

めぐみ

ガラシア
健康ニュース

2016

No.152



3階 ホスピス病棟サロン

不易流行

教会の暦の1年はクリスマスを迎える準備の時期（アドベント）から始まり、死者の月と呼ばれる11月に終わります。11月1日は諸聖人の祝日、2日は死者の日と呼ばれ、亡くなられた方々に思いを馳せる日となっています。その前日が最近流行のハロウィンの日、日本流に言えば地獄の釜の蓋が開く日でしょうか。東京渋谷は大変な混雑だったようですが、いつ頃からこれほど広がったのでしょうか。そう言えば、バレンタインの日にチョコレートを贈ったり、節分に恵方巻と呼ばれる巻き寿司を食べるのも、私が子どもの頃にはありませんでした。

10メートル上から落としてもびくともしない電電公社の電話機が我が家に入ってきたのは随分以前ですが、大変感激したのを覚えています。通話料が高くてなかなか使わせて貰えず受けるばかり、電話に出るのもまずは母親でした。今の携帯やスマホを思うと隔世の感があります。傷んだ網膜をips細胞から作られたものに置き換えるとか、人工知能が名うての棋士を打ち負かすとか驚くような技術の進歩が続いています。

建築に関しては、阪神淡路大震災を機にともかく地震に耐える建物が求められるようになりました。このため日本の伝統建築様式が採用されない例が増えているそうです。北陸の義父の家に朱塗りの壁が一間だけあり、塗った左官はこれができるのは自分だけと自慢していたそうですが、今は塗り壁がほとんどなくなりました。材料を造る人も、やっていけなくなり廃業が相次いでいるそうです。夏の高温多湿や寒暖の差が激し

い日本にふさわしい建築方法が、建築基準の変更で一気に廃れてしまい、国宝や重要文化財などの特殊な領域でだけ辛うじて生き残っていくことになりそうです。

ガラシア病院も現在の建築基準に則った改築を求められ、いよいよ来年度には改築に取り掛かる予定としています。昭和44年に建設された現本院は、堅牢な造りで大震災にもびくともせず、長くこの地域のシンボルタワーとなってきました。建て替えにあたっては、「病める人を癒されたキリストの慈しみの心にならう」という理念を堅持しながら、現在と将来の医療に求められる機能を備えた病院として生まれ変わろうと考えています。

今夏初めて訪れた北欧の町ベルゲンでは、中心部のブリッゲンが世界遺産とされ、ハンザ同盟時代の木造倉庫兼事務所が修復されて旧観を維持しながら、中は土産物店やジュエリーショップとなって多数の観光客を集めていました。芭蕉翁の不易流行の精神にならって変えてはならないものは守り、変えるべきものは時代に即して変える。その一つひとつの選択が誤りでないように識別しながら取り組んでまいります。皆様の一層のご支援ご協力をお願い申し上げます。

医療法人ガラシア会 施設長
石丸 伸司



ホスピスにおけるヨーガ療法



ホスピス長
森 一郎

ガラシア病院ホスピスの取り組みの一つにヨーガ療法があります。日本ヨーガ療法学会のご協力のもと行っています。みなさんが思い浮かべるヨーガは無理な体勢をとるアクロバティックヨーガかもしれませんが、それは身体技法の一部が独り歩きしたイメージです。本来のヨーガの目的は「心身の制御」であり非常に困難

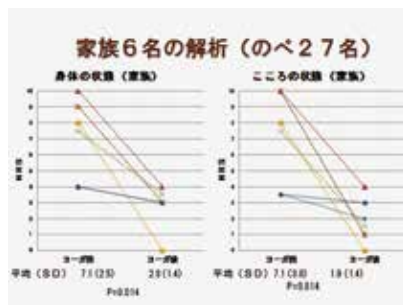
な時でも「動じない心」を作り上げる精神修行です。5000年前から実践されてきた方法で身体技法に加え、呼吸法、瞑想法など様々なノウハウがあります。欧米では医療への導入に向けて多額の研究費を得て研究が続けられています。不安や不眠の改善、炎症マーカーの減少などのエビデンスが蓄積されています。以前入院されていた患者さんの話ですが、深い悩みと左足にわずかな痛みがありました。もともと大変な心配性で左足の痛みは病気とは関係なかったのですが怖くて動かせない日々が続きました。そのうちに全くベッドから動かず、ふさぎ込まれ看護師はお話すらできない状況となりました。そこで私がヨーガ的技法を取り入れて、足の先から頭のてっぺんまで少しずつ筋肉の緊張と弛緩を意識してもらい、感覚を研ぎ澄ますように誘導したところ、気持ちが落ち着き「すごく気持ちいいです」とおっしゃったあと、なんと車いすに乗って満開の桜を見にい

