに多い疾病、深い貧困。志高く働いていても、具体的な成果の見えない労働のくり返し。岩村医師は、神様がネパールで望まれていることが分からなくなり、道を見失いかけていたのです。

査閲のためにやって来たリンデル氏は問いかけました。「ネパールの病める人たちと、医療を通して親しく交わったのだが、その中から一人の……。」

そのとき岩村医師は、「一人のクリスチャンを作ったか」と尋ねられるのかと思ったそうです。そうではありませんでした。

「一人の友をえたか。友とは心の友である。あなたが、心友の悩みを聞いて上げるだけでなく、心友に悩みをうち明けてあなたが慰めてもらえるような、そういう友をえたか。」

悩みを聞くことはあっても、自分の悩みを聞いてもらえる心友がいなかった岩村医師にリンデル氏は言いました。「今日まで、何もできなかったのですね。」とても厳しい言葉です。ところがスランプに陥っていた岩村医師は、「これだ」と思ったそうです。私たちの働きも同じだと思います。悩みを聞くだけの一方通行ではなく、悩みをうち明けて慰めてもらえるような、人と人との出会いを神様は与えてくださっているのだと思います。力及ばない私ですが、一人の心友をえるために、今日もヴォーリス記念病院にきています。



## 部署紹介

### 病診連携課

看護師 村松 淳子

病診連携課では、在宅療養支援病院としての役割を果たすべく、患者さまを中心に地域医療機関の先生方、保健・福祉・行政関連の担当の方、他施設とも連携を図り、良質で安全かつ安心できる医療を適切に提供するための窓口としての業務を目指しています。

新病院移転に伴い、外来受付の並びに4番相談窓口を設置しました。

外来予約、検査予約の他、入院相談、転院相談、入院中及び退院後の生活相談を含め下記のご相談対応を行っております。秘密は厳守いたします。お気軽にご相談ください。

#### ○ご相談内容

- ・介護保険や福祉制度に関するご説明・ご相談
- ・退院後の生活についてご相談（在宅医療・転院先・施設入所など）
- ・かかりつけ医のご相談・ご紹介（逆紹介）
- ・医療費や生活費についてのご相談
- ・受診科についてのご相談
- ・どこに相談したらよいかわからない悩み等

○職員：社会福祉士・看護師・事務員

#### 病診連携課スタッフ



# 特集

## 「ヴォーリス記念病院チャペル」 のご紹介

チャプレン 中村 信雄



### チャペル

ヴォーリス記念病院は、キリスト教の愛の精神によって建てられ、1階にはチャペルがあります。聖書の言葉（詩編23編、ルカによる福音書15章4-7節、ヨハネによる福音書10章7-18節等）を体感いただきたいと願い、祈りつつ準備いたしました。私たちのいのちは、どんなときも神様（良い羊飼ひ）に見出されているのです。コロナが収束しましたら、礼拝、音楽会、各種行事を始めたいと思います。皆様をチャペルでお待ちしております。

切絵展を開催  
チャペルに40作品を展示。  
次回の企画も楽しみに  
お待ちしております。



### 祈りの部屋

チャペルの横に祈りの部屋があります。お一人で静かな時間を持ちたいとき、ご自由にご利用ください。祈りの部屋には、週毎に変わる聖書の言葉と毎月変わるお祈りを設置しています。神様の思いに触れる機会となれば幸いです。



## 健診の重要性

循環器科 医師 馬淵 尚子

令和4年12月、都道府県ごとの平均寿命が公表され、滋賀県は男性が82.73歳で2回連続1位、女性が88.26歳で前回の4位から2位となりました。滋賀県は喫煙や多量飲酒する人が少なく、スポーツやボランティア、自己啓発、旅行を楽しむ人が多く、長寿と関連しているようです。

一方健康寿命は健康上の問題による日常生活への影響がない期間で、2019年の公表では男性72.68年、女性は75.38年ですので、平均寿命との差である約9～12年は不健康な期間となります。要介護や要支援の主な原因は、脳血管疾患、認知症、高齢による衰弱、関節疾患、骨折や転倒ですので、これらの原因となる生活習慣病や運動器の衰えを予防することで、健康寿命を延ばすことができます。

