

じ ん だ い

第57号

発行：医療法人社団 欣助会 吉祥寺病院



2019.7.16 (火)

調布市深大寺北町4-17-1 ☎042-482-9151
URL www.kichijoji-hospital.com

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



瀬戸内、夏の朝日 (作業療法科 山本里江)

Contents

私が精神科を選んだ理由 & 今思っていること	1
価値観に基づく医療の提供を目指して	2
私が精神科を選んだ理由	3
本能寺からお玉ヶ池へ ~その②~	4
SSTC の活動について	7
行事予定	8
新人紹介コーナー	9
当院のおすすめメニュー	10
外来担当表 / 当院略図 / 編集後記	11

私が精神科を選んだ理由 & 今思っていること 医局 医師 井川 春樹

4月から帝京大学から出向して参りました。吉祥寺病院には2年前まで非常勤で働いていて、この度縁あって再び働かせていただくこととなりました。今回は私が精神科を選んだ理由をテーマに与えられたのでそれについて書きたいと思います。

その理由は、これから将来一番夢がある分野だと思ったからです。特に神経内科や脳外科に比べて精神科領域の脳科学はこれから一番発展する分野だと言われています。まだまだわからないことだらけの精神科の脳科学の分野ですが、その分可能性は無限に近く、開拓の可能性が残されています。身体科では、体のこの部分が異常だからそこを治療するといったロジックが確立していますが、精神科ではなかなかそこまでは至っていません。でも最近、脳のこの領域がおかしいからうつ病になるとか強迫性障害になるといったことがまことしやかに囁かれることが増えました。まだまだ仮説に過ぎないのですが、このままの方向で進めば、統合失調症やうつ病の病態生理みたいなものも解明されるかもしれないと夢見ていました。実際に海外では、強迫性障害の症状の回路を形成していると言われていた脳の白質というところを頭蓋骨を開けて直接縛ったり、脳内の領域に直接電極を埋め込んだりといったことが行われています。私の好きな映画に攻殻機動隊という映画があるのですが、その世界では脳にチップが埋め込まれていてみんな直接意識がネットに繋がっています。もはや脳がコンピュータみたいになっているのです。このまま科学が進歩すればそういう世界が来るのではないかと考えていて、そうすれば統合失調症の人はここが悪いから、そこに電極を入れれば症状をコントロールできるなんてことができるかもしれないと夢見ています。日本では直接電極で脳を刺激するなんて野蛮なことはしていませんが、同じような発想で経頭蓋磁気刺激療法 (TMS) という治療法が今年の6月にうつ病に対して保険適応となりました。この治療は、簡単にいうと脳のやる気や思考力を司る領域である DLPFC という部分を磁気力を使いながら間接的に刺激するという治療法です。私は大学院の研究として去年1年間、この治療をやっていました。現実はなかなか甘くなく、全然

効かない人もいたり、すごく効いてとても感謝された患者さんなのにあまり血流が変化していなかったり、心が折れる事がとても多かったです。でも良くなっている患者さんも、もちろんいました。アメリカでも保険適応が10年前から通っていますし、これから将来性のある、何より夢のある分野だと思います。この分野が発展し、私もそれに関われればいいなと夢見ていました。

以上が私の精神科に対する夢というか理想なのですが、実際の臨床ではこんなことは全く考えていません。患者さんの話や症状を聞いて、生い立ちや環境や性格を把握し、退行しているとか防衛機制などを想像しながら、薬の副作用に怯えながら薬を増やして、患者さんの様子を見ています。吉祥寺病院で働いていて思うのは、正准看護師さんや PSW さんや OT さんや看護助手などそれぞれが熱意というかプライドを持って、患者さんに対する自分なりのプランをしっかり持って仕事をしているんだなと感じます。精神科はいろんな視点が必要とされる分野だと思いますので、いろんな意見やご指導いただければ幸いです。未熟者ですが1年間ご指導お願いします。



