

広  
報  
T E N S H I - H O S P I T A L

# 天使びょういん

秋号  
2024  
OCT  
vol.74

タイトル:「シマリス」 撮影:中神由美子



  
INDEX

- p2-3 天使のお産特集「出産期」
- p4 Inside hospital「呼吸器内科」
- p5 レシピ  
「子供の偏食～魚を食べてもらう工夫～」
- p6-7 エッセイ「わたしの○○」(第19回)
- p8 お知らせ



# 助産ケア



## 出産



## 立ち会い分娩



ご主人にもサポートをしてもらい生命誕生の瞬間を共有。

生まれたての赤ちゃんをご主人が抱っこ♪  
※早産や急速墜娩等の場合、途中退室や立ち会い分娩をお断りする事があります。ご協力をお願い致します。

※陣痛室ではご主人以外のご家族1名の方に付き添っていただけますが、分娩室内に入室できるのはご主人に限らせて頂いております。



## 分娩

妊娠中から検討していたバースプランに沿って、思い描いた出産に近づけるようサポート(腰をさする、ツボ押し、そばにつきそう、散歩やシャワー浴、アロマなどのサポートをしています)。

ひとりひとりの思いを大切に、満足のいく出産になるようにお手伝い。

陣痛室では可能な限り助産師が付き添い、痛みの緩和を図りながら呼吸法のリード。



### 無痛分娩(2024年5月から再開)

分娩が計画通りに進みやすいことから、経産婦に限り完全予約制で対応しています。

産痛が緩和され満足度が高いのが特徴です。麻酔することでの影響(リスク)を考えながら安全にお産できるようにお手伝いしています。

### 帝王切開

赤ちゃんが生まれてから早期に父母と面会できるような対応で早期接触による愛着形成のお手伝い。術後寝たままの状態でおっぱいをあげられるよう介助します。

助産師は、医師やその他の専門職スタッフと連携、協力しながら、お母さんと赤ちゃんに寄り添い、妊娠、出産、育児の心配ごとや不安について一番良い方法を一緒に考えサポートします。2回目の今特集では、出産期についてお送り致します。

## 取り組み

### 母親学級

お産力UP(お産のこと)帝王切開クラスで安心して出産できるようにイメージ化をはかるお手伝い。



### カンガルーケア

生まれてすぐの赤ちゃんをお母さんの素肌の胸に抱っこ……  
※助産師が母子の状況を判断し、安全を確保しながら見守り、行います。



### 緊急対応

母子ともに安全が守られるように緊急帝王切開、出血、新生児蘇生などの万が一の事態に備えてシミュレーションを実施し訓練をしています。



### 「ご出産おめでとう!!」

ささやかですが、おめでとうの気持ちを込めて天使病院からギフトをお贈りしています。タリーズコーヒーからも「出産おめでとうチケット」を贈らせて頂いています。



No. 35

呼吸器内科

石黒 昭彦先生 (Akihiko Ishikuro)



医局から派遣された病院が、まだシスターたちのいらっしゃった天使病院でした。その後、深川市立病院などで勤務した後、今回天使病院でまた勤務することとなりました。長く通われていらっしゃる外来患者様や職員の方から声をかけて頂くことがあり、懐かしく思われます。これまでの経験を生かして、微力ではありますが、呼吸器内科診療に貢献したいと思っています。

### 呼吸器内科について

気管支・肺など、呼吸に関する診療を行う部門です。肺炎、肺癌、気管支喘息、間質性肺疾患（主に慢性に経過する、息切れなどの症状を伴う肺炎様の疾患）COPD（シーオーピーディー：喫煙等が主因で、咳・痰・息切れなどの症状を伴う慢性の疾患）睡眠時無呼吸症候群などが、代表的な疾患となります。必要に応じて、北海道大学病院や関連病院と連携を取りながら、診療を行っています。

### プロフィール

■ **経歴**：1983年、北海道大学医学部卒業。第1内科学教室（現在、呼吸器内科）に入局し、函館市立病院、砂川市立病院などで研修を受け、医局に戻ってからは白石保健所などの勤務とともに肺癌のリーサーを行いました。その後、天使病院、深川市立病院等の勤務を経て、2024年8月より、天使病院勤務。

### ■ 専門分野について

呼吸器一般の疾患を診療しております。以前天使病院に勤務していた折も、睡眠時無呼吸症候群等も診療しておりました。

### ■ 趣味・特技

いまだに漫画とアニメ鑑賞です。「葬送のフリーレン」第2期制作発表の報に接し、とても喜んでおります。ゴルフなど運動は、ほとんどしていません。

### ■ 石黒先生ってこんな人♪（西7病棟スタッフより）

石黒先生は以前天使病院で勤務されていたこともあり、先日入職されたばかりでしたが、すぐに病院の雰囲気になじまれています。親身に患者さんやご家族のお話に耳を傾けて、わかりやすく説明してくれる、患者さん想いの優しい先生です!!これからもよろしくお願いします!





