



BβEテLH通E信L

2025年3月号（第260号）

松山ベテル病院 松山市祝谷6丁目1229番地 Tel.089-925-5000
ホームページ <https://www.bethel.or.jp/>

ホスピス精神を大切にした全人的なケアの実現をめざして

3月、木の芽が膨らみ春の訪れを感じる季節となりました。聖愛会でも2025年度に向けての新体制の準備が刻々と続いています。

ベテルでは、今年度、初めての取り組みとして、第1回目のリーダー研修を実施しています。キャッチコピーは“未来の君達は、ベテルの未来”です。11月から月に1回のペースで、午後から半日5回シリーズで実施中です。現在4回終了しています。聖愛会の各部署の中堅スタッフが集まり『リーダーシップについて』『問題解決』『自己開示』『コミュニケーション』『組織について』『コンセンサス』『セルフモチベーション』『人材育成』『人材評価』などの講義やグループワークを行っています。半年後には、各自が実施した自部署の問題点をあげて取り組みの成果発表会が行われるというプログラムです。講師もベテルの職員が行い聖愛会での手づくりの研修会です。受講者も講師も真剣に研修に臨んでいます。

理事長の中橋先生は、研修の冒頭の挨拶と、自ら行った『リーダーシップについて』の講義で「リーダーはオーセンティックであってほしい。本物を追求してほしい」と訴え、受講者は本物とは何かを模索しています。

私は、2021年4月、吉村美穂前看護部長の後を引き継ぎ、4年間看護部長として活動させていただきました。コロナ禍と重なり初めて体験する事も多くありました。看護部長としての取り組みの中で、就任した年に聖愛会教育委員長として“聖愛会における人材育成”のマニュアルを作成し、キャリアラダーを用いて『業務実践能力、自己教育・研究能力、組織役割遂行能力』の段階的支援を目指しました。しかし、組織全体の研修会への自主的な参加は難しく感じていた中、中橋先生の発信により、今回の研修を企画でき、組織全体で聖愛会が掲げるキリスト教の『愛の精神』を基本理念として、心のこもった医療・看護・介護で地域医療に貢献できる職員の育成を目指す第1回の研修の実施に至りとても嬉しく思っています。聖愛会に勤めるすべての職員が、理念の継承と専門職としての実践能力の向上を目指し、患者さま・利用者さまそしてご家族にとって最良の医療・ケア・サービスが提供できる組織であってほしいと願っています。そのためにも今回の研修は、チームの一員として効果的に良い影響力を発揮し、目標達成に向けて主体的に実践できる職員の育成に繋がると考えています。

私事となりますが、看護部長としての職務は、3月をもって退くこととなりました。今は亡き障害を持つ兄と職場事故で脊椎損傷となった父の世話をしながら私たち家族を支えてくれた母親が、91歳になりました。忘れる事が多くなり、時間の感覚が混乱し、眠っている時間も多くなりました。残り少ない母親との時間を多く持ちたいと思います。これからも、ベテルで半日だけお仕事させていただきたいと思っています。在任中は、ご協力とご支援ありがとうございました。

（看護部長 中野 民子）



やる気と三日坊主



皆さまいかがお過ごしでしょうか。体調に気をつけていますか。私は、日々の散歩と温泉で鋭気を養っています。散歩は、概ね決まった道筋を歩いています。以前は万歩計を持ち歩いていたのですが、最近はスマートフォンに付属している万歩計の機能を用いています。歩数、速さ、歩幅、歩行のぶれ、はたまた階段をどれくらい上ったかなども自動で計測してくれます。別のアプリでは、地図上に散歩の経路を示してくれます。歩数に応じポイントを獲得できるアプリや、仮想空間内で四国のお遍路参りができるものなどもあります。どのアプリも、やる気を上げ、また持続させるように応援してくれます。やる気がある時は、そのアプリで歩数などを確認し、今日はよく頑張ったなあと満足します。ただの歩行の記録ですが、記録されることで様々な考えを浮かびあげることができます。昨日はいつもより少なかったから、今日は意識して歩こう、階段を使用しようなどの反省も生まれます。継続させるために必要なことは、小さな成功体験です。開始早々に少しでも満足感を感じたら次につながります。三日と言わず、ほんのわずかでも達成感を感じることが重要です。成功体験を感じることができなければ継続できず、三日坊主となります。三日坊主は堪え性のないことの代表ですが興味をわくことに飛びつく行動力があることとなります。様々なことに興味をもつためには、周囲にアンテナを張り巡らせる必要があります。私の散歩もスリムになりたいという欲求から始めました。私のように、ダイエットを行い、その結果自分を変えたいという思いを持ったことがある方は少なくないと思います。10 kg減らすぞ、目指せ OO kg と願っただけは膨らみます。SNS や雑誌、テレビなどで紹介されたダイエット法が自分に合っている、楽にダイエットできそうなどというひらめきから飛びつきます。問題意識を持っていることは良いことですが、少しでも辛ければ意思が崩れ、今日だけはさぼっても大丈夫と思うとそのまま流されていきます。少しでも頑張り続けるためには、少しでも目標に近づけようとする気持ち、やる気が持続することが大切です。費用が掛かっている事なら、せめて何か成果が出るまで続けたいともったいないとも考えるのですが、やる気の継続には様々な障害があります。厳しく取り組むと無理をすることもあります。やる気が継続し、成果を上げつつペースを乱さないゆっくりとした取り組みが大切ですね。