価値観に基づく医療の提供を目指して 医局 医師 澤井 大和

2019年度4月より入職致しました、澤井大和(ゆたか)と申します。東京大学医学部卒業後、附属病院での初期研修を終了し、今年度から精神科の後期研修医として参りました。

年齢・性別や障害の有無にかかわらず、エビデンスに基づいた医療を提供すべく、患者さんの価値観に基づいた意思決定の支援をしたいと考えております。

統合失調症などの精神疾患は、脳機能の理解に基づく薬物治療も重要ですが、心理社会的側面から精神的な苦痛を緩和することも可能です。

社会との関わり方を規定する患者さんの「価値観」を探ることができれば、精神症状に左右されずに生活を送っていく手がかりとなります。吉祥寺病院の多職種カンファレンスでは、症状が増悪する状況を予測して、退院後の生活をどう支援するか話し合われています。多角的な支援方法を知ることができ、日々新しい学びがあります。

医療を平等に提供する際の障壁として、コミュニケーションの困難が挙げられます。生物学者 Marjorie Swanson は「人間が存続していくために不可欠な要素というものが4つあり、それは水と空気と食物、そしてコミュニケーションである」と述べています。

学生の時、巣立ち会のスタッフから伺った、「グ

ループホームの認知症患者さんが糖尿病の服薬指示を理解できず、適切な治療が受けられていない」という話が印象的でした。精神疾患に加えて糖尿病など身体疾患を抱えながら地域で生活する方々も増えてきています。患者さんの年齢や認知機能に合わせて、本人が理解し納得して治療に取り組めるよう、コミュニケーションの方法を考える必要があります。

週に半日、巣立ち会でも研修の機会をいただいております。病院内外を問わず、全ての患者さんに平等な医療を提供するため、面談におけるコミュニケーションスキルを向上させる努力を続けたいと思います。

近年、evidence-based medicine は前提として、医療従事者と患者さんが共同で意思決定を行う shared decision making や患者さんの価値観に基づく医療を提供する value-based medicine が普及してきています。

患者さん本人の価値観を医療面談からアセスメントし、病によってその人の価値観に沿った生き方が阻害されないよう意思決定支援を行い、年齢・性別・障害の有無にかかわらず平等な医療を提供できる精神科医になりたいと思います。

2年間、ご教導の程よろしくお願い申し上げます。



今年度より勤務となりました、南倫と申します。今年4月に吉祥寺病院へ入職して、慣れない環境に戸惑っているうちに6月となってしまいましたが、皆様の暖かいお力添えで日々を過ごすことができていることを、大変感謝申し上げます。はじめは病棟の構造すらなかなか把握できず、文字通り右往左往していたように思います。

簡単に自己紹介をさせていただきますと、日本人の両親のもとフランスに生まれ、高校までを愛知県で過ごし東京大学を卒業後、慶應大学病院および東大病院での研修・勤務を経て現在に至ります。非常勤での勤務を除けば、基本的に大学病院での勤務をしてきたこととなります。

私が精神科を志した理由としましては、以前から精神科という道に進むことを心に決めて目指していたというよりは、精神科に対して漠然とした興味はありつつも進む科を決めきれず、初期研修で各科をローテートして実際に臨床に触れた上で決めようと考えておりました。そこで実際に精神科で研修をしていた際に、疾患を治療するというだけでなく、その方の人生・生活を考えていくというところに他科にはない奥深さを感じ、この分野へ進むことを選んだ次第です。同じ診断がついてはいても、人によって全く異なる悩みを抱え、それに対して様々なアプローチから治療に取り組んでいくということに非常にやり甲斐を感じました。学生の頃に教科書で国家試験の勉強していた際と実際に臨床に触れた

際とでこんなにも受ける印象が違うものかと感銘を受けたことを記憶しています。統合失調症を抗精神病薬で治療していくのと、感染症を抗生剤で治療していくのでは、字面だけは似ていてもその場で行われていることは全く異なります。他科との比較という点では、日々医療はめざましい進歩をしているわけですが、その最中にも古典と呼ばれる文書も精神科領域では過去の遺物とはならず、現在の臨床に大きな役割を占めていることもまた、面白さのひとつだと思います。学ぶべきことは尽きることがありません。

