

# はくあい

Jan. 1993  
第 4 号

社会福祉法人  
京都博愛会



京都博愛会病院の門松

## CONTENTS

- 酒は百薬の長?
- アトピー性皮膚炎
- 動脈硬化
- 薬のQ&A
- ビタミン野菜
- トピックス



社会福祉法人 京都博愛会

## 京都博愛会病院

〒603 京都市北区上賀茂ケシ山1  
TEL 075(781)1131

## 富田病院

〒603 京都市北区小山下内河原町56  
TEL 075(491)3241

# 新年を迎えて感謝の気持

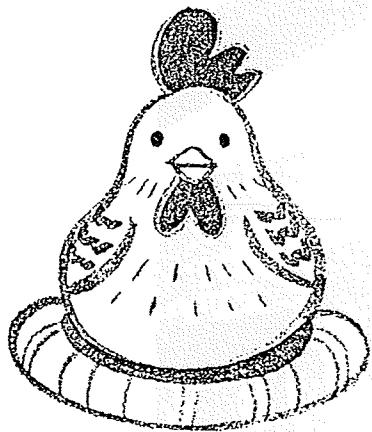
京都博愛会理事長 富田 仁

## 古人に感謝

毎年、正月になれば、子丑寅卯辰巳午未申酉戌亥の十二支と、甲乙丙丁戊己庚辛壬癸の十干の話が出て、今年の当たり年は誰かとか、還暦は誰かとかの話が出る。昔の人は、天体の動きと自然現象の観察から、十二の単位を考え、それは、時間、日、月の単位として、現在でも磐石のものとなって残っているし、それだけで不便なものには、十の単位が使用されている。その意味からも、十二支とい、十干とい、すばらしいものである。何の科学的観察も出来なかつた古代において、自然観察から理論を組み立てて行き、更に夫々にも意味を持たせて後世に残した古代の人のすばらしさに、新年を迎えて改めて感謝を申し上げたい。

## 本年は酉年

酉年生まれの人(自分も含めて)は、



朝早く、せっかちで、仕事は早い、余り上手でないと言われる。併し、人類が最初の鶏を飼いだしたのは開鶏を築しむためとあるが、次第に太陽の象徴として神聖視されるようになり、日本でも天照大神の天の岩戸かくれの時も、鶏を集めて鳴かしたとの話が残っている。それから、一番鶏、二番鶏、三番鶏と言われ、早朝より早く起きて、人に時間を知らせたのも、鶏が可愛がられた所以である。それから卵と鶏肉とか、食用として

利用されるようになり、養鶏が盛んになって、人に栄養を与えて人を楽しませている。養鶏が上手になり盛んになったので卵が得易くなり、価格もほとんど上昇しないのもよい事である。また、産卵前にいろいろ工夫して、栄養価が高くて、おいしい卵が生まれるようになったり、加工の仕方もいろいろ考えられて、食卓をにぎわしている。温泉卵だけでなく、塩入り卵などいろいろある。塩入り卵を初めて食べた人は、如何にして塩を卵の中に入れたか、議論しながら、おいしく食べている。

## 心貧乏から心豊かへ

現在の日本は、物質豊か心貧乏と言われている。少しでも心豊かになりたいものである。それには、自分はおごらず、いばらず、ひがまずで、他人に対しては感謝の気持ちが大切である。例えば、明治生まれの寝たきりおじいさんが、ナスに対して、どんな悪口を言っても、最後に手をあげて有難うと言えば、ナスの気持ちは直ちに笑いに変わる姿を見て、有難うの感謝の気持ちが、現在の日本には最も大切であると思う。

本年は皆んな感謝の気持ち、有難うでスタートし、一致団結頑張りましょう。

## 季節の健康



## 酒は「百薬の長」か

## 「百害の元」か

京都博愛会病院 外科 金 盛彦

年末年始にかけては、忘年会、新年会と何かとアルコールを飲む機会も多く、つい飲みすぎて不快な二日酔いとなり反省することもしばしばあります。

そこで今回は、アルコールの問題をとりあげました。アルコール中毒、依存症といった問題はさておき、アルコールと内臓(消化器)の関係について考えてみたいと思います。

強い酒をストレートで飲めば、高濃度のアルコールがそのまま口の中や食道の粘膜に接触し、粘膜を傷めます。このような刺激、傷害が慢性にくり返されれば発癌の危険因子となり、食道癌の発生にも関係してきます。次に大量のアルコールが胃に入ると胃粘膜も同様に傷害され急性胃炎を起こします。二日酔いのムカムカは、たい

