

じんだい

第16号

2009.4.24

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 ☎042-482-9151



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



当院職員 撮影

リハビリテーション活動について

広報誌「じんだい」をお読みの皆様、こんにちは。当院の桜と芝生の院庭にも春は訪れ、入院している方の作業療法の一環であるゲートボールが、気持ちよく行える季節となりました。

今回は、その院庭と公道にはさまれた当院のリハビリテーションセンターで行われているさまざまな社会復帰活動の一部について紹介します。

もっとも基本になるのが、前述した「作業療

社会療法部 科長 花宮 豊

法」というリハビリテーション活動です。病状がある程度落ち着いたころより、退院を目指して行われる活動です。

退院に向け、生活リズムを整え、基本的な体力の回復を図り、必要な生活技術を身につけることを目的に行われます。

室内でもさまざまな活動が行われますが、春はなんと言っても、散歩などの外出が、気分をさわやかにします。実際に院外に出ることで、

あらためて、現実と向き合う機会ともなります。

調理活動も人気があります。やはり、人間は食べることが基本です。その基本的な欲求が回復してくることも、社会復帰には必要な要素かと思えます。

また、食べることを提供する活動として、月1回第2日曜日に行われる喫茶活動も大変人気があります。ウエイトレス、洗い場、会計、盛り付け担当など、希望にあわせて担当してもらいます。コーヒーやケーキ、ところてんといった簡単なものですが、忙しさは、その辺の喫茶店とは比べ物にならないほどで、1時間半ほどの開店時間に、優に100名以上の方が訪れます。この活動も現実の社会的な活動に近いものがあり、社会復帰のための活動としては有効と考えます。

ところで、「入院は、必要最小限に抑え、可能な限り地域（在宅）生活を目指す。」というのが現在の精神障害を持つ人に対する医療・福祉の考え方です。

そのためのアプローチとして、当院では、SST（生活技能訓練）も活発に行われています。詳細は次号に掲載予定です。また、「社会復帰」とは、単なる退院とは違います。退院した後に、自分の満足する生活を歩み始めて、初めて社会

復帰したと言えます。

そのため、退院した方に対しては、さまざまな形態でフォローアップを行います。リハビリテーションセンターでは、デイケア（日中に行われ、集団活動を利用して、さまざまな社会生活技能を身につけることを目指す）やナイトケアという形で、それぞれの方の社会復帰に協力させていただいています。

また、退院した方の自宅を訪ね、生活の維持や向上を図る目的の「訪問（看護）」も、最近は活発に行われるようになりました。リハビリテーションセンターのスタッフの3分の2は、作業療法士（リハビリテーションを専門とするスタッフ）ですが、ほぼ、毎日誰かが訪問に出かけていきます。

さて、今年度の新たな取り組みですが、当然のことですが、地域で生活している方の支援に一層、力を入れていきたいと考えています。

中でも、「再発の予防」と“希望”を持って生活をしていただくという視点から、デイケアや外来での作業療法に、新たなプログラムを導入することが大きな課題になっています。

非常に大雑把な文章ですが、皆様に、何か伝わるものがありましたら、うれしい限りです。



喫茶「カトレア」のメニューとその様子

新人コーナー

「私と精神科の出会い」

A4病棟 看護師 ME

昨年の11月からA4病棟に勤務させていただいています。

現代の家族の多様化に伴って、看護のニーズも時代の変遷とともに大きく変化してきているのではないかと感じています。

以前はアルコール専門病院に勤務していました。近頃では合併症をもつ患者様と接することも多くなり、幅広い精神疾患の方々と関わることに興味を持ち、専門的な知識や理解を深めたいと思っていました。

吉祥寺病院に入職した当初は、出合ったことのない患者様の症状や言動に戸惑いました。しかし病棟カンファレンスでの場や経験を持った

先輩方から学び、1つ1つが知識の糧となり、喜びや楽しみとなる貴重な経験をさせていただいています。改めて、患者サイドに立つということ、患者様を理解するということがどういうことなのかを考えさせられ、ますます精神科看護を実践していきたいと思うようになりました。