また、多職種間の連携という点でも、より密接で多彩な協力が求められることもまた、特色の一つでしょうか。それぞれ異なる困りごとに対して、各視点からみんなで取り組んでいく、そんなところは精神科ならではのよう感じます。近年、多職種協働や共同創造という言葉が注目されていますが、自身としてもこのような観点を常に忘れることなく日々の臨床に携わっていきたいものです。

まとまりのない文章にはなってしまいましたが、こういったかたちの文章を書くことはあまり得意でない性分なので、このあたりでご勘弁願えれば幸いです。まだまだ未熟者ではありますがこの吉祥寺病院で勤務していくなかで日々少しでも多くの研鑽を積んでいければと努めてまいります。今後とも何卒宜しくお願い申し上げます。



「夏がくれば思い出す……」と歌われる尾瀬の水芭蕉は、実際には春に咲くようです。それが「夏の思い出」になったのは、「水芭蕉」が夏の季語だからです。夏の季語と言えば、芭蕉さんの最高傑作ともいわれる俳句は夏の句で(季語は鶺鴒うぶね舟で)す。

おもしろうて やがて悲しき 鶺鴒舟かな(松尾芭蕉)

さて、「本能寺からお玉ヶ池へ」の流れを辿るとしましょう。お断りしておきますが、このシリーズでは(テーマから離れるので)、「本能寺の変」そのものは採り上げません。悪しからず…

この夏お届けするのは、織田信長と明智光秀の孫(一人ずつ)のお話です。「おもしろうてやがて悲しき」人生を駆け抜けたお二人です。

[2] 藤兵衛

(ガラシャの夫・)細川忠興を藩祖とする熊本藩の家老・米田家の記録によれば、光秀の長女・岸(と夫・明智秀満と)の子・藤兵衛(1581～1637)は、明智家滅亡に際して坂本城から乳母が連れ出して落ち延び、藤兵衛が7歳の時叔母ガラシャの下に届けられ、その後はガラシャが育てることになったようです。

前回、ガラシャがキリシタンの息子と娘を遺したことを述べましたが、ガラシャが遺したキリシタンは、実はもう一人いて、それがこの藤兵衛でした。ガラシャが遺したキリシタンの中で洗礼名が伝わっているのは、次女・多羅たらの「タリーヨ」だけで、藤兵衛の洗礼名も伝わっていません。

藤兵衛が19歳になると、義理の叔父・忠興が元服させて熊本藩士・三宅重利とします。しかしそれもつかの間、藤兵衛には母代わりだったガラシャに「散りぬべき時」が来てしまいます。育ての母ともいうべきガラシャは、遺書に「三宅藤兵衛事を頼候也」と書き遺しましたが、ガラシャ亡き後藤兵衛は細川家を去り、父・秀満の家老だった安田国継(1556～1597)が仕えていた縁で、肥前唐津藩祖・寺沢広高(1563～1633)に仕官しました。寺沢広高は、洗礼名アゴスティニョというキリシタンでしたが、ガラシャとは逆に、日本26聖人の殉教を受け

て棄教します。ですから藤兵衛を召し抱えるにあたって広高は、藤兵衛にも棄教を迫ったことでしょう。

一方忠興は、自身がキリシタンになることは勿論ありませ

んでしたが、亡き妻への想いからか、関ヶ原の戦いの後小倉藩を興す(後に熊本に移封されるまで、細川藩は小倉藩でした。)にあたって大改築した小倉城の天守にキリスト教会(と同じ型)の鐘を釣って鳴らしました。

ところで、藤兵衛を寺沢家に(本人の没後ながら事実上)誘った安田国継は、本能寺の変で大活躍した人です。本能寺攻撃の先鋒を務め、誰よりも早く信長を槍で突き、森成利(「乱丸」の名で知られる信長の近習)を討ち取った武功を誇ります。明智家滅亡後国継は、「天野源右衛門」と名を変えて乱丸の兄・森長可ながよし(長可の「長」は、信長から戴いた字)に出仕し、その後信長の四男・羽柴秀勝を始め4人の主君を渡り歩いた後、寺沢広高に仕えましたが、その3年後(?)に自害しました。その日が、本能寺の変から15年後の同じ日だったため、国継の死は「信長の祟り」だと噂されたそうです。

