

じんだい

第17号

2009.7.31

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



就任のご挨拶 ～つれづれに～

診療部長 土井 弘壹

つい先日のこと、長年の友人から予期しない招待をしてもらいました。転職に当たってのプレゼントだとのことですので、渋谷のオーチャード・ホールにでかけました。以前からしばしば耳にしていましたが、生の演奏を聴くのははじめての体験で、和太鼓奏者の林英哲の古典和楽器とのコラボレーションでした。満席の多数の聴衆とともに2、3時間は過ごしたでしょうか。この還暦に近い和太鼓の奏者の独奏カデンツァにつよい感銘をうけました。なぜかその演奏スタイルに心に迫る祈りにも似た宗教的なもの

があるのを不思議に思っていましたが、最終のプログラムの中の真言宗豊山派の僧侶たちの声明とのコラボレーションを聞きながら僧家の出身である奏者の秘められた思いにじっと感じ入ることができて、その疑問が解けてきたような気がしました。友人と多くを語る時間はありませんでしたが、彼の招待は、初心を忘れないで自分のルーツを確かめながら心体を鍛えて人の心を癒す作業を続けていくことがこれからも大切だぞという忠告メッセージをそれとなく伝えるためのものだったのだろうと自分勝手に解

積しています。

確かに人というものは自分も含めて大変複雑な思考行動様式をもっているのです、その人をあがままに偏見なく本当の姿を認識するのは大変難しいことと感じています。どんな人でも他人の境遇に同情し同感し共感する能力をもっていて、単純に自分だけの利益をのみ追求したりするのではなく、ときにはそれが自分にとって不利益であっても自己犠牲をしても行動することができるし、さらにはそのために命をなげうつことができる能力を備えているのに、一方ではわずかな利益誘導インセンティブにつられ、犯罪に走ったり、身近な小さな苦痛をことさら嫌がるあまり目先の安易な行動を選択してしまうことがあります。また自分の意思の力や自制の力には限りがあることを知っているにもかかわらず、自分を過信しすぎて、無茶な行動をとってしまったりもします。

たとえば飲酒や喫煙をやめられなかったり、ギャンブルや買い物依存を続けたり また多くの犯罪行為などもありますし、さまざまの心の病など多くの問題を抱え込んだりもしてしまいます。しかしこれらのことすべては人のなす行為である限り、人に理解できないことはないと思いますので、人がいつかは解決できていくはずのものと楽観的に考えています。その問題がどんなに複雑なものであっても一つのメッセージとして考え、何らかのサインとしてどんなことが呈示されているのかを考えてみるのが大切であると思っています。多くの犯罪は社会へのプロテストであるともいわれたり、依存は甘えの対象のすりかえであったり、過呼吸やパニックは甘えたいのに甘えられない依存対象からの拒絶によりひきおこされるといわれたり、傷ついた自尊感情の魂の叫びやなげきが統合失調症状にあるともいわれています。このように呈

示されたものが象徴的に本来的に意味しているものを家族や社会と共通した認識として持てるようになれば、病いや障がいと正しく向き合っていけるかもしれないと考えています。

自分で思い返してみますと、クレゾールやアルコールなどの消毒剤のにおいの中に、共感覚にも似たなつかしさや信頼感を感じたり、また幼いころ病弱で怪我ばかりしていた自分が抱いていた医療への信頼と楽観を今も抱き続けていることを感じるすることができます。また、つい最近はいろいろの訴えやそれぞれの症状に関して涙もろくなって感情移入してしまう自分に気づいて、もっと冷静にプロ意識を持たなければいけないと自戒したりしています。こんなときには、失明にいたるまでの精神神経症状を克明にカルテに残したフランス人眼科医シャルル・ボネのことや、脳内出血の発症から回復に至るまでの認知機能や精神症状の所見をしっかりと記録した脳科学者ジル・ティラーのことなどを思い起こしてみても、何事があってもプロの医師としての視点を見失うことなく、病いや障がいと向き合うことが大切であることを思い返したりします。この2人の冷静でひたむきな姿に相対して多くの病いや障がいはそれによって失うものばかりではなく、そこから新たに得ることも多くあることを知らされて、深い敬意を抱いて頭がさがります。

私事ながら、研修医として病棟研修でこの吉祥寺病院で勉強させていただいたことが 今日までのプロの精神科医としての原点のひとつとなっています。このたび初心にもどって吉祥寺病院のスタッフの仲間に加えさせていただいて、ともに働けることを幸いにおもっています。そして一緒にメンタルヘルスの医療全般への楽観と信頼感を醸成して、よりよい診療がすすめていけるようになることを願っています。

