



TAKAHASHI

日和坂

ひよりざか

vol. 44
2014. 7

箱館歴史散歩の会が訪問されました

高橋病院がある函館山のふもとの「西部地区」を中心に、さまざまなテーマに沿った「街歩き」を実践する【箱館歴史散歩の会】をご存知でしょうか。毎年4～11月に、主催の中尾仁彦さんの案内で行われており、毎回たくさんの方々が街の探索に参加されています。

中尾仁彦さんといえば、函館を知り尽くし、『箱館はじめて物語』の著者。この「街歩き」は観光案内とはひと味違う、函館のバックボーンである大火や開港の歴史を学びながらの散策、街を深く知りたい方にはおすすめのイベントです。

平成26年5月30日、好天に恵まれたこの日は【第119回箱館歴史散歩の会】で「医療ゆかりの地巡り」というテーマで街歩きをされており、高橋病院へもいらっしやいました。

当院理事長の高橋より参加した皆さんへ函館や高橋病院の歴史、そしてこれからの函館の医療や介護の展望などの講演をさせていただき、参加された方々はメモを取りながら熱心に耳を傾けていらっしやいましたが、時折驚きの声や笑い声も混じりながら和やかな時間となりました。



講演後は参加された方々から「これからもがんばってほしい」「また話が聞きたい」というありがたいお言葉を次々いただきました。また、講演に使用した当院の会議室は、伝統的建造物の天使寮を利用しているため、建物の写真を撮る方もいらっしやいました。

中尾仁彦さん主催のこの「街歩き」は末広町のまちづくりセンターなどで開催予定などがわかるようですので、興味のある方は参加してみたいはいかがでしょうか？

郷土の歴史再発見ウォーク

箱館歴史散歩の会

主宰 中尾仁彦

第119回 箱館歴史散歩の会

医療ゆかりの地巡り

幕末・明治期の函館の医療は、ロシア病院、アメリカ人医師などの影響を受けながら、北海道のパイオニアとしての地位を確立します。その影響は、市立函館病院のルーツである箱館医学所や私立病院に大きな足跡を残します。

なお、函館の私立病院で2番目に歴史がある、社会医療法人高橋病院を訪問します。

日 時：平成26年5月30日(金) 午前10時から12時30分
集 合：函館市地域交流まちづくりセンター(十字街田丸井デパート)
コース：函館最初の私立病院→函館最初の女医診療所→公立豊川病院
博愛医院→道愛女学校(北海道最初の女医)→ロシア病院
3代目函館病院(元町)→2代目函館病院(愛宕町)→高橋病院

第120回 箱館歴史散歩の会

湯川巡り(その1)

明治31年の馬車鉄道さらに101年前の路面電車の開通により、大きく姿容をとげた湯川地区。温泉客ならびに電車の利用者増加のため、数々の誘致策を講じたその昔を巡ります。

日 時：平成26年6月6日(金) 午前10時から12時30分
集 合：湯の川温泉 花びしホテルロビー
コース：函館競馬場→市電駒場車庫→柏野運動場跡→新世界・湯の川遊園地跡
湯の川球場跡→旧戸井線→湯川川の33観音→龍吟寺→柳の井戸跡

※ 公共交通機関を利用の上ご参加ください。花びしホテルの駐車場は利用できません。

申し込み：不要 お気軽にご参加ください。小雨決行
参加費：100円
問い合わせ：電話 55-9809

スライドを使いながら説明をする高橋肇理事長(写真左奥)と、熱心に話を聞く参加者の様子。あっという間に時間が過ぎてしまいました。

糖尿病と食事について

管理栄養士 新井田祥子

みなさんはもうよくご存知だと思いますが、糖尿病とは、膵臓から分泌される血糖値を下げるインスリンというホルモンが上手く働かなくなり、慢性的に血糖値が高くなる病気です。

では血糖値が高いとどのような症状があらわれるのでしょうか。

- ・口渇 ・多飲 ・多尿
- ・食べているのに痩せる
- ・空腹感 ・疲れ易い

初期ではほとんど自覚症状がありませんが、左にあるような症状がみられます。

問題は長期間放置することによる

合併症の発症

代表的な糖尿病合併症

- 網膜症
- 腎症
- 神経障害
- 動脈硬化症
(脳梗塞・心筋梗塞・足の壊疽など)

*糖尿病の合併症は一度進行してしまうと、治療することが難しいため、起こさせない・進行させないことが重要です。

～ 治療の3本柱～

1. 食事療法 → 治療の基本です。
2. 運動療法 → 運動をしない方が良い、制限した方が良い場合もあります。医師に確認してください。
3. 薬物療法 → 服薬上の注意点を理解しましょう。

糖尿病治療のための基本 食事療法

糖尿病の食事療法は、良好な血糖コントロールを保ちながら、さまざまな合併症を防ぐことを目的としています。食事療法の基本は、適正なエネルギー量の食事をバランスよく食べることです。

適正なエネルギー量は一人一人違います。年齢、性別、身長、体重、活動量等を考慮し医師が決定します。

バランスの良い食事とは、主食(ご飯・パン・麺などのエネルギー源)、主菜(魚・肉・卵・大豆製品などの蛋白質源)、副菜(野菜・海藻・きのこなどのビタミン・ミネラル・食物繊維の供給源)や乳製品、果物を3食の食事に組み入れ必要な栄養素を摂ることが出来る食事のことです。