1621年(元和7年)三宅藤兵衛は、二代藩主寺沢堅高かたか(広高の次男)によって唐津藩の飛地だった天草の富岡城(@熊本県苓北町)の番代(=城代家老)に任じられます。

そして1637年(嘉永14年)10月、天草対岸の島原・有馬村で「島原の乱」が勃発します。その数日後、天草でも一揆勢が起ち、藤兵衛率いる唐津軍に挑みます。「主に結ばれて死ぬ」(「ヨハネ黙示録」より)ことを望むキリシタン一揆勢の猛攻を受けて唐津軍は殲滅され、討ち死にした藤兵衛は、一揆勢によって晒し首さらしくびにされました。享年55。

キリシタンは、藤兵衛が母のように慕ったガラシャが熱心に信心し、生命を捧げた教えです。そのキリシタンの一揆と闘い、「背教者」として命を落とすことになった藤兵衛の心中を想う時、(ガラシャ



一周忌ミサでの忠興主従同様?)「涙を抑えることができず泣きぬれ」るほかありません。

[3] ペトロ

1578年(天正6年)、明智光秀の長女・岸の舅・荒木村重が信長に反旗を翻した時、村重の娘婿(=岸の義弟)塩川長満(1538~1586)は、村重を裏切って織田軍の先鋒として(村重の)有岡城(@兵庫県伊丹市)を攻めます。その折、信長の嫡男・織田信忠が長満の山下城(@兵庫県川西市)に立ち寄ったことから、長満の娘・寿々(生年不詳~1633)が信忠に嫁ぐことになり、1580年、岐阜城で信忠の子を産んだとされています。これが信忠の嫡男(=信長の孫)三法師です(異説もあります)。奇しくも三宅藤兵衛の両親が結婚した年の生まれです。

その年、荒木勢は織田勢に敗れ、敗残兵が高野山に逃げ込みます。残党狩りの織田勢30余名全員が返り討ちに遭うと、信長は翌年夏、畿内で捕えた千人以上の高野聖を報復として安土で処刑しました。

その翌年塩川長満は、信長から中国攻めに出る明智光秀の与力を命じられますが、本能寺の変に際しては明智に与せず、秀吉のもとに走り、山崎の戦では高山右近らの撰津衆として先鋒を務めました。

本能寺の変で信忠は明智勢の伊勢貞興に(二条城で)討たれましたが、その嫡男三法師は、信忠の遺志で(二条城から落ち延びた前田玄以に連れられて)岐阜城から清洲城へと逃げました。一方、光秀の妻の父・妻木宏忠の孫・妻木頼忠は、妻木城(@岐阜県土岐市)で攻め手の乱丸の兄・森長可に降伏しました。この兄弟の末弟・忠政には、後日(も後日、2年先?)チラッと登場していただきます。

信長も光秀も逝って半月余り… 1582年7月16日(天正10年6月27日)、信長の後継者を決める会議が清洲城(@愛知県清洲市)で開かれました。その日、秀吉の肩に担がれて登場した三法師(弱冠3歳!)が、信長の後継者に祀り上げられたことになっています(が、この話はフィクションのようです)。三法師は、大叔父・織田信孝の後見のもと安土城に入ると決められますが、信孝は岐阜城から手放しませんでした。

さてその清洲会議の6年後、三法師は僅か9歳で元服して織田秀信(1580~1605)となった後、13歳で岐阜城主になり、家臣・和田孫太夫の娘を娶り、後に女子一名を儲けました。

