

じん だ い

第71号

2023.4.28 (金)

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
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



花鳥図

Contents

《花鳥図》の秘密	1
喫茶・売店ハナミズキついに始動!!	2
本能寺からお玉ヶ池へ ～その⑮～	3
より安心して療養できる環境を目指して～A2病棟の個室化工事について～	6
私の趣味紹介『おすすめの映画』	7
お花見	9
当院のおすすめメニュー	10
外来担当表 / 当院略図 / 訃報 / 編集後記	11

カルテが紙。患者様を取り巻くすべての情報が、紙。長く吉祥寺病院に勤める職員には当たり前の光景でも、現代の病院らしからぬ状況に、竹簡やパピルスに彷彿とさせられる瞬間があったことは否めない。筆者はカルテ庫の膨大な過去カルテの横を通るたび、中島敦の『文字禍』が脳裏に浮かぶのを余儀なくされていた。

そんな吉祥寺病院が、英断した。約半年間の準備期間を経て、2023年3月27日、電子カルテ移行と相成った。カルテ探しが日々の業務の一部だった事実は、過去の話になってゆく。

昨今、AIが芸術分野でも長足の進歩を遂げ、見事な絵も見たい景色も瞬時に生み出すことが可能になった。AI使役ツールに『満開の桜、春の陽射し、美しいと人間が感じる写真』と入力しさえすれ

ば、表紙の画像のようなものを量産できる。こうしたAIツールは多岐にわたり、視覚的快楽の生成が簡易になったことを厳然と突きつけてくる一方、意味ある示唆ももたらした。

精神科病院のような場所で、長い人生をかけて人に寄り添い、適切に助け、支え、もつれた糸をともに解すような気長な職人技は、やはり人にしかできなからうということだ。

IT化の道を歩み始めた吉祥寺病院はカルテの電子化にとどまることなく効率化を進め、タイムロスが減じてゆくことだろう。生まれた余裕に入り込む仕事は、人間にしか、職人にしかできないものに違いない。

ITの恩恵に浴したからこそ見えてくる景色に期待する。

【画像生成時の差分】



電子カルテ導入の概要については
次号で触れます

喫茶・売店ハナミズキついに始動!!

DC 三村 幸太郎

皆様こんにちは。DC・NC 室花水木売店担当三村です。昨年4月より吉祥寺病院の患者様向けの注文販売、花水木売店の運営をスタートしました。売店の運営に関しては全く経験がなく、どのように運営していこうか？と言ったところから始めていきました。昨年の2月よりB1病棟からDC・NC室に異動し準備をスタートしました。まず売店・喫茶店の営業許可を保健所に申請に行ったり、病棟への注文販売、売店の運営に関するシステム作り、清掃、商品の仕入れ等、他にも何か気が付いたら「あれもやらなきゃ、これもやらなきゃ」といった感じでした。がなんとか昨年の4月よりスタートする事が出来ました。

看護助手会議にて各病棟と相談したり、医事課、総務課の協力もあり無事1年間運営することができました。

昨年度の活動として、1つ目は吉祥寺病院の患者様向けの注文販売の実地です。元々こひつじ舎に依頼していた買い物注文がなくなり、しばらくの間、患者様の買い物を看護師や看護助手が行っていました。その買い物の負担を少しでも減らすことが目的でもあります。メニュー表にない商品も注文できますので気軽に売店ハナミズキ『店長三村』までお申し付けください。

2つ目は売店の運営です。コロナの関係もあり売店の利用は花水木のスタッフのみで、喫茶店の営業はまだ開始していません。花水木のスタッフにアンケートを取らせていただき、なるべく売店を利用しただけのように現在も試行錯誤しながら元気に営業中です!!

