

ブリーフレーター Brief Letter 59

人と地域と医療を繋ぐ 秋本病院の情報誌

特集

最期を楽しむ
奇跡が起きる「仁」の医療



千一夜医話

秋本病院理事長・院長
秋本 亮一

- 給食室より/白菜のクリーム煮
- スタッフの横顔



医療法人 AGIH
秋本病院

[救急告示病院] [日本医療機能評価機構認定病院]
消化器内視鏡センター/健診センター/緩和ケアセンター

SHOP 散策

BBB& (スリーピーアンド)



こだわり抜かれたキッチン道具や食材を提案

1991年に浄水通で創業、2005年に薬院に移転した「B・B・B POTTERS」の姉妹店です。「B・B・B POTTERS」は衣食住全般にわたり厳しい眼で選び抜かれた商品が並んだおしゃれなお店ですが、原点に戻り、創業当時の食に絞った店舗をとということで2013年にお隣にオープンしました。

日常が心地よく、豊かに過ごせるようプロの視点でキッチン周りの道具や食器、食材などが提案されており、一つ一つに見入ってしまい、どれもこれも欲しくなるものばかりです。中でも私の一番のお気に入りにはハワイ産のホワイトキアヴェのハチミツです。

また、店舗中央にはミニキッチンが設けてあり、それを利用してワークショップも実施されています。日々の生活を大切に過ごしたい方には最適のお店です。



▲ホワイトキアヴェのハチミツは、ハワイ産の中でも、3%ほどしかとれないという希少な逸品。100%オーガニックハニー。

店舗情報 BBB& (スリーピーアンド)



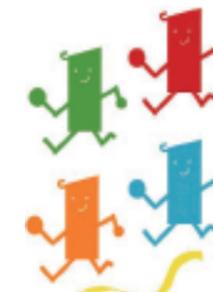
住所：福岡市中央区薬院 1-8-20 KYOYA 薬院ビル 1F(B・B・B POTTERS 隣)
電話：092-718-0028
営業時間：11:00～20:00
定休日：不定休
<http://www.bbbpotters.com/bbb-and/>



編集後記

今回のブリーフレーターでは、平成27年4月入職の7名の方々に抱負などを語っていただきました。皆さん新しい職場に対しての、期待や意気込みをそれぞれ述べられておられます。この瑞々しい感性をいつまでも持ち続け、さらに新しい事に挑んでもらいたいものです。そのためには日々「学ぶ」姿勢が大事だと思います。

私事ですが、私の会社人生も42.195kmのマラソンにたとえるなら、41キロ(年間)地点を過ぎラスト1キロ余りを残すところです。次なる人生を考えたとき、改めて「学ぶ」ということに想いをいたし、豊で、彩のある季を迎えたいものです。(m.m)



秋本病院 ブリーフレーター No.59 2016年1月発行 発行者/秋本亮一 発行所/医療法人 AGIH 秋本病院 デザイン/有限会社 広告農場 編集/矢野 美恵子 Copyright 2016 Akimoto Hospital All rights reserved.

医療法人 AGIH 秋本病院 福岡市中央区警固 1-8-3
TEL:092-771-6361
●診療科目：外科(消化器外科)・内科・胃腸科・肛門科・心臓血管外科・整形外科・脳神経外科・放射線科
●外来診療受付：平日8:30～12:30/14:00～17:00 土曜 8:30～12:00 ●休日：日・祝
<http://www.akimoto-hospital.jp/>

秋本病院の理念

1. 専門医療を通じ、地域社会に貢献します。
2. 皆さまのご満足と安心のために、医療に関する十分な情報を提供します。
3. 質の高い心のこもった医療を続けるために、常に研鑽努力します。

特集 メディカルセミナー報告特別編

最期を楽しむ ～奇跡が起きる 「仁」の医療～

9月12日に医療法人 おかはら会理事長・おげんきクリニック院長の岡原 仁志先生によるメディカルセミナーを開催しました。山口県周防大島で、ハグやユーモアを添えながら「思いやりの医療」を実践されている岡原先生。メディアでも紹介され話題になっている先生の、貴重なお話の一部を本誌でもご紹介します。