秀信は16歳(1595年)の時、思うところあって

キリシタンになりました。ガラシャの子供たちとは異なり、洗礼名が伝わっています。秀信はペトロ、弟・秀則も同時に洗礼を受け、同じく十二使徒の一人・

パウロの名を戴きます。秀信の母・寿々姫も(墓のある寺の過去帳に載っていないため)キリシタンだったのではないかとされています。

秀信は、岐阜城下にキリスト教会、司祭館、病院を建立します。ペトロ秀信には、この頃が26年の短い人生の中で最も心安らぐ日々だったのかも知れません。それにしても、長い禁教時代を経て、岐阜に限らず([2]で述べた小倉を始め)日本各地の町で教会の鐘が鳴り響いていたことが、すっかり無かったことにされたのは残念でなりません。

1600年7月、関ヶ原の戦いを目前にして(ガラシャが「散りぬべき時」を迎えた頃)秀信は、家康の会津討伐に加わる構えを見せながらも、石田三成(1560~1600)の誘いで西軍に与します。その頃清洲城は、福島正則が城主になっていて、東軍(の先鋒)を集結させていました。

8月22日、東軍が木曾川を渡って戦端が開かれます。木曾川北岸の米野の戦いで敗れた秀信は、岐阜城に籠城したものの落城必至となり、(兄弟揃って)自刃することにしました。しかし、東軍先鋒で前々城主の池田輝政の説得で、翌日、降伏開城したのです。この戦いで秀信の義父・和田孫太夫は討死にし、岐阜城下の(教会を始め)キリシタン施設も焼失しました。更に悲劇は続きます。大坂城で(西軍)人質となっていた秀信の妻は、関ヶ原での西軍の敗戦を受けて、逃げ延びることを諦め、家臣の手で討たれることを選んだのです。ガラシャとは逆の立場にあった人ですが、同じ頃同じような最期を遂げたのでした。

東軍の中では「秀信に切腹を」との声も強かったようですが、家臣に秀信家臣の縁者が多かった福島正則の嘆願で助命された秀信兄弟は、岐阜城下で剃髪し、高野山に追放されました。剃髪して表向き棄教した秀信兄弟でしたが、心中は潜伏キリシタン?ただ高野山にとってみれば、秀信兄弟はキリシタンである上に仏敵・信長の孫なので、入山を許す訳に



は行きません。

やむなく秀信兄弟は、高野山山麓^{むかそい}の向副村(現・和歌山県橋本市向副)の善福寺に留まり、高野山の許しを待ちました。その地で秀信は、地元の豪族西山家の娘・梅との間に長男・秀朝を儲けます。続いて別の豪族生地家の娘・町野^{おんじ}を継室に迎えて、次男・恒直を儲けました。更に別の娘との間に儲けた男子を、家臣・坪井佐治兵衛が連れ出して匿い、美濃国池田郡脛永村(現・岐阜県揖斐川町脛永)に隠棲させました。彼ら信長直系の子孫は、明智家とは違った意味で「織田」^{おだ}姓を名乗ることを憚られ、秀朝系は「西山」、恒直系は「織田」^{おりた}、美濃・脛永村に移った家系は「坪井」姓を名乗り、それぞれ昭和の世まで(現在も続いておられるかは未確認)存続さ

れています。

後年ようやく高野山への入山を許された秀信ですが、祖父信長を恨む人たちに苛められた挙句、高野山から破門・追放されてしまいました。公式にはこの日(1605年5月8日)が秀信の命日とされていますが、向副村の伝承では、その三ヶ月近く後の7月27日に自ら命を絶ったとされています。近江の聖衆来迎寺^{じやうらいこう}(@大津市比叡辻。この寺の山門は坂本城城門と伝わります。)にもある秀信の位牌には「慶長十年七月二十七日」と書かれています。享年26(父・信忠と同じ齢)。世が世ならば、織田王朝(?)の三代目として栄華を極めたであろう男の余りにも寂しい最期でした。