3つ目はデイケアと連携し就労支援に繋げていくことです。昨年8月頃に面接、実習を行い9月から1名一緒に働いてもらっています。今では一人で売店を任せる事もできるのでとても助かっています。一緒に売店を盛り上げていけたらと思います。昨年度の活動としてやろうとしていた事は何とか達成できたのではないのでしょうか。

今年度の目標としては、売上のアップはもちろん、喫茶店の再開(コロナ次第ですが)、自身のスキルアップ(資格などの取得)等です。

現在、吉祥寺病院のスタッフの利用はできません

が3月より、医事課、PSW、クラークへのスタッフ向けの注文販売(配達)をお試しでスタートしております。スタッフ向けの販売に関しましても徐々に拡大していきたいと思います。

売店ハナミズキの一番のおすすめは、エスプレッソマシンで豆から挽いたコーヒーです。私もよく自分で買って飲んでいますがやはり香りが全然ちがいます。コーヒー好きな方は是非飲んでみてください。120円で販売しておりますので気になる方は売店ハナミズキまでお問い合わせください。現在スターバックスコーヒーの豆を使っています!!



その他、色々な相談気軽にお問い合わせください。

他にも色々とお話したい事はありますが、今回はこの辺でお暇させていただきたいと思います。

これからもよりよい売店づくりを心掛けていきますので皆様応援も兼ねて売店のご利用よろしくお願いたします。



本能寺からお玉ヶ池へ ～その⑮～

医局 西岡 暁

春なれや 名もなき山の 薄
霞 (芭蕉)

この句は、芭蕉さんが「桃青」を名乗っていた時代に「野ざらし紀行」で故郷・伊賀から大和への道行の途中、大和国に入るにあたって詠んだ句で、季節は春です。そして、芭蕉さんの代表作と云われるのも、春の句です。その句は、今では誰もが知るところになったので、芭蕉さんの作品だと言うばかりではなく、「俳句の中の俳句」とまで云われています。



医局 西岡 暁

古池や 蛙飛びこむ 水の音 (芭蕉)

この句は、「本能寺の変」(とは無関係ですが、)から百年ほど後の1686年(貞享3年＝「野ざらし紀行」の翌年)に江戸・深川の芭蕉庵で詠まれたもので、芭蕉さんは初めに「蛙飛んだり 水の音」という下の句を思い付きました。これだけでも「俳句の革命」なのだそうです。(ですが、その話はこちらのテーマからは外れるので、ここでは触れません。)

さてここで、これまでに幾度も登場されたお玉ヶ池生まれ(異説あり、と言うか「お玉ヶ池生まれ」の方が異説とされています。)の「蕉門四天王」&「蕉門十哲」筆頭で「月花を医す」人＝宝井其角(1661～1707)にいま一度お出まし戴きましょう。芭蕉庵の「蛙」の(?)句会に参加した其角は、師匠の芭蕉さんに上の句のアイデアを訊かれると直ちに「山吹や」と答えました。(その後芭蕉さんが直した下の句と合わせると次のようになります。)

山吹や 蛙飛びこむ 水の音 (芭蕉&其角?)

これはこれで「山吹」(の花の姿)と「水の音」の対比が際立つ名句です。芭蕉さんがこれを採ったとしても、蛙の鳴き声でなく水の音を採り入れたことだけで「俳句の革命」と云われたことでしょう。ただ芭蕉さんはそうは思わず、「古池や」としました。そのお蔭でこの(「古池や…」の)句は、世にある全ての俳句の代表作と云われるまでになったので

す。

「古池や…」の句が「俳句の革命」なら、種痘は「医療の革命」と言えるでしょう。(強引なのは百も承知です。)
「お玉ヶ池種痘所」の発起人・三宅良斎の先祖である明智岸の妹・ガラシャは、辞世「散りぬべき時…」に桜花を詠っています。ガラシャの辞世の歌は、(土岐)明智一族の心と(日本の)キリシタンの心を重ねて詠ったものです。それから400年、「日本人の心を詠った」と称する桜花の俳句があります。

ちるさくら 海あをければ 海へちる (高屋窓秋)

この句を詠んだ高屋窓秋は、三宅良斎、坪井信道(二代目)等が開設した「お玉ヶ池種痘所」を源流とする東京帝国大学医科大学に学んだ産婦人科医でもあった水原秋櫻子の(窓秋は医師ではなく俳句の)弟子の一人です。

ところで、一昨昨年の「深大寺道をゆく」旅では、芭蕉さんの桜の句をご覧頂きました。

さまぎまのこと 思ひ出す 櫻哉 (芭蕉)

