



# みなみやま

発行責任者 / 太田信吉 編集発行 / 愛知国際病院内・病院だより委員会  
〒470-0111 愛知県日進市米野木町南山 987-31 ☎(0561)73-7721

## 住宅型有料老人ホーム「カナン」

—— 2015年1月開設予定 ——

老人保健施設 事務長 大山英之

2015年1月に開設予定の医療法人財団愛泉会有料老人ホーム「カナン」の初めてのごあんないを、日進市の広報（9月号）に掲載させていただきました。

多くのみなさまからお問い合わせを頂き、期待の大きさに、身の引き締まる思いです。

国は、いわゆる団塊の世代が75歳以上となる2025年、要介護状態となっても住み慣れた地域で自分らしい暮らしを続けることができるよう、住まい、医療、介護、予防、生活支援が一体となって提供される、「地域包括ケアシステム」

の構築をすすめています。

わたしたち愛泉会も、地域包括システムへの取り組みについて検討を進め、今年4月、病院に地域医療連携室を開設いたしました。

地域のみなさまが、より良

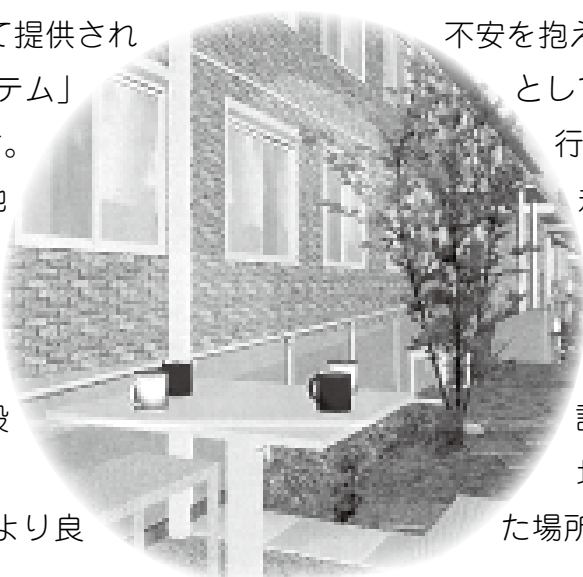
い医療サービスを受け、安心して療養生活が送れるように支えることがこの部署の役割です。

来年1月開設予定の有料老人ホーム「カナン」は、2階建て、全室個室の住宅型有料老人ホームです。米野木駅より北に徒歩約10分、公園から道一本隔てた場所で建設が進められています。

要介護認定を受けられた方、お一人暮らしで不安を抱えておられる方、自宅での介護に不安を抱えられている方を入居対象としています。定員は17名と行き届いた対応が可能な小規模施設です。

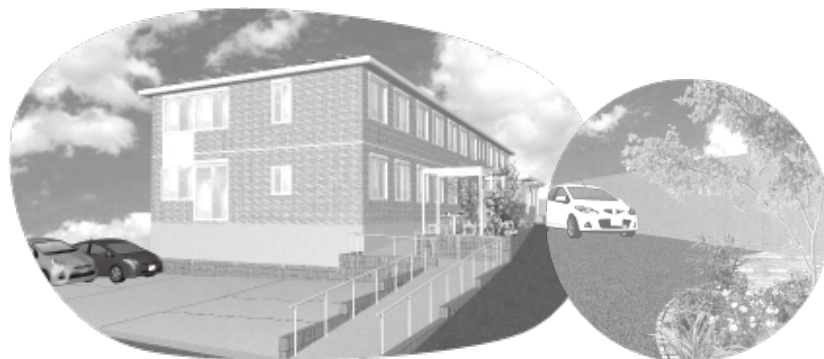
また、健康の維持、増進を目的に定員20名のデイサービスを1階に併設しています。

地域のみなさまが住み慣れた場所で、自分らしく安心して



生活を継続していただけるよう、愛知国際病院をはじめとする法人内各事業所を地域包括支援センターや居宅介護支援事業所等他機関との情報共有、連携を密にし、豊かで潤いのある生活を実現していきたいと思ひます。

地域のみなさまに愛され、支えていただける施設になるよう努めてまいります。



「カナン」ホームページ

<http://canaan.aisen-kai.jp>

(愛知国際病院のホームページからもご覧頂けます)



