



# 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

明けましておめでとうございます。

本年もどうぞよろしくお願い致します

職員一同

## チャプレン中井の日々雑感 (18)

チャプレン 中井 珠 恵

街はすっかりお正月の飾りとなっていますが、キリスト教会の暦では、1月6日までが、クリスマスです。この日は、顕現節（あるいは公現日）と呼ばれています。星をたよりに旅した東方の3人の博士が、ベツレヘムで生まれたイエス・キリストを拝みに来たことをお祝いします。この星は、ベツレヘムの星と言われ、クリスマスツリーのでっぺんに飾られます。もしかしたら近年では、クリスマスの飾りと言えばイルミネーションと思われる方も多いかもしれません。

クリスマスに光を用いるようになったのは、キリスト教がヨーロッパに伝わり、古来からヨーロッパで行っていた冬至のお祝いと結びついたからだと考えられます。冬至は、一年

で夜が一番長い日です。その日を境に、だんだんと光の射す時間が長くなり、春に近づく。「春に生きものが芽吹く」という希望と「救い主イエス・キリストが生まれた」という希望が結びつき、光が希望の象徴となりました。

こちらに勤めて間もない頃、こんなことがありました。ホスピスに入院中の患者さんがいらっしゃいました。その方には、友人がおられました。その友人は、ここからすぐ近くの南山教会の集いがあると、その後かならずその患者さんを見舞っておられました。お二人は、同年代のため、戦争時代や子育て時代の話をしたり、その友人も同じような病気に罹っておられたのでお互いの病気についてもよく話しておられたようです。お互いが励ま

し支えになっておられました。

ある朝、その患者さんのお部屋へ伺いました。少しお疲れ気味でしたので「いかがなさいましたか」と、尋ねると「昨日、夜中に目が覚めてしまって」と、おっしゃいました。そして「息もちょっと苦しくなって。真っ暗でしょ。わたし、ひとりぼっちだと思ってとても恐かった」と。しかしこう続けられました。「窓の外に教会の十字架が白く光っているのが見えたんです。あそこは夜になると電気がつくんですね。その光を見たら、お友だちのことを思い出して。あの方も今頃お家に

いらして、わたしと同じ病気だけど頑張ってるらっしゃると思ったら、急に安心して。その後看護師さんにお薬をお願いしました」。患者さんは、柔らかな笑顔になっておられました。光とは、不安や絶望の中でひとりではないことを知らせてくれる希望の光でもあるのだと教わったできごとでした。

新しい年がみなさまにとって希望に満ちたものとなりますよう心よりお祈りいたしております。



## NEO!! つぼ健康法 (9)

東洋医学科 鍼灸師 神谷陽歩

みなみやま読者のみなさま、新年明けましておめでとうございます。

本年もつぼ健康法で心身ともに充実した1年になるようお役に立てればと思います。どうぞよろしくお祈りします。

前回のテーマ、胃腸のつぼ健康法はいかがでしたか。年末年始は、つつい暴飲暴食をしがちです。丈夫な胃腸は健康の源、つぼ健康法で疲れた胃腸を労わって下さい。

今回のテーマは、受験生のつぼ健康法です。

ここ2年は高校受験を控えた子どもを持ち、親としてイライラとヒヤヒヤを感じる冬でしたが今年は少しのんびりできそうです。

例年、冬から春にかけては、新たな挑戦を始める方が多い時期です。また、この時期は、緊張の高まりや不安を感じながらの生活かと思えます。見守るご家族も同様でおちつかない季節です。

身体にとって適度な緊張は効果的ですが、過度の緊張はマイナスに働きます。受験生に

とって体調の管理は勉強と同じくらい大切なことと思われま。

そのためには免疫力を落とし風邪をひいたり胃腸をこわしたりしないように規則正しく生活をしましょう。次に、長時間勉強をしていると肩や腰に負担がかかり疲労が蓄積してしまいます。休憩時間に手足や肩、背中ストレッチを行い疲労を取り除きましょう。