実際、たばこを吸わない、1日30分以上歩く、6～8時間の適切な睡眠をとる、野菜や果物を多く取る、肥満や痩せがない、生活習慣病や悩み、ストレスのない事が健康寿命を延ばすとの報告があり、滋賀県の長寿とも共通しますね。

健診や検診を受けて、生活習慣を見直し、病気の危険因子や病気を見つけることで健康寿命を延ばし、健康で心豊かな生活を継続することにお役立て下さい。



## 「たばこと健康について」に参加して

域療養支援部 加藤 和幸

東近江総合医療センター 循環器内科部長 大西 正人先生をお招きし、「たばこと健康」についてご講演頂きました。

先生のお話はとても分かりやすく、喫煙による健康被害を伝えて頂きました。特に副流煙の被害に関しては、喫煙者だけでなく周りへの健康被害を及ぼすこと。副流煙に関しては以前より理解はしていましたが、予想以上の影響を及ぼしていることが驚きであり、理解を深めることができました。

喫煙者本人と、受動喫煙者（同僚・家族）への悪影響を理解し、禁煙に向けた行動変容に必要な動機づけに関して、様々なデータをもとに、分かりやすく、喫煙者＝悪ではなく、どのような方法で禁煙につなげていけばよいのか丁寧に説明頂きました。

講義後は意見交換会の時間を設けて頂きました。

先生は、座長の前田副院長とも、オーケストラを通じた公私どもの親交があり、弦楽器のセッションのような軽快なトークを楽しく聞かせて頂きました。

各々が考え、禁煙に向けた取り組みを行うこと、心の準備が少しずつ整ってくるのが何より大切だと感じました。意志一つだとは思いますが、意志はどのようにして強くしていけるか、意志を保ち続けるにはどうすればいいか。固い動機づけが必要であると今回の研修で感じました。

講師の大西先生並びに、研修を企画して頂きました委員の皆様に深く感謝申し上げます。



### ◆ 一般健診・人間ドックのご案内 ◆

多くの病気は、発見が早ければ早いほど、治る確率が高くなります。

体の現状を把握し、健やかに過ごす為、定期的に健診を受けることが大切です。

【お申込み・お問合せ】 ◆ 健康診断・人間ドックは完全予約制です。◆

ホームページ（右QRコード）から申込用紙をダウンロードし、必要事項をご記入下さい。お電話、FAXにてお申し込み下さい。またはメールアドレスへご連絡下さい。

(TEL) 0748-36-5467 / (FAX) 0748-36-5477

(メールアドレス) [v-kenshin@vories.or.jp](mailto:v-kenshin@vories.or.jp)

(予約受付時間) 月曜日～土曜日 13:00～17:00



# 近江兄弟社 第118回創立記念式

2月2日(木) 9:00 ~ 12:00 (会場: 日本基督教団 近江八幡教会)

創立者W.M.ヴォーリズのはじめた事業は現在に至るまで、建築会社、製薬会社、医療福祉、教育分野へと展開してきました。事業体は「近江兄弟社グループ」として今も協力し、ヴォーリズの理念を引き継いでいます。

近江兄弟社では、ヴォーリズが近江八幡に初めて足を踏み入れた日(1905年2月2日)を「創立記念日」としております。この日改めてヴォーリズの理念、そして思いに立ち返り、それぞれの働きの礎とし、共に礼拝、式典を捧げたいと願います。また、この近江兄弟社で勤続25年を迎えられた社員に祝福と労い、そして感謝の時を催しています。

**25年勤続表彰**  
おめでとうございます。

向 美保さん

森 明美さん

中村 君枝さん

小西 綾子さん

当院からは、以上4名の方が表彰されました。



【プログラム】

第1部 礼拝

第2部 創立記念式

25年勤続表彰

第3部 「25年の思い出」を語る

管理栄養士ようちゃん  
おススメ!