まだまだ戸惑うことも多い毎日ですが、吉祥寺病院の恵まれた環境のなかで、私の目指す看護の実践に少しずつ挑戦していきたいと思っています。



精神科看護師を目指す理由

B2病棟 看護師 MA

私は元々心理学に興味があり、看護学生の頃、精神科実習を楽しみにしていましたが、初めて精神科病院に行った際に一般病棟とは違った独特の雰囲気・閉塞感・患者様の様子を見て驚くと同時に患者様に対して恐怖感が芽ばえてしまい、自分には精神科で働くのは無理だと感じ、一般科へ就職しました。

一般科では主に身体的なケアを中心に看護し、日常を援助してきましたが、日々の業務に追われ、患者様の不安や訴えなどをしっかりと見てあげられずにいたような気がします。

そして月日が経ち、看護師として何がやりたいかを考えた時、一度は諦めた精神科病院で働

いてみようと思い、吉祥寺病院に就職することに決めました。

働き始めて精神科は今まで私が働いてきた一般科とは違い、学生の頃に受けた印象は変わらず不安な面も多いですが、スタッフの方々も優しく指導してくださり、私の不安も緩和されつつあります。

まだまだ患者様との関わり方や対応、看護の実践などわからないことだらけですが、これから少しずつ学びながら自分なりの看護を見つけていきたいと思っていますので、よろしくお願いします。



精神科に就職したきっかけ

A3 病棟 看護師 SS

私が精神科を志したきっかけは、看護学生だった頃の精神科実習で自己洞察をした時に、気付いていなかった自分の気持ちに気付けたことでした。私は男性急性期病棟に実習へ行き、患者様のあるアクションに対しての自分の対応が、実は自分で思っていたのとは全く違った気持ちで対応していたのだと気付いたことで“自分にはそんな感情があったのか”と新しい自分を発見できた気がして、とても興味がわきました。そのことをきっかけに、私は実習先の病棟へ就職し、精神科看護を学ぶことになりました。

た。病棟が急性期だったこともあり、かなり過酷な勤務でしたが、たくさんの患者様と関わり、色々と学ばせて頂きました。その後は、他の病院や男性急性期以外も経験出来たらと思い、昨年吉祥寺病院に入職し、今回は女性急性期病棟で色々と学ばせて頂いています。それぞれの病院で、考え方の違いがあり少し戸惑う事もありますが、今後も様々な経験を重ねて患者様により良い看護が出来る自分になるよう、レベルアップしていきたいと思っておりますので宜しくお願いします。



深大寺城跡にて

医師 西岡 暁

こんにちは、吉祥寺病院です。

昨年春には、「吉祥寺」というお寺は、500年前に太田道灌が開いた、というお話におつき合いました。

今年は、まず、当院のOT散歩に同行していただき、深大寺を目指しましょう。林や畑の間の静かな散歩道を、患者さんたちとのんびり南の方へ歩いてゆくと、深大寺に着きます。OT散歩のコースはここまでですが、今日は、患者さんたちと別れて、深大寺の門前を東に折れてみて下さい。深大寺そばの店の手前で神代植物公園水生植物園に入ります。石段を少し登ると、向こうの方に何やらこんもりした木々が目に入ります。ここは、数十年前は城山と呼ばれ、子供たちのちょっとした探険の場だったそうです。現在では、御覧のとおりきれいに整備され、水生植物園の一部となっています。この森の中の道をゆくと、道端に「深大寺城跡」という石碑があります。城山とは、本当に城跡だったのですね。

深大寺城は、古いお城で、約千年も昔に粕江氏が建てたといわれています。城郭は復元されていませんが、なかなか広大な城だったことが偲ばれ、「…つわものどもが 夢のあと」の静けさです。

ところで太田道灌は、1486年、相模の国大山の麓、伊勢原の地で、主君扇谷上杉定正に謀殺されました。道灌の恨みは、8年後、現在の埼玉県小川町で、定正を馬から突き落として殺した、と伝えられています。更には、その30年後の1524年、道灌の孫太田資高をして、主君扇谷上杉朝興（定正の兄の孫）が、当時敵対

