

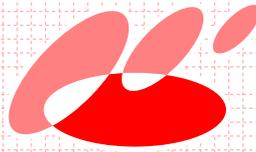
じんだい

第9号

2005.12.20

発行：医療法人社団 欣助会 吉祥寺病院

調布市深大寺北町4-17-1 藪0424 -82 -9151



基本理念

患者様やご家族の側に立った医療
患者様の社会復帰を目指す医療
全職員相互の力を発揮できる医療



吉祥寺病院に赴任して

看護部長 井上 征子

銀杏の葉が見事に色付き、今年も残すところ後わずかとなりました。トンガリ帽子の南欧風リゾートをイメージされた吉祥寺病院に魅せられ赴任して9ヶ月、月日が経つのは本当に早いものです。

私にとって第二の人生の出発は、偶然にも、30余年を経て精神科医療と関わることになりました。若かりし時に、何故精神科を志したか

と申しますと、中学生のとき“心”に興味を持ったためです。それは「忠直卿行状記」という菊池寛の本によって決定付けられました。家来に傳かれて生活していたお殿さまが人間不信に陥って、果ては狂ってしまうという、人間の弱さを描いた小説です。それ以来、どんなに強そうに見える人でも弱さを持っている。その弱さこそが人間らしさなのではないかと思いまし

た。そして、偶然にも高校生の時には考えてもいなかった看護師に、2年間のOL経験を経てなりました。私が、精神科看護を目指した昭和40年代後半の精神科医療は、(と言うほど解ってはいませんが…) 現在とはとても違って、疾患の中身がすっきりしていたように思います。現在は、どんな事が起きても不思議ではない嘆かわしい世の中になってしまいました。現代の世相を反映した対策として、精神科医療が充実される好い機会だと思うのですが。

さて(前置きはこれ位にして)、吉祥寺病院は昨年設立50周年を迎えられ、新病棟の完成と共に移転し、新しい病院機能の基に再始動されたと伺っております。所謂、試行錯誤の時期は16年度で、すでに終了している。従って、17年度は病院を更に充実させる年であると思います。看護部長としての役割は、病院機能評価再審というチャンスを見逃さず、看護部に取り入れ、病院を発展させる事であろうと考えて努めてまいりました。幸い皆様の協力の元に、看護記録推進委員会を発足し略語集を最初に完成して、精神科看護に即した記録の改善に取り組んでおります。また、看護業務指針を改訂し、各病棟と外来に配布致しました。これは、病院という組織の中における看護部の役割と看護職員各々の役割(職務と責任)を理解して頂くための指針であり、良い看護の提供と質を保証するための手段を示しています。是非、熟読されて再認識して頂きたいと思います。

更に、看護手順・看護業務手順は、忙しい日々の業務の中で見直しを進めていますが、見直しの目的は、看護業務を合理化して患者様と接する時間(直接看護業務)を増やすための作業であると考えて頂きたい。看護基準の見直しも1月から始めます。これは吉祥寺病院として提供できる看護内容を基準化し文章化して、患者

様の看護計画を立案する上での基本とし、基本をマスターした上で、個々の患者様に個別性のある看護計画が立てられるようにと意図したものです。日頃の貴重な看護経験が看護計画に活かされるように、プラス思考でお願いしたいと思います。

“じんだい”の発行を機会にお願いばかり書いてしまいました。マニュアルなどなくても伝達がスムーズにできて、同じレベルの看護ができるのが一番と思います。しかし、時代の変化とともに医療の内容も人の価値観も、複雑かつ多様化しています。情報が氾濫している時代だからこそ、お互いのコミュニケーションが必要であると今更ながら痛感しております。地域と協同したチーム医療の更なる充実を祈念して筆を擱きます。



私とネパール

副看護部長 足立 典子

私がネパールを始めて訪れたのは平成6年でした。旅行者である私の印象は、『物質的には豊かでないのに目がきらきらして美しい、品性がある。』と。ネパールの人々の優しさに心引かれ、直ぐにネパールの虜になってしまいました。この11年の間に私は、JICA（国際協力機構）やNGO（国際協力NGOセンター）の派遣で、看護教育、看護管理、ハンセン病患者の看護、村人への援助などを行ってきました。今日は村人への援助について話したいと思います。

