

じんだい

第18号

2009.11.1

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



contents

表紙	1
包括的暴力防止プログラム [CVPPP] について	2
第24回東京都精神科病院協会学会報告	4
自衛消防隊訓練審査会報告	4
新入職員のご紹介	5
旅行記 「華麗なるインカ帝国の旅 最終回」.....	6
東八道路	8
当院のおすすめメニュー	9
外来担当表／当院略図／編集後記	10

包括的暴力防止プログラム (CVPPP) の伝達講習を振り返って 「精神科看護におけるロールプレイの大切さ」

A2 病棟 主任看護師 鈴木 聖二

私は本年3月に、日本精神科看護技術協会の主催する「包括的暴力防止プログラム」(以下、CVPPPと省略します) トレーナー養成講習会(4日間)に参加し、6月には当講習を受けた数名の看護師の協力を得て院内の伝達講習を行いました。その活動を通じて学んだことを振り返りたいと思います。

今回のCVPPP伝達講習の取り組みで一番考慮した点は、暴力を起こしてしまう患者さまの感情・気持ちをどれだけ患者さまと同じ側に立って共感できるか?という視点でした。そして、その共感があってこそ看護師ができる「看護ケア」=「関わり」は何か?をロールプレイを通して具体的に伝わるように実践することでした。

恥ずかしながら私自身、これまで患者さまから暴力を受け痛い経験をしたことが何度かありました。患者さまから暴力を振るわれた時、その攻撃性ばかりに目が向き「病気だからしょうがない」「またか、薬が足りないのでは?いつになったら落ち着くのだろうか?」など患者さま側に要因があると思込み、暴力の発端がそこにあるものだと考え陰性感情を抱く傾向がありました。おそらく同じように考えている人は多いのではないかと思います。しかし、CVPPPの講習を受けることで、必ずしも患者さまだけに暴力の要因があるわけではないことに気づくことができました。

それは、我々が良質の医療として提供しているケアであっても、実は患者さまにとっては不快な刺激であり、痛みとして作用していることもあると考えられるからです。入院による閉鎖

的環境下でのストレスフルな生活や、患者さまに理解しやすく説明をする時間が足りない状況で注射や望まないケアを強いられることは、患者さまにとっては嫌なことです。嫌なことをされれば誰だって怒り、必死になって抵抗する力が暴力につながるのはもっともなことでした。暴力のリスクを分析していくと、患者さま要因以外に環境要因やスタッフ要因などがあり、決して患者さまだけが一方的に悪いわけではなかったのです。少しだけ別な角度で考えてみると理解しやすく、ケアを検討する上で必要な視点でした。

そのことを気づかせてくれたのがロールプレイの体験でした。それは、参加者それぞれが患者さま役・看護師役となり、暴力の場面を通じて考えるための演習でした。自分の思いを受け入れてもらえずに何度となく複数の人間に押さえ込まれ、床に這わされた位置から見える光景から患者さまは何を感じるのだろうか?私は感情移入することで、患者さまの側に立った気持ちを感じ共感することができました。そして、患者さまが暴力を振るう状況をつくらないように、いかに治療的にケアを提供するか? = 患者さまが暴力をおこしてしまうことによる不利益をいかに防ぐか?つまり「暴力」を「防力」と考えることを学びました。目から鱗とはまさにこのことか!と強い衝撃を受けたことが記憶に新しいです。

そこで改めて、精神科看護で患者さまとの関わり方を学ぶ際には、ロールプレイを通じて学習することが大切だと思いました。コミュニケーションスキルを上げると共に、自分自身の思

考の特徴を分析し気づきを得ることができ、それらを臨床に役立たせることができるからです。暴力の問題を考える際にも、CVPPPの内容を理解して、それぞれの立場で役割を演じて感性を磨き、適切な行動がとれるための訓練としてロールプレイは有効と考えます。伝達講習の構成にロールプレイを取り入れ、患者さま役・看護師役をそれぞれが本気で取り組む姿を見せる方向性にしたのは、以上の理由によるものでした。

伝達講習のアンケート結果では、「暴力＝防力であるという考え方を学び患者さまの気持ちになって考えることが必要だ」「暴力が患者さまの恐怖・不安の表れであり暴力＝恐ろしいと

いうイメージが軽減できた」「暴力をさせない、されないために日頃からの患者さまの観察が重要だと思いました」等ありがたい意見・感想をいただきました。受講者にロールプレイを見てもらうことで、自分達が学び感じたことを少しでも届けられたのではないかと思います。