受験本番に心臓がドキドキし過度の緊張が起こったときは、大きくゆっくり深呼吸をしながら手のひらの“労宮”を1回5秒で5回ほどゆっくり押さえてみましょう。

受験には今までやってきた自分を信じて、自信を持って臨んで下さい。春には満開の桜が咲くことを祈っております。

労宮 手のひらの中央でこぶしを握ったとき中指と薬指の先端の間

## 病院事務あれこれ②

### ～診療報酬改定～



総務課 太田 一 道

2015年もあっという間に終わってしまいました。これから年度末に向けて医療機関にとって重要な時期が始まります。なぜなら本年度末に診療報酬改定が控えているからです。今回はその診療報酬改定についてお話したいと思います。

みなさんが健康保険を利用して医療機関で治療を受けた場合その治療費は厚生労働大臣が定める「診療報酬」を基に計算されています。診療報酬は2年に1度改定が行われ、改定の内容は中央社会保険医療協議会(中医協)という有識者や病院側代表者などで構成された会議内で話し合われます。例年11月から12月ごろに改定の全体像(基本方針)の発表、1月から2月にかけて細かな内容の話し合い、3月上旬に厚生労働大臣により最終決定がなされるといったスケジュールで進行していきます。そして医療機関は次年度に向けて必要な人事やシステムなどの体制を整える必要があります。しかし3月の最終決定後に動き出したのでは次年度開始までに準備が間に合わないため、1月頃から医療機関向けの説明会や厚生労働省のホームページなどで情

報を収集し準備を進めていきます。

前回改定時は消費税増税に伴い主要な診療報酬が約3%上昇しました。具体例をあげると初診料が270点(2700円)から282点(2820円)に上昇しました。この時はこうした点数変更が多岐に渡っていたことから、当院の計算システムの点数情報を大幅に修正する必要がありました。仮に4月以降も初診料を270点で計算をした場合、健康保険組合からの支払いが行われられない可能性があります。このように1月から3月は医療機関にとってあわただしく非常に重要な時期です。

診療報酬改定は医療機関だけでなく、みなさんにお支払いただく医療費を決定するものですから、病院に来られる全ての方に関係があると言えます。またこれから高齢社会がピークを迎える予測がされていることから、診療報酬もそれに合わせて改定されていくことが政府によって示されています。つまり社会情勢と密接に関係があります。これから順次情報が発表されていきますので、どのような改定が行われるのかぜひご注目ください。





# 初穂の言いたい放題

「孫だ！まごまご！！」

小児科 井手 初穂

昨年の年の瀬に、長男のところに赤ちゃんが生まれました。そうなのです、孫が生まれたのです。一昨年に結婚した息子は、早く子どもが欲しいと言っていましたので、その時はすぐにやってくると思っていたのですが、本当にあっという間にその時を迎えました。

昨年の夏、二人が我が家にやってきて、唐突に腹部エコーのビデオをみせてくれました。私たちには、すぐにそれが胎児のエコーであることはわかりましたので、「おめでとう！」と言いつつ、自分が動揺しているのを感じました。あまりに唐突にエコーのビデオをみせられ、びっくりしたのが理由の80%だったのですが、実は20%には別の理由がありました。

その挙動不審な私の様子に、後で息子が電話してきて、「あまり嬉しそうでないねえ～」と鋭い一言が返ってきました。ぎくっ。本当に嬉しかったのですが、嬉しい気持ちと同時に、なんと、「嫌だ、まだ、おばあちゃんと呼ばれたくない」と叫んでいる自分がいたのです。

周りの先輩おばあちゃんの友人たちは、メロメロおばあちゃんばかり。みんな、孫に夢中です。きっとかわいいのだろうなと想像するのですが、近くにいないので、だんだん大きくなるお腹をみているわけでもないし、救急医の息子が送ってくるのは、エコー写真だけで、なんだか、味も素っ気も

ありません。

それでも、最新のエコーの画像は鮮明で、はっきりわかる顔を眺めているうちに、だんだんと実感が湧いてきました。まあ、エコー写真の赤ちゃんの顔を見て、おばあちゃんになることを実感するなんて、医療者にしかわからないことのようにも思い、笑えてしまいますが。でも、一番実感したのは、お嫁さんの大きなお腹の写真を見た時だと思いました。

