

じ ん だ い

第13号

発行：医療法人社団 欣助会 吉祥寺病院

2008.4.30

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



吉祥寺をたずねて

医局長 西岡 暁

こんにちは、吉祥寺病院です。

といっても、ここは調布市の深大寺北町です。南に少し歩けば深大寺がありますが、吉祥寺は影も形もありません。では「吉祥寺」は、一体どこにあるのでしょうか？

今日はとても好いお天気です。春風に誘われて表に出かけ、「吉祥寺」を探しに行ってみましょう。

まずは、春の陽光を目がけて東に歩を進めます。当院の東側、深大寺東町を越えて三鷹市に

入ると杏林大学病院、そのすぐ東のバス通りが「吉祥寺通り」です。ここで、今日の最初の「吉祥寺」に出会いました。この通りを北に向います。

万助橋を渡り、通りの両側に井の頭公園を抜けると吉祥寺の街に入ります。

武蔵野市吉祥寺は、公園の緑を前庭にする住環境の良さと生活の利便性を併せ持つ町で、住みたい町ランキング1位の常連と言われています。近頃、漫画家の椋図かずおさんの新居が話題を呼んでいるところです。

そんな吉祥寺は、お寺の多い街ですが、ここには「吉祥寺」というお寺はありません。地元の方に訊いてみても、江戸時代に「吉祥寺村」が出来てこの方、この辺りに「吉祥寺」はなかったそうです。どういうわけか「吉祥寺」は、20kmも離れた文京区本駒込にあるというのです。仕方がありません。どこまでも行ってみましょう。

本駒込三丁目の本郷通り沿い、立派な山門を構えた広大な寺院が、諏訪山吉祥寺です。大きいだけでなく、あの徳川家康がこのお寺に寄進した秘仏、毘沙門天尊像の鎮座するという由緒正しい古刹です。

「吉祥寺」と彫られた石柱が脇にあるものの、山門に掲げられた大きな額には「梅檀林」とだけ書かれています。梅檀林とは何のことでしょう？

「梅檀林（せんだんりん）」は、何と400年以上も昔に出来ました。1592年、吉祥寺の中に、僧侶のための学寮「吉祥寺会下学寮」が作られ、後に17世紀に、この学寮での学問に感動した中国の高僧が、「梅檀林に雑樹無し」の故事から命名したと言われていています。この吉祥寺梅檀林は、現在の文京区湯島一丁目、東京医科歯科大学の所在地にあった江戸幕府の「昌平坂学問所」と並び称される、一千名を超える学僧が学ぶ一大学問所で、明治になって曹洞宗大学、大正になって、現在の世田谷区駒沢一丁目にある駒澤大学となりました。吉祥寺から駒澤大学が生まれたのです。

ところで、梅檀林が出来た頃、吉祥寺は駒込にはありませんでした。現在の文京区本郷一丁目、都立工芸高校所在地にあり、現在の水道橋は「吉祥寺橋」といって、吉祥寺参拝の人々がゆきかかっていました。吉祥寺は大きなお寺でしたから、門前町もなかなかの賑わいだったようです。

1657年3月、吉祥寺は、いや江戸八百八町は未曾有の災厄に見舞われます。11万人もの犠牲者を出し、大江戸を焼き尽くした世界三大大火の一つ明暦の大火＝振袖火事です。火元は、吉祥寺からもそう遠くない現在の文京区本郷5丁目にあった本妙寺もしくは老中阿部屋敷と言われています。江戸城本丸天守閣を始め多くの大名屋敷が焼失し、吉祥寺とその門前町も炎上しました。焼け出された門前町の人々は、武蔵野の原野を開墾し、移住しました。これが吉祥寺村の始まりです。このとき、お寺の吉祥寺は駒込に移転したので、「吉祥寺」はそののち、現在の文京区と武蔵野市の二か所に分かれてしまいました。吉祥寺の町に吉祥寺のお寺がないのは、こうした訳だったのです。