(院長補佐兼ホスピス医長 坪田 信三)



“ゲートキーパー”をご存知ですか？

ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話をきいて、必要な支援につなげて、見守る人のことを言います。

全国の自殺死亡者数は、平成 24 年に年間 3 万人を下回ったものの、依然として深刻な状況にあります。松山市では令和 4 年に 94 人の方が亡くなっており、未だ自ら尊い命を失うという憂慮すべき事態が続いています。医療、福祉、経済、教育、地域などの関係機関との密接な連携のもと、自殺を個人の問題ではなく社会全体の問題としてとらえ、地域の実情に応じた様々な自殺対策に取り組んでいます。

一人ひとりが自殺に対する関心と理解を深め、自殺対策の担い手として寄り添えるように、ゲートキーパーの役割は非常に重要です。悩んでいる人に気づき、必要な支援へつなげていくことができるよう、働きかけています。

《ゲートキーパーの役割》

気づき

- 眠れない
- 食欲がない
- 口数が減った
- 体調の不調が長引く
- 酒量が増す
- 死別体験・過重労働
- 引っ越し
- 出産などの生活の変化

傾聴

- 本人の気持ちを尊重する
- 話せる環境づくり
- 心配していることを伝える
- 否定せず対応
- 「大変でしたね」「話してくれてありがとうございます。」「ねぎらいの気持ちを伝える

声かけ

- 眠れてますか？→2週間以上続く不眠はうつサイン
- どうしたの？
なんだかつらそうだけど
- 何か悩んでる？
よかったら話して。
- 元気ないけど、大丈夫？
- 何か力になれることはない？

つなぎ

早めに専門家に相談するように促す。
丁寧に情報提供をする。

見守り

暖かく寄り添いながらじっくり見守る。
連携した後も必要があれば相談に乗る。

(引用：松山市ゲートキーパーハンドブックより)

次回(4月号)では専門的な相談機関のご紹介をします。

「医療相談室・地域医療連携室」では関係機関との連携をとり、相談をつないでいます。お気軽にご相談下さい。

(医療相談室 社会福祉士 花田 未久)

外来診療日のお知らせ

◎豊田 泰孝 医師（精神科・心療内科）

3月5日（水）、3月19日（水）

◎3月の休診

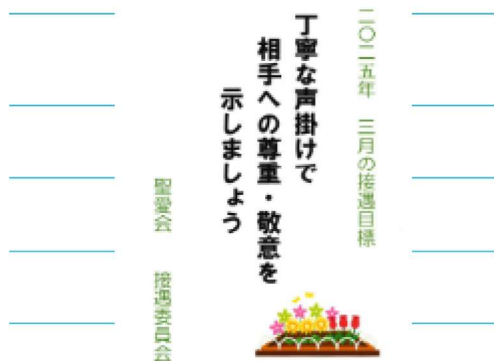
松井 貴司 医師（内科） 3月19日（水）

坪田 信三 医師（内科） 3月24日（月）



松山ベテル病院では、接遇目標・医療安全推進目標をかかげています

3月 接遇目標



接遇委員会

3・4月 医療安全推進目標

つもり積りが事故のもと



医療安全委員会

新人紹介

まつもと りな
松本 里奈

配属部署：4階病棟

職種：看護師



抱負：今までの経験や知識を最大限に活かし
患者さま、ご家族にやさしい看護が
提供できるよう頑張っていきます。



ベテル旬会

春の黒猫
松尾芭蕉の
句碑を詠む
(吉森公恵)

ベテルガーデン

- ・投句箱を外来・各病棟に設置しています。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、ご意見やご要望を「ご意見箱」へお寄せください。
- ・掲載中の写真についてはご本人、ご家族の許可を得ています。

発行日 2025年2月25日