この句は、芭蕉さんが「芭蕉」になって7年、江戸に下って16年の1688年(貞享5年。「野ざらし紀行」から3年。)春、故郷・伊賀上野に帰省した芭蕉さんが伊賀の桜を詠んだもので、その桜の屋敷＝芭蕉さんの旧主・藤堂良忠(藤堂藩侍大将。俳人・蟬吟でもありました。1642～1666)の遺子・良長(俳号・探丸)の屋敷は、今「様々園」の名で遺されていて、(私邸のため)園内には入れませんが、毎年堀越しに桜花を愛でることが出来ます。

[17] 湯島

「お玉ヶ池種痘所」の発起人・三宅良斎の先祖である明智岸の妹・玉に洗礼を授けて「ガラシャ」にしたのは、侍女の清原マリア(生没年不詳)でした。清原マリアの父・清原枝賢(1520～1590)の伯母・智慶院は、ガラシャの夫・細川忠興の祖母です。

昔の昔のその昔、清原マリアの先祖と云われる清



江都名所「湯しま天満宮」(歌川広重)

少納言(同じく生没年不詳)が、「春はあけぼの…
夏は夜… 秋は夕暮れ… 冬はつとめて…」と
書いた時代になるでしょうか？

不忍池しのばずのいけも、その東にあった姫ヶ池も、その北の千束池も(と云うことは、勿論「お玉ヶ池」も)海だうみったその頃、海の上から(後に江戸の町になる)陸を眺めた時、上野の山も本郷台地も島に見えたことから、本郷台地(の海寄り部分)は「湯島」と呼ばれるようになりました。これが湯島の「島」の由来ですが、「湯」の由来は良く分かっていません。(本来なら[8]か[11]でお話すべきことでしたが、)その頃その辺りはまだ「本郷」ではありませんでしたので「本郷台地」とは言えません。尤も「台地」に見えなかったから(現在の本郷も含めて)「湯島」と呼んだ訳で、湯島に出来た集落うちの主なものうちが「湯島本郷」と呼ばれ、室町時代に略して「本郷」になったと云われています。

(「本能寺の変」の主要メンバー・斎藤利三としみつの曾孫と思われる)徳川綱吉は、湯島の地に1690年(元禄3年)、湯島聖堂(@文京区湯島1丁目)を建てました。百年後ここは幕府の学問所=昌平坂学問所になったので、「学校教育発祥の地」とされていますが、元は儒学に傾倒していた綱吉が孔子廟として建立(正確には、林羅山が1632年に上野に建てた私設の廟=忍岡聖堂しのぶがおかを移築)したものです。

昌平坂学問所は、明治維新後明治政府の「昌平学校」になり、1869年に([9]で述べたように、医学校が「大学東校」、開成学校が「大学南校」になったのと同時に)「大学校」になりました。大学校は国学と漢学の学校でしたが、国学と漢学との抗争

(?)が激化したため、2年後に廃校されてしまいました。一方(?)大学南校は外国語と洋学の学校でしたが、1874年に「東京開成学校」と改称され、更に1877年になると「東京医学校」と統合して「東京大学」となります。その際、東京大学文学部が「史学哲学及政治学科」と「和漢文学科」の二学科で発足しましたので、廃校されて6年の(大学南校の源流である)昌平学校が、ちゃっかり(?「東京大学文学部」の名称で)復活したとも言えるようです。

ところで、芭蕉さんは「奥の細道」の旅から戻った次の年・1692年(元禄5年)の桃の節句に、宝井其角ともう一人の高弟・服部嵐雪らんせつ(1654~1707)を招きました。その折芭蕉さんは、「草庵に桃桜あり。門人に其角、嵐雪あり。」と称えた上で、次の句を詠みました。

両の手に 桃と桜や 草の餅 (芭蕉)

それに応えて、と言う訳ではありませんが、嵐雪の春の句と言えば、次の梅の句でしょう。

梅一輪 いちりんほどの 暖かさ (嵐雪)