350年もの長い年月を遡って、ここに「吉祥寺」と吉祥寺の町とがようやく一つに結びつきました。しかし吉祥寺の歴史は、さらに200年の時を遡る必要があります。

吉祥寺の始まりは、徳川幕府より古いものです。本郷台の吉祥寺は、1590年、徳川家康の江戸入城の際、現在の皇居東御苑、和田倉門付近に既に在った吉祥寺を移転させたものでした。もともと吉祥寺は江戸城内にあったのです。

吉祥寺は、今を去ること550年の昔、1458年、江戸城築城のときに建てられました。

この年、関東管領の一族だった扇谷上杉家の大幹部である太田道灌は、享徳の乱で戦っている下総の千葉氏に対抗するために江戸城を建てることになりました。城で使うために和田倉で井戸を掘ったところ、「吉祥」と彫られた金印が出土し、この瑞祥を記念した太田道灌が、その地に吉祥庵を建立しました。これが吉祥寺の縁起となっています。

ということは、吉祥寺は、現在の皇居の地に誕生し、550年もの長きにわたって、江戸、東

京の中心地に在り、その激動の歴史を見守り続けているということです。

ところで太田道灌は、現在の新宿区の「山吹」伝説をはじめ各地に伝説を残した人ですが、ここ調布の地にもその伝説のひとつがあるのをご存知でしょうか？まあ今日は吉祥寺のお話なので、そのお話はまたの機会にさせて戴きましょう。

そんな訳で、「吉祥寺」は、江戸の昔からの、今でいう一大ブランドでした。

その名を戴いている吉祥寺病院。何か身の引き締まる思いですね。

おっと、もう陽が暮れて来ました。今日はこの辺で失礼することに致しましょう。皆様には随分遠くまでお付き合い戴き、お疲れ様でした。

精神病院 新築工事の回想

設備管理室 高橋 稔

私が、初めて精神病院建設に携わったのは、16年前頃でした。既存の古くなった病院を解体し病院を建替える計画案が示され、この計画の建築担当として参加したのが最初の出会いとなります。

それまでの病院建設の経験は「一般病院・老人病院」のみで、精神病院は未経験分野でしたので、全く知識がなく全てが手さぐり状態からのスタート…。

まずは、各精神病院のリサーチ・見学から始まり職員からの意見収集。そして基本設計・実施設計と進み、いざ着工する段になり、突然「老人保健施設」を併設することが決定され、今まで積み上げてきた設計の全てを変更し、再着工と云う難題を抱えながらの建築工事でした。その結果、許可・着工まで約2年、竣工引渡しまで5年の歳月を余儀なくされた建物で、私にとっても大変思い出にのこるプロジェクトとなりました。

こうした、難産の末に完成した病院の竣工検査時のエピソードを、一つ紹介致します。竣工検査当日（東京都）一人の検査官が私に、「この建物は精神病院でしたよネ…」と問いかけて来ました。

この問いの訳を、簡単に説明いたしますと、次のような事が推察されます。

- ①建物外装が、精神病院的でないファサードである。
- ②エントランス・ロビー（玄関・受付）の素材と色彩が病院としては、大胆な色使いである。
- ③病棟内の廊下・パブリックスペースの床に長尺カーペットが敷いてあり、従来の病院のイメージからかけ離れていた。
- ④病室内の仕様として、天井照明はダウンライト・読書灯はブラケット・床は一部カーペット敷きである。
- ⑤院内ディスプレイ・家具等が全て輸入品であった。…等々

建物の外装・内装そして全体的イメージが、従来の精神病院と何か違う雰囲気建物だと感じたのだろうと思いました。

このようなデザイン設計になった要因としては、この設計に携わったのがアメリカ人の設計者で、そのコンセプトは、「安らぎのある居住空間の提供」。私共から見た感じは、これで本当に病院として運営に支障ないのかと、いささか疑問がありました。日本人との感性の違いを、痛感させられた建築プロジェクトでした。

その後、同じメンバーで同一規模の、「精神・老健併設建物」を再度造ることになり、私にとっても大変貴重な経験をさせて頂きました。

余談ですが、病院リサーチ・見学の際、当時の吉祥寺病院（B棟）を訪問させて頂きました。その時の印象は…!!