ていこの急性胃炎の症状です。さらに進行すれば胃潰瘍にもなりませんが、胃粘膜への刺激が慢性に続けば、胃の分泌腺が次第に萎縮して慢性萎縮性胃炎になる可能性もあります。

胃、小腸で吸収されたアルコールは、すべて肝臓で分解処理され排出されます。従って肝臓は、ア

慢性的飲酒の害が出るまでの期間と、それを出す1日量(いずれも最低限)

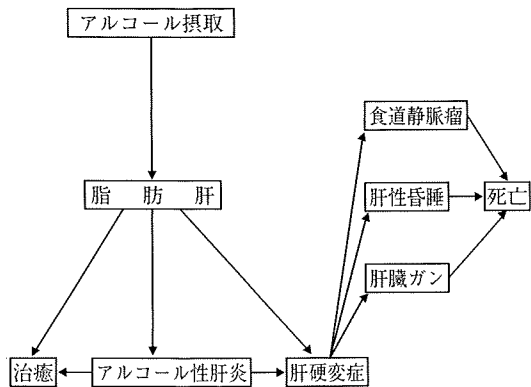
| 害の種類 | 期 間         | 1日量(清酒換算) |
|------|-------------|-----------|
| 依存   | 男性20年、女性8年  | 5合        |
| 神経障害 | 10年         | 3合        |
| 脂肪肝  | 1週          | 3合未満でも    |
| 肝線維症 | 5年          | 3合未満でも    |
| 肝炎   |             | 5合        |
| 肝硬変  | 10年前後       | 3合        |
| 膵炎   | 男性17年、女性11年 | 3合        |
| 心筋症  | 10年         | 4合前後      |
| 不整脈  |             | 3合        |
| 高血圧  |             | 1合        |

ルコールの影響を最も受け易い臓器といえます。毎日大量に飲酒していれば、肝臓に常時負担をかけることになり、まず肝細胞の中に脂肪が沈着する脂肪肝が起こり、次に食欲不振、黄疸、嘔気等を伴ったアルコール性肝炎となり、

は傷んでいきます。慢性肝炎の患者の半分以上は、アルコールによるもので、さらにその三分の一ぐら

いに糖尿病を合併しています。飲酒者で腹部の不定症状(鈍痛、不快感、食欲不振等)を訴える場合は、このような肝炎の可能性も考えねばなりません。

以上、アルコールの悪い面ばかりを強調しましたが、もちろん適量を楽しんで飲めば「百薬の長」でもあります。くれぐれも度を過ぎて「百害の元」とならぬようにしたいものです。



### 医療の最前線

## アトピー性皮膚炎

富田病院 小児科医長 森本博子

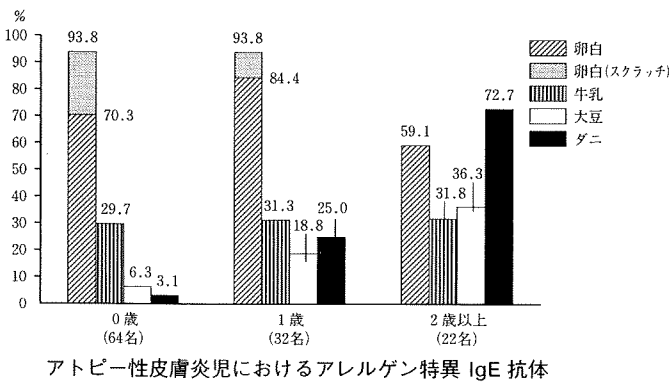
ひと昔は、小児科で扱う疾患は感染症が主でありましたが、近年は、生活環境が良くなり、栄養状態もよく、また、抗生物質等の医療面での進歩などにより、重症の感染症は少なくなってきました。