## NEO!! つぼ健康法 (4)

東洋医学科 鍼灸師 神谷陽歩

みなみやま読者のみなさまこんにちは。

前回のテーマ、イライラのつぼ健康法はいかがでしたか。私も2年続けて高校受験の息子を抱え夫婦ともにヤキモキした日々を送っております。

そんな時には、つぼを押さえる心の余裕を持ちたいと思う毎日です。

今回のつぼ健康法のテーマは、足腰の疲労・痛みです。

今年は8月中旬以降に雨が多く、ジリジリと暑い日が少なかったせいか例年に比べ早く秋が訪れた気がします。秋になるとハイキングなど外へ出かけたり、運動会に参加したりと外で身体を動かす機会が多くなりません

が。自然の空気に触れるすばらしさ、運動後の爽快さは他には変えられないものです。しかしながら、ついつい張り切りすぎて翌日に足腰の疲労や筋肉痛が出てしまっはせつかくの喜びも半減となってしまひます。

そんな時に足腰の疲労・痛みを取り除くつぼ健康法はいかがでしょう。

足腰の疲労・痛みのつぼ健康法は、腰椎棘突起の2番目と3番目、4番目と5番目の間から指2本外側の「腎愈」、大腸愈、膝の裏のくぼみの真ん中「委中」、ふくらはぎの中央の「承山」、足の裏で第2指と第3指の間の少しくぼんだところ「湧泉」を指圧しましょう。入浴や筋肉のストレッチと組み合わせるとさらに効果的です。

\*左右の腰骨を結んだ高さが腰椎の4番目と5番目の間ぐらいになります。



## 病院で行う検査紹介

### その1

副院長 河村 健雄

今回から、病院でよく行われるさまざまな検査について解説をしていこうと思います。

#### 便潜血反応

口から食道、胃、腸を経て肛門に至る食べ物の通り道（消化管と呼びます）のどこかで出血すると大便に血液が混じります。出血が多ければ便を見るだけで判断できます（黒ければ食道、胃、十二指腸からの出血を考えます。赤ければ大腸、肛門からの出血を考えます）。出血が微量の場合は肉眼ではわかりません。採取した便に試薬を混ぜ、その変化で血液の混入を判定するのが便潜血反応です。

従来は血液中のヘモグロビンを酵素の作用で発色させる化学的潜血反応が行われてきました。この方法では食事の動物の血液や緑黄色野菜の成分も反応し偽陽性を示すため食事制限が必要でした。最近ではヒトのヘモグロビンにだけ反応する免疫学的潜血反応が主に使用されています。ただ食道や胃からの微量な出血では陰性になる可能性もあるので下部消化管の出血の検出に向いています。特に

大腸がんのスクリーニング（ふるいわけ）検査として広く用いられています。

大腸がん検診では通常2回の便の潜血反応を調べ、1回でも陽性であれば要精密検査と判定しています。

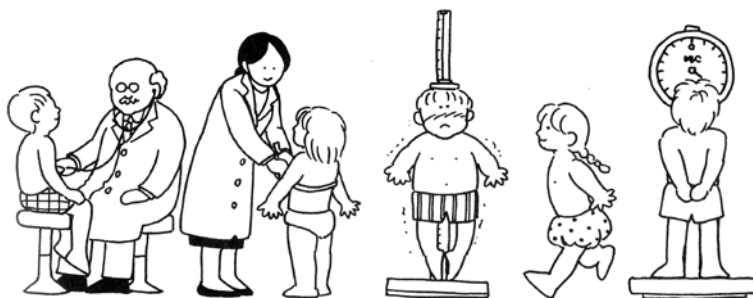
#### 異常があったらどうすればよいか？

便潜血陽性であれば消化管の潰瘍やポリープ、がんからの出血を疑います。ただし鼻血や歯茎の出血、痔などの影響で陽性となることもあります。

症状が無くても便潜血反応検査で大腸癌の早期発見につなげることができますので、陽性の場合は必ず医師の診察を受けていただくようお願いします。

#### 注意していただきたいこと

必ず説明書を読んでから採便してください。便をとりすぎると正しい検査結果ができません。採便後は冷暗所で保存し、早めに提出してください。



## 初穂の言いたい放題

小児科 井手 初穂

Boys, be ambitious! (少年よ、大志を抱け!) 日本人で、この言葉を知らない人が居るだろうと思うほど有名な言葉です。この言葉は、北海道大学の前身である、札幌農学校で教鞭をとっていたアメリカ人のクラーク博士が、学生達に残したメッセージの冒頭部分です。