- ①病棟・病室が自然採光を十分取っており、大変に明るかったこと。
- ②病棟の窓に鉄格子が無かったこと。
- ③中庭には、プールと木作業所があったと記憶しています。

思うに、私が始めて新棟（A棟）の「雁行した窓」を目にしたときに、15年前頃、訪問した際に感じた「自然採光」を重視した考え方（伝統）が、基本設計に反映され、今日なお、大切に継承されていると推察しておりました。

「新しい提案も大切です、良き伝統を継承する事もとても大切です。」

吉祥寺病院には、他にはない良き伝統が多々あります。これからも、大切に継承していただきたいと願う次第です。

東南アジアグルメ旅行

看護師 室岡 義弘

私の趣味は、旅行である。なぜ旅行かという、日常生活からかけ離れた非日常の別世界に行くことによって、仕事で溜めたストレスを発散できリフレッシュできるからである。日常のストレスに押しつぶされそうになり息詰まって笑顔も出なくなった状態になっても、別世界に行くと本来の自分を取り戻せて、笑顔が復活するのである。世界観も変わって視野が広がると思う。

国内も海外も旅に出ることはあるが、今回は海外を紹介しようと思う。海外は、タイ、シンガポール、マレーシア、台湾、中国の上海等に行ったことがあるがその中の東南アジアのタイのバンコクとその周辺にしようと思う。字数制限があるのでバンコクのグルメを主体に紹介する事にした。微笑みの国タイランド、天使の都バンコクと呼ばれているようにタイ人と顔を合わせると必ず笑顔が返ってくる。

成田空港からバンコクまでの飛行機であるが、直行便と経由便がある。たいてい格安航空

券の中で一番安い航空会社を選ぶ。時期により変動があるが米系又は中華系航空会社が比較的安い。日系航空会社は、やや高目であるが日本語で親切に案内するので快適である。直行便は乗り換え時間のロスがなく離着陸も1回なので楽だし、機内映画も余裕をもって観られる。しかし経由便は、2回離着陸して2区間飛ぶので機内食が往復で4回食べられるという利点(?)がある。航空会社によって上海、北京、台北、香港経由等がある。

成田から約8時間でバンコク・スワンナプーム新空港に到着する。気温は1年中摂氏30℃位の常夏なので到着すると熱気でムンムンしている。お香のようなタイ独特の香りがする。ドンムアン旧空港に到着していた2年位前までは国鉄でバンコク市内へ行けたが、新空港からはタクシーまたはバスを利用するしかない。タクシーの初乗り運賃は約105円である。バンコク市内まで900円～1200円位で行ける。バンコク市内行きの高架鉄道は現在工事中である。

タイに来てよかったと思うのは、新鮮でおいしいフルーツが安い値段で、1年中いつでも食べたい時にお腹いっぱい屋台やレストランなどで食べられるということである。屋台は市街のどこにでもある。マンゴー、パパイヤ、スイカ、椰子の実(ココナッツ)、グアバ、パイナップル、ドリアン、ドラゴンフルーツ、ライチ等売っている。一品30円から60円で食べられる。

タイの原宿・渋谷と呼ばれているサイアムは色々なお店がある。マンゴータンゴというマンゴーデザート等が食べられるお店もここにある。マンゴーの実とゼリー(ババロア)とアイスが入ったものが300円で食べられる。このお店は日本人観光客の行き付けになっていて、いつでも必ずと言っていいほど日本人がいる。

スクンビット通りソイ38にあるトンローの屋台街は、夕方から深夜の営業になるが、ここにもマンゴー屋さんがある。カオニャオ・マムアンという甘いマンゴーにココナッツミルクと蒸したもち米を合わせた定番デザートが一年中200円前後で食べられる。