# 子供の偏食～魚を食べてもらう工夫～

魚は、特に鮮度が少し落ちただけでも味覚に違和感が出ることで、食べなくなることがあります。生食用と書かれた魚を加熱調理することで、臭みが少なくなるので魚を選ぶ際に試してみることをお勧めしています。調理前に振り塩をし、魚から水分を抜くと生臭さを軽減することができます。出た水分をキッチンペーパーでしっかり拭き取り、生姜や梅などを使って煮込んだりすると食べやすくなります。しかし、魚と分かった段階で食べない場合は、混ぜ込んでしまいましょう。子供の好きなチャーハンなどに小さくほぐして入れてみたり、ハンバーグのネタの中に一緒に混ぜることで、少しずつ慣れていってくれる場合もあると多く聞かれます。また、鶏のから揚げを、白身魚のから揚げにしたりと、普段の肉料理メニューを魚に変化させてみるのも試してみてください。色々試してみても結果が得られないと、悩むことも多くなるとは思いますが、子供は成長とともに好き嫌いが変化します。食べなかった食材を食卓から排除することなく、子供が食べられる食材を食べさせつつ、気長に待ってみてください。子供と一緒に買い物をする際に、魚を選んでもらい、かごに入れてもらうなどのお手伝いをする。食事作りに関わってもらい、食卓でもお手伝いしたことを話題にすることで、興味を持ってもらうことも食べるきっかけになると言われています。ほんの少しでも苦手な食材を少しでも食べることができた場合は、沢山褒めてあげましょう。褒められることで、次の行動へつながります。焦らずに見守っていきましょう。

管理栄養士 梅津千恵子



## さけマヨ



- |                 |   |                 |
|-----------------|---|-----------------|
| ・生鮭 …………… 2切    | A | ・マヨネーズ …… 大さじ2  |
| ・片栗粉 …………… 大さじ1 |   | ・砂糖 …………… 小さじ1  |
| ・オリーブ油 …… 大さじ1  |   | ・酢 …………… 小さじ1/2 |
|                 |   | ・しょうゆ …… 小さじ1/3 |

### 【作り方】

- ① 鮭は1口大に切り、片栗粉をまぶす。フライパンにオリーブ油を熱し、鮭の両面がきつね色になるように火をとます。
- ② 鮭が入るサイズの容器にAの調味料を合わせ、①を絡めて盛り付ける。



## じゃがしらすの韓国風味おやき



- |                  |                |
|------------------|----------------|
| ・じゃが芋 …………… 300g | ・しらす …………… 50g |
| ・水 …………… 大さじ1    | ・ピザ用チーズ …… 60g |
| ・片栗粉 …………… 大さじ3  | ・韓国のり …… 10g   |
| ・水 …………… 大さじ3    | ・オリーブ油 …… 小さじ2 |

### 【作り方】

- ① じゃが芋は皮をむき1口大に切り、耐熱容器に入れ水大さじ1をかけ、ラップをし電子レンジで5～6分加熱する。柔らかくなったら、マッシャーで潰す。
- ② ①に片栗粉と水を加え滑らかになるまで混ぜる。しらすとチーズ、手で揉みながらのりを混ぜ合わせる。
- ③ フライパンにオリーブ油を敷き、②を食べやすい大きさに丸め並べる。火を付けゆっくりと両面がきつね色になるように焼き上げる。

# てんしびょういん エッセイリレー「わたしの〇〇」

第19回

## 「僕の愛した絵本パートV」

耳鼻咽喉科 主任科長 及川 敬太



皆様こんにちは！本誌上で僕の大好きな絵本を紹介させていただく機会もとうとう5回目となりました。読んでいただき本当にありがとうございます。

ただ、2023年秋号では「僕の絵本のエッセイもこれが最後だと思います」と書いていたくせにどうなっているんだ？嘘つき！と思われる読者の方もおそらくいらっしゃると思います。僕もそのつもりでした（三男も高校生になりましたので、さすがに絵本を語る資格はないと思いました）。しかしながら、本稿を書いている2024年8月現在、北海道立文学館では絵本作家降矢ななさんの原画展が開催されており（図1）、10数年ぶりに降矢ななさんの絵を見て、再び絵本について書きたくなりました。ちなみに2020年夏号で初めて絵本のエッセイを僕が書いたきっかけのひとつが北海道立文学館の「せなけいこ展」でした。僕は北海道立文学館の前を通過して通勤しており、特別展の立て看板を必ずチェックするので、影響を受けてしまうのです。