服部嵐雪は、江戸・湯島の生まれと云われ(異説もあります。)、湯島天神の鳥居には、嵐雪の本名=服部久馬之助の名が刻まれているそうです。もし嵐雪が湯島の生まれならば、この句の「梅」は、当時から有名だった湯島天神の梅(=「湯島の白梅」？ 実際、湯島天神の梅はその8割が白梅だそうです。)を詠ったものかも知れませんね。

[18] 一橋

徳川幕府五代将軍・綱吉は、母・桂昌院(お玉の局)の祈祷所として1681年(天和元年)に護国寺(@文京区大塚5丁目)を、幕府の祈祷所として1688年(元禄元年)に護持院(現・公立女子大学@千代田区一ツ橋2丁目)をと、二つの巨刹を建立しました。この中護持院は、綱吉の死後1717年(享保2年)に火災で焼失したため護国寺の境内に移され、護持院の跡地は火除け地となり「護持院ヶ原」と呼ばれるようになりました。「江戸名所図会」によれば、護持院ヶ原はその後、冬から春にかけては将軍家の狩場として使われましたが、夏から秋にかけては江戸の市民に開放され、市民の憩いの場になったそうです。

森鷗外の小説に、「播磨国飾東郡姫路の城主酒井雅楽頭忠実の上邸は、江戸城の大手向角にあった。…」と始まる話があります。

この「姫路の城主酒井雅楽頭忠実」は、[10]で触れた酒井抱一の兄・忠以(姫路藩第2代藩主)の次男(ですが、藩主としては4代目)です。この小説のヒロインは「細川長門守興建の奥に勤めていた」娘ですが、細川興建は、ガラシャの夫・細川忠興の弟・興元を初代とする谷田部藩(@茨城県つくば市)の第8代藩主です。細川興元は、忠興とガラシャの次男(=明智光秀の孫でガラシャがキリシタンにした)興秋を養子にして、後には興秋とその母・ガラシャの勧めで自身もキリシタンになったそうです。ガラシャの夫・忠興の母・沼田麝香も、ガラシャの死の翌年キリシタン・沼田マリアになりました。

鷗外のこの小説は、漱石の「吾輩は猫である」の8年後同じ雑誌「ホトトギス」に掲載されました。題名を「護持院原の敵討」と言い、そのクライマックス

の舞台に護持院ヶ原が使われています。「ホトトギス」主宰・高浜虚子(1874~1959)が居(兼「ホトトギス」発行所)を構えたのは、護持院ヶ原から九段坂を狭んで西に半里ほどの処でした。

灯をともし^{てのひら} 掌にある 春の闇 (高浜虚子)

ところで、「敵討」と言えば、何と言っても「忠臣蔵」でしょう。

討ち入りの後、大石内蔵助始め17名の赤穂浪士が熊本藩お預けとなり、浪士を引き取りに赴いた旅家老(他藩で言う江戸家老)が明智光秀の玄孫・三宅藤兵衛重経で、下屋敷で出迎えたのが藩主で同じく明智光秀の玄孫だった細川綱利だったこと、そして熊本藩士・堀内伝右衛門が大石内蔵助に三宅藤兵衛は明智左馬之助(秀満)の子孫であると教えたことを[8]でお話しました。この時の将軍で事件のきっかけ(=浅野内匠頭の切腹)を作ったとも云われるのは、誰だろう(斎藤利三の曾孫と思われる)徳川綱吉です。また、討ち入りの日の月番老中は稲葉正往でしたが、正往は[14]で述べたように斎藤利三の玄孫です。

赤穂浪士の討ち入りから150年近く後の1856年(安政3年)、徳川幕府は洋学の研究教育のため「蕃書調所」を九段坂下(@千代田区九段北1丁目)に開きました。「蕃書」とは、今で云う「洋書」のことです。蕃書調所の教授(後に頭取)には、後年「お玉ヶ池種痘所」の発起人筆頭となる箕作阮甫が、同じく発起人(で織田信長末裔・坪井信道の娘婿)になる坪井信良が教授手伝になりました。6年後蕃書調所は、護持院ヶ原に移転して「洋書調所」になります。



絵本江戸土産「護持院ヶ原」(歌川広重)