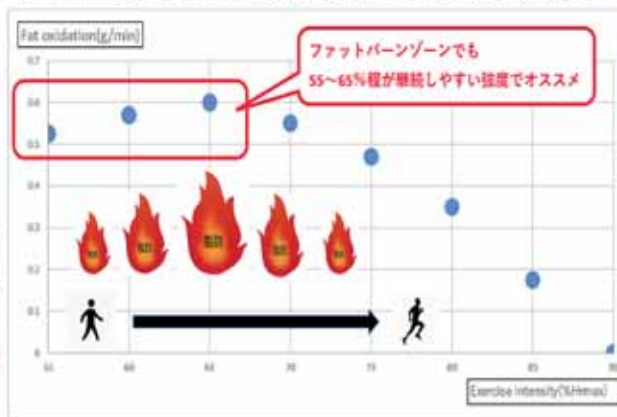
## ダイエットを効率よくするためのコツとは?

気持ちの良い春先になってきました。正月太りが解消できておらず、暖かくなってきたのでダイエットのため運動に出かけようかなあと考えている方もおられるのではないのでしょうか?今回はダイエットを効率良く行うための運動と食事のポイントを紹介しましょう。

### 運動のポイント「運動は楽なペースでOK!!」

同じ運動でも使うエネルギー源の配分が代わります。ダイエットの場合、燃やしたいのは脂肪です。脂肪燃焼に適した心拍数の範囲を「ファットバーンゾーン」と言います。特に最大心拍数の55-65%は負担も少ないため継続しやすく、オススメです。更に強度を下げたい方は低い50%から初めてもよいでしょう。継続しやすい強度で行うことがコツです。

心拍計をお持ちでない場合は、「楽に感じる」、「いつまでも続けられそう」と感じる程の強度が目安になります。



最大心拍数 = 220 - 年齢、オススメのファットバーンゾーン = 最大心拍数55~65%

例: 50歳の場合は最大心拍数 = 170、ファットバーンゾーンは最大心拍数の55-65%で85~110 b p m となります。

### 食事のポイント ①「腹八分目」 ②しっかりと良く噛んで食べる ③野菜から食べる

これらのポイントはダイエットで良く聞かれますが...それは何故か?

色々理由はありますが、その内の一つに「インスリンの過剰な分泌を減らす」事が挙げられます。食事を摂ると血糖値が上がりますが、この血糖値の上昇に合わせてインスリンが分泌されます。このインスリンの分泌によって体にエネルギーを蓄えることができます。

つまり...早食い・大食いすると血糖値は急上昇してインスリンが大量に分泌、脂肪を溜め込みやすくなります。更に血糖値の急上昇は急降下も招くため、食欲が増進して食べ過ぎになりやすいです。適量を良く噛み、ゆっくりと時間をかけて食事を摂る、糖質の少ない野菜から食べるようにする、これが食事のポイントです。





## 認定看護師さん のご紹介

### 「緩和ケア認定看護師の役割」

谷川 弘子

緩和ケアと聞くと、「がん治療ができなくなった人が受けるもの」「終の棲家」などイメージされている方が多いかと思いますが、人生最後の場面だけでなく、がんと診断された時から始まり、より豊かな人生を送るために支えていくのが緩和ケアです。

緩和ケア認定看護師には、看護の質の向上のため「実践・指導・相談」の3つの役割があります。緩和ケアが必要な患者様やご家族様へ、体の苦痛や気持ちのつらさ、生活上の不安などの様々な問題に専門的知識を活用し、ケアの提供（実践）や一緒に働いているスタッフに対しての（指導）・（相談）などが主な活動です。

また2017年度より近江八幡市立総合医療センターの緩和ケアチームと協働し、週1回緩和ケアチームカンファレンスへ参加や出張緩和ケア外来を行っています。幅広く地域の方々に緩和ケアの提供を目標に自施設を超え、病病連携を通じて近江八幡市立総合医療センターの協力のもと、このシステムを構築してきました。

緩和ケア認定看護師として、これからも人の『生きる力』を信じ、患者様の歩んできたかけがえのない人生を大切に、その人らしい生き方が最期までできるように寄り添い続けたいと思っています。