### ・「めつきらもつきらどおんどん」(図2)

遊ぶ友達が誰もいないので、かんたくんは神社に来ましたが、やっぱり誰もいません。しゃくだから大声でめちやくちやの歌を歌っていたら、風が吹いて奇妙な声が神社の巨木の穴から聞こえて来ました。かんたくんが穴を覗き込むと、異世界に吸い込まれてしまいました。そこにへんでこりんな妖怪？3人組が現れて（図1の右上の絵）、遊んであげないと号泣してしまうので、仕方なくかんたくんは順番に遊んであげましたが、どんどん楽しくなります。遊び疲れた妖怪3人組は眠ってしまい、異世界で心細くなったかんたくんは「お母さん」と叫んだところ…。

降矢ななさんの絵本作家としてのデビュー作で、おそらく最大のヒット作です。表紙はやや怖そうなイメージですが、内容はとても楽しく、リズム感の良い文体で三男に読み聞かせをするととても喜びました。



北海道立文学館の「降矢なな原画展」のポスターです。右上の絵が「めつきらもつきらどおんどん」の妖怪3人組です。

### ・「ふうせんねこ」(図3)

おねさんがとにかくぶんぶん怒ります。かたつけるのが嫌でプー、妹にお菓子をあげるのが嫌でプー、買って来なきゃ、プー、ご飯は嫌だ、お菓子がいい、プー、何度もほっぺたを膨らましているうちに、ふくれたおねさんはお空に浮いて、遙か彼方に飛んでいってしまいました。とうとう夜になり、三日月の下で屋根の上からお母さんが呼んでも帰ってきません。

### ・「しょうぼうじどうしゃ じぶた」(図4)

ある町の消防署のお話です。はしご車の「のっぽさん」、高圧車の「ばんぶくん」、救急車の「いちもくさん」がいて、火事のたびに大活躍します。一方、古いジープを改良したちびっこ消防車「じぶた」もいましたが、消防署に見学に来た子どもたちは「なんだ、ジープをなおしたのか」なんていうだけでした。しかしある日の山小屋での火事の際にはじぶただけが細い山道を通ることが出来、現場にかけつけました。川の水を汲み上げて放水して消火し、大活躍して山火事を未然に防ぎました。それからは見学に来た子どもたちも「やあ、じぶたがいるぞ！ちびっこでも、すごく性能がいいんだぞ」と人気の消防車になりました。

発表されたのは1963年の「こどものとも」であり（刊行は1966年）、とてもクラシックな絵柄で、登場する車体はいずれも1960年代のボンネット型です。この絵が現代の子どもたちに受け入れられるのはちょっと謎です。長男に購入してあげましたが、不思議とお気に入りの絵本でした。

### ・「ぶたのたね」(図5)

走るのが遅すぎて、野菜と木の実しか食べたことのないオオカミは何度もブタを追いかけてますが、捕まえることができません。オオカミが泣いているとキツネ博士がやってきて、自分の研究室に招待し、そこで彼が発明した「ブタの種」をくれました。ブタの種は大きく育つとブタの実がなるというわけじゃ、とのことで、早速ブタの種を植えて、一緒にもらった早く大きくなる薬をかけていると、どんどん大きな木に成長し、たくさんブタが枝からぶら下がるようになりました。オオカミは喜んでいて、何とその日はゾウのマラソン大会の日です。ゾウの大群が地面を揺らし、ブタはすべて落ちてしまい、一匹を残して、ゾウのあとにくっついて、行ってしまいました。でもオオカミは足が遅いので、追いつけません。しかしながら一匹だけ、木から落ちて失神しているブタをみつけたので、早速丸焼きの準備を始めましたが…。有名な佐々木マキさんのナンセンス絵本でシリーズ化されており、「またぶたのたね」、「またまたぶたのたね」、「あやしいぶたのたね」なども面白いです。