吉祥寺病院に赴任して

看護部長 伊藤 久代

6月1日から塩入看護部長の後任として看護部長に就任いたしました。どうぞよろしくお願ひ致します。当初は若葉だった桜も緑濃くなり、中庭に植えられた花々も咲きそろって病棟巡視にいく私の目を楽しませてくれます。

きょうは吉祥寺病院の印象と看護についての考えを少し書いてみたいと思います。昨年11月頃、吉祥寺病院で働いてみないかというお話をいただき、どんな病院なのだろうかとまずホームページを開いてみました。病院の理念からは患者さまの視点での医療、それを全職員がチームとなって支えるということ、また、統合失調症の診療を中心とし、患者様の社会復帰に力を入れており、機能評価の認定病院であること、看護の面では、看護教育が系統的に実施されている病院であることなどを知ることが出来、ホームページの画面からも活気を感じることができました。初めて訪れた時も、南欧風の明るい色彩の建物と病院を一步入った時の印象が爽やかで、透明感にあふれており、暖かい雰囲気を感じ、ホームページでの印象と違わないものでした。実際に2ヶ月勤務をしてみて、組織的に余分なものがなく、業務や役割も分担され、とてもスッキリしているという印象です。(私が以前働いていた病院と比較しての印象ですが)病院の理念に沿って必要な部署にきちんと人を配置されており、それがうまく機能しているように感じます。医師、PSW、看護師長、事務部が揃って行う「朝会」、チームで実施される様々な社会復帰プログラム、地域との連携など、スムーズな診療や業務が進むための様々な工夫

がされているように感じています。

看護部では、昨年から15:1の看護配置が実現し、基準維持に苦勞されたようですが、今年度はマンパワー的にはある程度充実してきたところで、安定的な基準維持のための人員確保とさらなる看護の質の向上が求められていると思っています。看護部の理念は『専門的知識と技術を用いて患者様の自立に向けた看護の実践』です。質向上のためには、理念に添い、日常の看護のなかで患者様の意思や思いを聞き、患者様の視点で看護をしていくことが大事です。患者様のためにと考えてやっていることが本当に患者様のためになっているのだろうか、患者様の自立を支えるとはどういうことなのかということも考えてみる必要があるのではないのでしょうか。現状の看護を振り返りながら、専門的なスキルをみがき、看護実践の中で活用していくことが重要だと思います。今年度の看護部の教育の中で看護倫理の研修を実施しています。看護倫理の視点でも患者様との関わりを問い直し実践してみることができるとしています。実践の中で一つ一つのケアや関わりを評価し、知識や理論にてらして意味づけていかなければ看護は変わっていきません。現場の中でケアや関わりを話し合ったり、事例を検討する機会も持ちたいと思っています。

まだまだ、当院の看護の実情も十分把握ができていませんが、160名の様々な年齢やキャリアを持つ看護職員がハーモニーとなって患者の視点に立った看護が出来るようサポートできればと思っています。

社会復帰と SST 委員会の役割

B2 病棟看護師長 河岸 光子

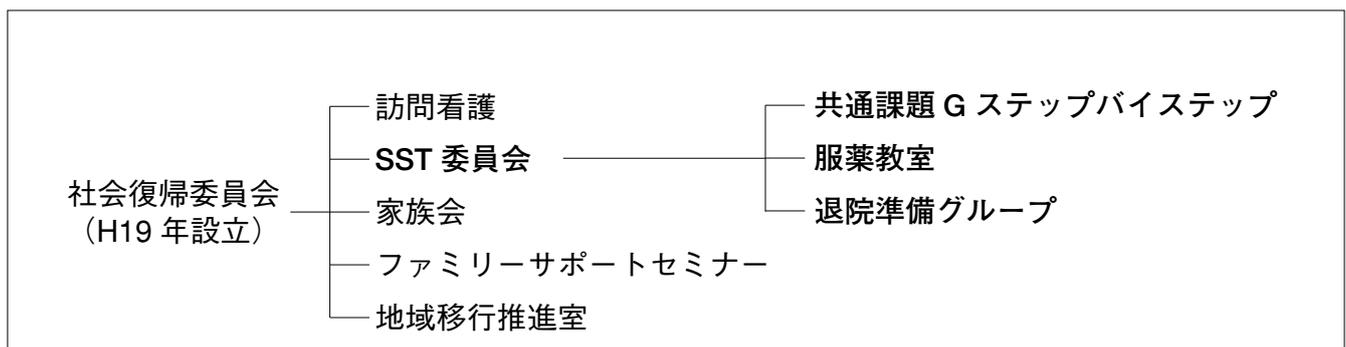
年に2回の院内 SST 研修会を無事終わりました。2年前より院外からも近隣に呼びかけ春の SST 中級（モジュール）クラスでは数名の参加者と一緒に交流する機会ができました。夏の SST 初級クラスでは院内のみの参加者で15名参加しましたが、薬剤師や OT 学生、看護助手の参加もあり、多岐にわたる広がりを感じます。また、看護師では入職して間もないフレッシュな参加者が多く、新たな職員交流ができました。