## シリーズ「健康寿命を伸ばそう！」

看護師 中川 里恵

健康寿命とは、健康上の問題によって、日常生活が制限されることなく生活できる期間のことです。

**健康寿命を伸ばすには、**

- **生活習慣病に関する正しい知識を得る**
- **適切な食生活を送る**  
3食しっかり食べることを心掛け、1日2回以上は、主食、副菜、汁物をバランスよく摂りましょう。
- **適切な運動を習慣にする**  
運動といってもハードな運動に取り組むということだけでなく、日頃から継続して体を動かす事が大切です。
- **十分な睡眠をとる**  
適切に休養を取り入れた生活習慣を身につけることも大切です。
- **節酒・禁煙に取り組む**
- **歯や口腔内の健康を維持する**  
毎日の歯磨きや定期的な歯科医院でのケアなど、歯の健康にも気を配りましょう。

以上のように、毎日の生活をほんの少し改善することから、実践できます。少しずつ見直し実行に移していきましょう。



## 病院からの お知らせ

### ◆ 出前講座のご案内

ヴォーリス記念病院では、地域の皆様の交流と健康づくりのお手伝いの一環として、当院医療スタッフが地域に出向き、医療や健康に役立つ専門的知識・技術などを紹介します。

地域の皆さまの健康保持増進や疾病予防などのお役に立てればと願っております。ぜひご利用ください。

【お問い合わせ】ヴォーリス記念病院 企画渉外課  
TEL : 0748-32-5211(代表)  
※詳細は、ホームページにてご確認ください。



### ◆ 介護予防拠点事業終了のお知らせ

平成19年より開催してまいりましたが、今年度をもって終了させていただきます。長きに渡りご参加下さりありがとうございました。

なお、ゴムバンド教室は以下のとおり継続予定です。窓口等も変更となりますので、お間違いのないよう宜しくお願い致します。

#### <ゴムバンド教室>

- ① 対象者 おおむね65歳以上の方
- ② 場所 アンドリュース記念館(旧Y M C A会館)  
近江八幡市為心町中31番地(近江八幡協会の隣)
- ③ 開催時間 毎週月曜日 14:00~15:00 (祝日除く。8月お休み)
- ④ 参加費 100円



【お問い合わせ】公益財団法人近江兄弟社本部事務局 TEL : 0748-32-2456 / FAX : 0748-33-6960

### 地域療養支援部

患者様やご家族様に住み慣れた生活の場で、安心して療養し生活を送って頂けるようサポートします!

- ・健康保険、介護保険等の社会保障制度について
- ・在宅での生活、介護についての不安
- ・施設の入所や利用について
- ・地域の病院、開業医の皆様からの受診、入院依頼

※外来受付の並びの4番相談窓口まで、お気軽にご相談ください。

TEL (0748) 32-5221 (直) / FAX (0748) 36-5412 (直)

### ◆ 「ライラックの日」のご案内

～大切な方を亡くされたあなたへ～

「ライラックの日」は、ヴォーリス記念病院ホスピスで大切な方を亡くされたご遺族の方が、スタッフと思い出や近況を語り合うことで、共に悲しみを分かちあい、生きていくための励みや支えになればという思いで開催している集いです。

当院ホスピスでは、5月から毎月第4または第5水曜日を「ライラックの日」としています。

ゆっくりスタッフとお話してみませんか? どうぞ、お気軽にお越しください。

#### 【お手続き】

- ・ご遺族様2人までの予約制
- ・お電話でのお申し込み
- ・時間帯 : 13時~14時 ・14時~15時 ・15時~16時

#### 【お問い合わせ】

ヴォーリス記念病院 ホスピスまで  
0748-32-5211 (代表) (9時~17時)



「ライラックの日」のネーミングについて  
ライラックの「若き日の思い出・初恋の感動・友情」といった花言葉にちなんでつけました。大切な人との思い出や分かち合った感動、守ってきた友情を、いつまでも大事にしていきたいという願いがこめられています。

〒523-0805 滋賀県近江八幡市円山町927-1

電話 : 0748-32-5211 (代表)

FAX : 0748-32-2152 (代表)

\*シャトルバス(無料送迎)あります。

#### ●編集後記●

1/25の大雪の中、訪問診療で立ち往生した際、多くの皆様にご助けいただきました。感謝申し上げます。日々、色々な方に支えられていることを改めて気づく出来事でした。少しずつ寒さも和らいでまいりました。皆様に幸多き春が訪れますように。

【編集・発行】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

公益財団法人近江兄弟社 ヴォーリス記念病院