医療法人 おかはら会理事長 岡原 仁志先生(写真右)
順天堂大学卒業後、外科医として最先端の医療現場で働く。しかし、そこでは「ガンで病んでいる人」に向かい合っていないことに気づき、在宅医療に携わることに。そんなとき、パッチアダムスの映画や本に出会い、感銘を受ける。2002年には実際にパッチと出会い、現在のような活動を決意。家族のように高齢者を包み込み、生まれ育った周防大島を“大往生の島”にすることを目指している。当院の秋本院長とは、同じ大学・医局出身で親交も深い。



おげんきハグニティ

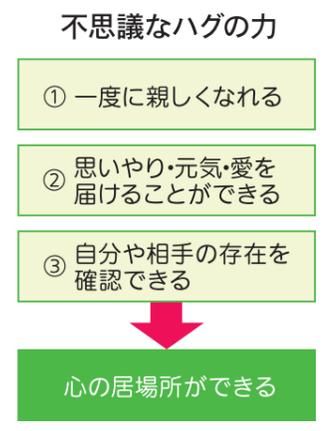
**最期をハグくむ
最期を楽しむ**

温暖な気候から「瀬戸内海のハワイ」とも呼ばれる山口県の周防大島。近年、一人暮らしの高齢者が多く、孤独死や孤立死などの問題を抱えている地域です。岡原先生はその周防大島で、家族を超えた「地域」で高齢者を抱きしめることで、最期まで安心

して島で暮らせる“大往生の島”にするため、活動を続けています。日々の診療をする「おげんきクリニック」での仕事はもちろんのこと、安心して人生を全うできる環境を整えたいという思いから、高齢者向けの複合型介護施設『おげんきハグニティ』を建設し、サービス付き高齢者向け住宅やデイサービスなど、高齢者をサポートする機能を持たせています。

心の居場所を作る 不思議なハグの力

「魂のコミュニケーション」とも言えるハグには、不思議な力があるそうです。①一度で親しくなれる ②思いやり・元気・愛を届けることができる ③自分や相手の存在を確認できる。そしてこれらを通して、心の居場所を作ることができま



診療や往診、そしてこれらの施設で大切にされているのが「ハグ」(抱きしめること)。ハグを通して、「寄り添う」「人の話を聴く」「心の居場所を作る」「共に揺れる」ということを大事にしています。先生いわく、最期を楽しむ魔法の言葉は、「ありがとう」「いつてらっしゃいませ」。「ありがとう」は必ず相手に向かって届ける感謝の気持ちです。これは、先生の理念でもある【人ありて我あり他を思いやり慈しむ心これ即ち「仁」】にも繋がっています。

ハグやユーモアを大切に「思いやりの医療」が島の高齢者たちを癒しているのです。

他にも、ハグにはさまざまな効果があります。ハグをすることで、脳下垂体からドーパミン(快感物質)やセロトニン(安心物質)、オキシトシン(愛情ホルモン・絆ホルモン・ハグホルモン)が分泌されます。特に、オキシトシンは身体や心に良い影響を

もたらし、血圧・心拍数の低下やストレス軽減などさまざまな効果があるとされています。

オキシトシンの効果

- ① 血圧・心拍数の低下
- ② リラックス効果
- ③ ストレスの軽減
- ④ 集団形成意欲効果
- ⑤ 損傷筋肉の再生効果

安心して・自分らしく 笑顔と共に「最期」を！

医療・介護・地域の3つの連携をとれた場所こそが高齢者にとって「最高の居場所」となる、と先生は考えています。

セミナーの最後に、先生たちの夢を教えてくださいました。「思いやりの医療・介護・福祉を創り、日本中に広めること」「地域がハグくむ大往生の島を創ること」「日本中の人が

幸せな人生と最期を迎えられる社会を創ること」。

岡原先生の活動は、ご自身の著書や講演をはじめ様々なメディアで紹介され、日本中に知られるようになってきています。これからは、周防大島だけでなく日本中に「おもいやりの医療」が広がりそうです。

奇跡が起きる「仁」の医療

～笑顔で最期を迎える生き方～

幻冬舎ルネッサンス新書 840円

最期を迎える高齢者やガン患者さんなど、医療の力で「もう治らない人」は「悲しくてかわいそうな人」ではないはず。自分らしく、笑顔で最期まで過ごせたら、それはまぎれもなく大往生！ガン治療の最前線から「長寿の島のかかりつけ医」に転身した岡原先生が提案する、人生の最期を笑って迎える生き方を綴った本です。希望される方は、病院受付でお申し出ください。