「S・S・T」。Social Skills Trainingの略称で、日本語にすると社会生活技能訓練と呼ばれるものですが、皆さまはSSTについてどのような印象をお持ちでしょうか。正直、SSTって難しそう、ハードルが高い、とつきにくい。そんな印象をもっている人も少なくないと思います。現に、「ロールプレイって恥ずかしいし自分には向いていない」なんて意見を聞くことも多いです。では、何故そのように感じてしまうのでしょうか。原因は、SSTに対する不慣れさから来るものかと思います。この不慣れさに関することはSSTに限りません。例えば看護師は全く「看護」に触れていない学生時代などは「看護」に対するハードルがすごく高かったのではないのでしょうか。私自身、初めて実習に行った日は物凄く緊張したのを覚えています。日本人は特に不慣れなものを敬遠しがちで、普段あまり触れることのないSSTを「良いものだから使ってみて」なんて言われても困ってしまいますよね。

逆に、SSTを普段から取り扱って患者さんに活用している関わりの深い人達は、口をそろえて「SSTは役に立つ!」と言っています。良いものであると感じていますから、周囲におすすめてきたくなります。SSTに慣れていない頃の気持ちも忘れて「とりあえずやってみて」なんて言ってしまう。SSTを深く実践している人とそうでない人とのギャップは、そうやって生まれてきているのではないかと私は考えています。現に私自身もSSTに関わってきて8年経ったわけですが、よく周囲の方から「何でそんなに続けられるんですか」という疑問を持たれることがあります。一言で言ってしまうと、良いと思っていないものを続けられるわけありません。SSTを続けられるのは、仕事からプライベートまで、役に立てられると思う場面が多々あるからです。元々コミュニケーションに苦手意識を持っていた私でも、SSTに従事することによってその意識を少しでも克服できたことが大きい意味を持っています。そういうわけで、私はSSTの良いところを多くの人に触れてもらいたいと思うようになりました。

ところで、昨年2018年に発足したSSTクラブですが、気が付けば参加人数が総合100名を超えよ

うとしています。毎回SST委員以外の方にも参加していただいております。毎月の活動が充実したものとなっています。「SSTクラブ」とそのままの名前では堅苦しいかと思っ、頭文字と就労後活動という意味も含めて「(S)サン(S)セット(T)タイム(C)クラブ」と名付けてみましたが、そろそろ定着してきたでしょうか。

そもそも吉祥寺病院でSSTクラブを立ち上げたきっかけとして、駒木野病院でのSSTを見学させていただいたことがあります。その場で私はSST初級研修のため出張した河岸師長、渉里主任のアシスタントとして参加しました。そこで最も印象的だったのは、初級研修を受ける駒木野病院のスタッフ達の姿勢が随分とモチベーションに溢れていることでした。

「当院と何がそんなに違うのだろうか?」と疑問に感じた私は駒木野病院のSST担当者に尋ねたのですが、駒木野病院では月に一回、就労後にSST活動を行っているとのことでした。何という熱心で前向きな活動!と驚愕しました。当然のことですが、SSTにモチベーションを持ち、SSTが良いものであると思っているスタッフであるほどセッション運営の質に差が出てきます。患者さんにSSTを実践するためには、スタッフ自身がSSTを体験してその実用性を実感し、「役立つもの」であることを理解してから伝えていく必要があるのかもしれない。そう思い知らされた私は、当院で「とりあえず月一回」のSSTクラブ発足に踏み切ったわけです。

第一回は「始めるなら早い方がいいだろう」と、SST委員の集まる委員会の日(毎月第三月曜日)を活動日として、とにかくクラブ活動として動かしてみる実験的な感じで始まったのをよく覚えています。初回こそ手探り感が満載でしたが、回数を重ねるごとに徐々に運営側のスタッフも慣れてきました。今では参加していただいた方々には「役に立てられそう」という意見をもらえることも多くなっています。近日では「SSTってこんなに身近で使えるものなんだ!」と言って貰えたことが何より喜ばしいですね。