というように、アトピー性皮膚炎の根本的治療法としての食物アレルギー除去法がいたずらにクロールアップされているように思いません。

「アレルギー」という言葉は、一九二三年 Von Pirquet によって提唱された概念で、正常とは異なった反応を起こす能力を意味しています。その後アレルギーも免疫も、抗原抗体反応によって起こることが明らかになり、臨床的には抗原抗体反応の結果が個体にとって有益に働く時は免疫といい、有害に働く時にはアレルギーと呼ぶことになりました。一九六三年 Coombs and Gell によってアレルギー反応は四型に分類されました。この分類のうち、I型アレルギー反応はアナフィラキシー反応とも

呼ばれ、アレルギー性気管支喘息、アレルギー性鼻炎、或いは一部の蕁麻疹などいわゆるアトピー性疾患は、アナフィラキシー反応の一つの局所表現と考えられています。このアナフィラキシー反応を起こす抗体（レアギン）は、主として免疫グロブリンIgEに属するものであることが、証明されています。検査法の進歩によりこのIgE或いは抗原に対する特異的IgE抗体（RAST）を感度よく測定できる方法が開発され、この方面の研究が一段と進みました。今回はこの中でもアトピー性皮膚炎に焦点を絞って書いてみようと思います。アトピー性皮膚炎の定義については、現在確立されたものはないのですが四つの診断基準すなわち、

① 掻痒（非常に痒い）  
② 慢性または再発性の経過  
③ 特徴的な皮膚疹の分布と形態  
④ アトピーの既往歴または家族歴  
このうち三項目を満たすものを「アトピー性皮膚炎」とする基準が世界的に使用されています。アトピー性皮膚炎の発症時期は

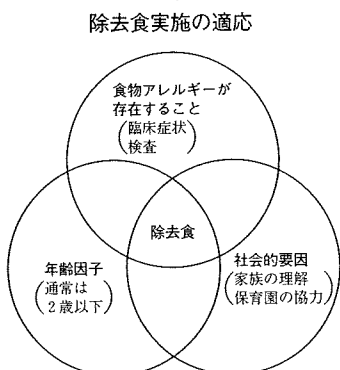


ほとんど乳児期です。全症例の約四〇%は生後六カ月までに、約六〇%は一歳までに発症すると言われています。そしてその初めの症状は主として顔面、頭、額部にみられる湿疹病変ですが、半年を過ぎると顔の症状は次第に治まりむしろ体の症状が強くなってきます。一歳になると顔が更に少なくなっ

て体の症状が中心になります。二歳から上になると関節部、臀部、腋窩、うなじ、鼠ケイ部、手首などに症状が現れてきます。

乳幼児のアトピー性皮膚炎はかなりの重症でも加齢とともに徐々に軽快し、やがては発疹の出没を繰り返さないようになります。アトピー性皮膚炎の自然軽快の時期は一般的に四〜五歳頃と考えられています。最近成人型アトピー性皮膚炎が増加し、しかも難治性、再発性でしかも顔面に好発することなどから問題となっているようです。

アトピー性皮膚炎の検査としては、先に述べた特異的IgE抗体



- ① 悪化要因を避ける。  
食物を含めた化学的刺激を極力避ける。
- ② 痒みを起こさない。  
(1) 皮膚を清潔にする。  
(2) 垢をよく落とす。  
(3) 温まり過ぎない (入浴、暖房に注意)。  
(4) 精神的に安定させる。  
(5) 掻かせない。
- ③ 掻かせる。  
(1) 気をそらせる。  
(2) さすってやる。  
(3) よく寝かせる。(睡眠が深いと掻かない)

(RAST) がまず挙げられます。乳幼児の食物アレルギーの三大原因と言われる卵白、牛乳、大豆に対する抗体価は、生後三カ月位から上昇し、一歳頃にピークに達して以後は下がり始めます。これは一歳を過ぎると腸管の吸収能力が発達してくるためと思われる。これに対してダニを始めとする吸入抗原は年齢が進むにつれて上昇し大人になっても続く場合があります。

