

02 | 医学ひとくちコラム 「緩和ケア」と「人生の終焉」

06 | 穀菜食レシピ かぶのおろしあえ

2023 秋 / VOL. 86

# かけはし

*To make man whole through Christ's love*

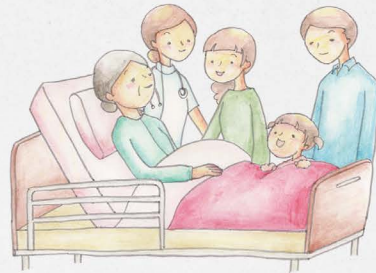
こころとからだのいやしのために キリストの心でひとりひとりに仕えます

## 「緩和ケア」と「人生の終焉」

医療の本質とは、早期に「病」を発見し、最適な医療を提供し治癒を目指す事ですが、残念ながら治すことの出来ない「病」があり、人には「寿命」という生まれながらに定まった賞味期限も存在します。高齢化が進む我が国では、

2030年には年間死亡者数160万人を超える多死社会が迫っており、その約半数が治すことが出来ない「癌」と言う病で人生の終焉を迎える事になります。では、「人生の終焉」とは、如何なる事を意味するのでしょう？ 「終焉」とは、それ以上先が無く進展もしない状態まで行き着く事を意味します。しかし、人生に於ける終焉には、その極まった突き当たりまでに、必ずや其処へ至る様々な道筋があり、その道筋を穏やかに登り切る為に、共に歩む手助けが

必要となります。



当院の緩和ケア内科では「悪性疾患終末期」患者さまのご紹介を受けており、多くの方が「緩和ケア」とは「癌の終末期ケア」と理解しています。残念ながら当科でも悪性疾患終末期患者さまの受け入れしかできていませんが、世界的には「緩和ケア」の対象は「生命を脅かす全ての疾患」が対象であり、人生の終焉までの道筋を共に歩み、その頂まで登り切る手助けこそが「緩和ケア」の本質です。

ここ数年当科へは、高齢者悪性疾患終末期の方のご紹介

 診察のご予約はこちら

+病院・教会通りクリニック  
☎ 0570-02-1489 (ナビダイヤル)

+めぐみクリニック (不妊治療専門)  
☎ 03-5335-6401

+健診センター  
☎ 0570-02-8079 (ナビダイヤル)

+歯科  
☎ 03-3392-8281 (ハニワイヤー)

●医療社会相談窓口  
☎ 03-3392-6151 (代表)

●地域医療連携室  
☎ 03-3392-6151 (代表)

●在宅ケアセンター  
+訪問看護ステーション  
☎ 03-3220-0550 (直通)  
+訪問介護ステーション  
☎ 03-3392-6360 (直通)  
+指定居宅介護支援事業所  
☎ 03-3220-0547 (直通)



が圧倒的に増えていきます。年齢的な要因や様々な既往疾患の為に癌発見後そのまま緩和ケア内科へご紹介となる方や認知機能障害で自身の身体的な変化や病名を理解できない方も多く、2人に1人が「癌」という病で人生の終焉を迎える事になり、「癌」と己の「寿命」とを明確に区別する事が難しい状況に多く遭遇します。多死社会を迎えるに当たりお伝えしたい事は、人生の終焉への道筋を感じる様になったら、若しくは、道筋を描く必要を感じたら、その道を共に歩んでくれる人達に、自ら歩んでいきたい道筋を伝え、相談し、互いの理解を深めて欲しいのです。残念ながら多

くの場合、悪性疾患終末期の道筋は想像以上に早く、その頂は急に近づいてきます。繰り返しになりますが、「緩和ケア」とは「人生の終焉」への様々な道筋に、手を添え、理解を深め、想いを共有し、お助けするのが努めであり、治すことが出来ない病に遭遇しお困りの際は、当院緩和ケア内科まで遠慮なくご相談ください。



