

# BETHEL 2016年5月号(第154号)

松山ベテル病院 松山市祝谷6丁目1229番地 TEL089-925-5000  
ホームページ <http://www.bethel.or.jp/>

## ボランティア総会



春爛漫の4月9日土曜日、ボランティア総会が開催されました。ベテル病院、ベテルホーム、三番町クリニックデイケアセンターで活動されているボランティアさん（登録97名）のうち、24名の方たちが参加してくださいました。

それぞれの場所での活動報告がありました。さまざまな形で、陰になり日向になり、聖愛会を支えてくださっていることを痛感し、30年以上続いているこのボランティアさんの働きに心から感謝するとともに、大変誇りに感じました。さらに感動したことは、参加してくださったボランティアさんたちがどなたも「ボランティアをすることで私が励まされています」「ここに来ることが楽しみです」「自分が慰められます」と口々に言われたことです。ボランティアさんの姿に聖愛会のスタッフが励まされていることは言うまでもありませんが、ボランティアさん自身も楽しんで活動される・・・これが継続していく「鍵」なのですね。皆様もボランティア活動に参加されませんか？

(ボランティアコーディネーター 森 菊子)

ボランティアを希望される方は、以下までご連絡下さい。

松山ベテル病院 (TEL 089-925-5000)

eメール: [volunteer@bethel.or.jp](mailto:volunteer@bethel.or.jp)



# 自然放射線と人工放射線

( 放射線課 )

自然放射線は、国や場所によっても様々に変化します。今回は自然放射線について簡単に解説を致します。

## 自然放射線の量



宇宙からやって来た放射線や、地面の放射性物質から発生した放射線が、私たちの身体に当たっています。(外部被ばく)

また、空気中の放射性物質が呼吸によって肺に入るとともに、食物中の放射性物質が食事によって身体内に入り、それから発生した放射線が、身体に当たっています。(内部被ばく) これらを合計すると、私たち1人1人に1秒間に1万個以上の自然放射線が当たっています。

その量を実効線量にすると、日本の平均的な値は2.2ミリシーベルトとなっており、世界平均は2.4ミリシーベルトです。中国広東省陽江では、5.87ミリシーベルトとなっています。

自然放射線の量は場所によって変わってきます。日本全国を県単位で見ても、最も高い岐阜県は1.19ミリシーベルト、神奈川県は0.81ミリシーベルトと、1.5倍ほどの差があります。海外をみると、ブラジルのガスパリは10ミリシーベルトと、日本の10倍近い値です。これは土壌中のモナザイトという鉱物のためといわれています。

また、高度によっても自然放射線量は変わります。航空機で東京都ニューヨークを往復すると、0.2ミリシーベルトの放射線を受けることになります。地上から高いところほど、宇宙からくる放射線(宇宙線)の量が多くなり、1万メートル以上の高度では、地上(海面)の約150倍の宇宙線が降り注いでいるからです。

※シーベルト：人の体が放射線を受けた時の影響を表す単位

## 人工放射線の量



胸のX線検診(1回)は、約0.05ミリシーベルト。胃のX線検診(1回)で、約0.6ミリシーベルトです。ちなみに胸部X線CT撮影検査(1回)は、約6.9ミリシーベルトです。

最後に、検診は年に1回、自分の身体を知る大切な検査です。ぜひ受けることをお勧めします。

## 外来からのお知らせ

◎ 5月の豊田 泰孝 医師（精神科・心療内科）外来診療日のお知らせ  
5月11日（水）、5月25日（水）

### ◎ ゴールデンウィーク休診のお知らせ

5月3日（火）～5日（木）は外来全科休診となります。体調不良等がありましたら、医師・看護師が当直していますので、まずはお電話にてご相談下さい。

ベテルの桜  
2016.4.6



## ベテル保育園が開設しました

4月に、病院敷地内のクローバーハウスの、職員の子どもを対象としたベテル保育園が開設されました。

家庭的な雰囲気大切にしながら、子どもたちの成長を見守っていきたく思います。気軽に覗きにきて下さい。

よろしくお祈いします。

（保育園主任 魚尾 伊智美）



## ベテル句会

窓辺にて

小雀我を

のぞきしか  
（角田 正司）

道後山

昼月軽く

霞けり  
（本馬壽）

病状の

日々快方や

木々芽吹く  
（よしひこ）

青空に

吸い込まれたい

今すぐ  
（匿名）

嫁ぐ子に

今年かぎりの

雛おさめ  
（河田 和子）

のこり花

すずめとまりて

餌さがす  
（門田 節子）

アカシヤの

並木懐かし

旧満州  
（谷 節子）

春光や

三色すみれ

背景に  
（清家 つねみ）

投句箱は受付・各病棟・5階リハビリ室に設置しています。皆様のご投句をお待ちしております。

『ベテル通信』についてのご意見やご要望をお待ちしております。

発行日 2016年4月25日