



BETHEL 通信

2022年7月号（第228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 <https://www.bethel.or.jp/>

「ウクライナに平和が戻り きれいな花がさきますように」

ベテル病院4階のテラスでは、たくさんの花が私たちの心を和ませてくれます。夏にはヒマワリ、秋にはコスモス、冬にはビオラ、春は矢車草等々。ボランティアさんが毎日、管理をしてくださっているので、時が来れば一斉に花が咲き始めます。暑い夏の水遣り、花が枯れた後の土の再生、草抜き、重いプランターの移動など、大変な作業を黙々としてくださいます。患者さまもここで季節の移り変わりを感じながら、ゆっくりとした時間を過ごされています。

数年前から私は、高校時代の同級生7、8人とネットでの『連歌の会』に参加しています。誰かが「5・7・5」を詠んで、次の人が「7・7」と続き、その次がまた「5・7・5」と次々に続けます。私を含めて誰も俳句や短歌の素養は持ち合わせていないのですが、安否確認と近況報告のようなものです。最近の話題は、やはりウクライナのことが中心です。先日、私の順番が回ってきたときに詠んだのは『いくさ場に 鳥は歌わず 花咲かぬ』 注釈として『病院の裏山のうぐいすの鳴き声が上手になり、テラスの花も一斉に咲きだしました。スペインの内戦時、チェロ奏者カザルスは、カタルーニャの鳥は、ピースピースと鳴くと言い、平和を願って「鳥の歌」を演奏したと聞きました。ヨーロッパはこれから美しい季節になりますが、ウクライナの戦場では、鳥は鳴かず花が咲くこともないのでしょうか。毎日のニュースに心が痛みます』と書きました。かの地に、1日も早く平穏な日々が来ますようにと祈っています。



4階のテラスに
咲く季節の花々

(ボランティアコーディネーター 森菊子)



昨日の夕食は何を食べましたか？

コロナ感染症陽性と診断されると状況から濃厚接触者を決め、コロナが拡がらないようにしています。発症前2日間の誰とどれくらいの時間、互いの距離、マスクの有無、環境等を明らかにした後、最終的に濃厚接触者の判断がなされます。皆さんは2日前に誰と会ったのかを自信をもって答えることができますか？私は、概ね一定の行動範囲ですから答えることができそうです。一方、妻から“今日、何食いたい？”と聞かれることがあります。そうした時、昨日は、一昨日は、何食べたかと話題になりますが、食事の内容をなかなか思い出すことができません。人の記憶の不確かさを感じます。ですから、2日前から誰と会ったのかの記憶は、実際は曖昧なことが多いと思います。それで、私は、脳トレとして、“昨日の夕食何を食べたのか”を記録するようにしました。そうすると、数日経過していても思い出すこともあれば、昨夜のことも覚えていないことがありました。一生懸命に思い出そうとするのですが、食事だけ真っ白で思い出せません。それが突然思い出されることがあります。食事のことだけを考えるだけでは思い出すことができず、夕食時の様子をいろいろ思い出していると、ふと食事の内容が思い出されます。夕食時の様子、例えばどのような話をしていたかを思い出せたならこちらのものです。昨日何を食べたのかを思い出せなかったのが、日々夕食に何を食べたかを意識することで覚えていることができるようになりました。

認知機能の評価のための検査の一つとして長谷川式簡易知能評価スケールというテストがあります。今日の日付や居場所、数字の復唱、数字の順番を反転させる、思いつく野菜を言ってもらい点数で評価をします。試験となれば緊張されますが、多くの方の認知機能进行评估することができます。認知症の予防対策として、普段から意識することが大切です。年齢とともに漠然と見聞きし確実に認識できていないことで記憶されていないことが増えます。若い時には、一度で完璧に覚えることができたのにという方も多いと思います。今この時をしっかりと認識することができないことで、あいまいな記憶となります。今を確実に認識することがしっかりした記憶となり、記憶したことを思い出すことで記憶として定着します。読者の皆様も、脳トレとして昨日の夕食に何を食べたかを思い出してみたいかがでしょうか。