秋本病院 理事長・院長
あきもと りょういち
秋本 亮一

千一夜 医話

肝炎ウイルスの話

福岡県では肝炎ウイルスの検査がほぼすべての医療機関で無料で受けられます。B型およびC型肝炎が対象で、ウイルス性肝炎を早期に発見し治療すると肝臓がんを予防することが出来るのです。ウイルス性肝炎の治療はこの数年の画期的な新薬の登場で治療効果が格段に進歩しました。ウイルス性肝炎が治るようになったことは、以前の感覚からするとまさに夢のような話です。しかも新薬は非常に高価ですが、これにも日本では公費の助成がつき低負担で治療を受けることが出来ます。数百万円もする薬を使う治療が少額の負担で受けられ肝臓がんの予防が出来るのは、日本はまさにパラダイスです。

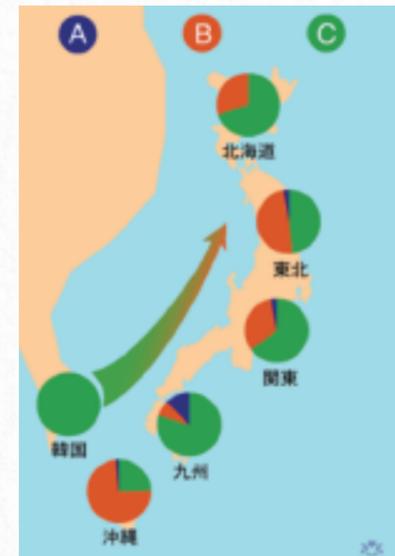
さて、今回はそのB型肝炎ウイルスのお話です。B型肝炎ウイルスは人類が誕生する前より地球上に存在したと言われています。従って、約500万年前にアフリカ大陸で我々の祖先の類人猿が誕生して以来、類人猿が地球上に広がって行ったのに従って、肝炎ウイルスも広がったとされています。B型肝炎ウイルスは血液を介して感染します。感染した母親からお産の時に子供に感染することが最も多く、その他では血液を介する

ような人と人との接触（輸血や性交渉、そして麻薬や覚醒剤の回し打ちなど）によっても感染します。さて日本では1986年から国家的対策が取られ、B型肝炎の新しい感染はほとんど見られなくなり感染者は激減しています。治療法の発達とともに、肝炎撲滅に近づいていると言えます。

医療とはちょっと離れますが、B型肝炎ウイルスには7つの遺伝子型（A～G型）があり、その分布が非常に興味深いのです。日本人は殆どB型かC型なのですが、沖縄ではB型遺伝子の割合が3/4であり、九州ではC型遺伝子が3/4です。日本列島を北に行くとC型遺伝子の割合が減少して行きます（図）。韓国の人の遺伝子型が100%C型であることを考える

と、本来日本列島には南から来た人間が土着していて、その後朝鮮半島から渡来した人々が長い時間をかけて日本列島を北に向かって移動して行ったことが伺えます。また、A型遺伝

B型肝炎ウイルス遺伝子型の国内分布



<参考文献> 竹村公太郎「日本史の謎は『地形』で解ける」(PHP文庫)

子は本来日本には無く、欧州やアフリカ諸国で多く見られることから、九州に渡来した南蛮人が持ち込んだことが彷彿とされます。（図）
この図に日本の海岸で見つけられる外国漂着物の分布図を重ね合わせた人がいます。漂着物を調べるとどこからたどり着いたかが判り、その分布が肝炎ウイルスの遺伝子型の分布とおよそ一致するといふのです。（参考文献）
古代の人々が粗末な船で海流に乗って日本にたどり着き、さらに日本列島を北に向かって広がったこと、それに新たな人と文化が加わって行ったことが思い描かれ、肝炎ウイルスが紐解く古代史にロマンを感じてしまうのです。

昭和生まれの語り

「今は昔の病名—ジフテリア」

松尾 鞠

昭和11年に生まれた私は、79歳になりました。「降る雪や明治は遠くなりにけり」という有名な句がありますが、私にとっては「昭和は遠くなりにけり」の感です。

歴史は緩慢と激動を繰り返して、祖先はその中で生き延びて、そして私がおこに生きて居るのだと思っています。

太平洋戦争の終わりと共に、時代はこれまでにない猛スピードで変化し、老齢の者にとっては、まるで夢の中で生きて来たような気がします。ことに医学の進歩は目覚ましく、私が患ったジフテリアなどは、もう病名だけが残っている過去の病名になりました。

