

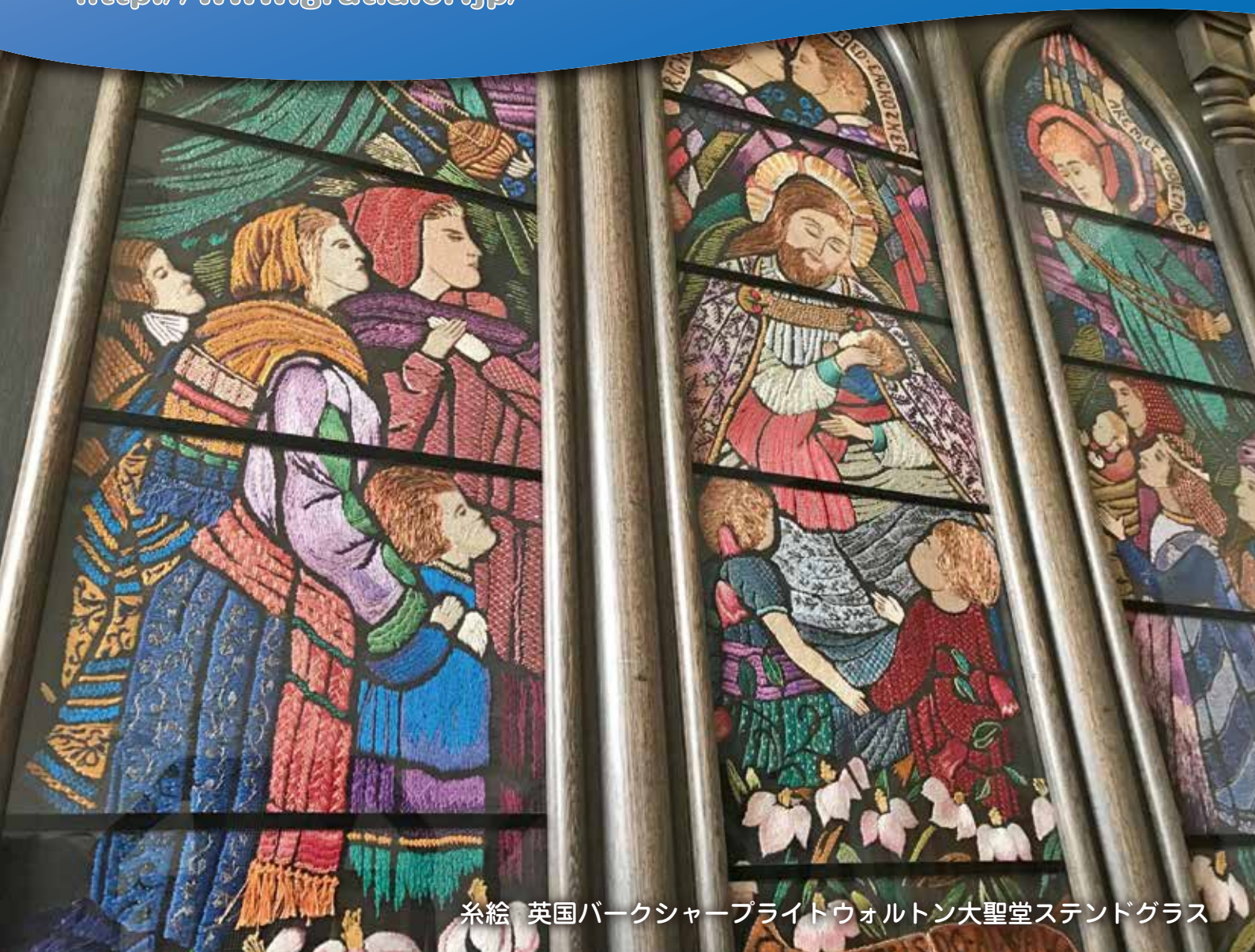
めぐみ

ガラシアニュース

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

2017

No.156



糸絵 英国バークシャープライトウォルトン大聖堂ステンドグラス

目次

飼い葉桶のキリスト

第24回がらしあまつりを終えて
誤嚥性肺炎にならないために
ニューライフガラシアの大運動会
体力測定会と体力アップ講座
クリスマスを待つ…

お知らせ

●健康教室

2018年1月18(木) 13:00～14:00

場所：7階ガラシアホール

●ルルド聖母の集い

「世界病者の日」

2018年2月11日(日) 17:00～

飼い葉桶のキリスト



彼らがベツレヘムにいるうちに、
マリアは月が満ちて、初めての子を産み、
布にくるんで飼い葉桶に寝かせた。
宿屋には彼らの泊まる場所がなかったからである。
(ルカ 2 章 6－7 節)

医療法人ガラシア会 施設長
石丸 伸司



キリスト教は、2千年前に一人の人間として生まれ、十字架に付けられて死んだイエスと言う人が、救い主キリストであると信じる事が原点となります。

救い主とは何か、救いとは何かと2千年の間に様々な議論がされてきました。一般人にとって、目で見てわかるというのが大切という真理に基づいて、イエスの誕生の場面を人形の形で表現する伝統があります。これを始めたのは、13世紀のイタリアのフランシスコという人だそうです。今もヨーロッパでは、各教会が競い合って馬小屋や三人の博士などを加えて飾り、お互いに見に行き、翌年はさらに良いものをと競っているようです。日本でも長崎の教会では競い合いがあった事を知りました。

「救い主」と言うものに抱くイメージは、人それぞれだと思います。それにしても、飼い葉桶の中に置かれた赤子を救い主と信ずるには大きな飛躍が必要です。宿屋に泊まる事ができなくて馬小屋に泊まり、その馬のえさを入れる飼い葉桶に寝かせられた幼子、この姿のどこが救い主なののでしょうか。そして救い主を目で見てわかるためにこの姿で表わそうとしたフランシスコという人は何を考えたのでしょうか。

