



[院是] すべては患者さん・利用者さんのために

# 南東北 ふくしま

令和3年8月1日 Vol.126

[発行] 南東北福島病院・リハビリ南東北福島  
〒960-2102福島市荒井北三丁目1-13/TEL024-593-5100

## 関節リウマチを患った宣教医 ジェームス・カーティス・ヘボン



南東北福島病院 副院長  
整形外科 佐藤 弘一郎



今回ご紹介するのは、ヘボン式ローマ字のヘボンです。ローマ字そのものは、イエズス会の宣教師が日本にやってきたころからありますが、ポルトガル語、スペイン語流発音に沿って表現されており、その後はオランダ語流発音表記でありました。ヘボンはスコットランド出身のアメリカ人であり、ヘボン式は米語流表記のローマ字ということでもあります。具体的には、ポルトガル式のシは、xiで、オランダ式siですが、ヘボン式はshiです。そもそも、なぜヘボンはローマ字が必要だったのでしょうか？彼は、プロテスタントの宣教師として安政六（1859）年に来日しています。彼は、プロテスタントの教義を日本人に伝えるために辞書作りにとりかかりました。

そこで使われた文字がヘボン式ローマ字というわけです。ところで、ヘボンという名前を英語で書くとHepburnです。オードリー・ヘップバーンと同じです。今は、ヘップバーンと表記しますが、幕末時代はヘボンだったんですね。漢字で平文。当時は、人によって表記はまちまちだったようです。

彼は、プロテスタントの宣教師として来日していますが、実はお医者さんです。文久元（1861）年に神奈川の宋興寺で診療所を開設します。幕府の圧力で五か月で閉鎖されましたが、一日百人くらいの患者があり、眼球摘出の手術や痔瘻の手術もしたそうです。また、日本で初めての下肢切断術を行った医師としても知られています。慶応三（1867）年に歌舞伎役者の澤村田之助の下肢切断をしています。ちなみに、お雇い外国人医師ベルツが来日したのが明治九（1876）年です。



井深梶之助

そしてヘボンは、明治二十二（1889）年に、明治学院大

**今月のなかみ**

- ▼2面|| 健診センターより
- ▼3面|| お口の健康教室「オーラルフレイルとは」、栄養ひとロメモ「冬瓜」、薬剤科だよりの4面|| ゆきうさぎ通信、今月のレシピア「冷やし梅そうめん」



山下りんのイコン



白河ハリストス正教会

学初代総理に就任して、その頃、ヘボンのリウマチは悪化しており、アメリカへの帰国を希望するようになります。彼に変わる総理候補が米国留学から帰国するのを待っていました。そのヘボンの弟子、二代目総理が、会津藩ゆかりの井深梶之助です。井深梶之助は会津日新館校奉行井深宅右衛門の長男に生まれました。会津若松城が落ちると、洋薬を修業しようと横浜の修文館で英語と神学を学んだ。彼が、明治学院大学の二代目総理に就任する際にヘボンは、「井深氏は、その名の示す通りカジであります。私は明治学院という船にこの新しい舵を付けました。この船はこれからどのような方向に乗り出しましょうも氏の舵は決して進路を誤りますまい。」と挨拶したそうです。梶と舵の語呂合わせを使えるほどに日本語に通じていたことがうかがえるエピソードであります。

白河ハリストス正教会もヘボンと縁がある教会です。明治十一（1878）年にパウエル澤辺琢磨司祭により7名が受洗し、発足しました。その7名のうちに中野東太郎と儀三郎がいます。東太郎は、

(2面につづく)

(1面からつづき)  
 眼病を患い幾人もの医師にかかったが良くならず、失明寸前になって、横浜にへボンという名医がいると聞き、上京し診療を乞うたら、明快な診療で平癒したそうです。さて、治療費を支払おうとすると、

へボンは一銭も受け取らず、「ただ、天なる神父(かみ)に感謝せられよ」と言いつて帰したそうです。  
 そして、明治四十四(1911)年に米国で九十六歳の生涯を閉じました。

参考文献  
 村上文昭 へボン物語 明治文化の中のへボン像  
 教文館  
 高谷道男 へボン 吉川弘文館  
 山田風太郎 人間臨終図巻4 徳間文庫 2011  
 より

# 脳検診と脳萎縮解析検査(VSRAD)のご案内

## 検診センターより

皆さんは当院で実施している「脳検診」をご存知ですか？

脳検診は無発症あるいは未発症の脳および脳血管疾患を発見し、それらの発症あるいは進行を防止することを目的としています。

検査項目は頭部MRI(脳の輪切り検査)・頭部MRA(脳動脈を三次元的に観察する検査)・頸部MRA(頸部の動脈を三次元的に観察する検査)の3項目で、検査自体は15分程度の検査です。

脳の病気は一度障害を受けると再生する能力がないため、早期の発見・治療がとて重要になります。特に高血圧や糖尿病等の成人病や生活習慣をお持ちの方や喫煙習慣がある方、身内