ここで吉祥寺病院の SST について触れてみようと思います。吉祥寺病院の SST は故宮内先生の指導の下、コミュニケーション技能の構築と生活の質の向上、再発防止のためにきちんとした SST を継承されてきました。基本訓練モデルである「生活技能訓練」と服薬自己管理モジュールである「服薬教室」は10数年の歴史があります。当院を退院した患者さまの内、近隣のグループホームに住みながら作業所に通って生活している方たちは、SST の元メンバーがかなりいます。その方たちは当院に入院している患者さまの先輩としてしっかり現在の生活を語ってくれています。

平成16年に SST 委員会を設立し、平成19年には「家族会」「訪問看護」「ファミリーサポートセミナー」「SST 委員会」「地域移行推進室」がまとめられた社会復帰委員会が設立しました。ここではまさに吉祥寺病院での社会復帰について議論され情報を交換・共有し新たな取り組みについて話し合うところです。

【SST 委員会と3つのプログラム】

現在の SST 委員会では3つのプログラムを運営しています。「共通課題（ステップバイステップ）グループ」はコミュニケーション技能をステップに沿って練習するグループで、自分の思いを相手にうまく伝えることができることでより豊かな生活をめざします。「服薬教室」では服薬について正しい知識を得ることで病気との向き合いができ再発・再入院の防止に役立ち、退院する前のプログラムとして位置づけられています。「退院準備グループ」は退院して生活するうえで必要な生活スキル（食事、余暇、金銭管理）を見直し、症状対処や服薬について正しい知識を学び疾病自己管理ができるようになるグループです。



いずれも対人関係がうまく取れるように、自分の思いが伝えられ困った時に相談できるよう練習をします。

【チーム医療として】

SST 委員会の特徴として多職種構成で活動していることです。医師、看護師、OT、PSW、薬剤師がそれぞれのグループにチーム編成を組んで参加しています。それぞれの役割や職種によって患者さまがうまく生活するためのお手伝いをしています。グループに参加したメンバーは「今まで相談したことがなかったけどこの病院に来て初めて相談することの大切さが分かった」「私一人のためにこんなにスタッフが一緒に動いてくれるのは初めて。一人じゃないって思えた」「つらいのは自分だけじゃない、色々な人の話を聞いてよかった」など貴重な感想と多くの感動をいただいています。

また、以前は SST 委員会のプログラムの一つであった「チャレンジグループ」は現在 OT へ移管されました。やや長期入院によって家族支援の弱体や退院へのイメージが乏しい方を対

象に地域の社会資源を見学に行ったり生活スキルの構築を目指すグループで作業所やグループホームを利用する方には大変きめ細やかな内容になっています。これからは病棟の看護師が OT との連携を活かし、運営に協力できることを期待しています。

研修会などで当院の SST の取り組みをお話しすると「チャレンジグループ、良いですね！是非うちでも取り入れたい」「私たちの役割は社会復帰委員会のように組織を作ることから始めることが必要ですね」と感想を述べられ、当院の取り組みがしっかりしていることに改めて気付かされます。そんな魅力のある病院の一員であることを誇りに思い、他の病院の方たちからいただく言葉に励まされます。患者さまが人生の通過点である入院という状況に置かれ、地域へ移行しようとするときに私たちに何ができるか、様々な取り組みを活かしてお手伝いできればと思っています。

スタッフの皆さん！どうぞ SST グループの見学にいらしてください。そしてメンバーさんへたくさんのお応援をお願いします。



新人コーナー

精神科の道に進んだきっかけ

B3 病棟 看護師 KH

はじめまして、橋爪清佳と申します。学校を卒業して、4月から吉祥寺病院で看護師としてお世話になっています。入職して約3ヶ月が経ち、ようやく病棟にも慣れてきました。社会人1年目の私にとって日々学ぶことが多く、また学生とは違う緊張感・責任感を感じています。

入職時、皆さんからよく聞かれたことがあります。それは「なぜ精神科希望なのか?」です。私が精神科を希望したことに対して、学校の同級生や先輩方から「意外だね。」と驚かれることも少なくありません。周りの方々から反対されることもありましたが、私は自分の意志を通しました。最初から精神科希望だったかと言うとそうではなく、実習で様々な科を回っていく上で決定しました。そのきっかけとなったものが「コミュニケーション」です。一般科では患者様と接する機会が少なく、点滴交換や吸引な