先日テレビで、クラーク博士についての番組がありました。この言葉を知っていても、クラーク博士のことを詳しく知らない人は沢山います。私もそのひとりです。クラーク博士が北海道で教鞭をとっていたのはわずか8か月。しかし、その間にやんちゃな学生達を勉学する気持ちにして、学ぶ為の基礎を教えたのは、素晴らしいことです。同志社大学の創設者である新島襄が、アメリカの留学先でクラーク博士に出会ったことが来日のきっかけであったそうです。運命的な出会いでした。

札幌農学校の学生は、士族の次男坊三男坊が多く、そもそも農業がやりたくて入学したわけではなかったそうです。仕方なくやってきた彼らは、毎晩のようにお酒を飲んで荒れた生活をしていました。学校では、たくさんの厳しい規則を作ってみました、

## “少年よ、大志を抱け!”

全く効果がなかったそうです。しかし、クラーク博士の言ったたった一言が彼らの心を動かし変わっていったのです。

Be gentleman. (紳士的でありなさい)

敬虔なクリスチャンであるクラーク博士の毅然とした姿勢とまっすぐな心が伝わったから、規則でがんじがらめにしなくても、学生達は自主的に「紳士になろう」と心の底から思えたのではないのでしょうか。博士は、学生が禁酒するようにと自分も大好きなワインを絶ったそうです。

クラーク博士が日本に居たのは、彼が50才の時でした。今の私よりずっと若いときです。銅像からは、もっと高齢な印象があったので驚きました。当時の50才は寿命が伸びた現代で考えると70才位なのではないのでしょうか?

“Boys, be ambitious.”の後には続く言葉があります。

“Boys, be ambitious like this old man” 少年よ、この老人(クラーク博士)のように大志を抱きなさい。





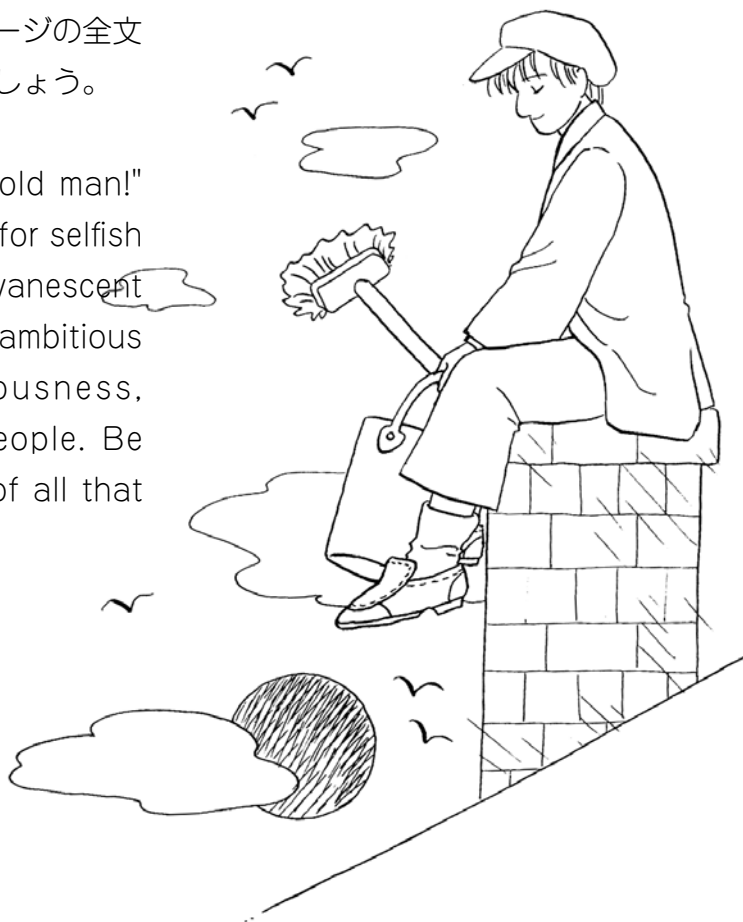
なんと素晴らしいことでしょう。年齢を重ねても大志を抱き、何かをやり遂げようとする気持ち。

これが、若者達の心を動かしたのです。年齢を重ねても、このような情熱を持ち続け、若者達に熱く語る人がいる事が、若者達を育てるのだと確信しました。

そんなおばあさんになれたらどんなに素敵だろうと思います。どうか、そんなおばあさんになれますようにという祈りを込めて、最後にクラーク博士が残したメッセージの全文と言われる文章をご紹介します。

"Boys, be ambitious like this old man!"  
Be ambitious not for money or for selfish aggrandizement, not for that evanescent thing which men call fame. Be ambitious for knowledge, for righteousness, and for the uplift of your people. Be ambitious for the attainment of all that a man ought to be.