これを一読したあとに、一人一人の看護師が「暴力」というテーマを少し別の角度から考え直すきっかけになり、それぞれの看護観が深まる機会になれば幸いです。

最後になりましたが、院外研修への参加と伝達講習の実施にあたりご協力くださいました皆様に紙面を借りてお礼申し上げます。



研修報告 第24回 東京精神科病院協会学会

去る10月6日(火)東京都中野区、中野サンプラザにて第24回東京精神科病院協会学会が開催されました。都内の精神科病院職員や関係者が多数参加しました。

プログラム構成は、講演会の他、各病院の演題発表は口演発表、ポスター発表合わせて74題でした。当院からは、座長として塚本院長、花宮社会療法科長が担当しました。一般演題発

表では、山本看護師から「抗精神病薬の副作用による歩行障害のリハビリの取り組み」～車椅子から自立歩行をめざしての援助の考察～中馬看護師から「診察に看護師が同席することによるメリット、デメリット」～より良いチーム医療をめざして～の2題を発表し、精神科看護への取り組みや工夫を凝らした内容でした。



自衛消防訓練審査会について

9月18日(金)午前9時より味の素スタジアムにおいて平成21年度調布市自衛消防隊訓練審査会が開催され、当院からA4看護師 栗山千恵子さんとB1看護助手中野蓉将さんが参加し、特定防火対象物の部において敢闘賞を受

賞しました。1ヶ月半に及ぶ訓練の成果です。関係者の皆様に感謝するとともに、今後の防火活動に活かしていただければ幸いです。お疲れ様でした。



新人コーナー

吉祥寺病院に入職して

A3病棟 AS

はじめまして。6月からA3病棟に入職した新野敦子と申します。吉祥寺病院に入職して4ヶ月目となりました。

入職して、患者さんの名前と顔が一致するようになり、そして、日勤・夜勤の業務の流れがつかめるようになりましたが、最近は精神看護の難しさを感じています。一番難しく思うのは、患者さんとのコミュニケーションです。患者さんが今一番伝えたいことをしっかり受け止めることができ

ず、感情的になって言葉を返してしまう時があります。同じ疾患であっても、患者さんそれぞれ個性があるので、それぞれの患者さんに合った関わりが大切であると実感しています。

これから、たくさんの患者さんと関わりながら精神疾患について勉強し、患者さんに合った看護が実践できるようになりたいと思います。



「よろしくお願ひします」

社会療法部 臨床心理士 AM

8月5日よりお世話になっています。森山亜希子と申します。現在は臨床心理士として、デイケアスタッフの1人として働かせていただいています。私は大学3年生の時、初めて精神科医療に出会いました。北関東にある単科の精神科病院に行ったのがきっかけでした。

その時は学生ボランティアとして入院患者さんとバレーボールの試合をし、茶話会をして院内の見学をしました。鉄格子のはまった暗い、黒い病院の外観と、生気のない患者さんの顔つき・・・その風景が当時20歳だった私にとって衝撃的過ぎて、「どうしてこんな環境での療養生活を強いられなくてはならないのだろう。」と悲しい気持ちになったことを今もよく覚えています。

しかし、大学院に入り、その経験を指導教官に話したところ、「是非行きなさい」と都内の大学病院のデイケアを紹介されました。そこは、患者さんが元気で、生きがいを持っていて、か

つて見た病院のデイケアとは比べものならないものでした。私はそこで2年間、精神科デイケアのスタッフとしての研修を受けること

ことができました。その中で学んだことは、援助の方法しだいで人は変わる、ということでした。吉祥寺病院のデイケアは、私が研修を受けた大学病院のデイケアと同じ構造を持っています。実行委員会方式と呼ばれるこの方法は、患者さんが元気になれる方法だと信じています。実際に、当院のデイケアの患者さんは生き生きとしてこちらが元気をもらえることの方が多いです。このような場所で働くことができることをとても嬉しく思っています。少しでも、患者さんの望む生き方に近づけられる援助ができるよう頑張っていこうと思います。

これから、どうぞよろしくお願ひいたします。



華麗なるインカ帝国の旅－3（最終回）

A3病棟 看護師 荒木 晴海

前号、前々号とペルー旅行のお話をしたのですが、今号でもその続きをお話したいと思いません。

1 / 31 成田空港を出発し、ペルー滞在5日目に向かえた2 / 4は5:00にモーニングコール、6:00出発でチチカカ湖観光の拠点プーノへ。所要時間約7時間のバスの旅でした。皆バスの中では前日の疲れが残っていたせい、ほとんどの人は眠っていました。