アトピー性皮膚炎の治療の要点を述べますと、

- ④ 湿疹の治療  
(1) 抗ヒスタミン剤、抗アレルギー剤  
まず痒みを止めることが必要。  
(2) ステロイド外用剤  
ステロイドの使用量を減らす。湿疹の状態が悪い時、掻いて湿疹が悪化した時のみ使用する。  
(3) 非ステロイド性消炎剤  
(4) 保湿剤  
アトピー性皮膚炎の家庭における注意事項として、まず第一にはスキンケアです。石けんを用いて毎日入浴すること。そして特に暑い時期には発汗した後シャワーにかかり汗をそのまま放置しないこと、衣類は綿製品にすること、洗濯の時には十分にすすぎ、柔軟剤は使用しないことなどが挙げられます。食物アレルギーが陽性を示す場合は、その食物及びその加工食品を控えるようにしますが、食物アレルギーが他のアレルギーと異なる点は、一旦体内に摂取され、消化、吸収をうけその上でアレルギーとして働くということです。そのため同一人が同じアレルギー

ゲンを含む食品を摂った場合でも成長に伴い症状が出にくくなります。従ってアレルギー除去食を行う場合にはできるだけ早期に発見し主な原因となっているアレルギー(多くの場合卵)を二次製品も含めて除去する一方、必要以上の除去は行わず、できるだけ新鮮な材料(魚・肉類を含む)を用いて幅広く食品を摂取することが大切です。

吸入抗原としてのダニを除去するために、布団やタタミ、ジュウタンに定期的に掃除機をかけること、特に布団の掃除機かけを念入りに行うことは効果的です。できれば布団は一年に一度は丸洗いをし、生地目が細かい布カバーを用いて布団を包んでしまうのがよいとされています。いずれにしてもその方法が家族にとって経済的、肉体的、精神的負担を強いるものであつては長続きしません。日常生活の中で無理なく実行できる方法で、生活環境を整え、スキンケアを含む対症療法を併用し、アトピー性皮膚炎をコントロールしましょう。

成人病の知識 (4)

動脈硬化症

富田病院副院長 山本 仁

動脈は子供の時はしなやかで拡張性に富みますが、加齢とともに(既に十代から) 脂質の沈着が始まり、徐々に硬化が進みます。

粥状動脈硬化

動脈は内膜、中膜、外膜の三層からできています。内膜の表面は一層の内皮細胞からなり血液を凝固させずに流します。中膜は平滑筋からなり収縮や拡張の機能を持ち、最外膜は支持組織です。

高血圧、高脂血症、低酸素状態などに動脈が反復曝されると、力学的に負荷のかかる部位において内膜の内皮細胞が傷つき、剝離します。そのため血中脂質の一部が内膜に侵入沈着します。この内皮

細胞傷害部に血中の血小板が粘着凝集し、白血球が集まり、これらが活性物質を放出します。その結果中膜から平滑筋細胞が内膜に遊走増殖し、侵入した単球とともに脂質を貪食します。この過程が進むと内膜は脂肪や血液中の成分が粥状に蓄積し肥厚します(粥腫)。

最終的に動脈は内腔が狭く血流が低下し(虚血)、内面に血塊(血栓)ができやすくなり、硬いが脆くて破れやすく(出血)なります。

症状

大動脈の粥状硬化では、こぶ状に膨隆した大動脈瘤ができて周囲への圧迫症状や、破裂して激痛や出血(解離)、内壁にできた血栓

が遊離して末梢の動脈の閉塞(血栓)を引き起こしたりします。大動脈分枝動脈にも粥状硬化が及ぶとその動脈域の虚血を起こします。脳の動脈硬化症は脳出血や脳梗塞に進展します。心臓を栄養する動脈の硬化である冠動脈硬化症は狭心症や心筋梗塞(虚血性心疾患)を引き起こします。腎動脈硬化症は腎機能障害や腎血管性高血圧を、四肢の末梢動脈硬化症は、手足のしびれ、冷感、間欠性跛行、重症では趾の壊死をひきおこします。

動脈硬化の危険因子

1、高脂血症

血中脂質にはコレステロール、中性脂肪(トリグリセライド)、りん脂質、遊離脂肪酸の四種類があります。脂質は水に溶けないので、遊離脂肪酸以外はリポ蛋白の形をとります。中心の脂質を蛋白が包むような構造で、密度(比重)により分別されます(本誌第一号を参照)。低比重群のリポ蛋白は腸での吸収や肝臓で合成された脂質を脂肪組織に送って蓄えたり、