青年よ、年寄りである私のように大志を抱け。金のためまたは利己的栄達のためにでもなく、人呼んで名誉と称する空しきもののためにでもない。知識に対して、正義に対して、かつ国民の向上のために大志を持て。人としてまさにかくあるべき全てのことを達成せんとするために大志を抱け。



### 賛助会員募集のお知らせ

愛知国際病院ホスピスでは、賛助会員を募集しています。アメニティーの充実（施設環境、造園、園芸）、ホスピスでの諸行事、ホスピス相談の充実、広報啓蒙活動、家族会の開催、ボランティアの活動、教育活動のために是非ご協力をお願いいたします。（ご入会いただいた方には年4回の「みなみやま」をお送りいたします。）

入会  
方法

下記の口座に会費をお振り込み下さい。

郵便振替口座 00890-5-3757

口座名義 愛知国際病院ホスピス賛助会

一口 1000 円（おいくらでも結構ですが、できたら5口以上をお願いいたします。）

## チャブレン中井の日々雑感 (14)

チャブレン 中井 珠 恵

もう何年も前のことになります。ある日スーパーマーケットでばったりと患者さんの奥さまにお出会いしました。患者さんはその半年前に亡くなられ、奥さまにお目にかかったのはその時以来でした。外見は変わらない様子でしたが、実情はそうではないようでした。

「もう半年も経つのに主人の服や書斎のメモまでそのままなの。娘に『整理したほうが気持ちも整理できるから』って言われたの。だけど手がつけられなくてね」と、おっしゃいました。

大切な方を看取った後、なかなかその方のものの整理をできないとおっしゃる方は決して少なくないようです。その奥さまは、続けてこうおっしゃいました。

「庭にね、植木鉢を置く棚があるのよ。ずいぶんさびてしまって、それも新しいのに買い換えたらいいいんだけど、主人が『お前は背が高くないから2段くらいがいいだろう』って言って組み立ててくれたのを思い出しちゃって、それも処分できないの」。

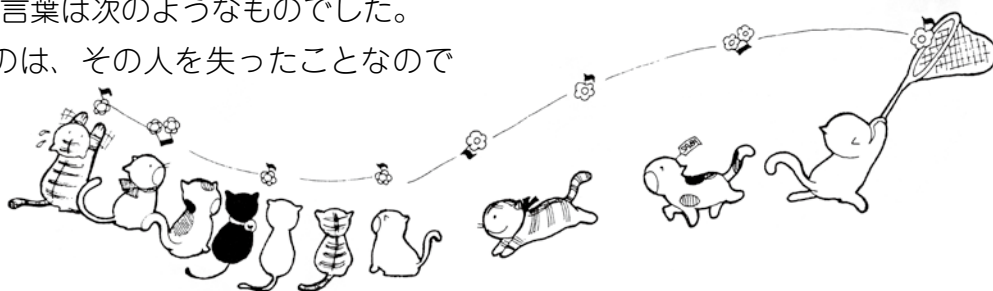
このような奥さまのお話を伺っていて、グリーンカウンセラーのリンダ・エスピーさんの言葉を思い出しました。ちなみにグリーンというのは、英語で「(死別をふくむ)喪失の悲しみ」を意味しています。リンダ・エスピーさんの言葉は次のようなものでした。

「悲しいのは、その人を失ったことなので

はなく、その人との関係を失ったことなのです」。

「……その人との関係を失うことなのです」という言葉と、奥さまのお話が重なりました。奥さまが処分できないとおっしゃった植木鉢用の棚は、おそらくどこのホームセンターでも売っているスチール棚だったのだと思います。しかしそれには、花の好きな奥さまのためにご主人が組み立てた一生懸命な思いや、奥さまがけがをしないように気づかうご主人の優しさが込められているのでした。またご主人は、お薬の時間や訪問者の名前など何でもメモをとって、面会に来る奥さまに丁寧に報告されていました。書斎のメモもご夫婦の何気ない会話を思い出させるものだったのだろうと思います。