緩和ケア内科医師  
おざわ まさなる  
小澤 政成

- ① 出身地：神奈川県横浜市
- ② 趣味：日記をつけること
- ③ 小学校の時得意だった科目：体育
- ④ 医師になったきっかけ：

高校生の頃に手術のため入院し、痛みを和らげる仕事に就きたいと思ったため医師を目指しました。

- ⑤ 患者さまへの一言：

患者さまとご家族が穏やかに過ごせるお時間を作ることができるよう、辛い症状を緩和したいと思っております。よろしくお願ひします。

## 新任常勤医師の紹介



緩和ケア内科医師 あらい しょうこ  
**荒井 祥子**

## 院内レポート

昨年引き続き！  
健康優良企業  
「銀」認定を取得しました



HPH（健康増進活動拠点病院）である当院は、患者さまに健康を提供するだけでなく、職員の健康づくりにも力を注いでいます。東京都医業健康保険組合において「健康企業宣言」をした当院は、職場の健康づくりと環境整備をテーマにしたSTEP1のチェック項目をクリアし、昨年引き続き、健康優良企業

「銀」認定を取得しました。健康優良企業「銀」認定を取得し、そのロゴマークの使用が許可されたので、当院のちらし、ポスター、ホームページなどにロゴマークを掲載しています。これにより、当院が健康優良企業であることを認識することができます。当院では、職員の健康づくりのためにさまざまな取り組みを行っています。職員食は創立時からベジタリアン食であり、予防医療に力を入れています。さらに、ウォーキングキャンペーンへの参加を呼びかけたり、メンタルヘルスの相談窓口を設け、勉強会などのメンタル



ヘルスケア予防の取り組みも行っています。また、40歳以上の職員の健診受診率は100%であり、健診結果に基づいて再検査が必要な人には2次予防・3次予防のための受診を勧めています。引き続き、当院は患者さま、地域の方々、職員の健康づくりと健康な街づくりに貢献するため、努力を惜しまない所存です。

なかもと けいこ  
健康教育科長 仲本 桂子

## 東京衛生アドベンチスト 病院便り

副院長兼看護部長  
三育学院大学看護学部学部長

ひらのみりか  
平野 美理香

東京衛生アドベンチスト病院の敷地には、系列の三育学院大学看護学部があり、毎年約15名が新人看護師として当院へ入職します。

三育学院大学看護学部は、全人的回復を目指す看護（ホリスティック・ナーシングケア）を理念として、神と人々に仕える看護職の育成を行っています。

ホリスティック・ナーシングケアとは、患者さまの身体、心理、社会、霊的（スピリチュアル）の各側面を統合し、それぞれの健康の回復に向けて行う看護です。4つの側面の中でも、



看護職による心の癒しを最も必要としているのは、スピリチュアルな面です。学生は、ス

ピリチュアルケアの授業において概念を学び、主な実習病院である東京衛生アドベンチスト病院で実習を行います。特に緩和ケア病棟実習では、患者さまのスピリチュアルな側面に触れる経験をしています。実習では、患者さまから励まされることもあり「あなたと話してよい時間だった」との言葉が力となり、看護を選んで良かったと実感した学生もいます。その他にも分娩室、新生児室、産科病棟、小児科病棟、成人病棟などでの実習を通して看護の学びを深めています。これからも、病院と大学が連携し、患者さまに心から寄り添える看護職の育成を目指していきます。どうぞ今後ともよろしくお願い致します。



## 野菜本来の甘みを味わえる

### かぶのおろしあえ

「おろしあえ」といえば、大根を思い浮かべる方が多いと思いますが、今回は「かぶ」を使ってみました。かぶには、むくみ解消に役立つカリウムや酸化作用のあるビタミンAやC、食物繊維が多く含まれています。皮ごとおろすことでビタミンCをそのまま無駄なく摂取することができます。葉の方に多いビタミンAが粘膜に働きかけ細菌から体を守ってくれます。また、日本人に不足しがちなカルシウムも多く含まれ、この1品で牛乳200CCの約2/3量を摂取することができます。甘みの強くなるこの時期、いつもと違う生のかぶをぜひ召し上がってみてください。

管理栄養士 大磯 恵子

肉もお魚も使わない  
ヘルシー料理



穀菜食レシピ

#### 材料 4人分

かぶ(根の部分) …… 200g  
※葉も使用  
油揚げ …… 1枚  
えのきたけ …… 1袋  
しめじ …… 1パック  
生なめこ …… 1袋  
※好みのきのこ類を  
使用