末梢で利用のため移送する役割を果たしています。脂肪含量の多い低比重群、特にLDL(低比重リポ蛋白)が動脈壁へ沈着し動脈硬化を発生させます。HDL(高比重リポ蛋白)は末梢組織で余った脂質、特にコレステロールを肝臓に送り出す役目を果たし、動脈硬化に抑制的に働きます。そのためHDLコレステロールは善玉のコレステロールと呼ばれています。血液コレステロール値が高いほど虚血性心疾患の発生率が増加します(図)。正常値は220mg/dlまでです。先天的に高値をしめす家族性コレステロール血症では小児期に既に心筋梗塞をおこします。トリグリセライドの正常値は150mg/dlまでです。トリグリセライドも高くなると動脈硬化を促進させ、血液の凝固性を高めます。HDLコレステロールの正常値は40mg/dl以上です。この値が低いほど虚血性心疾患や脳梗塞の発生率が高まります。逆に高ければ動脈硬化が進展しにくくなります。

2、高血圧 内膜を傷害し、脂質の沈着を促

進させます。

3、喫煙

ニコチンは低酸素状態を招き、組織の血流を低下させ、HDLコレステロールを減少させ、動脈硬化、高血圧の大きな危険因子です。

- 4、肥満
5、糖尿病
6、高尿酸血症(痛風)
7、ストレス
8、運動不足
9、飲酒過剰

動脈硬化の予防と対策

1、食事

動脈硬化の危険因子の多くが食事と関連しており、日常の食生活が最も重要です。現代の日本人、特に都市の子供や若い世代の食事は欧風化し過ぎていて、長寿社会の実現に寄与しなかった日本の良き食事は失われつつあります。まず第一に一日の摂取カロリーを理想体重と肉体運動量などから必要とする消費エネルギーに合わせて適正化し、肥満を予防するこ

とです。第二に低脂肪食です。コレステロールの多い食品類(卵黄、魚卵類、もつ、レバー、バター等)を必要量以上取らないこと、飽和脂肪酸の多い獣肉(牛豚肉)より脂肪の少ない鶏や魚を中心にし、獣肉は脂を予め落とすように調理します。油類は飽和脂肪酸が多いバター、ラードより不飽和脂肪酸が多いマーガリンや植物油を用います。第三にトリグリセライドを上昇させる糖質(穀類、でんぷん、砂糖、甘い菓子、果物、清涼飲料水)を取り過ぎないことです。第四に高血圧を予防するため低食塩の薄味の食事になれることが大切です。その他、コーヒーの過剰(一日六杯以上)も避けなければなりません。

食事療法のみで正常化できない場合は薬物治療が必要となります。

2、節酒

少量のアルコールはストレス対策にも役立つ、HDLコレステロールを上昇させます。しかし過量になるとトリグリセライドを上昇させ、血圧も高くし、また肝臓を悪くします。一日ビール大瓶一

本、日本酒一合、ウイスキーダブル一杯のいづれかなら安心です。

3、禁煙

一日十本以下でも長年月では冠動脈疾患を増加させます。喫煙はあらゆる面から一文の得にもなりません。日本は欧米に比較して喫煙する医師が多いのも問題です。日本で若い女性の喫煙者が増えているのも憂慮されます。

4、運動

適度の運動は代謝を活発にし体重を適正に保持するのに役立ち、またHDLコレステロールを増加させます。運動は常に持続しなければ無効です。毎日一万歩以上歩く習慣をつけることが安全で誰でも取り組める方法です。ジョギングなど始めようとする方は予め医師に相談してください。

5、ストレスへの上手な対応

現代の多忙で競争的な社会ではストレスは避けられません。規則正しい生活、十分な睡眠と休養、気分転換と余暇の活用、家族との団らんなど、各人が工夫してストレスに上手に対応していくことです。