〈ネパールは私の心のふるさと〉

ネパールは中国とインドに囲まれた、小さな王国です。北側にはエベレストを含む8000m級の峰々が8座もあるヒマラヤがあります。南側はインドと接しており、お釈迦様はこの地域で生まれています。最貧国の一つであるこのネ

パールは多民族が仲良く生活しており、世界からの旅行者を魅了しています。

〈村でのボランティア活動〉

私が応援している村は首都カトマンズから車で2時間後、さらにインド製のローカルバスで5時間、そして1時間歩いて村にたどり着きます。村には電気はなく、夜はランプか蠟燭を使います。水道は14年前設置されましたので、女性は水汲みと言う重労働から解放されました。

村を訪問しました11年前は、学校に行かず、妹や弟をおんぶしながら畑を耕したり、家畜の世話をしている子どもが多かったです。親の教育への無関心がそうさせていたのです。でも子どもたちは学校へ行きたいと言っていました。子どもの気持ちがきっかけとなり、私のボランティア活動が始まりました。



文房具と衣服を配っているところ

学校に行けないのは、親の無理解と貧しさからです。授業料は無料ですが、教科書や文房具代を支払うお金がないのです。多くの村人が自給自足の生活をしているので現金はわずかしかありません。そのわずかなお金で食料や衣類、薬を購入しなければならないので、教育が後回しになってしまうのです。

そこでまず一人でも多くの子どもが学校に行くことを目標にしました。文房具と衣類を配布することにしました。毎年12月のイベントです。5年間が経過したころ、子ども全員が学校に行くことができるようになりました。この活動に賛同する仲間が増えました。次は入学後ドロップアウトしないよう、卒業できるように援助することを目標にしました。毎年のイベント以外に奨学資金制度を作りました。一人当たり一年間1万円ほどです。貧乏であるが、学習意欲が高い子どもが対象です。また友人の力も借り、中学校を建てました。(ネパールでは政府の資金で学校を建築しません。政治家の息がかかっている地域では建築されますが。)現在は小学校を卒業し、中学校に通う子どもが多く

なりました。

村人は病気になると近くの診療所に3時間かけて歩いて行くか、祈とう師に祈ってもらうか、先祖から言い伝えられた方法(誤った方法が多い)でケアをしていました。そこで、診療所を開設、准看護師を雇って病気の治療や保健教育、家族計画指導を行っています。日本からは医療器具や薬剤を寄付しています。私も村を訪問した時は保健指導を行っています。村人がこの診療所を頼りに生活しているのを見てうれしく思っています。

〈ネパールが私の人生を変えてくれた〉

ネパールでの活動を通して自分の生き方が変わってきました。ネパールへ行くまでは、物質的豊かさを求めて生きていました。しかし今は精神的豊かさの大切さを味わっています。肌の違いや言葉の壁を乗り越えて、『共に生きる』ことの素晴らしさを感じ、『生かされる』ことの幸せを味わっています。小さな活動ですが、少しでも長く続くようにと祈りながら。これが私のライフワークです。



インド製のバスに乗って村へ行きます。日本人は私一人

家族会バザーを終えて

やすらぎ会 飯野 敏

平成17年度活動の一環として、新棟完成を機に久しぶりにバザーを計画し、院長先生よりご快諾をいただき、2月度例会にて、社会療法部：花宮科長、和田作業療法士を中心に準備を始め、幸い病院の文化祭と並行しての開催と成りました。当日、10月15日（土）は、心配された雨も降らずなんのトラブルもなく、大盛況裏に終了することが出来ましたこと誠にありがたく、病院はじめ関係各位のご芳志と奉仕活動等に心よりお礼を申し上げます。