より安心して療養できる環境を目指して

～ A2病棟の個室化工事について～

A2病棟師長 大津 絵美子



吉祥寺病院は入院治療が必要な方々が安心して入院治療を受け、なるべく短期間で退院できるように、そして退院後も健やかな生活を送ることができるよう支援を続けてまいりました。昨今の精神科救急医療へのニーズへ対応すべく、4人部屋を個室に改修する工事を行い、2023年4月からは精神科救急急性期医療入院料病棟(スーパー救急)になりました。これによりすでにスーパー救急であったA4病棟に加え、スーパー救急2病棟体制となりました。

個室化工事の着工期間は、2022年の11月から2023年1月の3カ月でした。実は、A2病棟が個室化工事をするのは、今回が初めてではありません。2020年にも4人部屋2つを個室8部屋に改修し、患者さんから好評をいただいております。今回は4人部屋3つを個室8部屋と2人部屋2つに改修しました。とても素敵な個室と2人部屋が出来上がりました。

工事期間中は、入院されている皆さんにご迷惑をおかけすることもありましたが、ご理解とご協力を賜り、滞りなく工事を終えることができました。工

事のことや改修後の病室についての患者さんの声をご紹介します(ご本人から掲載許可をいただいております)。

「工事の音自体は気になりませんでしたよ。」

「職人さんが男性ばかりでしたけど、女性患者さんは怖くなかったでしょうかねえ。」

「夜の工事があったのでびっくりしました。」

「最初から個室へのリフォームが出来るように4人部屋が作られていたのはすごいですね。うまい具合におさまっていて驚きました。」

「個室が増えたから看護師さんのケアがしやすいですね。」

「(新しい個室は)居心地いいです。落ち着いてすごせますよ。」

スーパー救急病棟としての個室の環境が整いました。A2病棟は、患者さんの思い描く生活をいかに支援していけるか日々模索しながら看護していきたいと思います。

私の趣味紹介 ～おすすめの映画～

「私の中のあなた」

私が今回オススメしたい映画は、「私の中のあなた (My Sister's Keeper)」という映画です。主人公のアナはごく普通の11歳の女の子。ただ一つ違うのは、白血病の姉に臓器を提供するドナーとして、遺伝子操作によって生まれたデザイナーベビーだということです。彼女はこれまで、姉のために何度も輸血や骨髄移植など、治療のために過酷な犠牲を強いられてきました。アナ自身「大好きな姉のために」と献身的にサポートを続けてきました。そんなアナの思いを母のサラは、「愛する家族のためなら当然」と信じて疑いませんでした。しかしある日、アナは姉への腎臓提供を拒否するため、子供ながらに全財産を使って弁護士を雇い、両親を相手に訴訟を起こします。その裏には姉妹たちの切なすぎる決断と思いが隠されていて……。

少し重ためな内容ですが、家族愛について描かれたとても素敵な映画です。「大好きな家族のために」という思いは同じなのに、どうしてこうも交差してしまうのか、家族の素晴らしさと共にその不安定さの両側面が描かれており、家族とは、愛情とは、ということを改めて考えさせられる映画です。消防隊員で遊び心あふれる父と、失読症の兄の存在も見どころです。訴訟を機に、家族の一人一人が大事なことは何か見つめなおしていく物語に、自然と心が温まる映画だと思います。

最高の涙活と共に、観終わった後少し優しくなった気がする映画なので、最近むしゃくしゃして優しくなれてないかもって方はぜひ。

ペンネーム：たぬき



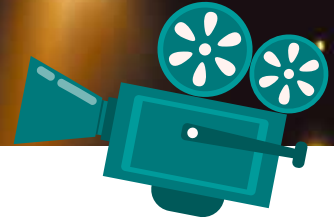
フリーソロ [FREE SOLO]

この映画は Alex Honnold というクライマーの挑戦へのドキュメンタリー映画である。

皆さんはクライミングに対してどのようなイメージをお持ちだろうか。大きな岩壁にロープとカラビナ等を使って安全を確保しながら登る。又は、カラフルな突起がついた壁を軽快に登るボルダリングを想像するだろう。しかし、映画の主人公 Alex Honnold が行なうクライミングはボルダリングの様に身体に何も身に付けない状態で世界有数の岩壁に登るフリーソロである。そして冒頭の挑戦というのは世界最大の花崗岩であるエルキャピタンをフリーソロで登ることだ。エルキャピタンはヨセミテ国立公園にある一枚岩で高さは地上915m。これは東京スカイツリーと横浜ランドマークタワーの高さを足した高さと同様同じ大壁をリスクしかない状態で登るのである。本人は勿論、家族や恋人、撮影スタッフの挑戦に対する戸惑いや覚悟、後悔が事実として描かれている為何か挑戦を考えている人に視聴をお勧めしたい。

ペンネーム：R・H





なんの映画でしょう??

