



BベEテIルH通E信L

2019年9月号（第194号）

松山ベテル病院 松山市祝谷6丁目1229番地 TEL089-925-5000

ホームページ <http://www.bethel.or.jp/>



ベテル病院での緩和研修にて

8月1日～8月31日までホスピス病棟で研修されている森大晃先生に記事を寄せていただきました。

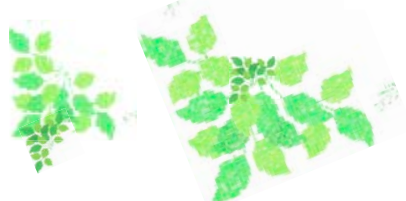
愛媛大学附属病院研修医の森と申します。8月から1ヶ月の間ベテル病院緩和ケア病棟で研修させていただいております。

以前研修していた病院でも終末期患者さまの緩和ケアを担当させていただく機会がありましたが、やはり薬剤の選択やご家族への接し方など選択に迷うことも多く、患者さまの希望に沿った緩和ケアをできなかったのではないかと悔悟の念がありました。

そのため今回のベテル病院での研修では緩和ケアにおける基本を学び、患者さまに還元していきたいという思いで勉強させていただいております。

研修が始まってから一週間で過ぎたばかりですが、1から10まで一般病棟と違うことばかりで驚いています。最も印象的だったのは、患者さまの希望に沿った緩和ケアを行うという目標のために、医師や看護師だけでなくPT・OTや栄養士さん、そしてボランティアの方々も一丸となっている姿に感銘を受けました。自分や家族がもしも緩和ケアが必要な立場になった際には、是非ともベテル病院にお願いしたいと心から思える場所です。残る研修期間も少しでもベテル病院の緩和ケアに対する真摯な姿勢を学んでいきたいと思えます。

最後に、今回の研修でご指導いただいた皆様に深く感謝の念を申し上げます。本当にありがとうございました。



（愛媛大学附属病院 研修医 森 大晃）



中食 活用術

食生活のあり方～賢く食べるためのコツ～

・・・中食とは・・・

「なかしょく」または「ちゅうしょく」と呼ばれ「スーパーや総菜店、コンビニエンスストアなどで調理済みの総菜などを購入したり、宅配や出前など家庭外で調理されたものを購入して食べる食事」を意味します。

利用対象者も多岐にわたり、食事を作ることが困難な高齢者世帯や単身者、共働き世帯など利用率は年々増加傾向にあるようです。

メリット

- ・必要な分だけ購入できるため無駄がない。
- ・色々な食品、多種類の料理を偏りなく食べることができる。
- ・家事の負担を軽減できる。

デメリット

- ・同じような食材ばかり買うと栄養バランスが偏る。
- ・味の濃い料理が多く、塩分摂取量が多くなりやすい。



ポイント

- ・主食（米飯、麺、パン）、主菜（肉、魚、大豆製品、卵のおかず）、副菜（野菜を中心にしたおかず）をそろえる。
- ・揚げ物ばかりなど同じ料理を食べ続けしないで、いろいろな料理を組み合わせる。
- ・出来る時は手作りの料理を加えて薄味に仕上げるなど調整する。

1日3回の食事を過剰な負担で自炊にこだわり内容の良くない食事になるよりも、中食を上手に生活に取り入れてストレスを軽減し、バランスの良い食生活に近づけることも一案です。最近はエネルギー量や塩分量など栄養成分表示のあるものが増えているので、購入の際に参考にされてみてはいかがでしょうか。

外来診療日のお知らせ

◎ 豊田 泰孝 医師（精神科・心療内科）

9月11日（水）、9月25日（水）

◎ 多田 聡 医師（神経内科）

9月5日（木）、9月19日（木）



ぬの えりか

布 恵莉加

配属部署:3 階西病棟
職 種:看護師
出 身 地:松山市
星 座:さそり座
趣 味:音楽・ライブ
好きな物:なし
尊敬する人:母
好きな言葉:なし
抱 負:早く慣れるように頑張ります。



わたなべ まさし

渡部 正士

配属部署:2 階西病棟
職 種:看護師
出 身 地:松山市
星 座:うお座
趣 味:映画鑑賞
好きな物:サッカー・犬
尊敬する人:父親
好きな言葉:水平思考
抱 負:早く仕事を覚えて戦力になれるように頑張ります。



ベ
テ
ル
句
会

雨水で

家庭菜園

ミニトマト

（節子）

鉢目高

ヒ孫孫に子

親四匹

（平岡 恵風）

なつの日に

あめがふたら

にじがでた

（のざわいさは）



投句箱は受付・各病棟・5 階リハビリ室に設置しています。皆様のご投句をお待ちしております。
『ベテル通信』についてのご意見やご要望をお待ちしております。

発行日 2019 年 8 月 23 日