### ・「火垂るの墓」(図6)

僕の自宅の奥の奥から、本稿執筆のため絵本を探していたら偶然出てきました。しかも終戦記念日の8月15日に、いつ購入したのか記憶が定かではな

いのですが、読むと僕自身が泣いてしまうので、三男に読み聞かせをすることが上手く出来なかった絵本です。有名なスタジオジブリの映画を絵本にしたもので、今さら説明は不要なのですが…。

昭和20年、神戸に暮らす14歳の清太、4歳の節子、そしてお母さんは大空襲に見舞われました。清太と節子は何とか逃げ延びますが、お母さんは空襲で焼かれて死んでしまいました。巡洋艦に乗っている海軍大尉のお父さんも死んでしまったことが後でわかりました。親戚の叔母さんの家にご厄介になるものの、折り合いが悪くなり、叔母さんの家を出て、防空壕で二人だけで暮らし始めます。しかし食べ物の入手が困難となり、節子は栄養失調で衰弱し、病院にかかるもどうしようもありません。貯金をはたいて少しばかりの食べ物を手に入れた清太が、衰弱した節子の口に小さく切ったスイカを入れると、「おいしい…」、かすかに微笑みます。「にいちゃん、おおきに…」、そうやって節子は静かに目を閉じ、そしてそのまま目を覚ましませんでした。昭和20年8月22日のことでした。それから1ヶ月後、やせ衰えた清太は、三宮の駅で死にました…。

あらすじを書いているだけで目が潤んできてもどうしようもありません。TVで放送されることがすっかりなくなった本作ですが、絵本ならいつでも読めますし、平和の大切さを子どもたちに伝えるうえで語り継がれるべき作品と思います。

### ・「そらめくんとめだかのこ」(図7)

ずーっと雨が降って、そらめくんたちの遊び場に大きな水たまりができました。グリーンピースの兄弟やえだめくん、さやえんどうさん、ピーナッツくんは自分のさや(ベッド)を船にして遊び始めましたが、そらめくんは大事なベッドが濡れるのが嫌なので、自分のベッド(さや)を船にすることは拒絶します。しかしみんなが遊んでいるのが羨ましくなり、無理やりピーナッツ君のベッドに乗り込みますが、体の大きなそらめくんには小さすぎて、ひっくり返ってふたりとも水の中に落ちてしまいました。そこでメダカの子に出会います。メダカの子は雨で小川から流されて困っていました。そこでそらめくんたちはメダカの子のために一肌脱ぎます…。「そらめくんのベッド」に続く本作はみんなで協力することの大切さ、困っている人を助けることの大切さが子どもたちに伝わる内容です。

最後に)いづれも比較的長い年月絶版にならず時代の変遷に耐えることができたロングセラーの絵本たちであり、安心してお子さんに読み聞かせをしていただけるものと信じて、僕の好みを少し入れて、ご紹介させていただきました。お父さんお母さん世代でも読んだ記憶がある絵本もあるかもしれません。皆さんの絵本選びの一助になれば幸いです。

図2



### 「めつきらもつきらどおんどん」 長谷川摂子作、ふりやなな絵 (福音館書店)

1985年初版発行で現在も版を重ねており書店で購入できます。三男がもう一度読んでみたい絵本のひとつに上げてくれました。札幌市中央図書館には畳半畳もあるような巨大な紙芝居も収蔵されておりリズム感が抜群でとにかく読み聞かせにぴったりです。ちなみに降矢ななさんは現在スロバキアに在住されているそうです。

図3



### 「ふうせんねこ」 せなけいこ作・絵 (福音館書店)

1972年初版発行で、1997年第46刷を現在も持っています。せなけいこ先生の代表作の一つで、「あーんあんの絵本」の箱入り4冊セット(あーんあん、ふうせんねこ、ルルちゃんの靴下、きれいなほこ)の一冊として当時1歳の長男のために購入しました。今も版を重ねている超ロングセラーです。英訳版も出版されていて、題名は「Balloon Cat」、何だかそのままですね。

図4



### 「しょうぼうじどうしゃじぶた」 渡辺茂男作、山本忠敬絵 (福音館書店)

初版は1966年で、僕より年上の絵本ですが、なんと現在も版を重ねていて、英訳版(題名: Jeeper the Fire Engine)も出版されたことがある、奇跡の一冊です。ちなみに作画の山本忠敬さんは大正5年生まれ(1916年)で、2003年に87歳で亡くられています。作者の渡辺茂男さんは昭和3年生まれの児童文学者で2006年に78歳で亡くられています。印税はどこにいくのでしょうね?