していた山内上杉憲政との和睦のため河越（現在の川越市）に出かけた隙について、祖父道灌が築き、その一角にわが吉祥寺を開いたあの江戸城を、資高の妻の父である北条氏綱（北条早雲の嫡男）に攻め取らせました。朝興が会いに行った山内上杉憲政は、今年の大河ドラマ「天地人」の主人公直江兼続の主君・上杉景勝の義祖父にあたります。山内上杉憲政と扇谷上杉朝興は、鎌倉時代に遡れば共通の祖先を持つ関東管領・上杉氏の一族ですが、当時山内上杉家と扇谷上杉家は、両上杉家と呼ばれて、関東の覇権を争っていました。

1530年、河越から出陣した扇谷上杉朝興は、もともと上杉家が道灌に造らせた江戸城を奪還すべく、ここ深大寺城に入りました。これに対して氏綱の嫡男北条氏康は、多摩川の対岸（現在の稲城市）に陣取り、多摩川の河原・小沢原で合戦となりましたが、北条方の勝利に終わりました。それから7年、弱冠13歳にして、病死した父・朝興の跡を継いだ上杉朝定は、早速北条方に対抗すべく、家臣の難波田憲重に命じて、深大寺城を再建、増強させました。しかし朝定の裏をかいた氏綱は、深大寺城には目もくられず、直接河越城を攻め、敗れた朝定は、現在の埼玉県吉見町にあった松山城に退きます。その10年後の1547年、満を持した朝定は、山内上杉、古河公方との連合軍7万の大軍を以て河越城を包囲しました。ところが、氏康の北条軍は、日本3大奇襲とも呼ばれる河越夜戦にうって出て、僅か6千の部隊で両上杉軍を打ち破ったのです。このとき難波田憲重のみならず、大将の朝定も討ち死にし、ここに扇谷上杉家は滅

亡、没後61年目にして道灌の恨みは晴らされたのですが、実はこの頃の太田家の大勢は、難波田憲重の娘の夫であり道灌のひ孫である当主太田資正を中心に、扇谷上杉家に与していたのでした。

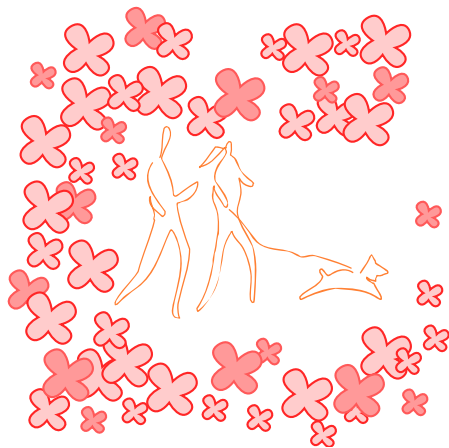
そればかりか、扇谷上杉家の血は、道灌の恨みを遥かに超えてしたたかだったのです。

扇谷上杉家滅亡から120年近く後の1664年、ここまで続いた上杉家も存亡の危機にたたされました。当主上杉綱勝が、世継ぎを決めないまま急死してしまったのです。そこで、綱勝の妹の子・綱憲を綱勝の養子ということにして、何とか上杉家は命脈を繋ぎました。この上杉綱憲の父とは、吉良義央で、その祖先の奥州吉良氏の吉良成高の妻が、太田道灌の最初の主君・扇谷上杉持朝の娘でしたから、ここに扇谷上杉家

の血統が蘇ったことになります。これは蛇足ですが、上杉綱勝は、大河ドラマ「天地人」の上杉景勝の孫で、上杉謙信の義理のひ孫であり、この上杉謙信と扇谷上杉の両者の血を引く上杉家は、江戸時代を代々米沢藩主として生き抜き、21世紀の今日まで続いているのです。またまた蛇足になりますが、吉良義央はご存知でしょうか？あの「忠臣蔵」で悪名を轟かせた吉良上野介その人のことでもあります。