皆さん、こんにちは。普通に感想文を書いてもつまらないので、今回は皆さんにその映画がなんの映画なのか想像しながら読んでいただこうと思います。この物語は、見る人によって主人公が変わります。

一人目は、ある少女の物語です。少女は、自分に自信がなく、ただただ過ごす毎日でした。しかし、少女は、あることで呪いをかけられて老婆になってしまいます。

皆さんは、老婆になることはネガティブなイメージがありませんか？僕なら嫌で引きこもっちゃいます。(笑)

しかし老婆になった少女は、自身を受け入れ、部屋にこもるのではなく旅に出かけます。

旅に出たことで、いろいろな人と出会い、さまざまな体験をしていきます。物語を通し、少しずつ自信を取り戻していく老婆。自信を取り戻すことで少女にかけられていた呪いが少しずつ解けていきます。その魔法は自分に自信が持てないと老婆になってしまう魔法だったのです。

僕は、この物語の主人公をこの少女を視点に映画を見たとき、この少女から「数字(年齢)にとらわれないこと」、「自分自身を信じること」の大切さを学びました。また呪い(嫌なこと)は必ずしも悪いことではなく自分次第で最高の人生になりうる魔法になるものだと思います。

もしかしたらこの時点でなんの物語か気づいた人がいるかもしれません。でも今は、その答えは心に秘めてこの続きを読んでみてください。

二人目は、ある少年の物語です。その少年は、自分のことが大好き。自信に満ちあふれているが、実は寂しがり屋。空虚な心を埋めるため、いいなと思った女性に片っ端から声をかけてその恋心を奪う、先ほどの少女と比べると一見楽しそうですがどこか寂しい人生を送っていました。

少年は旅に出た少女と出会います。老婆姿であっても彼女を否定することはありません。物語りが進むにつれて少女と向き合い、ストレートに気持ちを伝えるようになります。自分だけでなく他人とも素直に向き合うことで、少年は空虚な心を埋めていき、本当に守るべきものを見つけ成長していく物語です。

僕は、この物語の主人公をこの少年を視点に映画を見たとき、この少年から「自身と素直に向き合い表現することの大切さ」、「外見だけに取らわせない大切さ」を学びました。

皆さんはこの物語がなんの物語か気づきましたか？

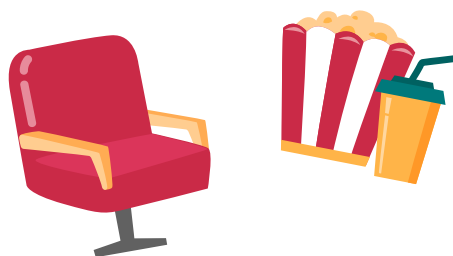
今回紹介させていただいたこの物語は、ジブリ作品の「ハウルの動く城」です。

この物語は、見る視点を変えることで様々な大切なことを教えてくれます。

ぜひ作品を見たことがない皆さんも、一度見たことのある皆さんも少し視点を変えて物語を見てみてください。大切なことに気付けるかもしれません。

ぜひ、ハウルの魔法にかけられてはいかが？

ペンネーム：讃岐男子



3m40cm。リハビリテーションセンター前のサクラの巨木の太いところの外周を測ったらこのくらいでした。推定直径108cm。なかなかの貫禄です。今年は2月以降気温の高い日が多く、東京の開花予想も3月20日前後と異例の早さ。当院自慢のサクラの木々たちも開花に向けて急いで蕾を膨らませているようです。月末には、巨木を含む5本の満開のサクラに囲まれた院庭でお花見が楽しめるはずです。