が脳卒中にかかったことがある方は是非一度脳検診の受診をお勧めします。

なお、オプシオンとして「脳萎縮解析検査(VSRAD)」という海馬傍回付近における脳の萎縮の度合いを評価する検査があります。

アルツハイマー型認知症では、海馬傍回付近の萎縮が最も早期にみられるため、VSRADの検査を受けることにより、アルツハイマー型認知症の早期発見を支援することが可能となります。

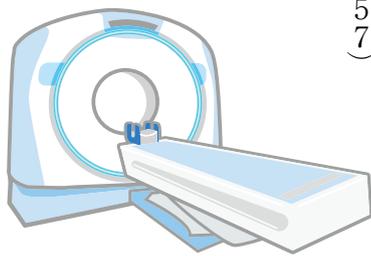
しかし、萎縮がみられる疾患はアルツハイマー型認知症以外にも(前頭側頭型認知症や脳血管性認知症など)がありますので、脳萎縮解析検査のみで、アルツ

ハイマー型認知症と判断するものではありません。

脳萎縮解析検査に異常が見られない場合でも、症状がある場合は外来の受診をお勧めします。

また、この検査は単独でははく脳検診とセットでの受診となり、検査時間は30〜40分程度となります。

詳しくは健診センターまでお問い合わせください。  
 (TEL:024・593・6257)



## 限度額適用認定証の有効期間は切れていませんか？

### 医療相談課より

後期高齢者被保険者証や国民健康保険被保険者証は、有効期間が近づいてくると新しい保険証が自動的に市役所からご自宅へ郵送されてきます。しかし、限度額適用認定証は再度手続きをしなければなりません。すでにお持ちの方は有効期間の確認をお願いします。有効期間が切れていた場合、高額な医療費がかかりますのでご注意ください。

クスビル8階) 組合保険・各組合、勤務先の担当者へ問い合わせ

保険証と印鑑を持参し手続きをお願いします。協会けんぽは申請書を郵送にて手続きが可能です。また、各申請書はホームページよりダウンロードも可能です。

限度額適用認定証が手元に届きましたら、病院受診時・入院時には必ず提示をお願いします。

医療費のことや手続き方法について詳しく知りたい方は、1階医療相談課でお気軽にお声がけください。

(医療相談課 社会福祉士 梅津友理子)

### 申請手続きのご案内

申請先は加入されている健康保険の種類によって異なります。

国民健康保険・後期高齢者：市役所国民健康保険担当課  
 または 支所  
 協会けんぽ：全国健康保険協会福島支部(NBF ユニッ

保険証のご提示をお願いします



# オーラルフレイルとは

## お口の健康教室

高齢になると、筋力や認知機能、社会とのつながりなど、心や体の活力が低下しがちです。この状態はフレイル「虚弱」と呼ばれます。フレイルは筋力などの低下が始まる前に、社会参加の減少や口腔機能の低下から始まるといわれています。

口腔機能の低下の兆候として、硬い食べ物が噛みにくくなった、飲み物でむせるようになった、お口の中が渇くよ

うになった、滑舌が悪くなった、などが挙げられます。このような軽微な衰えを見逃してしまつと、いずれ大きな機能の低下につながっていきま

り、皮全体に粉を吹いてい

す。兆候がなくても、定期的

（歯科口腔外科 歯科衛生士 佐藤奈津子）



## 栄養ひとくちメモ

### 【冬瓜】

冬瓜は冬の瓜と書きますが、夏が旬の野菜です。冷暗所で保存すれば寒い時期までもつことから漢字で「冬瓜」と記すようになったと言われています。

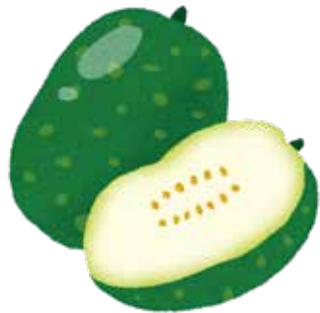
冬瓜は成分の約95%が水分の低カロリー食材です。むくみや血圧の改善に効果のあるカリウムを多く含んでいます。冬瓜を選ぶときはずっしりと重みがあ

るものが完全のサインです。カットされているものは、果肉が白くてみずみずしく、種がしっかりと詰まっているものを選びましょう。

冬瓜は丸のままなら冷暗所で保存します。使い切れない場合は、皮をむき、カットしてから冷凍しましょう。

冬瓜は温かい料理でもおいしいですが、夏の時期は冷たい料理にもおすすめです。

鍋に油を熱し、鶏挽肉を炒めます。鍋にだし汁・みりん・醤油・塩・生姜・冬瓜も加え、軟らかくなるまで煮れば冬瓜と鶏挽肉の煮物の完成です。



（栄養管理科 管理栄養士 佐藤あゆみ）

食べる直前まで冷蔵庫で冷やせば暑い夏にもさっぱりと食べられます。（参考：JAGグループ とれたて大百科）

## 薬剤科だより

みなさん、災害時の備えは万全でしょうか？災害時に持ち出すものと言えば、缶詰などの非常用食料品や飲料水、懐中電灯や携帯用ラジオ、電池などが思いつくところでしようか。また定期的に服用・使用している薬があれば、非常用の持ち出し物品として欠かせません。