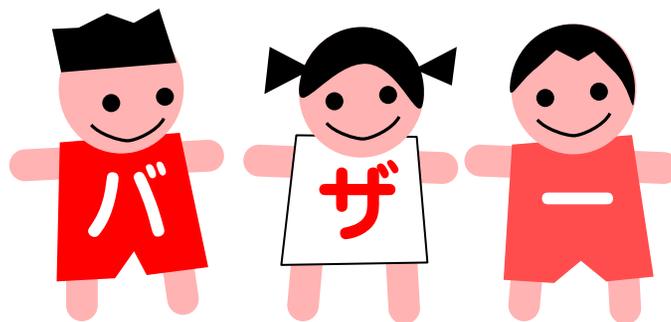
1. 院長、事務長はじめ各部門、特に看護師、精神保健福祉士、作業療法士、施設管理部、社会療法部の方々、また患者の家族の方々さらに地域の方々より物心両面のまごころ一杯の支援を頂いたことは、大きな感動でした。当病院の掲げる「基本理念」の顕現と感じました。

1. バザー案内チラシ配りやビラ張りを通し

て、地元の多くの住民、店、幼稚園などの方々が、病院に極めて好意的であることを改めて実感しております。

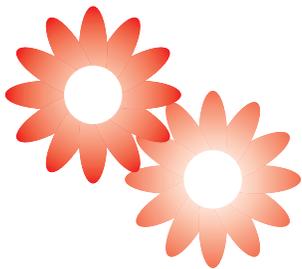
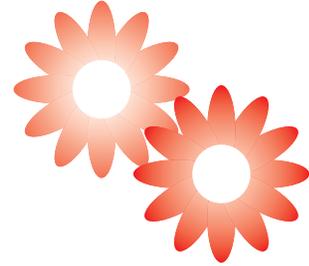
1. バザー会場には、病棟毎に看護師さんに引率された入院患者の方々が多数来場され、賑わいを見せたことはなによりの喜びでした。また看護師さんのキメ細やかで親切な患者への対応や他の患者さんの様子に直接触れる機会を得、眼からウロコがおちました。

お陰様で予想以上の売り上げを得ることができましたが、金額のことよりも家族会の皆さんが心を合わせ、病院の方々と力を合わせ一体となり、患者の回復を念じつつ、賑やかにこのバザーという行事を完結したところこそ大いなる喜びであり、会の活性化に寄与するものと信じます。ありがとうございました。（以上）





バザー



「職員旅行と私」

11月上旬、黒部ダムへ職員旅行へ行ってきました。入社2年目になる私にとって職員旅行は今年2回目の旅行となりました。昨年は台湾旅行だったのですが、台湾で私は憑かれたかのように食べ歩き、言葉の通り食い倒れ、帰国直後に急性腸炎で入院をするはめになりました。そのため周りの方には少々迷惑をかけてしまい、今年こそはしおらしく職員旅行に挑もうと心に決めておりました。しかし、私の意志は甘いものだったようです。今年も開花してしまいました。宴会での皆さんのカラオケ、おいしいワインと共に私はたちまち陽気になり、OTの峰岸さんとオヨネーズの「麦畑」やマツケン

サンバを熱唱し踊り回りました。普段お会いすることのない他病棟のスタッフの方々とも踊ることができ、楽しく心温まる夜でした。

結局今年もお騒がせしてしまった私ですが、職員旅行では吉祥寺病院の多くの職員の方とお会いすることができ、吉祥寺病院は魅力的な職員の方がいっぱいいらっしゃる病院だと再確認いたしました。

最後まで私たちのパフォーマンスを見守ってくれた院長先生、皆様ありがとうございました。来年こそはおとなしく参加させていただきます。



「1本の重み」

A2病棟看護師 山本 昌彦

11月の某日、フットサルの大会に出ている。攻守の切り替えが速すぎて、頭は酸欠でクラクラする。病棟の酸素ボンベが目浮かぶ。今回は有力選手を仕事の都合で欠いていて苦しい展開になっている。初戦は前回4-1で勝ったチームに0-1で敗れた。2戦目も苦戦している。意地でも1勝したいが0-0のままゲームは終盤にさしかかっていた。ゴレイロ（キーパー）がボールを投げる瞬間、勘を頼りにダッシュした。幸運にもボールは狙った選手の足下へ、彼は慌ててボールをはじき、すかさずそれをいただいてゴールへ向かう。実際にボールを持つと日頃イメージしているようなプレーは滅多にできない。今日もまたいつものように何の工夫もなくシュート！ゴレイロの正面に飛んだボールは両手ではじかれたが、ふたたび足下に戻ってきた。彼をかわして押し込もうした瞬間、背後から抱きついてきた。その場に押し倒されて、ファールに怒りがこみ上げる。が、それ以上に熊みたいな男に抱きつかれて気色悪い。ボールは眼前を転がっている。腰と左足をがっちり押さえ込まれていたけど右足はフリー。つま先で蹴りこんだボールは力なく転がってゴールのラインを越えた。そこでホイッスルが鳴り1-0で勝利。泥臭いゴールで…と言い訳すると「シュートに芸術点はないから」と仲間がゴールを称えてくれる。

