

# めぐみ

ガラシアニュース

<http://www.gratia.or.jp/>

2017

No. 155



シスターの手作りお菓子

## 目次

パストラルケア？ スピリチュアルケア？  
(患者と家族の心と魂のケア！)

ホスピス夏祭り

モルヒネって「怖い」薬？

ニューライフガラシア夏祭り

がらしあまつりのお知らせ

ガラシアヘルシーレシピ

## トピックス

●健康教室

2017年9月21日(木) 13:00～14:00

場所：7階ガラシアホール

●糖尿病教室

2017年9月28日(木) 12:50～14:10(受付 12:30)

場所：7階ガラシアホール

●がらしあまつり

2017年10月22日(日) 10:00～13:00(雨天決行)

場所：病院2階フロア、7階ホール、老健4階フロア



## パストラルケア？ スピリチュアルケア？ (患者と家族の心と魂のケア！)

ガラシア病院の基本方針の一つに「終末期医療とパストラルケアを充実させます」というのがあります。「パストラル」は「パスター」の形容詞であり、キリスト教関係でそれが使用されるとき、聖書のキリストの言葉、「私はよい羊飼い（パスター）である。」に由来しています。すなわち、パストラルケアとは、もともとパスター（pastor＝羊飼い）が羊の世話（ケア）をするように人々をケアするところから来た言葉です。そして、欧米で行われている「病院でのパストラルケア」というのは、患者やその家族の「心と魂」を専門的にケアすることです。患者やその家族の立場からも、心や魂のケアをしてくれる専門家が病院にいるということは心丈夫なことです。人間は肉体的な存在だけでなく、精神的・霊的な存在でもあるので、病院において、患者の心と魂のケアをする人がどうしても必要なのです。その意味で、「病院でのパストラルケア」は重要であり、大切なものであるということには疑いの余地はありません。日本において、病院でのパストラルケアが組織化されてからすでに50年以上の歴史があります。ただ、「パストラル」という言葉が聖書を根拠にしているということで、日本の環境ではなかなか一般化しませんでした。そこで、近年になって、ほぼ同じ内容を指す「スピリチュアルケア」という言葉が注目されてきました。

医療関係で「スピリチュアル」という言葉が日本で一般的に使用され出したのは、1999年にWHO（世界保健機関）が憲章前文における「健康の定義」の改正案として「スピリチュアル」という言葉を入れたからです。この改正案は採用されませんでした。このころから人々が「スピリチュアルペイン（痛み）」とか「スピリチュアルケア」という言葉を普通に使用するようになりました。現在、日本では、キリスト教関係の病院では「パストラルケア」という言葉を残しているところが多々ありますが、大切なのは内容なので「スピリチュアルケア」という言葉を使用することに特に問題はありません。



大切なその「内容」とは、病気が原因で起こってくる患者さまやご家族の深刻な悩みをケアすることです。具体的な悩みは人それぞれですが、病が深刻になればなるほど悩みも深刻になります。ガラシア病院ではチャプレン（神父）やシスターだけでなく、医師や看護師もパストラルケア（スピリチュアルケア）を意識して患者さまやご家族に接しています。

医療法人ガラシア会 常務理事  
チャプレン 松本 信愛

## ホスピス夏祭り

8月4日に、ガラシア病院ホスピス夏祭りが開催されました。

毎年1時間という限られた短い時間の夏祭りでしたが、今年は昨年度に比べ30分延長して行われました。参加された方から「ゆっくりたくさん食事ができた。」「久々に家族でいろんな話が出来た。」等々のお言葉をいただきました。スタッフや先生方も家族の一員の様な雰囲気にもまれ、とても心地よい時間を過ごす事ができました。

このお祭りが素敵なひと夏のおもいでになれば幸いです。

参加された患者様やそのご家族、ボランティアの皆様、有志で参加されたスタッフ、ありがとうございました。

ホスピス病棟看護師 千原 直樹



# モルヒネって「怖い」薬？



ホスピス医長  
前田 一石

ホスピスでは、がんの痛みを緩和するためにモルヒネを使うことがしばしばありますが、「痛みの緩和にモルヒネを使います」と説明すると、患者さん・ご家族から「モルヒネを使うってことは、もう最期ということなんですね」「モルヒネを使うと廃人みたいになって訳が分からなくなってしまうんですよ」などと言われることが時々あります。

一方、からだのだるさなどの苦痛が強い時に患者さんから「こんなにしんどいならモルヒネでも何でも使って楽にしてくれ」と言われることもあります。

このような、モルヒネ＝頭がおかしくなったり生命を縮めてしまったりするが、どんな苦痛も消し去る究極の薬という認識はかなり間違っています。

モルヒネはオピオイド系鎮痛薬の一種で、がんの痛みに対して使用される痛み止めです。一般的に使用されるロキソニン、ボルタレンなどの非ステロイド系鎮痛薬という薬剤が効かない痛みに対して使用されることから、「どんな痛みにも効く強い薬」と受け取られることがありますが、そんなことはありません。がん患者さんで見られることの多い、内臓に由来する鈍い痛み（内臓痛）には比較的良く効きますが、骨折の痛みやビリビリしびれる神経痛などには効果が乏しいことが多いです。

また、モルヒネの副作用として眠気、吐き気、便秘が起こることが多いですが、これらは数日で身体が慣れて問題にならなくなったり、適切な薬剤の使用で対応することが可能です。一方、モルヒネが効いていないのにどんどん投与量が増えると、意識が混濁したり、呼吸が弱くなるなど致命的な副作用が生じることがあるので「怖くない」薬ではありませんが、患者さんの状態を見ながら必要な量を使用する限り、致命的な副作用、依存症、禁断症状が出現することはほとんどないと言われています。