東日本大震災のような大規模災害発生時の初期には、緊急度の高い救急患者さんが優先されます。またかかりつけの病院も被災し、通常の診療が行えないこともあります。災害時の備えとして、いつも飲んで

非常時用として薬を取っておくと薬が古くなってしまう恐れがあります。そうならないよう、処方された日付が分かるようにし、常に古いものから順に服用します。

また、お薬手帳は大切です。お薬手帳があれば、大規模災害などでかかりつけ病院への受診が困難な場合、別の病院で同じ処方をしてもらうことが容易となります。やむなく避難所で生活しなくては

を元にして、災害処方箋が発行されることがあります。普段飲んで

お薬手帳は、緊急の場合に役立てられるよう、外出時

必要です。いつ起こるか分からないのが災害です。普段から備えておくことが重要です。

（薬剤科 薬剤師 柳沼歩）



# ゆきつりやぎ通信



発行  
リハビリ南東北福島

## 「紫陽花」をテーマに作品作り

ようやく梅雨入りした6月の初旬より、リハビリ南東北福島では、「紫陽花」をテーマとした作品作り（貼り絵）を行いました。大きな紫陽花の下絵に合わせながら、参加されたご利用者様同士、細かい作業でしたが協力し合いながら貼り絵を行っていききました。初めは皆さんで会話を交わしながら楽しんで作業行っていました。徐々に会話が無くするほど、真剣に集中して取り組んでいる様子が見られました。何度も作業に参加されているご利用者様から「ここはこの間、私が貼り付けたのよ。」と話しも聞かれ、自信を持って取り組んでいる様子が伺えました。完成した貼り絵の紫陽花を見て、ご利用者様皆さん「やっ」と出来たね。「綺麗だね。」という声が聞かれました。今回「貼り絵」という細かい作業ではありましたが、皆さん熱心に取り組む姿が多く見られていました。また一から作り上げた達成感も



生まれたのではないかと思えます。今後も様々な作業を取り入れながら、ご利用者様と多くの事を共感し、皆さんに有意義な時間を過ごして頂ければと思います。

## ベランダ農園

草木も茂る6月初旬、リハビリ南東北福島では夏の園芸の準備が始まります。

各階のベランダでは、春まで眠っていたプランターへ栄養豊富な土への入れ替えが行われていました。ミニトマト、ナス、キュウリ、ひまわり、マリーゴールド、夏野菜や色とりどりの花の苗などが揃い、いざ植えていきます。「ひまわりはこっちのプランターがいいね」、「トマトはどんどん伸びるから、支柱を立てよう。肥料もしっかり入れて」と、昔

の畑仕事を思い出しながら、作業がはかどります。あつという間に、ベランダ農園の出来上がりです。作業を終えた利用者様たちは、「真っ赤なトマトが実るといいね」、「ひまわりの芽はどのくらいで出るかな?」と、農園の野菜や花たちが育つのを楽しみにしている様子。

しばらく農園の水やりを担当制で行いながら、野菜が実った夏ごろには収穫祭が行われる予定です。



# 今月のレシピ

## 冷やし梅そうめん



冷たいつゆと梅干しの酸味が◎夏バテで食欲がないときでもさっぱりいただけます!

### 作り方

- ①鶏ささみは酒をかけて電子レンジで3分程度加熱する。粗熱が取れたらほぐす。
- ②ねぎは小口切り、みょうがは縦半分に分けて斜め薄切り、青じそは千切りにする。梅干は種を取り除く。
- ③そうめんは表記通りにゆでて、冷水で冷やして、水気を切る。
- ④器に氷を入れ、③を盛り、上に①・②を盛り合わせ、かつお節をふりかける。水で薄めたつゆをかける。



### 効用

うめは医者いらずと言います。梅干は、クエン酸が含まれており食欲増進や疲労回復に効果があります。ただ、塩分も多いのでとり過ぎには注意しましょう。

### 材料(5個分)

- そうめん……………100g (ひやおぎでもOK)
- 鶏ささみ……………1/2本
- 酒……………少々
- 梅干し……………1/2個
- ねぎ……………適量
- みょうが……………1/2個
- 青じそ……………1枚
- かつお節……………適量
- 白だしつゆ+水……………100cc
- 氷……………適量

南東北 **ふくしま** vol.126

発行日 令和3年8月1日  
 発行 (一財)南東北福島病院  
 リハビリ南東北福島  
 住所 〒960-2102  
 福島市荒井北三丁目1-13  
 ☎024-593-5100  
 印刷 石井電算印刷株式会社