安価でおいしいタイ料理も食べられる。グリーンカレー、レッドカレー、イエローカレー、トムヤンクン(世界3大スープ)、タイスキ(タイ風スキヤキ)のことで、日本でいうしゃぶしゃぶと同じ食べ方で、軽く火を通した具材に特製

ダレを付けて食べる。)・ソムタム(パパイヤのタイ風サラダ)・等たくさんある。

デパート等には屋台がたくさん集まってできたフードコートがあるが、そこでは、上記のタイ料理が何でも揃っていて選んで食べられる。

トンローの屋台街では、バンコク屋台料理選手権大会で優勝したパットイ・ゲンソット(桜えびの焼きそば)やバミー・ナム(ラーメン)が120円位で食べられる。

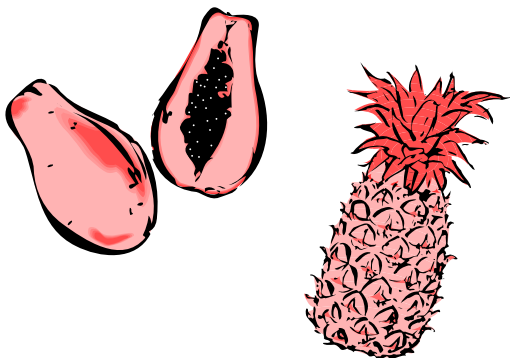
タイでポピュラーなビールは、シンハービールとチャーンビールである。

カオサン通りは世界中からバックパッカーが集まる聖地として有名である。安宿がたくさん集まっている。ここでは名物のパットイ(焼きそば)と春巻きが屋台で食べられる。卵入りパットイは60円で春巻きは30円である。しかし、この屋台達は非合法営業のようでパトカー等警察が来ると一斉に路地に逃げ隠れてしまう。

お土産はバンコク高架鉄道(BTS)のナショナルスタジアム駅を降り、歩いてすぐの東急カマーブクロンセンター(MBK)で買う。ドリアンチップ、ドライマンゴー、ラブ味ブリッツ、タイシルクの中着やパンツ、象の置物、お香やアロマキャンドルなど何でも手に入る。ここで店員と交渉して値切るのもタイの買い物の楽しみの一つである。

バンコク市内の道路を象使いが象を連れて歩いている。60円で餌を買って与えると、長い鼻でちゃんとつかんで口に入れて食べる。さらに60円だせば背中にも乗れる。タイ象はとてもかわいくて癒される。タイでは象は幸せを呼ぶ神様だと思われていて大切にされているようだ。

黄金の巨大な寝釈迦仏のあるワットポーというお寺がある。ここはタイ古式マッサージの総本山で日本のタイ古式のマッサージ師の卵がみ



んな学びに来るそうである。敷地内にもマッサージ店があり1時間1000円位でマッサージを受けることができる。

バンコク周辺ではビーチリゾートのパタヤビーチや、遺跡のあるアユタヤや、映画「戦場に

かける橋」で使われたクエー川鉄橋のあるカンチャナブリ等の観光地がある。

みなさんもぜひ一度気分転換の為に、タイランドに行ってみたらいかがでしょうか？別世界への旅行をぜひともお勧めします。

新 人 コ ー ナ ー

「ことば」

看護師 TS

はじめまして佐々木勉と申します。昨年の8月から吉祥寺病院でお世話になっております。最初は別の病院で看護助手として勤務していました。その病院から看護学校へ進み、看護師の資格を取得しました。それが昨年の3月。つまり資格をとってやっと1年目。人の成長にたとえるなら、やっとつかまり立ちができるようになった頃ということです。