酢 …… 大さじ1と1/3  
薄口醤油 …… 大さじ1

[栄養価] 1人分  
エネルギー：88kcal  
たんぱく質：6.3g  
脂質：4.6g  
炭水化物：8.2g  
塩分：0.8g  
食物繊維：4.3g  
カリウム：525mg  
カルシウム：178mg  
ビタミンA：115μgRAE  
ビタミンC：51mg

- 1 かぶはよく洗い、根の部分は皮のままおろし、葉は茹でて1～2cmの長さに切る。
- 2 油揚げは両面を焼き、短冊に切る。
- 3 えのきたけは石づきを取り、半分の長さに切る。しめじも石づきの部分を取ってからほぐす。なめこは、さっと水で洗う。
- 4 鍋に3を入れ乾煎りし、分量の醤油の半量程度で味付けする。出来上がったら、その中に2の油揚げも一緒に入れておく。
- 5 4が冷めたら1のかぶと和え、酢、残りの醤油で味付けし、器に盛る。

## 変わらない方

父には移り変わりや、  
移り行く影はありません。

ヤコブの手紙1章17節

(新改訳第3版)

## チャプレン ノート

永田 英子

神はどのような方か、イ  
メージしてみたことがあると  
思います。けれども、そのイ  
メージは、例えば成長の過程  
で、あるいは人生に起こること  
や、状況に応じて、変化し  
ているのではないのでしょうか。

嬉しいことがあると優しい  
親のような神であり、願いが  
叶わないと冷徹な神に、悲惨  
な戦争や災害のことを考える  
と無能な神に、不当な扱いを  
受けていると思う時は暴君に  
変わり、孤独を感じる時は、  
遠くの無関心な傍観者に。あ  
るいは、初めからイメージす  
らないと応える方もいるで  
しょう。

聖書は「神は愛です」と宣  
言します。そしてそれに加え  
て神は「変わらない方」だと  
私たちに何か起こっていても、  
世の中がどのようなであったと  
しても、その事実は少しも変  
わらないというのです。

私たちに嫌われても、軽蔑  
されても、要らないと言われ  
ても、この方は「あなたを愛  
する」と言って変わりません。  
それを信じた多くの人がその  
中に力を得てきました。これ  
は理解を超えています。寄  
りかかってよい事実です。

妊婦さんのお口の健康のお話しもします

## 子育て学級（幼児クラス）

【1歳～未就学児】

オンラインミーティング形式

### \*対象者

妊婦、未就学児の保護者

### \*日時・内容

11/28(火) 14:00～15:00

講義と質疑応答

- ・妊婦のお口の健康
- ・乳幼児のお口の健康
- ・乳幼児の歯みがきデモンストレーション



費用：1,100円（税込）

### \*お問合せ・申込

健康教育科 03-3392-6151(代表)

平日 11:00～17:00

(金曜日 14:00 まで)

または kenkokyoiku@tokyoeisei.com

## 減量ステップアップ講座

ーさよなら脂肪ー

\*時間 13:30～15:30

\*日程 [冬季コース] 2024/2/19～3/25(月)

(2/19、2/26、3/4、3/11、

3/18、3/25)

費用：全6回分 40,700円(税込)

血液検査、活動量計、健康食品、  
物品などのお土産付き

\*お問合せ・申込 健康教育科

一人では続かなかった減量も  
仲間と一緒に楽しく！  
栄養士によるチェック、  
指導もあります！

Twitter



YouTube



facebook



Instagram



病院 HP



看護部ブログ



採用サイト



医療法人財団 アドベントスト会  
TOKYO ADVENTIST HOSPITAL  
東京衛生アドベントスト病院

〒167-8507 東京都杉並区天沼3-17-3

(代表電話) 病院 03-3392-6151  
教会週りクリニック 03-3392-6161

発行月 2023年10月 第86号 年4回

発行 広報委員会 表紙 字跡を伝える赤い花 © TAKAYA, Manabu

<https://www.tokyoeisei.com>