私は10歳の頃、当時流行したジフテリアに感染して避病院に隔離されました。友達の誰彼も感染して隔離されました。今では「避病院」と云っても耳馴れない名称ですが、赤痢・疫痢・ジフテリア・チフス

などの伝染病患者が隔離治療される病院です。あの頃の子供は、これ等伝染病でずいぶん死にましたし、私の従兄弟も疫痢で、たった一夜で死にました。

原子爆弾で市の半分が焼野原となっていた長崎は復興途上に有り、私が隔離された避病院は廃校になった小学校の教室だったと記憶しています。扁桃腺炎と間違え手遅れになり「今夜が峠」と云われながら、その峠を越えて生き延びました。

72歳で癌を患い、これも幾人ものドクターや医学の進歩のおかげで、私はまた生き延びました。

編者注：ジフテリア
ジフテリア菌により起こる上気道粘膜の感染症。患者の咳による飛沫で感染する。喉頭の腫脹や扁桃の偽膜のため呼吸困難となる。時に重篤となり致死率は10%と云われている。わが国では三種混合ワクチンが接種されるようになり、患者の発生はまれである。

スタッフの横顔

今回は平成27年4月に入職した7名に自己紹介とともに、抱負などを語ってもらいました。



緩和ケアセンター 看護師
島本 佳代子

趣味は食べる事。特技はボディケアセラピーとスキー1級の私です。笑顔とドーンと安心感あるケアを目指しています。再び緩和ケアに携われ感謝です。これまでの経験を活かし、少しでも病棟に貢献できるよう頑張ります。



看護助手
桑田 優花

この春、高校を卒業して念願の病院でお仕事できるようになりました。趣味はお菓子作りです。患者さんに「笑顔が素敵ね」と言ってもらえることが私の元気の源です。その笑顔を忘れずに頑張りたいと思います。よろしくお願ひします。



一般病棟 看護師
田中 未来

こんにちは。4月から福岡市内へ引っ越ししてきました。パンが大好きで、休みの日はお気に入りのお店へフォカッチャサンドを買いに行きます。みなさんのおすすめのパン屋さんがあれば、ぜひ教えて下さい。



健診・内視鏡センター 看護師
長塚 藍

私は4月に入職し、健診センター・内視鏡センター・手術室へ配属されました。患者さまの多さや検査の速さに戸惑い毎日です。まだまだ知識も技術も未熟です。努力を怠らず、スキルアップしていきたいと思っています。



緩和ケアセンター 看護師
尾野 治代

4/1に緩和ケアセンターに入職し、患者さまと関わる中で日々経験・知識不足を感じながらもスタッフの皆さんに支えていただき、早9ヶ月が過ぎようとしています。緩和ケアナースとしての経験を積みながらリフレクソジストとしても関わって行き、患者さまに癒しを提供できるようになって行ければと思っています。よろしくお願ひします。



一般病棟 看護師
瀬戸山 友里

こんにちは。都会に憧れて中央区に住み始めました。手芸が好きで、休みの日はアクセサリーなど作って過ごしています。今は編み物で、セーター作りに挑戦中です。あと、思い立って旅に出るのも好きなので、いつか豪華客船で世界一周するのが夢です。



一般病棟 看護師
屋宜 愛美

はいさい(こんにちは)！私は沖縄出身で顔が濃いので、患者さまから、「夏川りみ」に似ているねとよく言われます。アロマセラピーが好きで、家で香りを焚いたり、ハンドクリームを作ったりしています。これからも笑顔を忘れず、ゆいまー(助け合い)精神で頑張っていきたいと思っています。

12/19 (土) クリスマスコンサート

今年で4回目となる、グローバルアンサンブルによるクリスマスコンサート。普段お目にかかれない楽器たちがクリスマスソングをはじめ、童謡や演歌などの美しい音色を奏でてくれました。途中、病院スタッフとグローバルアンサンブルとのコラボレーション企画があったり、サンタさんの登場などで、大盛況に終わりました。



11/8 (日)~15 (日) 九州場所開催

大相撲九州場所が11/8(日)から15日間、福岡国際センターで開催されました。折しも初日は「福岡マラソン2015」当日でした。当院は日本相撲協会の指定病院です。15日間医務室へ看護師を派遣しています。