モルヒネのマイナス面を恐れて必要なのに使われない結果、痛みが長期間持続してしまうのは、患者さんの生活の質（Quality of Life: QOL）を考える上で重大な損失だと思います。痛みの原因、性質、強さ、薬物治療の効果などを総合的に評価して、一人ひとりの患者さんの症状に応じた症状緩和が実施されることが期待されます。

## ニューライフガラシア 第19回夏祭り

8月5日（土）夏祭りを行いました。今年は猛暑を想定して、10時30分から7階ガラシアホールで盆踊りや職員の出し物、スイカ割りを行い、食事は4階フロアでいただくように計画しました。

当日は、空調で涼しくなった7階の会場に、紅白幕や提灯を飾り、中央に太鼓を置いて祭りの雰囲気を作りました。威勢のいい太鼓の音で開会。スイカ割りで盛り上がり、雪扇会の皆様を中心に炭釜節などで盆踊りが始まりました。職員や利用者さまも一緒になってみんなで輪になり踊りました。踊りの後は職員対抗かくし芸大会です。それぞれ工夫を凝らした演出で、岡澤施設長や高浪療養部長も出演され、利用者さまや家族の声援で盛り上がりました。4階フロアへ移動した後、楽しみにしていた食事の時間です。たこ焼き、焼きそば、カレーライス、素麺と盛りだくさんのメニューに箸が進み、普段にない食欲でおなかいっぱい召し上がっている利用者さまも多く見られました。素敵な色と味付きの綿菓子も、利用者さまや家族に人気で行列が出来るほどに。「初めて綿菓子を食べたわ。」とピンクの綿菓子を手にもって、にっこり笑顔を浮かべるかたや輪投げに熱中するかたと、普段とは違う顔で楽しまれていました。

今年初めての企画で、午前中に屋内で行う夏祭りでの心配でしたが、利用者さまやご家族は「涼しくてありがたいわ。」と、とても喜んでくださいました。



老健事務員 川水 真奈美

## がらしまつりのお知らせ

毎年恒例の「がらしまつり」は、地域の人々との交流を目的として行われます。今年は、7階ガラシアホールにて、ガラシア病院診療部長 阿曾沼医師による講演『爽り豊かな老後を過ごすためにー老いを迎える備えと心構えー』と弦楽アンサンブルによる演奏を予定しています。模擬店、健康相談、シスターの店、秋の収穫物、子供ランドなど楽しい催しを企画しています。多くの皆様の参加をお待ちしております。

尚、収益金はカトリック大阪大司教区を通して、社会福祉法人「神戸少年の町」に全額寄付いたします。

日時 平成29年10月22日（日）  
10:00～13:00（雨天決行）

会場 ガラシア病院2階フロア、7階ホール、老健4階フロア

※今年はチャリティバザーを行いません。

※開催時間を変更しています。



# ガラシアヘルシーレシピ

どなたでも食べていただけるヘルシーレシピです。ぜひお試しください。

ガラシア病院 栄養科

◆芋きんつば 1人分 28kcal(表1 0.4単位)

## 材料(6人分)

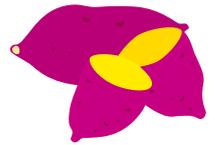
さつまいも	100g	A	小麦粉	大さじ1
パルスweet顆粒	大さじ1		パルスweet顆粒	小さじ1/2
粉寒天	1.5g		シナモンパウダー	少々
水	60cc		水	大さじ1

※パルスweet顆粒=0カロリーー甘味料



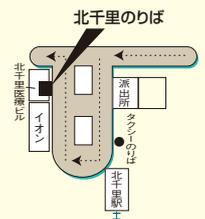
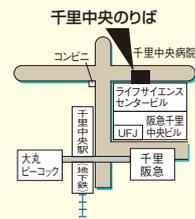
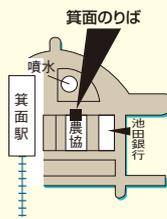
## 作り方

- ① さつまいもは皮をむいて水にさらし、耐熱容器に入れてレンジ500wで3分ほど加熱、そのまま数分置いて軟らかくする。
- ② 温かいうちにつぶして、甘味料を入れて混ぜる。
- ③ 鍋に水と粉寒天を入れ、沸騰後数分加熱し溶かす。
- ④ ②を加えて再度火にかけ、水分がなくなるようによく練る。
- ⑤ 容器に流し入れて冷やし固め、固まったら取り出して6等分に切る。
- ⑥ Aの材料を混ぜ⑤に薄く衣をつけて、低温に熱したフライパンで軽く焼くとできあがり！



●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。

〈送迎バス各のりば〉



## 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  
ガラシア病院 日本医療機能評価機構認定病院

〒562-8567 大阪府箕面市粟生間谷西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

日ごとに秋めいていくこの頃ですが、夏のお疲れは出ていませんか？

さて、めぐみ155号では表紙に美味しそうな和菓子を掲載しました。シスターの野菜畑で採れたえんどう豆を、地域の方から頂いたもち米と塩漬けた桜の葉で包み、ゆりの会の茶話会に提供されました。ゆりの会(偲ぶ会)は月1回開催されています。シスターとボランティアの方々が、手作りのお菓子を提供しています。

又今回掲載した栄養科からのヘルシーレシピも是非お試しください。メニューは変わりますが、糖尿病教室で試食できますのでご参加お待ちしております。

当院フェイスブックでも紹介しておりますので、のぞいてみて下さい。

U.K



編集・発行 広報委員会