SSTをもっとも手軽に体験するためには、参加しているスタッフ自身に事例(身近に起きた場面)を

出してもらい、実際に動いてもらうことが重要です。SSTクラブに慣れている委員会のスタッフがその場を運営し、ゲストとして参加していただいている皆様にロールプレイをしてもらっています。“事例”という堅苦しい印象を受けてしまうかもしれませんが、実際は出来るだけ身近で役立てられそうな事例を選んでもらっています。職場で同僚や上司にうまく自分の気持ちや考えを言えなくてモヤモヤした。患者さんに「もっとうまく伝えたかったのに」が出来なくて悔しい思いをした。家族や友人にイライラすることがあるが、うまく言えない。皆さんにも多からず少なからず、身に覚えがあると思います。本人に許可をいただいたので一例を紹介すると、『旦那が年末年始に実家に行こうと誘ってきたが、義父母の家に行くのは緊張するし、勝手にスケジュールを決められるのは困る』というケースがありました。案外身近な人ほど自分の正直な思いを伝えるというのを忘れるもので、「自分はこういう理由で困っている」「こういう気持ちである」と明確に相手に伝えることの大切さを学んだりもしました。

毎度毎度参加していて思うのですが、それぞれの事例をいざロールプレイをしてみると思ってもみない解決案が出るんですね。自分一人で悶々と考えるより、グループワーク(グループ力動と呼ぶそうです)だからこそその発想は大変面白いです。「なるほ



ど、そういう言い方があったのか」と納得し、練習し、いざ実践してみて上手くいったときはSSTをやった甲斐があったなと感ずることが出来ます。

まだ参加したことのない皆様も、自分は良い事例を出せないよ～と思わず、軽い気持ちで来てほしいと思います。見学だけだったとしても、他の人のロールプレイを見て学ぶことは多々ありますし、取り扱う事例は「夫(妻)のあの言い方が鼻につくんですが」とか、そんなものでもいいです。SSTクラブは皆様にSSTを体験してもらうことと同時に、日々のモヤモヤを解決するためにはどうしたら良いか?という意味も含んでいますので!

そんなSSTクラブは、毎月第三月曜日、就労後の17:15～実施しています。職種問わず、どなたでも参加して良い活動ですので是非お越しください。スタッフ一同お待ちしております!

令和元年度 吉祥寺病院行事予定

7月

行事関係

13日(土) ファミリーサポートセミナー
20日(土) 家族会
24日(水) レク(盆踊り)

研修関係(予定)

院内教育研修(感染対策)
看護助手研修①
看護研修(与薬の技術2 トレーニング)
看護研修②
看護研修(プリセプティ④ コミュニケーション1)
看護研修(新人コミュニケーション2 (SST))
看護研修(アサーション①)

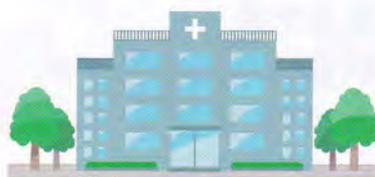
8月

行事関係

10日(土) ファミリーサポートセミナー
17日(土) 家族会

研修関係(予定)

院内教育研修(暴力を防止するために)
看護研修(事例検討会②)



9月

行事関係

12日(木) レク(ピクニック)
14日(土) ファミリーサポートセミナー
21日(土) 家族会

研修関係(予定)

看護研修(プリセプティ⑤)
看護研修(プリセプター④)
看護研修(3年目研修②)
院内教育研修(院内研修報告会)
看護研修③
看護研修(新人コミュニケーション3)

新しい仲間を
ご紹介!

新人紹介コーナー

K.S

A3病棟 看護師

- 1 福岡県
- 2 明るくてきれい
- 3 余裕を持って生活する
- 4 読書、マンガ

N.S

総務課

- 1 埼玉県
- 2 きれいな病院
- 3 ポジティブシンキング
- 4 ヨガ

氏名

- 1 出身地
- 2 吉祥寺病院の第一印象
- 3 私のモットー
- 4 最近ハマっていること

T.T

B2病棟 看護師

- 1 東京都
- 2 優しい、面白い
- 3 やる時はやる、休む時は休む
- 4 ビール、ハイボール、銭湯

M.T

B3病棟 看護師

- 1 東京都
- 2 笑顔が多い病院
- 3 あおいくま(あ:あせらない、お:おこらない、い:いばらない、く:くさらない、ま:まけない)
- 4 おいしいご飯を食べること、作ること