当ガラシア会の理念は、「病める人を癒されたキリストの慈しみの心にならい運営される」ことにあります。そのキリスト＝イエスは、馬小屋の飼い葉桶で人としての生を始められました。誕生の折には、貧しい羊飼いや、遙か東方の賢者たちには救い主と認められながら、この世の王からは迎えられることはありませんでした。その後も、一人の人間としては、つつましい大工の息子としての人生を送ったのです。ガラシア会はその理念から離れることなく、ここで働く人も、取り巻く環境も、使われる薬剤・資材も、キリストの慈しみの心に相応しいもので在り続けたいと願っています。

現在のガラシア病院本館の建物は、1969年に完成しました。堅牢に造られてはいますが、今の建築基準法の基準には合っていないという事で、建替えを求められてきました。色々な検討や手続きを経て、いよいよ来年1月には、更新築工事に掛かる事になりました。

建築価格の増嵩が甚だしく、計画段階での夢や希望を少しずつ小さくしながら現実的なプランへと変更を余儀なくされた面もあります。時代の変化を先取りしようと考えながら、時代の変化に先を越された部分もあります。しかし、次の時代を支える病院として必要な機能は組み込むことができたと考えています。利用される皆様には、工事期間中はご不便をお掛けする事になりますが、ご理解のほどお願い申し上げます。

第24回がらしあまつりを終えて

2017年10月22日(日)第24回がらしあまつりを開催し、大盛況のうちに終えることができました。今年度は全体のテーマとして『地域とともに歩む』サブテーマとして『住み慣れたこの街ですっと暮らそう』を掲げ、新たな催しを企画しました。

今年は、老健4階で焼きそばや豚汁、フランクフルトなどのフードコートが展開され、ゆっくり座ってお食事を楽しんで頂きました。

病院2階ではシスターのお店や物産展などに多くの方が来られ真剣な眼差しで商品を選ばれていました。アロマセラピーやハーブセラピーではみなさんリラックスした表情で、癒しのひと時を過ごされたのではないのでしょうか。