さて、お花見と言えば、当院から歩いて20~30分の所に都立神代植物公園があり、サクラの名所としても有名です。園内には約60種750本のサクラがあり、定番のソメイヨシノをはじめ、早咲きから遅咲きまで様々な種類のサクラを長く楽しむことができます。以前から、お弁当を持って患者様と一緒に公園まで出向き、お花見を楽しむのが新年度最初の病院の恒例行事でした。しかし、2020年の春以降、実施できていません。新型コロナウイルス感染症の流行により、感染防止のために集団で行う行事を自粛したからです。生活の様々な場面に計り知れない影響を与えた新型コロナウイルス感染症も、今年5月にはついに5類感染症に危険度が下げられます。先立って3月にはマスクの着用が各個人の判断に委ねられるそうですし、制限されてきた「集う」というあらゆる行為が、今年は少しずつ元の状態に戻っていくのではないかと期待しています。集うことこそ人たる所以でしょうから、この3年間は本当に異常な期間だったなと改めて思います。

「お花見」も然り。上野公園でも4年ぶりに飲食を伴う宴会が認められ盛り上がり始めています。当院も歩

調を合わせて久しぶりに神代植物公園でのお花見を計画。医療機関ですので、宴会にはなお慎重ですが、院庭のお花見と共に今年は植物公園のお花見も楽しめそうだとわくわくしています。

ところで、年々サクラの開花が早まっている気はしますが、これも温暖化の影響でしょうか。いずれサクラの開花は、新年度に門出を祝う風物詩ではなく、3月に別れを惜しみ晴れ晴れと送り出す送別会の風物詩になっていくのかも知れません。今年は、植物公園のお花見を3月の年度末に、院庭のお花見を4月の新年度開始時期に設定しましたが、はたして、サクラがそれら設定した日に咲いているのか、満開なのか、桜吹雪なのかは、実際にはまだ分かりません。しかし、考えてみると、やれ自粛だ、4年ぶりのお花見だと我々がいくら騒いでいても、サクラの方はそんな人の杞憂をよそに自粛期間中も変わらず季節の変化を敏感に感じ取って蕾を膨らませ、開花し、やがて満開となり花を散らすことを休まず繰り返してきたわけ。その揺るがない生き様が、堂々とした貫禄にも表れているように思います。

それにしても…暑い。この原稿を書いている3月中旬の最高気温は4月並みだそうです。もしかしたら、4月の院庭でのお花見の頃は既に桜吹雪も終わり、葉桜かも知れない。でも、それもまた良いじゃないですか。生き生きとした初夏の新緑、鮮やかな秋の紅葉の準備を坦々と進めるサクラを見上げながら、足早に過ぎていく春を今年も患者様と一緒に楽しみたいと思います。



グリンピースごはん



1人分栄養成分

エネルギー 310kcal
たんぱく 6.2g
塩分 1.1g

材 料 (2人分)

グリーンピース………… さやつき 150 g
(正味60 g)
米…………… 1 カップ
酒…………… 10 g (小さじ2)
塩…………… 3 g (小さじ1/2)

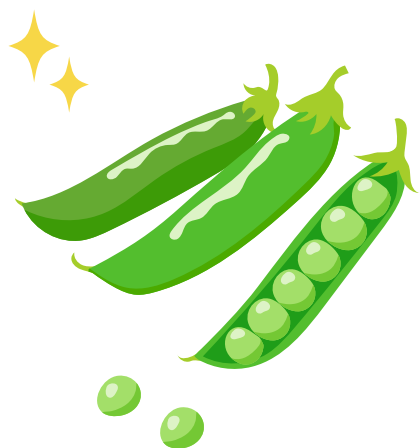
作り方

- ① 米は洗ってザルに上げ、水気をよくきり、炊飯釜に入れ、分量の水を加えて30分おく。
- ② グリンピースはさやから取り出し、さっと水洗いする。
- ③ ①に酒、塩を加えてさっと混ぜ合わせ、グリンピースをのせ、普通に炊く。
- ④ 炊きあがったら10分程蒸らし、混ぜたら完成。