れたのです。この印象的な体験から、ヨーガは強いストレスで身体感覚がわからなくなる「失体感状態」の方の精神安定に役立ちそうだと思います。医師である私がやるよりも、その道のプロにお願いしようと思ったのが始まりです。疲れがたまっているご家族の方にも好評で、患者さんとご家族と一緒にやるペアヨガはスピリチュアルケアに特におすすめです。

緩和医療の奥深さは医療の枠をこえて、ときに哲学的だったり宗教的だったりします。医療者だけで解決する問題ではなく様々な人が力を持ち寄り、みんなで考えていくテーマです。「人はどのように生きてどのように人生の幕引きをするか」という普遍的なテーマについて国民全体でしっかり考える風土が形成されることが日本の緩和ケアの完成形だと思っています。当院のヨーガ療法の実践があらゆる分野の知恵を出し合って人が人を支えあう世の中を作る一助になればと思っています。表のように入院患者さんとご家族のこころと身体

のつらさの軽減が認められました。

(第21回日本緩和医療学会講演より)



富士通クラウド型電子カルテ (HOPE Cloud Chart) を導入しました

2016年11月1日、ガラシア病院の歴史に新たな項目が追加されました。電子カルテシステムの導入です。大きな病院では今や当たり前になった電子カルテですが、ガラシア病院のように入院ベッド数100床レベルの病院では、まだまだ紙のカルテが主流です。

当院では、電子カルテを導入する前にもレントゲン写真をモニター画面に出すシステムを導入していました。撮影後直ぐに診察室で見ることが出来る様になり、患者サービス向上につながりました。電子カルテは、更にいろいろな情報データーをやり取りする事ができ、受付処理に始まり診察後の薬の処方、会計処理も早くなり各所での待ち時間短縮につながります。

2016年4月から電子カルテ導入の打合せをはじめ、暑い夏にもスタッフは夜遅くまで残って紙カルテからの移行作業に取り組みました。9月中頃には、練習用患者カルテを使って職員によるリハーサルを実施しました。その後も、何度か仕組の変更や修正を繰り返しながら『11月1日』電子カルテの本稼働となりました。まだまだ導入したばかりで手間取っているところもありますが、日が経つにつれ早く処理が出来るように職員も取組んでいます。スタッフも患者さんを待たせまいと必死に画面に向かってしまい『いつもパソコンばかり見て・・・』というご意見を頂くこともありますが、しばらくは暖かく見守って頂ければ有難く思います。

大きな話にはなりますが、政府も色々な医療機関と電子カルテをつないで、地域の皆さんを支える仕組みを作ろうとしています。その中にガラシア病院も入れるように、準備を整えていきたいと思っています。応援よろしくお願いいたします。

電子カルテ委員会事務局 福島 成之



老健だより

ノルディック・ウォークとは？

通所リハビリでは、今年度からリハビリの新たなプログラムとして「ノルディック・ウォーク」を導入し始めました。両手にポールを持って歩くために両腕の運動にもなり、正しい姿勢への修正、身体の負担が減り、また気分転換などできます。このほかにもノルディック・ウォークをすることで、全身運動が可能 エネルギー消費の増大 足への負担を軽減 長距離のウォーキングが可能 高齢者の方も簡単にできるなどの効果もあります。



ノルディック・ウォーク体験レポート



天候が良い日は外に出てノルディック・ウォークをしているとの事で、老健玄関→楠木神社→老健玄関コースを体験させてもらいました。ポールを持つことで姿勢が良くなり、足だけでなく腕の運動にもなっていると実感しました。景色を見て会話を楽しみながらだったので、1100歩・16分間の運動は、あっという間でした。

慰霊祭

2016年11月19日(土)午後2時から、ガラシアホールで医療法人ガラシア会合同慰霊祭が行われました。昨年の9月から今年の8月まで、ガラシア病院、介護老人保健施設ニューライフガラシア、在宅センターをご利用された方、そして職員の家族で亡くなられた方 303名の故人の慰霊祭を大阪教区司祭で当会常務理事（チャブレン）松本 信愛神父の司式で執り行いました。ご遺族の参加者は120名を超え、スタッフも入れると約150名となり、ガラシアホールが満員となりました。追悼式の後、北摂バロックコアの皆さんによるミニコンサートが開かれ、「ふるさと」のメロディーをアレンジした素晴らしい歌声を聞かせて頂きました。参加者の皆さんは、それぞれ故人を偲ぶと共に、また新たな気持ちで出発するきっかけになったのではと思います。