病院7階ガラシアホールでは「実り豊かな老後を過ごすために」というテーマで阿曾沼先生による講演会が行わ

れ、講演会終了後は大阪ガス弦楽アンサンブルのみなさんによる演奏会が行われました。約100席の会場はほぼ満員となり、講演会・演奏会ともに大きな拍手が起こり大変盛り上がりしました。

当日は台風が接近している中、たくさんの方々にご来場いただき本当にありがとうございました。今年は雨天の場合も考慮して屋内での開催としたのが功を奏し、無事に終了することが出来ました。ご協力いただいた関係者の皆様、地域の皆様、ボランティアの皆様にも厚く御礼申し上げます。

なお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。

がらしあまつり実行委員長
老健ダイケア主任 三木 優信



誤嚥性肺炎にならないために

今回は『誤嚥性肺炎』についての話題です。食べ物を飲み込むことを『嚥下』といい、その飲み込んだ食べ物が食道ではなく、気管の方へ侵入してしまうことを『誤嚥』といいます。異物の入った肺で炎症が起こるのが『誤嚥性肺炎』です。嚥下は食べ物が喉を通る感覚とどのさまざまな筋肉の動きが、脳で複雑にプログラミングされておこなっています。普段私たちは1秒足らずの間に反射として無意識に行っているのです。従って、脳卒中など脳の障害や神経・筋疾患では嚥下障害を来すことがありますし、高齢者はどの筋力や感覚が衰えているため、誤嚥を起こしやすくなります。

では、自宅でもできる誤嚥予防策をいくつかご紹介します。水分でよくムセる場合は、食べ物がのどを通るスピードに筋肉の動きがついて行けていないことが多いです。その時は水分にとろみをつけることで、のどを通るスピードが調整できます。のどの力が弱いときは一口量を少なくするのも有効です。一口量が多いと食物を送り込むにより

多くの力が必要になります。なお、力強くムセることも重要で、誤嚥したとしても食物が喀出できれば肺炎になりにくくなります。よくおしゃべりし、笑い、歌うことで肺活量の維持やのどの筋力増強も図れます。色やにおい、はっきりとした味、温冷など五感をフル活用させ「食事は楽しい」と思っていただくのも大切です。感覚が低下すると、気管に侵入しても反射的なムセが起こらず、知らないうちに誤嚥を繰り返してしまいます。嚥下造影検査という、造影剤（バリウム）の混ざった食物を嚥下してもらいそれをX線で透視する検査で発見できます。

当院ではリハビリテーション医、言語聴覚士、作業療法士、理学療法士、看護師、介護士、栄養士、放射線技師など多職種チームで、積極的に嚥下機能の評価、摂食機能療法を行っています。症状に悩まれたらご相談ください。



リハビリテーション医
山本 理奈

ニューライフガラシアの大運動会

2017年10月4日（水）ニューライフガラシアで大運動会が行われました。

紅白に分かれての玉入れやパン食い競争などで白熱した後は、“映画”がテーマの仮装大会でちょっと一息。銀幕のスター顔負けの迫力でした。さて仮装（変装？）の映画タイトル、わかりますか？（ヒント：仁義なき戦い、チャップリンと犬、七人の侍）