そんなまだまだ新米の私には、全てが新鮮に映ります。そのなかでもとびきり新鮮でこの先もきっと色あせないもの…それは患者様と話し「言葉を聴き、伝える」ことです。

もともと人と接することが大好きであった私は、進むべき道を決めなければいけない時に漠然とながら、「人のために働き、それが実感出来る職業につけたら」と思っていました。その頃、社会福祉研究会に所属していた私は子供達やお年寄りと接していくうちに、その考えがますます固まり、「今ある経験を生かし、福祉の現場へ行こう！」と決めかけていました。しかし、そんな折に当時の恩師に看護師を勧められたのです。当時、男の職業としての看護師はまだ知名度が低く、私はその恩師に「男でもなれるんですか？」などと聞いてしまったほど

です。しかし色々話を聞くうち興味が湧き、まだ見ぬ看護師という職業に憧れを感じ、学校を卒業する頃には看護学校への進学を思い描いていました。



看護学校に入ってから勉強は、今までしてきたこととは全く勝手が違い、苦労の連続でした。なかでも患者様をお世話するにあたっての細やかな気配りが出来ず、「自分には向いてなかったんじゃないか…」と落ち込み、このまま退学しようかと思ったこともしばしばありました。そんな私が勉強を続けられたのは、先生や同級生、実習先の指導者、実習での受け持ち患者様、そのご家族といった方々と話し、その中で頂いた様々な言葉のおかげであると思っています。その中には厳しい指導の言葉もありました。また患者様やそのご家族から頂ける感謝の言葉もありました。そして同級生どうしの励ましの言葉…。そのどれもが私に力を与えてくれたように思います。

今私は看護師となり、患者様へ言葉を投げかけ、また傾聴する立場にあります。会話することは看護師が身に付けなければならない重要な

技術のひとつです。会話することにより、患者様が発する言葉から思いを受け止め、患者様が今どういった状態にあるかを判断し、患者様へその時最も適切なメッセージを伝えなければなりません。しかし私はまだ1年目の新米。理屈では分かっている、実際は失敗の連続です。「あの時こう伝えていれば…」と後悔することも数知れません。それでも出来るだけ一生懸命に自分の伝えたいことを、自分の言葉で伝えら

れるように、そして真剣に訴えを傾聴するよう努力しています。

最後に、私は今までに多くの言葉と出会ってきました。それは全てが耳ざわりのよいものではなかったかも知れないけど、全てが今の私に必要なものであったと信じています。

だから私はいま、出会ってきた大切な言葉を伝えたいし、新しい言葉を聴きたいと願っているのかも知れません。

満開の桜の花が外燈に照らされている。夜空におぼろ月が浮かんでいる。この頃を界に、草木の緑が特に目立ってくる。▼昔から奈良の八重桜、京都の山桜、吉野桜が有名である。以前、吉野の桜を見に行ったことがある。山間の目のさめるような色を、土地の人が指さして「吉野草というのです」と教えてくれた。桜の異称である。▼桜は、日本と中国に生じ、約二十から三十種類を数え、中国やヨーロッパの桜は主として、果実をならせる品種であるが、日本のものは花を楽しむ固有の品種で、ヤマザクラ系、ヒガンザクラ系、サトザクラ系などがある。よく知られるソメイヨシノは、明治の初め東京染井村（現在の豊島区駒込付近）の植木職人によって造られ広められたものといわれる。▼病院の桜はほとんどがソメイヨシノ。開院時に植えたもので病院が

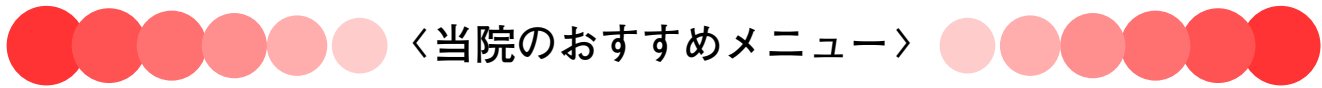
桜の花に埋め尽くされるほどであったが、建築のたびに減ってしまった。当時からのものは、リハ・セクターの前の古木二本だけとなっていた。その他の、リハ・セクターの前の三本、B棟北東に一本ある桜は、平成八年に一メートルほどの長さの、小指ほどの太さのものを植えたものである。▼古い歌の中で「花」とは桜を指したという。咲き誇るときは華やかさ・短さと、散るときは潔さからであろうか、桜花が、人々に和みを与えてくれると同時に、我国の文芸や思想の中に比喻されるなどの影響は計り知れない。▼ともあれ、今年もまた桜は、時の到来とともに咲き誇っている。