《 グリンピースの豆知識 》

グリンピースの旬は春先、3月～5月にかけての間です。冷凍や缶詰で一年中出回っていますが、旬の新鮮なものは、食物繊維が豊富に含まれており、栄養価も高く、季節の変わり目の体調維持や疲労回復にふさわしい食材です。

グリーンピースは空気に触れると固くなるため、さやつきのものを買ひ、調理する直前にさやから取り出すようにすれば、より一層やわらかく、新鮮なグリーンピースを味わうことができます。



外 来 担 当 表

● 初 診

	月	火	水	木	金	土
第1週	畑	岡田	森	田澤	種田	稲川
第2週	狩野	西岡	森(栄)	山室	宮崎	市川
第3週	畑	岡田	森	田澤	種田	稲川
第4週	狩野	西岡	澤井	山室	宮崎	市川
第5週	畑	岡田	森	田澤	種田	市川

● 再 診

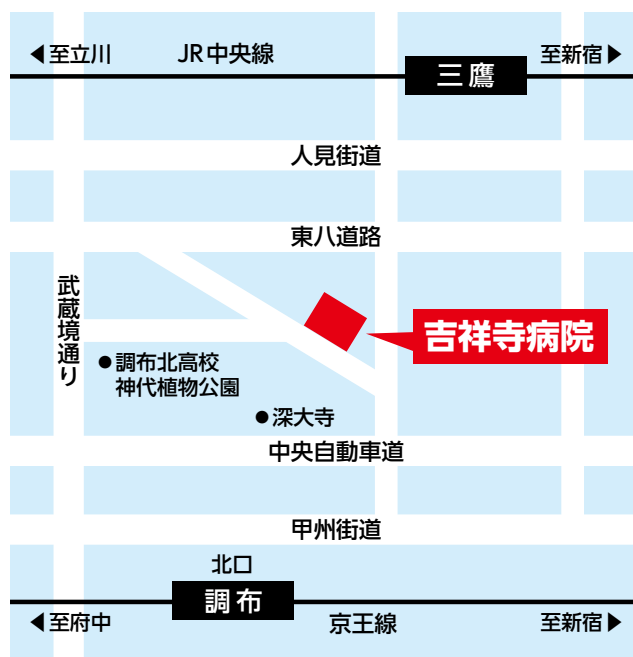
月	火	水	木	金	土
土井 市川 森 田澤 種田 南 澤井	院長 土井 市川 西岡 山室 稲川	原藤 森 西岡 山室 岡田 森(栄) 南 澤井	市川 田澤 山室 畑 宮崎 中村	市川 森 西岡 岡田 畑 種田 森(栄) 塚本(か) 小島 山下	森 西岡 山室 狩野 亀山

受 付 時 間

月～金 午前 9 時～11 時 (初診・再診)
午後 1 時～ 3 時 (初診)
※午後の再診は事前予約の場合受け付けています

土 午前 9 時～11 時
午後も入院は受け入れています

当院は「敷地内全面禁煙」です。



調布市深大寺北町 4-17-1

訃 報

2023年1月12日、小木貞孝先生(筆名 加賀乙彦)が逝去されました。謹んでお悔やみ申し上げます。故人を偲び、次号『じんだい』で吉祥寺病院と小木先生の関わりを特集いたします。

編 集 後 記

新型コロナウイルスが5類になりますね。今年こそお花見して、暑気払いして、忘年会して～と今からワクワクします。私はプライベートでもマスクする派ですが、家族には強制できないので難しいですね。コロナ前とコロナ禍後の生活はどのように変化するのかこれから皆さんで体験していきましょう。

素敵女子

皆さま、昨年度も1年お疲れさまでした！今月号の趣味紹介は映画でした、皆さんイチオシの映画やドラマはありますか？ちなみに私の一人映画デビューは、学生の時に行った地元の映画館でのレイトショーでした。一人だし、人少ないし、どれだけ泣いてもいいし…とても居心地がよく、何も気にせず集中して観ることができるので、自分へのご褒美としてまた行きたいなと思います。皆さんの自分へのご褒美はどんなことでしょうか？新たな生活が始まる方もいらっしゃると思います。無理せず今年度も取り組んで参りましょう！今年度も吉祥寺病院をよろしくお願いいたします。

ダンゴ