

Bベテル通信

2017年7月号（第168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/>



ベテル病院での研修にて

※6月1日～6月30日までホスピス病棟で
研修されている大木悠司先生に記事を
寄せていただきました。

普段は松山赤十字病院で研修医として勤務をしています大木と申します。今回6月1日から1カ月間、緩和ケア病棟を中心に研修をさせていただいております。研修の一環で外病院を選択する際に、普段の急性期病院での研修ではあまり対応することの出来ない緩和ケア医療を学びたくベテル病院を選択しました。

日頃の研修でも終末期の患者様を担当させていただくことがありますが、その数は少なく患者様の希望に十分に添えているか疑問に感じる事もありました。

ベテル病院での研修が始まり、朝のカンファレンスでは患者様が今どう感じて、何を不安に思っているかや家族背景についてスタッフ全員で共有されていたのが印象的でした。

ベテル病院での研修以前は、緩和ケア病棟に入院される患者様はご自身の今後について受け入れられていると思っていましたが、全員がそうではなく、受け入れられていない患者様もいることに気づきました。本人様、ご家族が先の未来を受け入れ、旅立たれた後の準備を進めている患者様やご自分からは先の未来について語ろうとされない患者様、緩和病棟に来られたばかりで、入院したことを不本意に思われている患者様など、病状の認識や受け入れは十人十色でした。

それでも「胸の苦しさをとって欲しい」、「痛みをどうにかして欲しい」、「食べる元気がなくなってしまった」など、どの方もそれぞれの要望をお持ちで、それに対して病棟のスタッフの方々が多方面から関わり、患者様がその人らしく過ごせるようサポートされている現場を肌で感じる事が出来ました。

ベテル病院での研修では患者様と向き合う時間をたくさん作れたと思います。最期の時まで自分らしく迎えようとされる患者様を目の当たりにして深く感動し、そのサポートをご家族や病棟スタッフ、ボランティアの方々が誠意をもってされている姿に感銘を受けました。もし家族や自分に緩和ケアが必要になった際は是非ベテル病院にお願いしたいと本当に思える場所でした。

最後に、関わっていただいた患者様、スタッフの方々に深く感謝を申し上げます。ありがとうございました。

（松山赤十字病院 研修医 大木 悠司）



旬の食材を使った さっぱりサラダ



梅雨も明け、暑い夏がやってきます。暑さのせいで体もだるく、食欲低下が起こりやすい時期でもあります。暑いとたくさん汗をかきますが、実はその汗によってビタミンやミネラルなども失われてしまいます。

食欲がないからといって簡単な食事で済ませているとビタミン類はさらに不足し疲れの原因になってしまいます。

夏が旬！おすすめ食材は枝豆



枝豆はたんぱく質、ビタミン B1、ビタミン B2、ビタミン A、ビタミン C 食物繊維等、栄養素が豊富に含まれています。ビタミン B1 は特に重要で糖質の代謝に作用し、エネルギーへと変えてくれる働きがあります。

またビタミン C は「暑さ」等からくるストレスを緩和させ、身体に疲れが溜まりにくくする効果があります。もちろん、疲労回復には「体を作る材料」となるたんぱく質も欠かせません。

今回はそんな夏にピッタリな食材、枝豆をさっぱりと食べられる簡単レシピです。

材料（2～3人分）

- ☆枝豆・・・200～300g
- ☆きゅうり・・・1本
- ☆ミニトマト・・・6個～10個
- ☆ベビーチーズ・・・4～6個
- ☆ドレッシング（なんでもOK）・・・適量



1. 枝豆は水洗いした後、キッチンバサミで両端を切り落とす。塩もみをし沸騰したお湯で4～5分茹でる。茹で上がったらさやから豆を取り出し冷ましておく。
2. きゅうり・トマト・ベビーチーズはコロコロとサイコロ状に切っておく。
3. 冷ました枝豆とサイコロ状に切った材料をドレッシングで和えて・・・出来上がり！
※お好みでチーズの代わりに茹でた鶏ささみ・卵・ハムなどを使ってもOK！

枝豆の他にも、ビタミン B1 は豚肉・うなぎ・大豆製品等に多く含まれています。ビタミン B1 は糖質からエネルギーを作る際に必要な栄養素なので、エネルギー源となる糖質（ごはん・パン・麺など）と一緒に摂ることがポイントです。ぜひ今一度食事を見直し、暑さに負けない、楽しい夏を過ごしましょう！

（管理栄養士 横井 佑理）

外来からのお知らせ

◎ 7月の豊田 泰孝 医師（精神科・心療内科）外来診療日のお知らせ
7月5日（水）、7月19日（水）

◎ 7月の休診（6月22日現在）

7月20日（木） 外科 山本 祐司 医師

新人紹介

てじま としお
手嶋 淑雄 経営企画部長



配属部署：法人事務局 経営企画部
職 種：事務
出身地：静岡県浜松市
星 座：おひつじ座
趣 味：ランニング・スキューバダイビング
スポーツ観戦
好きな物：シュークリーム
尊敬する人：兄
好きな言葉：いつも自分らしく
抱 負：みなさんと一緒に聖愛会全体を盛りたてていきたいと思っています。
よろしく願います。

～花の日～



コイノニア幼稚園の
子供達がお花を持って病棟
に来て下さいました。
(2017.6.6)

ベテル旬会

伊台山

少ない日々の

梅雨の入り

(門田 節子)

朝風に

みかんの花の

香り立つ

(河田 和子)

天気予報

明日もかわらぬ

梅雨早

(小池 正美)

戸締りの

安堵に仰ぐ

月涼し

(清水 スマ子)

母の日に

素直に言えぬ

ありがとう

(向井 ツマ子)

小雨降る

牡丹一花

傘さして

(渡部 俊一)

【お詫びと訂正】

六月号の平岡恵風様の俳句のお名前が間違っておりましてのでお詫びして訂正致します。

× 干さないで お寝小便布団

五月晴れ
(渡部 俊一)

○ 干さないで お寝小便布団

五月晴れ
(平岡 恵風)



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 2017年6月23日