いつのまにか、ここ深大寺城跡で随分ゆっくりしてしまいました。

今日はこれから、太田道灌の足跡を訪ねて、更に南へ向かおうと思いますが、ここで紙数が尽きてしまいました。この続きは、またの機会にお話し致しましょう。ここまでおつき合いいただき、有難うございました。





前回は、「山野（さんや）って何だろう」と、この付近の住居表示の変遷を辿って見た。今回は、いまま少し話をすすめて、『何で吉祥寺病院なの：』との謂れまで迫ってみたい。▼以前にこの「じんだい」に書かれていた『吉祥寺をたずねて』では、吉祥寺という地名はそこを開拓した人の出所の地名ということであった。そのはじめは、吉祥寺新田と呼ばれたところである。江戸時代の中ごろであろうか新田の開発が盛んに行われた頃『○○新田』と呼ばれる地名が多くつけられた。▼筆者の住ん

でいる「板橋」は、石神井川にかかってきた橋が、石や丸太であった頃、めずらしく板の橋がかけられていたことからの地名といわれている。現在、旧中仙道にかかる板橋は、江戸時代の宿場を作るときにかけられたもので、最初の板橋は、石神井川に今もある、上の根橋と中根橋（根とは、村の根になったものといわれる）辺りにあったであろうといわれている。▼中世にこの地に住んだ豪族が地名を採って板橋と名乗っていた。住んでいた地名がその家の姓になった例である。桓武平氏につながり、平将門の叔父にあたる村岡五郎良文の子孫で、秩父七党の血を引く、豊島氏の一族であった。戦国時代末、地元に残り徳川の旗本になった者、板橋の端で庄屋をしていた者、そして武士として他所に移り住んだ者が知られている。

▼他所に移った板橋氏は、後に信州の松本藩士として明治を迎えたのであるが、初めのころに移り住んだ日光の今市には、今も板橋という地名がある。住んでいた者の姓が地名になった例である。この板橋という部落に城山と呼ばれる小高い丘がある。板橋氏の居城の跡といわれる。▼さて、『調布市深大寺にある当院なのに、何で吉祥寺病院なの：』との謂れの答えを出さねばならない。聞くところによると、初代の理事長は、何事にも『一番』であることをとても大切にしていたそうである。病院を建てようとしたこの土地を見に来たとき、ここまで乗ってきたバスの出発地が吉祥寺駅であったことから、病院の名称を『吉祥寺病院』としたとのことである。

（游衍子）

華麗なるインカ帝国の旅

A3病棟 看護師 荒木 晴海

私は遺跡巡りが大好きで特にペルーは一度は訪れてみたい国の一つでした。高山病を漠然と捉えていたために、その後、予測もしなかった悲惨な状態に陥るとはその時は夢にも思わず、ワクワク♪、ウキウキ♪と6泊9日の旅に出発いたしました。

1 / 31、14:55 発成田空港より日付変更線通過後ロサンゼルスへ9時間30分かけて到着しました。余談ですが、このロス空港には苦い思い出があります。20数年前友人がロスに住んでいましたので遊びに行ったのは良かったのですが、帰りのチケットの予約確認をしなかったばかりに日本に帰国できなくなってしまい、ロス空港に一人取り残され怖い思いをしました。日本では家族が大騒ぎになっているとも知らず…。帰国後、今は亡き両親からこっぴどく叱られました。下を向いて“シュン”両親の顔みて“ニコッ”として両親のご機嫌取りをした事が思い出されます。

当時一万円をドルに両替した時は40ドルでしたが、ちなみに今回は約108ドル。あまりの円高に少し戸惑いを感じました。ロスでは乗り継ぎのために約5時間の待ち合わせがありお腹がすいたので、懐かしさもあって空港のレスト



夢にまで見たマチュピチュは思いのほか遠かった

ランで食事をしていたら、現地の人「一緒にテーブルでいいか」といって肉とコーラを持ってきて、3歳の女の子に食べさせていました。聞きもしないのに「この子の母親は香港人で香港に帰ってしまった。二度と戻ってはこない。父親はビジネスで今日帰ってくるので迎えにきた。アッハハ」と。本当に陽気なアメリカ人！…この子の将来の体型が想像できました。しかし笑顔のない寂しそうな可愛い女の子でした。