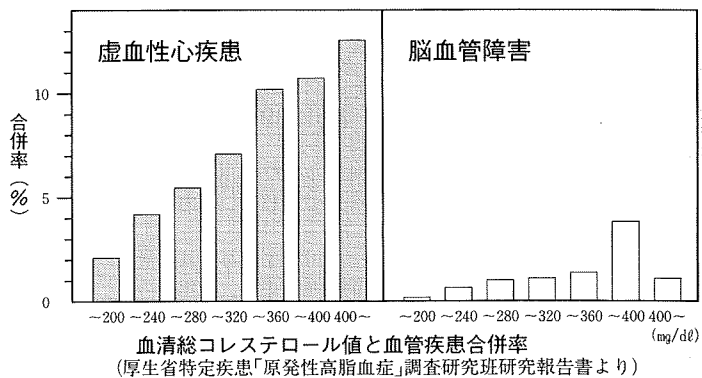
6、高血圧、糖尿病、高尿酸血

症の治療

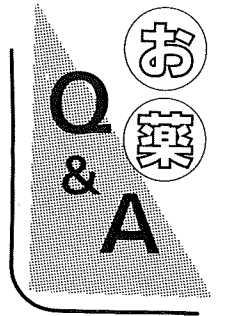
これらの疾患は医師の指導下での食事療法や内科的治療により十分に管理することが必須です。

血液脂質の正常値(mg/dl)

Table with 2 columns: 血液脂質項目 (Total Cholesterol, Triglycerides, HDL-C) and 正常値 (mg/dl) (130-220, 50-150, 40-60)



血清総コレステロール値と血管疾患合併率 (厚生省特定疾患「原発性高脂血症」調査研究班研究報告書より)



**Q** 薬を飲んだら、お酒は絶対にダメなのでしょうか？

**A** お酒と接する機会の多いシーンですが、「飲んだら乗るな」という交通標語と同じように「薬を飲んだらお酒は飲まない」これがルールです。

昔から「百薬の長」といわれるお酒は、適度なら気分を楽しくさせ、身体が暖まり、快い睡眠が得られるなど多くの利点があります。しかし飲みすぎて肝臓の処理能力を超えると、二日酔いになったり、長い間には肝炎や肝硬変の原因になります。薬の代謝を司るのも肝臓ですから、お酒と薬をいっしょに飲むと肝臓に大きな負担をかけることとなります。またアルコールと薬の相互作用により薬の効き目が強く現れて危険な状態になることもあります。例えば、

血糖降下剤：血糖値が下がりすぎ昏睡状態になったり、精神障害を起すことがあります。  
降圧剤：血圧が一時的に下がりがすぎてフラフラしたり吐き気を催すことがあります。  
睡眠薬・精神安定剤：めまい、頭痛、動悸などをおこしたり、呼吸が抑制されることがあります。  
鎮痛剤：胃腸の出血を起し易くすることがあります。

以上のような危険性が指摘されていますし、この他の薬でも作用が増強されたり抑制されたりします。また、市販のカ

ゼ薬程度ならお酒を飲んでもいいだろうとか、以前両方一緒に飲んでもなんとかなったから、という自分の勝手な判断は、自分の身体で賭をしているようなもの、大切な身体のため



にお酒は我慢してください。薬を栄養ドリンク剤で飲むと効きそう!! と思っている人がありますが、ドリンク剤には意外とアルコールが多く含まれているものもありますので一緒に飲むのは避けましょう。  
薬を服用している時のルールを守って一日も早く健康をとり戻されるのが最良と思います。

### あまからアドバイス

#### ビタミンたっぷり健康野菜

忘年会、新年会と宴会続きで、最近野菜が不足がちではありませんか？

「なぜ野菜が必要か？」

野菜は成人病予防効果満点の食べ物。野菜には体が円滑に活動するのを助けたり、病気に対する抵抗力を養うビタミンやミネラル、食物繊維などの大切な栄養素がいっぱい。さらに最近の研究では、野菜を毎日とる人ほど、ガンの死亡率が低いことが注目されています。そんな「元氣者」野菜を一日三〇〇グラム(緑黄色野菜と淡色野菜を1対2の割合で)食べるようにしましょう。