あのお腹の中に孫がいる～！これが一番でした。妊婦さんは、大きくなるお腹を見せに両家にどしどしでかけるべきですね。無理ならば、せめてマタニティドレスの写真など写メしてはいかがかと。買ってあげると約束していたオーガニックコットンの肌着などを手に入れるために出

かけたり、リクエストのあったおくるみを用意したり、小児科医としておすすめの育児本を取り寄せたり。そういうことも、おばあちゃんになるための準備としては重要な過程なのだと思います。よくテレビドラマに出てくるベビー用品をどんどん送りつける迷惑なお姑さんの気持ちがものすごくわかるようになりました。もちろん、昔は全く理解できませんでした。

陣痛が始まったと連絡がきて、いつ会いに出かけられるかと手帳を覗き込んで日程調整していると、程なくして生まれたとの連絡。安堵と嬉しさで、我が家の空気が変わりました。会いに行けるようにと仕事もはかど



ります。忙しくて絶対と一緒にはいけないと思っていた新おじいちゃんの夫も、その日に出かけられるように、仕事のやりくりを始めました。夫のキーボードを叩く音がいつになく早く、急いで終わらせようとする気持ちが伝わってきます。孫誕生が、私たちを元気づけてくれました。

スマホに送られてくる孫の写真は、日に日に変化します。はやる気持ちを必死にこらえながら車を走らせること3時間。たどり着いた産院で初めて会った孫は、まだ本当に小さくて、泣き声もかわいらしくて、ほっぺはふわふわで。なにより、自分との血のつながりを感じるその顔に、胸がいっぱいになりました。

## 紫苑からのお知らせ

ボランティアコーディネーター 東のぞみ

2016年度のホスピスボランティア入門講座を実施します。当院ではボランティアグループ「紫苑（しおん）」のメンバー約50名が、ホスピスを中心に院内で活動しています。主な活動として、生花や園芸、患者さんのお茶入れ、洗濯、行事のサポートなどを日常的に行っています。特別な資格等を問うものではなく、家庭的な雰囲気です。患者さんの入院生活をサポートできれば、と願いつつ取り組んでいます。

入門講座では、このような「紫苑」の活動の様子をご紹介します。ボランティアとして入会を希望された方には、今年度の募集について説明をさせていただきます。活動に関心のある方は、どうぞお気軽にご参加ください。

た。両家のおじいちゃん、おばあちゃんの面影がそこかしこに。ここは誰に似ているなどと話して盛り上がり、だっこして盛り上がり、泣くを見て盛り上がり。母になったお嫁さんに感謝して、神様に感謝して、父になった息子の喜びを感じて。

我が子が生まれた時より嬉しそうな夫と、会ったばかりの孫の話で盛り上がりながら帰路につきました。また、すぐに会いたくなり、近くに住めばいいのにねと話しながらの帰り道はあっという間でした。さて、私も孫メロメロおばあちゃんの仲間入りをいたしました。みなさま、どうぞよろしく願いいたします。



**日程** 2016年

4月 2日（土）10時～11時半

7日（木）14時～15時半

8日（金）10時～11時半

※3回のうち、ご都合の良い日に1回ご参加ください。（内容は全て同じです）

**場所** 愛知国際病院ホスピス

**お問合せは**

ボランティアコーディネーター 東まで

電話 070-5645-8252

# 病院で行う検査紹介

## その6

### 肺機能検査



副院長 河村 健 雄

#### どのような検査ですか？

スパイロメーターという機械を使って呼吸時の呼気量と吸気量を測定し、呼吸の能力を調る検査です。

まず肺活量を測ります。鼻をノーズクリップで止め、マウスピースを口にくわえ、静かな呼吸を数回繰り返した後、一度大きく息を吐き、次に大きく息を吸い、さらに大きく息を吐きます。

肺活量 (VC)：空気をいっぱい吸入して、いっぱい吐いたときの量です。通常、年齢と身長によって計算した予測正常値と比較し、%肺活量として表します。肺の呼吸全容量です。

次に努力性肺活量、1秒量を測定します。まず静かな呼吸を2～3回繰り返した後、大きく息を吸い、一気に強い息を全部吐きます。

1秒率 (FEV1.0%)：肺活量を測定するときに、最初の1秒間に全体の何%を呼出するのかの値です。肺の弾力性や気道の閉塞の程度を示します。弾力性がよく、閉塞がないと値は大きくなります。