プーノはチチカカ湖畔にある標高3850メートルの町でアンデス山脈のほぼ中央に位置しています。(ちなみに富士山が3776メートルです)。標高が高く空気が薄いこの町にはケチュア族、アイマラ族などの純粋なインディヘナが多く暮らしているようで、カラフルな織物で包んだ荷物を背負った鮮やかな色の民族衣装の女性を多くみかけました。

到着後すぐ、チチカカ湖上に浮かぶトトラ(葦)の島、ウロス島を訪れました。この島は一見普通の島に見えますが、実はトトラという葦を積み重ねて造られている人工の浮島です。トトラを重ねていくことで島が腐って沈んでしまうのを防いでいるそうです。

頭が少しガンガンしてきて、お腹も張ってきました。なにせ富士山より高い場所に居るわけですから。本当に空気が薄いというのを実感しました。すでに数名の方が気分不良を訴えていましたが、ガイドさんに励まされてなんとか全員ウロス島まで行くことができました。

我々が訪れた島には7家族の方が住んでいて、皆協力し合って生活しているとのこと。本当かウソかわかりませんが、ルールを破った

家族は、住んでいる家の周りを夜中に切り取られ、家とともに流されるそうです。チチカカ湖は湖の60%がペルーで40%がボリビア部分ですが、切り取られた家のほとんどがボリビアの方へ流れていくそうです。実際の生活の様子を見ましたが、ここでは本当に、親子、兄弟、隣同士助け合って生活していました。

チチカカ湖では4名が重い高山病にかかり、口唇・爪がチアノーゼでした。その内の一人が軽い狭心症発作を起こしてしまいました。全員無事日本に帰れるかちょっと心配になりました。その日の夕食は三分の一の人が欠席していました。私も食欲がなく半分程しか食べられませんでした。

翌日(2 / 5)は4:15にモーニングコール、5:30出発。国内線でリマに戻ったあとバスにてナスカまで約7時間のバスの旅でしたが、久しぶりの普通の酸素を吸えて、皆やっと元気がでて狭心症の方も少しは気分が良さそうでホットしました。パンパンに膨れ上がったペットボトルが今度はペッチャンコになっていました。私達のお腹もやっと普通にもどりました。

2 / 6は6:15出発。セスナ機に乗り最後の観光である地上絵を遊覧飛行しました。セスナ機で旋回するうちに酔ってしまう場合があるので写真を撮るときにあまりキョロキョロしないようにとの注意を受けました。最後の難関です。8の字低空飛行なので私もあまり自信はなかったのですが、ガイドさんの注意事項を守り、あまりキョロキョロせず一点だけを見つめて写真を撮りました。残念ながらあまり上手く撮ることは出来ませんでした。5人乗りでしたが1

人気分が悪くなりちょっと心配でしたが無事でした。それにしても、大平原に描かれた一筆書き。本当にお見事！の一言でした。パイロットの方もカッコ良かった！勿論ばっちりと記念写真もとりました。

その後また約7時間かけてバスでリマにもどりました。リマでは久しぶりの日本食に舌鼓みました。ちなみにペルーの料理はタコ、イカなどにレモン汁や香辛料をあたえたセビーチェ。マスを使ったチチカカ湖の定番料理トゥルチャアラプランチャ。骨付きの鶏肉焼きなどです。結構日本人の舌にあっていました。

いよいよペルーともおわかれです。ロサンゼ

ルスで乗り換えて2 / 8 成田につきました。あぁ～酸素の美味しかったこと。しかし1人は成田に着くなり救急車で病院に運ばれ、一人はエコノミー症候群で翌日病院に入院したそうです。こんなにも具合が悪い人が多かったツアーは初めてだといって若い添乗員さんもへとへとに疲れきった様子でした。私も帰国後はしばらく気分がすぐれず心配しましたが、1週間後には元気をとりもどしました。

最後に A3 病棟の師長をはじめスタッフの皆様、長い間お休みを頂きありがとうございました！！



高山病との戦い、それがマチュピチュとの出会いだった



この機関紙「じんだい」の題字の下には、医療法人社団欣助会のシンボルマークが印刷されています。病院の封筒や名刺その他にもこのマークが記されています。今回はこのシンボルマークについて紹介するにしたいと思います。▼このシンボルマークは、平成七年十一月介護老人保健施設花水木の開設時に公募したの中から選定したものです。四つの楕円形で構成されているこのマークの、下の楕円は『医療』を表し、上の三つの楕円は、『福祉・看護・介護』を表しています。欣助会は、医療を基盤として、福祉・看護・介護にも取り組む都市型総合施設を目指すという当法人の理念を、このシンボル