「一日三〇〇グラムを上手にとる七カ条」

(1)朝食を必ずとる  
朝食を抜くと一日三〇〇グラムの確保が困難に。朝食は必ずとり野菜も食べる。

## 100gはこのくらい

| 淡色野菜      |              | 緑黄色野菜        |          |
|-----------|--------------|--------------|----------|
| ごぼう       | 中1本          | ほうれん草        | 1/2〜1/4束 |
| れんこん      | 約5cm         | 小松菜          | 1/4束     |
| 玉ねぎ       | 中1/2個        | 春菊           | 1/4束     |
| ししとう      | ひとつかみ        | にんじん         | 1/2本     |
| 大根        | 約3cm         | オクラ          | 11〜13本   |
| キャベツ      | 葉2枚(手のひらくらい) | かぼちゃ         | 2〜3切れ    |
| きゅうり      | 1本           | にら           | 1束       |
| セロリ       | 1/4本         | ピーマン         | 中4個      |
| レタス       | 1/2個         | さやいんげん       | ひとつかみ    |
| なす        | 1個           | ほうれん草        | 1/3〜1/4束 |
| きゅうり 1本   |              | さやいんげん ひとつかみ |          |
| 玉ねぎ 中1/2個 |              | にんじん 1/2本    |          |
| なす 1個     |              |              |          |

(2)野菜の目安量を覚える

一日三〇〇グラムとるには朝・昼・夜に一〇〇グラムずつとるのが目安。その目安量を覚えておく(図1)。

(3)毎日がサラダにならないように  
生野菜だけでは量がとれず、緑黄色野菜が不足がちになる。茹で

たり、炒めたり、煮たりする料理の工夫を。  
(4)一日五〜七種類の野菜を食べる  
各々野菜は栄養価に個性があるので種類を多く。  
(5)献立に困った時はなべ料理を  
なべ料理には野菜は欠かせません。白菜な

どは煮るとかさがかなり小さくなるので、多く食べられる。  
(6)外食のときは出来れば定食を  
井物、麺類だけでは野菜不足。定食物だとちよつと安心。ときには一品野菜料理を加えて注文を。  
(7)野菜料理はゆめに作っておく  
多めに茹でて作って、密封容器に入れ冷蔵庫で保存すると、すぐ食べられて便利。

### 野菜の健康効果

あごを鍛える  
野菜は食物繊維が多く、よくかまないと食べられない。

虫歯の予防になる  
よくかまないと食べられないので、唾液がよく出て、歯の表面が洗われる。

#### 食物繊維

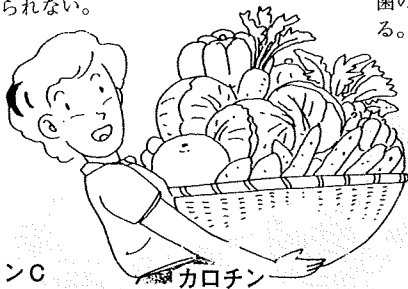
便通をよくして大腸ガンを予防。糖尿病の改善や動脈硬化の予防、高血圧の予防にも効果がある。

#### βカロチン

体内でビタミンAに変わり、ガン予防効果が。皮膚や粘膜を強くする。

#### ビタミンC

ガン予防に効果。ウイルスや細菌性の病気にも強い。ストレスの軽減作用にも。



### アメリカギャングの神話的人物

アル・カポネ(1899-1947)

1899年1月17日ブルックリンで出生。21歳のとき、禁酒法時代のシカゴに移り、権力と商才を發揮。

1942年にできたベニジリンを授与された最初の患者の一人で29年間梅毒を患い、8年間の刑務所生活で憔悴し、1947年1月25日 48歳 フロリダの別荘で、脳内出血、気管支肺炎を併発し、永遠に眠る。

### 博愛会だより

#### 京都府保健医療

##### 功労賞受く

京都府は平成四年度の保健医療功労者十二人と三団体を選び十一月二十七日府公館で表彰式が執り行われました。この賞は地域の健康づくりに貢献した人及び団体に贈られますが、今般本院は昭和三年より永年にわたる、地道な医療活動が認められ京都博愛会病院がはれて受賞の榮譽に輝きました。午後二時からの表彰式には富田院長が出席され京都府の荒巻知事より表彰状と副賞が授与されました。全職員が受賞のよろこびをわかちあうと共に、また、



これにおごることなく、益々身を引きしめて、これからも地域医療の発展のために努力することをかたく誓い合いました。



#### 双樹会

##### 文化祭

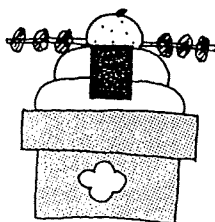
博愛会病院と富田病院には両院職員の相互共済や福利厚生を増進と共同生活の充実を目的とした『双樹会』があります。