世の中に絶えて

さくらのなかりせば

春の心はのどけからまし

(業平)



蒸しダラの割りポン酢あんかけ



1人分 (分量)

- 生ダラ 1切れ 80 g
- 塩 少々
- 酒 少々
- えのきだけ 20 g
- 人参 20 g

割りポン酢あん

- だし汁 50 g
- ポン酢醤油(市販品) 15 g
- 片栗粉 4 g
- 水 少々

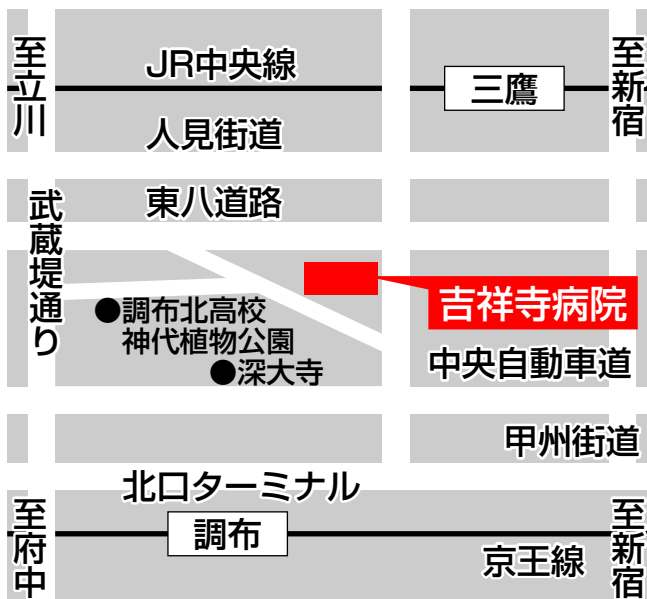
作り方

- ①生ダラは塩・酒をふり、約10分おく
- ②蒸気が上がった蒸し器に①を入れてふたをし、再び蒸気が上がったなら中火で12～15分蒸す
- ③なべにえのきだけと人参とだし汁を入れて煮る材料がやわらかくなったら、ポン酢醤油を入れて煮立たせ、水とき片栗粉でとろみをつける
- ④②に③をかける

ポイント

- ①割りポン酢あんは生ダラの他に、白身魚、鮭、豆腐類などにも対応できる
- ②寒い時期はあたためた割りポン酢あんにし、暑い時期は冷たくしてもおいしく食べられる
- ③家庭で作る場合は器に生ダラと野菜を入れてそのまま蒸してもよい
その時はだし汁とポン酢醤油を入れて火にかけて煮立たせ、水とき片栗粉でとろみをつけて割りポン酢あんを作る

※メタボリックシンドロームの問題があちこちで話題になっています
この献立は油も使わず、白身魚のため低カロリーで安心して食べられます
量がもう少し欲しい場合は野菜の量を増やして下さい



■吉祥寺病院住所／調布市深大寺北町4-17-1

<編集後記>

暖かい良い季節になりました。私の場合、何故か食欲の春となってしまいます。メタボ…が心配です。(T)

最近のマイブームはドラクエIV (任天堂DS)。通勤電車の中でもゲームし、熱中するあまり乗り過ぎました・・・(T T)。(K)

ただいま増量中！日々増え続ける体重が止まりません。今号でも紹介された当院のおすすめメニューで、ヘルシーな食生活を実践してみようかな!?(H)