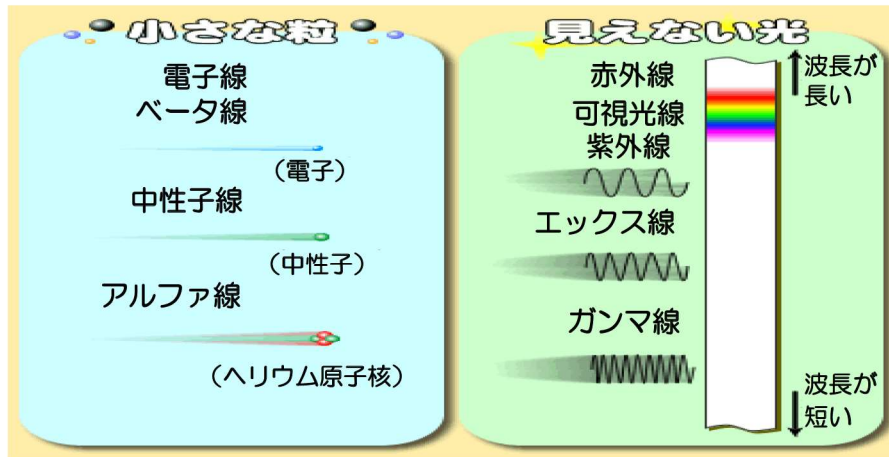
今月号で担当期間を終了します。またの機会を楽しみにしております。



(ホスピス医長 坪田 信三)

放射線の正体は！？

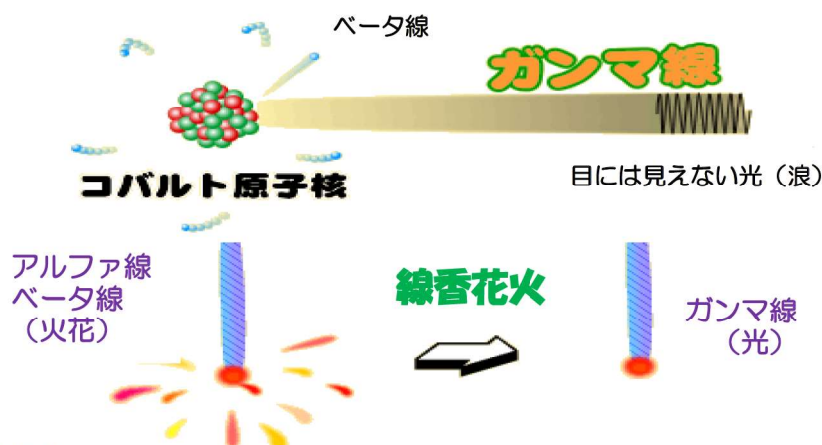
放射線には様々な種類がありますが、大別すると、速く飛んでいる小さな粒、および波長の短い見えない光の2種類に分けられます。



・X(エックス)線…紫外線よりも波長の短い(10nm から 0.01nm 程度)光の放射線です。エックス線は、電子線を金属などの物質に衝突させた時に発生。電子のスピードをより速くすると、ガンマ線より波長の短いエックス線も発生。

このエックス線を医療に利用することで私たちは測り知れない恩恵をうけてきました。エックス線のことを発見者に敬意を表してレントゲン線と呼ぶこともあったため、今でも“レントゲン写真”“レントゲンを撮る”などとも言います。

・γ(ガンマ)線…原子核から飛び出した光。放射性物質の原子核からアルファ線やベータ線が飛び出した後の原子核に残されたエネルギーが、光として放出されたものがガンマ線。



放射線と線香花火

火花がアルファ線やベータ線に相当

最後の火の玉から出ている

赤い光(や赤外線)が、ガンマ線に相当

次回に続く…

※掲載資料 (公益社団法人放射線影響研究所 日米共同研究機関HPより抜粋)

(放射線技師 井上 翔)

外来診療日のお知らせ

◎豊田 泰孝 医師（精神科・心療内科）

7月13日（水）、7月27日（水）

◎多田 聡 医師（神経内科）

7月7日（木）、7月25日（月）

◎吉田 暉 医師（神経内科）

7月14日（木）、7月28日（木）



祝♡創立40周年

2022年は松山ベテル病院の創立40周年！
皆さまに支えられての40年。
病院スタッフ一同、心から感謝申し上げます。
ベテル病院をもっと知って頂くために、
突然ですが、クイズを出題します！

『ベテル病院』の名前の由来とは？

- ① 響きが良いから
- ② 旧約聖書の『神の家』から
- ③ ベテルさんが建てたから

答えは次回の掲載までお楽しみに♪

おおにし たてき
大西 建樹



配属部署：施設管理課

職 種：運転手

抱 負：これまでの経験を活かして皆様の役に立てるように頑張ります。

ベ
テ
ル
句
会

月見草

日登るまでの

美しさ

（四季）

藤房の

揺るる下ゆく

車椅子

（河田 和子）

備え来し

俳句書き上ぐ

君のホホ

（平岡 恵風）

投句箱は受付・各病棟に設置しています。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はご意見箱へお願いします。

掲載中の写真についてはご本人様、ご家族様の許可を得ています。

発行日 2022年6月23日