マークに表現しているものとして採用されたものです。▼このマークの製作者は現在、清水建設株式会社関西事業本部建築設計一部に勤務する常峰一成氏で、「このシンボルマークは、シンブルな楕円形の重なりで構成されています。この意匠で表現しましたのは、穏やかな湖と、そこから水鳥が飛び立つ時の水紋の様子です。スタッフの皆様の暖かい医療・看護・介護を（穏やかな湖）受けて、患者様・利用者様が地域へ復帰（飛び立つ）されますように、との願いをこめてデザインいたしました。」▼そして「実際の選定の際には、先に挙げた選定理由のほかに、このデザインが『心』という漢字を表しているとか、欣助会の『K』あらわしているとの話もあったようですが、製作者として最終解釈も含め、解釈について花水木開設に当たったの法人関係者の皆様の想いの深さが製作者の意図を超えた解釈をも生んだエピソードとしてご紹介申します。」との手紙を

いただきました。▼このシンボルマークは、平成十一年八月に商標登録されました。マークの形・色について使用の際には編集部にお問い合わせください。▼話は変わって、当病院が加入する「東京精神科病院協会」は、今年の四月、創立六十周年を迎えましたが、十年前の創立五十周年にこの協会のシンボルマークが選定されました。季刊東京精神科病院協会誌の表紙にあるマークです。これは応募数一〇七作品の中から選ばれました。この最優秀賞の製作者は、当院の原藤名誉院長です。このとき、山本昌彦看護師長も佳作に選ばれました。▼この最優秀賞のマークの作品意図は、心を丸く図案化し、三個の円は夫々第一次予防、第二次予防、第三次予防を示し、第二次予防を囲む病院をブルーで明るく開放的に、萌黄色は希望と躍動を表していると、当時の季刊誌に紹介されています。

（游衍子）

〈当院のおすすめメニュー〉

きのこのこのシチュー



1人分(分量)

ポテト	1個
鶏肉	40g
人参	30g
玉葱	50g
エリンギ	10g
しめじ	20g
グリーンピース	10g
シチューの素	20g

●作り方●

- ①ポテトは大きさを見て4等分に切る。
- ②人参は乱切り、玉葱はポテトの大きさと合わせてざく切りする。
- ③エリンギは適当な大きさに切る。
- ④しめじは手でほぐす。
- ⑤鶏肉を油で炒めて、ポテト・野菜・きのこを加えてさらに炒める。
- ⑥水を加えて野菜が柔らかくなるまで煮て市販のシチューの素を加える。
- ⑦仕上げにグリーンピースを加え、味を整える。

●ポイント●

これからきのこのおいしい季節ですね。

今回はエリンギとしめじにしましたが、他にマッシュルーム等を入れてもいいです。

きのこには、便秘解消、免疫向上などいろいろな健康効果があります。

鶏肉には体を温め消化器の働きをよくする効果があります。

平成21年9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	土井／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／山田	伊藤	土井		水落
	午後						



〈編集後記〉

今年の盆踊り大会は度重なる悪天候のため、予定していた日程から2週間ほど延期しての開催でしたが、延期している間に思いが募った分、例年以上の盛り上がりだったように感じます。当院では早々と退院される方が多いのですが、余儀なく長期入院されている方も大勢いらっしゃいます。1日も早い退院を願いつつ、盆踊り大会など病院レクリエーションが退院のきっかけや入院生活の彩りとなるよう、今後も継続して行う必要があるのだと感じました。(H)

先日、三浦半島の城ヶ島海岸へ釣りに出かけました。予定ではサバやイワシを釣ろうと思っていましたが、全く針にかかることなく散々な結果に…。天気にも恵まれ良い気分転換にはなりましたが、やっぱり釣れないと楽しくないですね。今度こそ、サバやイワシなどたくさん釣れるよう頑張ります。(T)

来年、年齢的な節目を迎えます。ぬくぬくと育ち、全くの世間知らずだった私は、吉祥寺病院で初めて社会人としての日々を積み重ね、様々な壁にぶち当たりながら、育ててもらったように思います。同時に、自分を鍛えてくれたものは、幼少の頃から続けてきたモダンバレエ。この節目に、それらの経験を、ソロ作品として舞台上で発表しようと考えています。(S)