それまで言葉や思いをやりとりしていた方がおられなくなって、その言葉や思いを直接やりとりできなくなるのは本当に辛く悲しいことです。しかしその方がおられなくなった後も、その方の言葉や思いはここに残るのだということもまた本当なのだ気づかされます。言葉や思いを思い出すときにあらわれる悲しみが薄れていくには、時間がかかるのだと思います。ゆっくり薄れていくのを待つ必要があるようです。



## 愛泉館からのお知らせ

芸術の秋、行楽の秋です。

愛泉館では今年も秋の行事を開催します！

### 10月秋の遠足…毎週水曜日…

入所中のゲストのみなさまを秋の遠足へのご案内いたします。行き先はグループごとに愛知牧場や刈谷ハイウェイオアシス、名古屋港水族館など様々。また、体調やご希望に合わせて愛知池周辺の「ドライブコース」や回転ずし、喫茶店への「食欲の秋コース」もあります！秋空の下で楽しい一日を過ごします。

## 紫苑からのお知らせ

ボランティアコーディネーター 高田清子

ホスピスでは平日の午後のラウンジで、患者さんやご家族が気軽に参加していただけるレクリエーションを行なっています。

月曜の「絵手紙と音楽」と水曜の音楽療法士による「ミニコンサート」は午後の行事としてすっかり定着していますが、最近では火曜日の「押し花」も定期的に行なうようになり、患者さんばかりでなくご家族やお見舞いの方も参加されて、しおりやコースターを楽しく作っています。またその他の曜日も、パ

### 11月文化祭週間…11月17日～22日…

音楽療法スタッフによる演奏会、ゲストのみなさまが練習の成果を発揮される詩吟発表会、地域のボランティアグループの皆さんによるコンサートなどの芸術プログラムが1週間に渡り毎日繰り広げられます。また期間中はゲストのみなさまが作成された素晴らしい作品の数々を館内に展示いたします。

愛泉館では、季節の行事やプログラムを開催しています。また、支えてくださるボランティアさんも募集しております。

お問い合わせ

老人保健施設愛泉館 0561-74-1711

ボランティアコーディネーター 浅井真希



ッチワーク・帽子のマグネット作り・折り紙・囲碁将棋など、曜日毎に気軽に楽しくできるものを考えて、ボランティアの人数がそろって、可能な日に行なっています。

このような活動のお誘いや、お部屋からラウンジまでの移動などはナースが協力してくれています。スタッフの理解と協力があってこそ、このような行事も成り立っていることに感謝しつつ、日々の活動を続けていきたいと思っています。

## AHIからのお知らせ

### 「想い」を伝える 遺言書の書き方 講座

自分の「最期」をどう迎えるか。それは年齢に関係なく、すべての人にとって大きな課題です。その時のために、心の準備もしたいし、残していくものをどうするかも考えたい。できれば大切な人たちに「ありがとう」の言葉や、心からのメッセージも伝えられたら…。

「遺言書」を書くことは、自分の人生を振り返り、この社会の中での自分を考えることでもあります。

講師の平良一器（たいらかずき）さんは、元 AHI 職員で、今は司法書士として活躍中です。やさしい言葉で、「遺言書」の考え方や書き方をわかりやすく教えてもらいます。

日 時 : 2014年11月15日(土) 10時~12時  
場 所 : アジア保健研修所(AHI)  
日進市米野木町南山 987-30 (愛知国際病院となり)  
講 師 : 平良 一器 (司法書士)  
主催・申込: アジア保健研修所 (担当:羽佐田)  
電話: 0561-73-1950 E-mail: info@ahi-japan.jp  
参加費 : 無 料 (定員 20 名、予約をお願いします)  
前回好評につき、再度の開催です。お待たせしました。



### —— 相続登記無料相談会 —— のお知らせ

日 時 : 2014年11月29日(土) 10時~12時 (ひと組30分・計4組)  
(基本的な内容に関する相談会となります)  
場 所 : アジア保健研修所 (事前予約をお願いします。0561-73-1950)

- ・今年が短かったような気がします。  
梅雨のような雨が続き、急に朝晩が冷え込むようになりました。
- ・御嶽山が噴火し、多くの方が亡くなったり、大けがをされました。  
自然の前に、私たちの無力さを痛感します。

これまでお寄せ頂いているご意見・ご感想、大変感謝致しております。今後ともよろしく願い申し上げます。

宛先は

〒470-0111 愛知県日進市米野木町南山 987-31 愛知国際病院内「みなみやま」編集部  
電子メールの場合、アドレスは m.kondo@aissen-kai.jp です。お待ちいたしております。

編集長 近藤正嗣