サッカーを始めたのは一昨年の5月。きっかけはそれよりさらにさかのぼる。息子がサッカーを始めて楽しくてたまらないってときに彼は不運にも病気で半年ほどサッカーを離れた。やっと医師の許しが出たとき、喜び勇んで練習に行ったのに、帰ってきたらどんよりして

いる。彼は順調に上達していた仲間達を目の当たりにして相当落ち込んでいた。で、「練習しようか」ってことでサッカー素人の私と息子の特訓？の日々が始まった。春は気持ちよかったが、真夏は厳しかった。陽が高い時間帯は暑くてたまらない。しかしそれがかえて好都合で、日中の公園は貸し切り状態だった。二人でとにかくボールを蹴りまくった。一度に3時間近く練習した。頭から水をかぶって、2リットル位飲んで、耳の後ろには塩が溜まってザラザラした。そんな日々が半年ほど続いたある日、息子はある小学校の招待試合に出た。試合には負けたが、チームの子が「ケイスケはケイスケだったよ」と言っていた…というのをその子の父親から聞いた。息子のプレーが以前の状態に戻っているということらしい。その後、試合で得点にからむ機会が増えた。市の大会では優勝することができた。大会を通して得点6。この数字を超えることが当面オヤジの目標なのだが現世では無理そう。中学生になった息子は朝練、放課後の部活、体が痛くなるほどのサッカー三昧、空いた時間は父親とのサッカーではなく、プレステやら友達との遊びに費やす。私自身がサッカーにハマってきたところだったのに、カラになった巣に残る親鳥のような境地になってきた。そこで息子のためだけでなく、自分のために練習を始めた。それが一昨年の5月。小学生に混じって笑われながらも基本から。そしてチョモランマFCという、いかにも酸欠で苦しそうなチームに入れてもらい、市のシニアリーグに参戦している。しかし今期得点ゼロ。最近になって日本代表フォワード陣の気持ちがわかるようになってきた。

いくつかの他のチームの練習にも参加させてもらうようになっていたが、そんな中、吉祥寺病院でチームを作ろうという機運が高まり、吉祥寺FCが結成された。渡辺副院長を総監督に迎え、部長は帝京高校サッカー部に在籍していたOT 関谷。総勢20名になるが、他の病院職員、巣立ちの職員、元吉祥寺の職員も含まれている。練習は木曜日の夜、味スタ近くのフットサルコートで。プレーが白熱してくると、様々な性癖が明らかになる。プレーが大人げなかったり。ここで言えないプレーがあったり。そんな中、女性陣は本当にスゴイ。技術の進歩が目に見える。決定的なパスが出るし、初期に比べてシュート数が増え、豪快さと得点力が格段にアップ。もうじき初の公式戦を控えているが、自分の出番が危ぶまれる。本当に脅威だ。だから最近はずますます本気で女性へのパスもカットさせていただいている。「大人げない」とよく言われるがこっちは必死だ。老後に向けた想い出作りでもあるのだ。サッカーができる時間はあと10シーズンあるかないか。「昔サッカーやっててね、ゴールネットを豪快に揺らしたもんさ…」と言ってみたい。義歯をカホカホ言わせながら施設の同室者に思い出を語る未来がすぐ

そこに迫っている。

なんで年中黒いのかとよく尋ねられる。サッカーだと答えるとヘディング上手そうですねと言われる。この場でハッキリ言う。そんなことはない。むしろ避けている。毛が抜けたらどうする。1点の重みより1本の重みだ。私に肩より高い浮き球をよこすヤツはたとえベッカムだろうと許さん。髪の毛の大切さを小一時間説教させてもらう。