糖尿病食はアルコール以外に食べてはいけない食品はありませんが食べる量には気を付けなければいけません。

～ 主な注意点 ～

★ ご飯やパン、麺などの主食

エネルギー源となる糖質を多く含むため、食べ過ぎはエネルギーの過剰摂取に繋がります。指示された量を守りましょう。

★ 芋類

食物繊維が豊富ですが糖質も多く含むため、芋類を多く使うおかずの時には、主食の量を調整しましょう。

★ 果物

ビタミンCの供給源ですが吸収の早い果糖が多いため摂り過ぎには注意しましょう。

★ 菓子類の間食

基本的にしないようにしましょう。菓子類には、食塩・砂糖・油などが多く使われています。砂糖は吸収が早くすぐに血糖値を上昇させます。また、血液中の中性脂肪を上昇させます。

★ アルコール

アルコールを飲むと食欲増進の効果による食べ過ぎや、糖尿病の薬を使用の方は低血糖を起こしやすくなるため、基本的には禁酒です。飲酒については、医師の指示に従ってください。



当院では、管理栄養士が医師の指示のもと、栄養食事指導を行っております。

また、医師・看護師・管理栄養士からなる透析予防診療チームで糖尿病透析予防指導を実施しています。

指導ご希望の方は、看護師または管理栄養士までお気軽にお申し付けください。

売店が新しくOPENしました



当院2Fの一角が変わったことに気付いた方も多いかもかもしれません。売店があたらしくオープンしました。

コンビニのように季節に応じたお弁当やお菓子・飲み物のほか、雑誌や急な入院に必要となるような生活雑貨などもご用意しております。「こんなモノを置いてほしい」というリクエストに応じてもらえることも。院内を回るワゴンサービスがお部屋にお伺いした時にでも、気軽にリクエストしてみてくださいね。

ベジユニ始めました



ハーブや野菜を育てる水耕栽培キット 旭化成の『ベジユニ』。消費電力の少ないLED照明の点灯で必要な光量をしっかりと確保し、週に1度の水交換の簡単なお世話だけで良いというナルホドなアイテムです。種まきから約40日後にはスピード収穫できますので、入院中に一通りご覧になれると思います。

受付前ロビーや病棟のデイルームなど何カ所に設置し、それぞれ生育具合を楽しんでいます。

伝統的建造物 天使寮



《キレイに塗装し直されコントラストが映える天使寮》

正面玄関は三角屋根に半円を乗せた扉が可愛い雰囲気を出しています。茶色に塗られた下見板と、真っ白な妻壁の木骨を露出させたハーフティンバーは、函館に現存する洋館では少し珍しい北欧風のデザインです。この坂の上に立つ函館工芸舎(旧岡本邸)や、田上義也設計の函館プレーリーハウス(旧佐田邸・現日和茶房)などとはまた違ったデザインです。下見板張りの洋館は函館開校以来根付いた建築ですが、昭和初期のモダンなデザインも取り入れられたのかもしれません。

この天使寮が立つ日和坂の下には、北洋漁業時代ににぎわった東浜棧橋があり、海員の歩く姿が目に見えます。

高橋病院の日和坂側に伝統的建造物に指定されている【天使寮】がありますが、6月に外観の補修作業を行いました。

日和坂自体も一昨年から今年にかけて石畳を敷いてきれいに整備されており、一気に素敵な坂になったなあと感じております。

今回補修した天使寮は、1978年(昭和53年)に函館白百合学園からヨゼフ寮として使っていたこの建物を譲り受け、現在は高橋病院の会議室として多目的に使用しております。以前は看護師の寮として使用しておりました。

歴史を遡っていくと、元々は明治初期、北洋漁業が全盛を極めていた頃に海員ホームとして建てられた木造2階建ての建物。1階大広間は船員の社交場として使われていたようです。建物はのちに、1928年(昭和3年)に建て替えられました。



《東浜棧橋まで続く日和坂》

キレイで気持ち良い街を 今年もゴミ拾い実施しました

平成26年4月24日(木)サービス向上委員会では、お昼休みの時間を使ってボランティアにて病院周辺の「ゴミ拾い」を実施いたしました。

平成22年9月より開始したこの活動も第6回となりました。回を増すごとに参加する人数も増え、今回は32名の職員がゴミ拾いに汗を流しました。

地域の方からも「頑張ってください!」とのお声掛けをいただき、わたしたちの心も浄化されました。

これからの医療・介護といった場面では地域のみなさんとの繋がりが非常に大切になります。病院がある元町をはじめ、函館の西部地区が、そして函館全体が元気であるよう、小さな活動ですが病院として地域に何ができるか、地域と共に歩んでいけるよう、活動を継続したいと思います。



編集部からのお知らせ

- 次回の『日和坂』は11月発行予定です。
- 前号の第43号日和坂で初版分のみ“号数”と“年月”の表記に誤りがございました事をお詫び申し上げます。
- 『日和坂』につきましてご不明な点などございましたらお気軽にお問合せ下さい。

0138-23-7223 佐々木(総務管理課)まで



患者様の権利

1. 適切な医療とケアを受ける権利
2. 人格を尊重される権利
3. プライバシーを尊重される権利
4. 医療上の情報、説明を受ける権利
5. 自己決定の権利
6. セカンドオピニオンを求める権利

高橋病院の基本理念

地域住民に愛される、信頼される病院

高橋病院の方針

- 一、生活を支えるリハビリテーション医療を提供いたします。
- 一、チームワークのとれた魅力ある職場をつくります。
- 一、思いやりとおもてなしの心をもったサービスを提供いたします。
- 一、地域に根ざした連携文化を育みます。