1 / 31、12:30の便にてペルー共和国へ。飛行時間は約8時間40分もかかり、首都リマのホテルに着いたのが2 / 1の3:00、もうクタクタでした。本当に長い1日でしたが、その日の10:00から市内を観光しました。ちなみに、ペルー共和国の人口は約2840万人、面積は日本の約3.4倍。リマの人口が約790万人でペルー共和国の人口のおよそ3分の1が生活しています。旧市街の古い町並みはユネスコの世界文化遺産に登録されていますし、大統領邸もここにありますが、文化600年頃に発生したといわれています。太陽の処女の館や太陽の神殿などがあり、現在も発掘が続けられています。

当日はプーノのカーニバルの前夜祭でパレードがありました。サンバのリズムに乗って華やかに踊っていましたが、さすがラテンの国です。表情、指先、リズムの取り方など今サンバを練習している私にとってはとても勉強になりました。

翌日2 / 2、インカ帝国時代の都「クスコ」へ向かうのですが、お話の途中で申し訳ないですが、ここで紙面が尽きてしまいました。この続きは次号でお話し致します。

〈当院のおすすめメニュー〉

ポークビーンズ



1人分(分量)

茹大豆	45 g
じゃが芋	20 g
人参	10 g
ベーコン	5 g
豚小間	20 g
玉ねぎ	20 g
ケチャップ	15 g
砂糖	1 g
塩	0.3 g

●作り方●

- ①じゃが芋は1 cm 角、人参はじゃが芋よりやや小さめの角切りにする。
- ②ベーコンは線切りにしておく。
- ③なべに油を入れベーコン、豚肉を炒め、①の野菜を加えさらに炒める。
- ④水を加え、ひと煮立ちしたら茹大豆を加えケチャップ、砂糖を加える。
- ⑤大豆がかぶる位の水加減にし、15～20分弱火で煮る。
- ⑥仕上げに塩を加え味を整える。

●ポイント●

ポークビーンズはアメリカの代表的な豆料理です。

白いんげん豆を使うのが一般的ですが、栄養価の高い大豆を使用しました。

豚肉を鶏肉に変更してもOKです。

大豆は「畑の肉」と言われるほど、蛋白質にすぐれ、ビタミン、カルシウム、食物繊維も豊富です。老化防止やコレステロールを下げる働きがあります。

平成21年度4月からの医局担当表

		月	火	水	木	金	土
《外来担当医》							
新 患	責任	土井／田澤	伊藤	市川	山室	西岡	森
	副①	伊藤	土井	西岡	市川	森	山室
	副②	森／市川	西岡／山室	渡辺／伊藤	伊藤／西岡	山室／渡辺	市川／土井
診察室(1)	午前	原藤	院長	原藤	金井	原藤	原藤
	午後			渡辺		森	市川
診察室(2)	午前	森	西岡	渡辺	小木	新患 (西岡)	西岡
	午後			西岡			土井
診察室(3)	午前	新患 (土井／田澤)	新患 (伊藤)	新患 (市川)	新患 (山室)	山室	新患 (森)
	午後						
診察室(4)	午前	田澤	森	山室	伊藤	市川	山室／亀山
	午後						
診察室(5)	午前	金井	土井	伊藤	田澤		水落
	午後						



〈編集後記〉

今年の冬は暖冬とのことでしたが、東京も雪が降るなど寒い時期もあり体調を崩された方もいらっしゃるのではないのでしょうか？そして、冬も終わり暖かい春を迎え、学校や職場など新しい環境へ進む方もたくさんいらっしゃると思います。不安と期待の毎日だと思いますが、楽しく毎日が送れるよう願っています。(T)

ずっと使っていたお財布が壊れてしまったので、先日新しいものを購入しました。大学の卒業旅行先で買った以前のお財布、もう捨てなくてはと思うのですが、なかなか決心がつかえません。思い出も大切ですが、いらぬものは処分していかなくてはと思う今日この頃です。(S)