この2つの指標を使って、肺の換気の障害を拘束性と閉塞性および両者の混合性の3つに分けます。

(1) 拘束性障害：肺活量の低下は呼吸する肺の組織が減少したり、胸膜の病気などでみられます。

①肺の弾力性の低下：肺線維症、じん肺、間質性肺炎など

②胸部の拡張の障害：古い胸膜炎

③呼吸運動の障害：筋肉、神経の病気

(2) 閉塞性障害：1秒率の低下が主な病気です

①気道閉塞：喘息、慢性気管支炎、びまん性細気管支炎

②肺気腫：慢性閉塞性肺疾患 (COPD) は特に近年多くなっています

#### 検査のときの注意

この検査は、被検者の最大の協力がないと正確な値が出ません。指示どおり最大の努力をしてください。

気胸、骨折、肺炎などでは検査は禁忌です。結核など人に感染する病気の場合も禁忌です。



## AHIからのお知らせ

### AHIスタディツアー

南インド（3月20日～30日）

参加しませんか

アジア保健研修所（AHI）は、現地の保健ワーカーを育成して35年を迎えました。卒業生はアジア全域で6000人を越えます。これらのAHIと信頼関係をもつ卒業生たちのNGOが受入れ団体となって、現場を訪問するスタディツアーを実施します。今年3月は南インドがその訪問地となります。発展するインドで、農村は開発から取り残され、カースト制度による差別も色濃く残っています。その身分制度の最底辺に位置付けられたダリットの人々は、外からの援助に頼らないで、自分たちで課題を乗り越えようとするたくましい人たちです。

AHIの研修生たちは、それらの人々が自由に平等な権利をもっていることに気づき、自ら生



き方を選び取り、住みやすい社会に変えていくことを手助けしています。

農村リーダーのお宅にホームステイをし、実際の生活を体験し、現場を訪問。

そんな素敵な人たちに出会い、生きる力をつかみに行きましょう！

対象：高校生以上 説明会：1月30日（土）と2月6日（土）それぞれ午後2時から4時までAHI

### 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1回の「ホスピスだより」と年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、できましたら5口以上でお願いいたします。）



## 愛泉館からのお知らせ

明けましておめでとうございます。

愛泉館では本年も心のこもった温かいケアでご利用者様の在宅生活を支援させていただきます。どうぞよろしく願いいたします。

愛泉館でご利用いただけるサービスをご紹介します。

### 入 所

入院生活が続いて体力や身体機能が落ちてしまった方、退院後の自宅生活が不安な方、ご家族での介護が困難になってきた方など、一定期間入所していただき、ご自宅で安心して暮らすためのリハビリを行います。専門職がチームを組み、ニーズに沿った計画書に基づきお一人おひとりの目標に向かってケアやリハビリを提供いたします。

### 短期入所（ショートステイ）

ご自宅で生活されている高齢者の方が短期的に専門のリハビリを受けたり、また介護されているご家族の所用時や休養時などにご利用いただけます。

### 通所リハビリテーション（デイケア）

ご自宅で生活されている高齢者の方に日帰りでご利用いただけるリハビリサービスです。

ご利用開始にあたってはリハビリスタッフがご自宅の住環境を確認させていただき、実際の日常生活で必要なリハビリを提供いたします。午前中にリハビリだけ受けて帰宅する短時間デイケアもあります。また、1日だけのお試し体験利用も可能です。

ご利用は要介護認定を受けている方に限ります。また疾病などによってはご利用いただけない場合もございます。まずはお電話でお問合せください。

愛泉館施設ケアマネージャー 浅井真希  
老人保健施設愛泉館 0561 - 74 - 1711

- ・ あけましておめでとうございます。
- ・ 例年になく暖かい冬で、草花が春と間違えることが頻発しています。なんとなくですが、2月くらいに大雪が降る気配がします。
- ・ 大きな地震からまもなく5年です。復興は順調に進んでいるのでしょうか。原発の処理はどうなったのでしょうか。世間から少しずつ忘れられていくように感じます。

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。今後ともよろしくお願い申し上げます。

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@aisen-kai.jp です。お待ちしております。

編集長 近藤正嗣