10/28(水)13時から4名の新弟子検査が行われ、中でも佐渡ヶ嶽親方の長男・鎌谷将且さんの検査では報道も過熱、九州場所での初土俵が雑誌に掲載されていました。

九州場所前日には、ふれ太鼓がまわって来ます。当院2F受付前で、初日の取り組みを太鼓と共に本番同様に呼び出しをします。入院患者さんや外来患者さんが、驚きとともに「初めて聞きました、良かった」とその場に居合わせた喜びを何度も話されます。

力士さんが九州入りされると、鬢付け油の匂いで「もうすぐ相撲だね」と感じさせてくれます。



10/22 (木) 航空機事故対処訓練

航空機事故対処訓練に参加してきました。空港用救急医療搬送車における医療資機材積載状況の確認や救急医療機材の展示や取り扱いの説明がありました。

大規模災害や大規模事故においては初動体制を迅速に確立する必要があり、限られた保有資源の配分で適切かつ迅速な決定が求められます。その状況下で医療資源を有効に使い、一人でも多くの命を救わなければなりません。そのため今回のような、医療資器材の実用性を検討することも重要であり実際に見て触れることができ良い経験をさせて頂きました。



10/1 (木) 秋本病院が緩和研修施設に

緩和ケア病棟には、がん治療をされている方、されていない方、様々な意思をもった方々が入院されています。一人一人が懸命にがんという病に向き合い自分の時間を過ごす中、その人らしさ、その人の可能性や希望を何よりも大切に過ぎて欲しいと願っています。

緩和ケアという現場では、キュアだけでなくケアの大切さを医療者に教えてくれます。緩和研修は、キュアの治療現場にも応用されることを学びます。これからも研修施設としてしっかり患者さんたちと向き合っていきますので、どうぞよろしくお願ひ致します。



10/30 (金) 緩和ケアセンターハロウィンパーティー

緩和ケアセンターの恒例行事になっているハロウィンを行いました。ハロウィンにあまり馴染みのない患者さまもいらっしや、反応も様々でしたが、お菓子のプレゼントに皆さんニコリ(^_^)。また職員だけでなく、患者さまやご家族も一緒に仮装に参加し、お互いの仮装姿に大爆笑の笑顔あふれるひと時を過ごしました。



11/26 (木) 平成27年後期消防訓練

今回の消防訓練は、本年入職の職員を主に火災通報訓練及び避難器具の説明と、実地訓練(緩降機)を行いました。さらに消火器・消火栓を使用しての消火訓練も実施しました。



11/8 (金) 福岡マラソン開催

大雨の予報がはずれ、気温27度という暑さで倒れるランナーが続出。救護所を訪れた方688名、救急搬送24件、そのうち病院搬送が6件もあったそうです。

当院は、吉村病院と合同で出発地点から40.1kmの救護所を担当。残り2kmだからと頑張って通り過ぎる方が大半で、救護者数も18件と少なかったため応援に徹しました。フラフラになりながらも一歩ずつゴールに向かう姿に大感動!ランナーの皆さん、お疲れ様でした。



給食室より

パパッとできて、身体もあつたまる! 「白菜のクリーム煮」

管理栄養士
境 英里子



【栄養価(1人分)】
エネルギー：120kcal
たんぱく質：5.4g
脂質：4.6g
炭水化物：13.8g
食物繊維：1.6g
食塩：1.6g

材料 2人分

- 白菜.....1/4株(約400g)
- 人参.....40g
- ハム.....2枚
- 牛乳.....400cc
- 鶏がらスープの素.....大さじ1
- 水.....300cc
- 酒.....大さじ1
- 塩.....少々
- こしょう.....少々
- 片栗粉大さじ1、水大さじ1

作り方

- 白菜は2cm幅の10cm長さに、人参は短冊状に切る。ハムはみじん切りにする。
- 鍋に鶏がらスープの素、水、切った白菜と人参を入れ、ふたをしてやわらかくなるまで煮る。
- 牛乳を加え一煮立ちさせる。
(※ふきこぼれやすくなるので注意)
- 塩コショウを加えて味をととのえ、水溶き片栗粉でとろみをつける。彩りにハムを散らす。

身体が温まる寒い季節にぴったりの一品です。10分ほどで出来る簡単レシピです。

白菜は約95%が水分と決して栄養価が高いとは言えませんが、様々なビタミンやミネラルがバランスよく含まれています。白菜のビタミンは水溶性なので今回のレシピのように、煮汁ごと食べるようにすれば栄養を逃さず摂取することが出来ます。

まだまだ寒い日が続きます。旬の食材をおいしく食べて冬を乗り切りましょう!