図5



### 「ぶたのたね」 佐々木マキ作・絵 (絵本館)

初版が1989年で現在も版を重ねています。なお第2作の「またぶたのたね」は16年後の2005年に発刊されています。作者御本人は「またぶたのたね」出版に際し、「私は相変わらず馬鹿なことを考えて絵本を作っています」とのことですが、いえいえ、このナンセンスとユーモアこそが佐々木マキ先生の人気の秘訣だと思います。

図6



### 「火垂るの墓」 原作野坂昭如、監督高畑勲 (徳間書店)

正確に言えば、絵本とは言えないと思いますが、「徳間アニメ絵本シリーズ」の第5作であり、天下の徳間書店が「絵本シリーズ」と銘打っているのだから、絵本として取り扱います。初版は1988年で、僕は2009年版を持っています。新潮社から出ている野坂昭如さん自身が書いた短編「火垂るの墓」も持っていますが、原作を読んでも特に涙は流れません。しかし高畑勲監督の本作はストーリーを知っていても涙が出ます。なお「徳間アニメ絵本シリーズ」はすべて今も版を重ねており、購入可能です。

図7



### 「そらめくんとめだかのこ」 なかやみわ作・絵 (福音館書店)

1999年こどものともで発表され、2000年に傑作集として発刊されました。大人気絵本「そらめくんのベッド」の続編であり、続編を読みたい、という読者の要望に答えて発刊されたそうです。もちろん今も購入可能です。絵が可愛く、優しい気持ちになれる絵本です。今回紹介した絵本の中では最も新しく絵柄も現代的です(それでも25年前ですが)。

## 天使病院 糖尿病デーイベント開催します

11月14日はインスリンを発見したバンディング博士の誕生日であり、糖尿病治療への画期的な発見に敬意を表し、世界糖尿病デーとされています。

毎年天使病院では糖尿病デーイベントを開催しており、11月13日(水)10時より、天使病院西棟1階、旧透析室にて開催する予定です。糖尿病について、透析センターの紹介、サルコペニアのミニレクチャーと握力測定会、先着順にもらえるプレゼントなど豪華なラインナップとなっておりますので、是非お越し下さい。

また、11月いっぱい正面玄関近くの天使ギャラリーにて糖尿病についてのポスター展示と糖尿病デーのテーマカラー『青』をモチーフにした写真やペーパークラフトを展示予定です。皆様のお越しをお待ちしています。



## 糖尿病 予防教室について

オンライン(オンデマンド)方式の糖尿病予防教室を開催しています。

視聴期間は掲載から3ヶ月間です。詳しくは天使病院のホームページをご覧ください。



▲ホームページ

## スケジュール(2024年10月~12月)

月	タイトル	担当者
10月	動脈硬化の話	医師 辻昌宏
	食べてもいいの?お菓子・果物・飲み物	管理栄養士
11月	糖尿病と脂肪肝	医師 吉田和博
	糖尿病の運動	理学療法士 右近香菜子
12月	3大合併症~糖尿病網膜症~	医師 曾根昭子/ 鈴木智子
	バランスの良い食事~外食・惣菜・年末年始	管理栄養士

1月以降の予定については、改めてご案内させていただきます。



## 表紙の写真紹介

画題 秋のお仕事

エゾモンガと表紙のエゾシマリス、そしてこちらのエゾリスは北海道にいるリスの仲間になります。冬眠をするエゾシマリスは秋のうちに食料を調達しなければなりません。大量のドングリを土の中に深く掘った巣穴に運びます。大きく膨らむほっぺには10個以上は入れられるので少し重いかも知れませんが一気に運びます。冬の間時々起き出して食べているのだそうです。一方のエゾリスは近くの地面に場所を変えてひとつずつ丁寧に埋めて行きます。何事も準備が大切なことを教えられますね。



撮影者:中神由美子(細菌検査室/愛用機種:canon EOS90D)

広報誌 「天使びょういん」第74号  
発行日 令和6年10月15日  
発行人 院長 山本浩史  
編集 「天使びょういん」編集委員会

## 編集後記

新人の私がずうずうしくも編集後記を締切日に書かせてもらっています(ごめんなさい)。表紙のエゾシマリスも可愛いらしく素敵なのですがカメラ大好き子として、適度な前ボケ素敵ですよね。山本新院長とともに躍進する為、できる事をコツコツと準備するイメージから選ばせて頂きました。北海道の短い秋、十分に満喫できるよう想いを馳せながら締めくりたいと思います。