実は「吉祥寺FC」は仮称であり、正式名称ではない。自分はReal Madeleine(リアルマドレーヌ=真のマドレーヌケーキ)を推した。スペインの強豪レアルマドリードに似て強そうな名称だし、マドレーヌケーキに王冠を載せたロゴマークまで考案した。が、一人も賛同しない。

私たちと一緒にサッカーしてくれる人はぜひ声をかけて頂きたい。入部には条件があって、「リアルマドレーヌにしましょう」と意見を言ってくれることと、私に肩より高い浮き球のパスを出さないこと。以上の条件を満たせる人は声をかけて欲しい。声をかけるのが怖ければメールでも結構です。kichijoji-fc@hotmail.co.jpまで。吉祥寺FC一同、みなさまの入部をお待ちしております。



—冬の味噌料理—

香ばしさとこくのある味噌は体を温める効果もあるので冬の御飯のおかずにぴったりです

イワシは脳を健康を保つEPA（エイコサペンタエン酸）やDHA（ドコサヘキサエン酸）が豊富で脳、血管、肌が若返ります

イワシのさんがみそ焼き

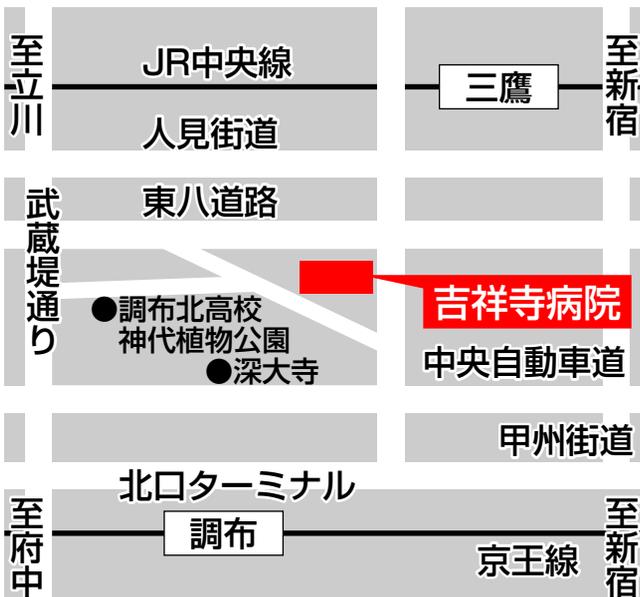
「さんがみそ」とは千葉県九十久里浜から外房一帯の郷土料理。風味豊かな味わい

材料／2人分

- イワシ……………4尾 (220g)
- ねぎ……………1/4本 (25g)
- 青じそ……………3枚
- 信州みそ・サラダ油……各大さじ1
- 青じそ（飾り用、あれば）……2枚
- 1人分4.0点 (316kcal) 塩分1.5g

作り方

- 1 イワシは手開きにして、内臓と骨と皮を除き、細切りにしてからみじん切りにして細かくたたき刻む。少し粘りが出てきたらボールに移す。
- 2 ねぎは小口切り、しそはあらみじん切りにして①に加える。
- 3 みそを少しずつ加えては練り混ぜ、4等分にして丸め、平たくする。
- 4 フライパンに油を熱して③を並べ、弱めの中火で1～2分焼いて裏返し、弱火にして1～2分焼く。
- 5 器に青じそを敷き、④を盛る。



■吉祥寺病院住所／調布市深大寺北町4-17-1

<編集後記>

今回の「じんだい」は吉祥寺病院の「人」「顔」がとても生き活きと出ています。吉祥寺病院って結構魅力的な人が集まり、中身の濃い対応ができそうな病院になってきたと実感しました。(河)

今年の冬は寒いですね。でも寒い冬の向こうには暖かな春が待っている…と思いたいのですが医療費改定も待っている。おお寒～い。(K. U)

今年は何だか一段と寒さを感じるのは私だけでしょうか？12月中に初雪も降り来年はますます寒くなる予感が…。ぜひ吉祥寺FCで体を温めましょう！！(T. S)

今年の冬は寒く、初雪も早かったですね。来年は戌年です。東京にも雪が積もり、庭を駆けまわるわんちゃん達を見れるのでしょうか？私は、吉祥寺FCで走りまわっています！（K）