在宅センター新任スタッフ紹介～スタッフが増えました よろしくおねがいします～



名前 大塚 加奈子

所属 箕面市東部地域包括支援センター

職種 理学療法士

ひとこと 前職では、15年急性期の病院でリハビリ（機能訓練）業務に携わっていました。今後は、今までの経験を活かして地域のみなさんご支援ができるように頑張りたいと思います。至らない点多々あると思いますがよろしくお願い致します。



名前 三原 孝司

所属 ケアプランガラシア

職種 ケアマネジャー

趣味・特技 テニス、バレーボール、スノーボード

ひとこと 早く箕面市の地域性や制度に慣れ、地域の方々の役に立てるようにがんばります。



名前 和田 英樹

所属 箕面市東部地域包括支援センター

職種 ケアマネジャー

趣味・特技 愛犬とたわむれる事

ひとこと 5月から入職しました箕面育ちの地元っ子です。地域のために頑張ってますのでどうぞよろしくお願い申し上げます。



がらしまつりが開催されました

2016年10月23日(日)に「第23回がらしまつり」を開催し、大盛況のうちに終わることができました。これも地域の皆様をはじめ、多くの方のご支援とご愛顧によるものと、心から感謝申し上げます。心配していた天候も、なんとか持ちこたえてくれ、バザーや模擬店、シスターのお店、ボランティアの皆様のお店を予定通り催すことができました。屋外では肌寒かったためか、豚汁を飲まれる方が多くおられました。また、シスターのお店では例年以上に早く売り切れる商品が続出しました。講演会では、医師の前田先生と理学療法士の尾西さんの講演を多くの皆様が聴講され、有意義な時間となりました。

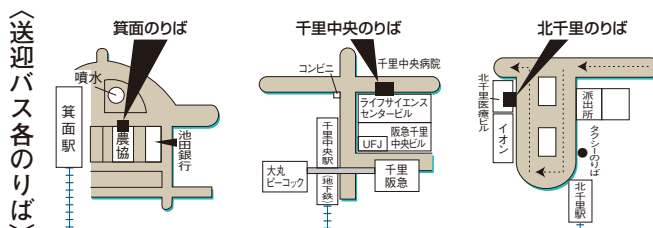


何よりも嬉しく思えたことは、地域の皆様の笑顔を見ることでした。会場のあちこちで談笑されていたり、気軽に職員にお声をかけてくださる様子から、「がらしまつり」が地域の皆様にとって憩いのひと時となっているのではないかと感じられました。バザーおよび模擬店等の収益金382,813円は熊本地震支援金としてカトリック大阪大司教区に寄付しました。皆様のご協力にこころからお礼申し上げます。

第23回がらしまつり実行委員長
リハビリテーション科 山本 啓太



●千里中央・北千里・箕面駅からシャトルバスを運行しています。



ガラシア訪問看護ステーション
TEL 072-727-1866 FAX 072-729-3311

介護老人保健施設
ニューライフガラシア
TEL 072-729-2346 FAX 072-729-7951

指定居宅介護支援事業所
ケアプラン ガラシア
TEL 072-729-2347 FAX 072-729-3311

箕面市東部地域包括支援センター
TEL 072-729-1711 FAX 072-730-2230

医療法人ガラシア会 日本医療機能評価機構認定病院

〒562-8567 大阪府箕面市栗生間谷西6丁目14番1号
TEL.072-729-2345 FAX.072-728-5166
<http://www.gratia.or.jp/>

■診療受付時間
平日／ 8:30～11:30
12:30～15:30
土曜日／ 8:30～11:30

■休診日
日曜、祝祭日、土曜午後
8/15、12/25、12/30～1/3

編集後記

もう、早いもので年の瀬です。めっきり寒くなりましたが皆さんいかがお過ごしでしょうか。さて今号のめぐみは、前号に引き続きボランティアの牛田さんが描いたイラスト(リース・ヒイラギ)を見開きに使用させて頂きました。ガラシアは、たくさんのボランティアさんに支えられて運営されています。今後もボランティアさんの活動を紙面で紹介していきますので乞うご期待を! Facebook ではさらにタイムリーな情報を配信していますので、興味のある方は是非一度覗いてみて下さいね。U.K