優勝した白組にはトロフィーが授与されました。運動会の後はフロアでお弁当をいただきました。皆さんたくさん召しあがっておられました。



介護老人保健施設ニューライフガラシア
川水 真奈美

体力測定会と体力アップ講座

会員募集

当院では、地域住民の方々に健康増進に役立つ情報をお伝えするために「ガラシア健康教室」を1月、5月、9月の年3回行っています。それに加えて、地域住民の方々の健康寿命延長への取り組みとして2015年より健康教室会員を募集し、会員を対象に年2回の「体力測定会」を開催しています。体力測定会は身長、体重、握力、大腿四頭筋筋力、片脚立位時間、体幹機能（SST）を測定し、年齢と比較した体力レベルを示した結果を個別にお渡ししています。体力測定会に参加することで、自身の体力レベルが確認出来、記録を保存できます。これまで5回開催し延べ155名の方にご参加いただきました。測定会では簡単な運動の講義も行い、運動の習慣化を促しています。そして2016年より「体力アップ講座」も開始いたしました。講座では、効果的で正しい運動方法を習得していただく目的で、筋力トレーニングの実践を中心に行い、簡単な栄養摂取のポイントもお話させていただきました。これまで3回開催しのべ58名の方にご参加いただきました。このように、健康教室では健康寿命の延長に対する取り組みを実施しています。今後も体力維持向上に貢献できる内容を提供していきたいと考えています。ご興味のある方は是非、健康教室会員にご入会ください。健康教室会員は随時募集していますので、総合案内でお尋ねください。

リハビリテーション科
大谷 久也



クリスマス待つ...

はるか昔、私の教会デビューはクリスマスの日でした。当時、通っていた幼稚園はキリスト教とは関係ありませんでしたが、「クリスマスというのはイエス・キリストの誕生日で、教会でお話を聞くのよ」という先生の言葉に、お話を聞くのが好きな私は大いに興味を持ち、母にせがんで近くの教会に連れて行ってもらいました。

実は「誕生日」という説明には少々問題があります。なぜならキリストの本当の誕生日がいつなのかは分からないからです。今、私たちは12月25日にお祝っていますが、聖書には生年月日の記述はありません。

まだキリスト教が生まれたばかりの古代ローマ時代。12月25日は太陽神ミトラのお祭りの日でした。一年で最も日照時間の短い冬至の後、太陽の復活を祝っていたのです。

けれどもキリスト教徒たちは「自分たちにとっての太陽はキリストである」と、その日にキリストの誕生を祝うようになりました。

教会では、クリスマスの四週間前から、キリストの

誕生を待ち望む「待降節」が始まります。待降節には、四本のろうそくを飾り、日曜日が来るごとに一本ずつ火をともしていきます。毎週少しずつ光が増え、明るくなってゆく。4本すべてに火が灯された後、いよいよこの世を照らす光であるイエス・キリストの誕生を迎えます。待降節の間は、心身を整え、キリストを迎える準備をします。アドベントカレンダーという楽しいグッズもあり、これは、待降節の間、毎日ひとつずつ窓を開けて、小さなプレゼント（お菓子やメッセージなど）を受け取るものです。

ちなみに「クリスマス」という言葉は、英語で「キリストのミサ」という意味です。

クリスマスにまつわるイベントは数限りなくありますが、今年は原点に立ち返って、教会で過ごしてみたいかがでしょう。教会デビューを考えている方は、是非このクリスマスにお近くの教会をお訪ね下さい。



総務課 石川 治美



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

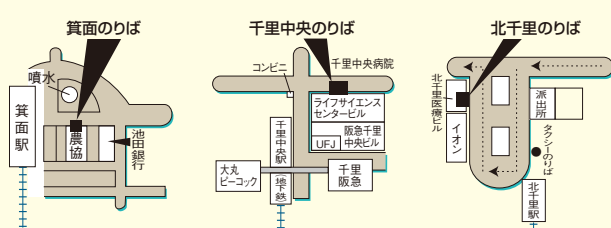
平日 8:30~11:30
12:30~15:30
土曜日 8:30~11:30

休診日

日曜、祝祭日、土曜午後
8/15、12/25、12/30~1/3

●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

編集後記

今回のめぐみは、ホスピス病棟の家族コーナーに飾られている糸絵の写真を表紙にしました。これは、糸絵作家の三角 千恵子先生によって作成された、「英国バークシャーブライトウォルトン大聖堂ステンドグラス」という作品です。2005 年ホスピス開設時に作者と親しくされていた患者様のご家族より当院に寄贈していただきました。刺繍で表現された大聖堂は10年以上たった今も色鮮やかで、近づいて見入ってしまう美しさです。さてもうすぐクリスマスです。冬支度は万全でしょうか？乾燥しやすいこの季節、体調管理に気を付けてクリスマスを迎えましょう。

U.K



編集・発行 広報委員会