R.K

A2病棟 看護師

- 1 東京都
- 2 病棟を超えてスタッフの仲が良いなと思いました。
- 3 初志貫徹
- 4 バイクツーリング、パソコン自作

H.S

相談室

- 1 岩手県
- 2 あいさつをして下さる患者様がたくさんいる。
- 3 自分の機嫌は自分でとる。
- 4 アニメ鑑賞

F.T

相談室

- 1 東京都
- 2 お庭がキレイな病院だと感じました。
- 3 何事もたのしく
- 4 バッティングセンターに行くこと

N.S

栄養科

- 1 東京都
- 2 あたたかい病院
- 3 探求心を忘れない
- 4 映画鑑賞

K.I

A2病棟 看護師

- 1 岩手県
- 2 雰囲気の良い職場であると感じました。
- 3 謙虚に生きる
- 4 雑貨巡り

Y.E

A4病棟 看護師

- 1 山形県
- 2 優しい看護師さんが多い
- 3 いつも笑顔でいること
- 4 アニメを見ること

よろしく
お願いします



豆腐サラダ



1人分栄養成分

エネルギー 50kcal
タンパク 3.0 g
塩分 1.0 g

材料 (2人分)

乾燥わかめ…… 1.6 g (2つまみ位)
グリーンピース…… 16 g
レタス…… 40 g (3枚位)
トマト… 30 g (中くらいの大きさ1/4)
木綿豆腐…… 60 g (1/3丁)
棒棒鶏ドレッシング… 24 g (大さじ2杯弱)

作り方

- ① 乾燥わかめを水で戻し、水を切っておく。
- ② グリーンピースに火を通し冷水で冷ます。
- ③ レタスを食べやすい形にカットする。
- ④ 豆腐はダイスに切っておく。
- ⑤ トマトを1cm角位に切る。
- ⑥ ①～④を棒棒鶏ドレッシングで和える。
- ⑦ ⑤のトマトを散らして飾る。

サラダに使用したグリーンピースは、エンドウ豆の未成熟な状態をむき身にしたもので食物繊維の含有量がとても多く、ビタミン、ミネラル、タンパク質をバランスよく含んだ優れたものです。

グリーンピースの代わりに旬の枝豆や大豆、ミックスビーンズなどをご使用されても美味しく楽しめます。

枝豆は大豆の未成熟な状態のもので、タンパク質が含まれ、栄養価の優れた野菜と豆の間にある緑黄色野菜です。

ぜひご家庭でお試しく下さい。



外来担当表

	月	火	水	木	金	土
診察室(1)	原藤	院長	原藤	小木	原藤	原藤
診察室(2)	市川	市川	岡田	市川	市川	亀山
診察室(3)	田澤	西岡	西岡	田澤	西岡	西岡
診察室(4)	森 / 森(栄)	岡田 / 澤井	森 / 森(栄)	岡田 / 井川	森	森
診察室(5)	大野 / 清野	山室 / 大野	山室 / 南(倫)	山室	大野	山室
診察室(6)	土井	土井	西山	土井	岡田 / 土井	井川

受付時間

- 月~金 午前 9時~11時 (初診・再診)
午後 1時~ 3時 (初診)
- 土 午前 9時~11時
午後も入院は受け入れています

10月より「敷地内全面禁煙」となりました。



調布市深大寺北町4-17-1

編集後記

夏も本番となってきました。B病棟では現在、耐震工事に続きリニューアル工事を実施中です。

終了後、きれいになったB病棟を掲載します。

お楽しみに！

(山)

今年も前髪が張り付く梅雨の季節が始まりました。

皆さまいかがお過ごしでしょうか。

なんとかこの未曾有の豪雨を乗り越え、皆さまのもとに令和最初の幸せな夏休みが訪れることを願っております。

(S・K)