職員の親睦と連携を高める当会の行事に慰安旅行や忘年会などがありますが、年中行事のひとつ、『文化祭』が去る十一月十四日晴天の下、にぎやかに今年も開催されました。たくさん模擬店、アトラクションにみんなで楽しい一時を過ごしました。



模擬店は体育部のバレーボール部、山岳部や各職場の看護婦や事務員等が出店し、汗だくの大奮闘。日頃見られない賑わいに、入院患者さんもつい病室から外出され見物に来られました。

また、ロビーでは文化部の作品展示があり、書道部、絵画部、洋裁部、生花部が日頃の活動成果、



作品を披露しました。患者さんも「すごいなア」と足を止め観賞されていました。

### ドクター紹介



京都博愛会病院

副院長 笹川万里子

昭和九年八月兵庫県生まれ。血液型はA型。三十四年関西医科大学を卒業後、大学の精神科医局に入局、京都市心身障害児診療所を経て五十六年当病院へ来られ六十年に副院長就任。専門は児童精神科、この分野の権威者の一人。

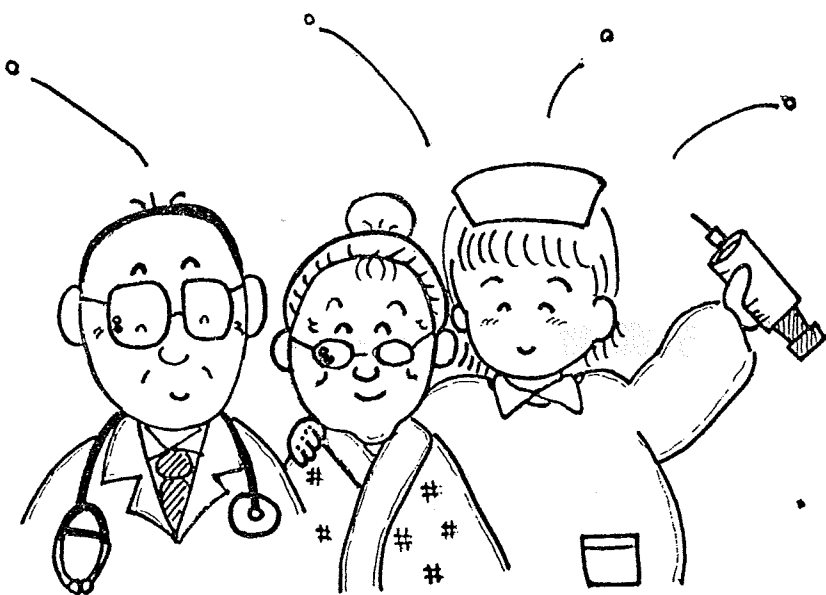
抱負は病院の周囲の環境を含めた自然を医療にとり込む広大な構想で、内科・精神科の両領域にわたるリエゾン精神医学の推進に注力。保健所の精神相談員、府保母試験委員等の公職の他に各界からの講演依頼など院外でも幅広く活躍。『現代社会と子供の発達』についての講演は聴講者から好評。趣味は仏画、茶道等多芸多才。家族は一男二女孫一人。NHKテレビドラマ等で活躍の重森孝子さんは実妹。

### 私達の職場

#### 富田病院第3病棟

私達の勤務する富田病院は、賀茂川のほとりにあり、この三階にある三病棟からの眺めは、春は桜並木に新緑、秋は紅葉、冬はユリカモメの乱舞と四季折々の風景と自然に恵まれいつも私達と患者さんの気持ちをはぐしてくれています。当病棟は老人内科が中心で、五十床中、三分の二は介護が必要な患者さんです。看護婦は若いスタッフを中心で、詰所の中は明るく活気に満ちています。

患者さんの機能回復にリハビリ訓練への援助や、病室での運動にも心掛けています。定期的に流腸を行う患者さんも多く、大量に排泄があると「爽快」。こちらまでスッキリとした気分になります。日夜、便にも負けず、尿にも負けず?! いつも笑顔をもっと!



に頑張っています。「看護婦さんがやさしく、うれしいです」という言葉を耳にするたびにやがいを感じます。外科病棟のような華やかさはあ

りませんが、それぞれの患者さんの個性を少しでも生かせるような看護を目指し、スタッフ一同、今後も努力していきます。