どの処置、また検査データから患者様の身体状況を把握する、といった「人」ではなく「病気」を診ている印象を受けました。一方で精神科では、患者様のライフスタイルやベッドサイドの様子などを知り、さらにコミュニケーションをとることで、その方の状態を理解する、といった「人を診る」看護に私は魅力を感じました。コミュニケーションをとる際、言葉だけではなく、非言語的なものからも敏感にキャッチできるようになりたいな…と思い精神科の道に進みました。

まだまだ未熟者の私ですが、患者様や諸先輩方のご指導のもと、日々成長していくよう努力していきます。これからも、よろしく願い致します。



精神科看護師を目指したきっかけ

A3 病棟 看護師 MK

私が精神科病院に勤務したきっかけは、学生の頃実習で患者さんたちに直接触れ、卒業論文を書いたことがきっかけになりました。自分自身の気持ちの移り変わりが患者さんに触れ、どのように変化していくかをテーマに分析させていただきましたが、興味深い内容となりました。

又、自分の周りの友人や知人・家族が精神疾患になったり、実習で患者さんに関わったり、身近に感じた事もきっかけの一つになりまし

た。

以前勤めていた精神科でも女性の閉鎖病棟でしたが、病院が違えば方針や業務が違い戸惑いも大きいですが、様々な精神疾患の患者さんたちとふれあいながら、学ばせていただきたいと思っています。



華麗なるインカ帝国の旅 - 2

A 3 病棟 看護師 荒木 晴海

前号では、1 / 31 成田空港発、ロサンゼルス経由にて、ペルー共和国に入国したことをお話したのですが、本号では、その後の旅について書きたいと思います。

2 / 2、5 : 45 にモーニングコール、出発は7 : 00。空路インカ帝国時代の都クスコへ。所要時間約1時間15分。標高約3400メートル。11～12世紀ごろ建設され、太陽神を崇拝するインカ帝国の都として栄えました。クスコはケチュア語で「へそ」の意味だそうです。16世紀にはスペイン人による征服がクスコにも及び、インカ帝国は崩壊してしまいました。征服者達は神殿や宮殿を破壊し黄金を略奪し、インカが築いた精巧な礎石の上にスペイン風の教会などを建設しました。

標高が高いため、笑わない、大声をださない、走らないとの注意を受けました。ペットボトルはパンパンに膨れ上がっていましたし、人間の腸も同じでした。少し頭がガンガンしてきましたので、口すばめ呼吸を行いながらゆっくりゆっくり歩き遺跡見学をしました。太陽の神殿は現在、サントドミンゴ教会となっていますが、インカの石組みは残っているそうです。12角の石からなり、石組みの特徴は「カミソリ一枚通さない」ことです。

その後、高山病対策のため海拔高度の下がるウルバンバにいきました。その時のバスの揺れることと言ったら…！ここから私の悲劇の始まりでした。ホテルに着くなり頭痛、吐き気、嘔吐で倒れてしまい、酸素のお世話になりました。その時の酸素のおいしかったこと！と同時にこのままマチュピチュにいけなくなるのでは…と悲しくなりました。そして、どういう訳か「あ～職場の上司にぶっとばされる」とうなされましたが、ぐっすり寝たら少しは気分が良くなりました。しかし、普段、食欲旺盛な私としたことがあまり食欲はありませんでした。

2 / 3は7 : 50分出発。いよいよ、いよいよ夢にまでみたマチュピチュです。頭は少しガンガンしていましたが、ここまでくれば後は気力・体力・精神力です。高原列車に乗りマチュピチュ遺跡ふもとの駅アグアスカリエンテスまで行き、更にバスに乗り換え遺跡入り

口まで行き、そこから細い石段を登って行くと…“あった！” ツアーのメンバー31人は感激で声が震えていました。皆高山病と戦いながらだったので、感激もひとしおでした。

「マチュピチュ」とは「老いた峰」の意味だそうです。標高およそ2280メートルの断崖の上にあることから、スペイン人の征服者の目に触れることなく残ったのであろうと言われていいます。遺跡の発見者はアメリカの考古学者ハイラム、ビンガム。1911年ビンガムはインカの都ビルカマンバの調査に来たところ、廃墟と化したマチュピチュを発見しました。なぜ、わざわざ山の頂に建造したのか、どのようにして石を運んだのか、何の目的で造ったのか、どのような人々が実際生活していたかなどまだまだ謎多き遺跡です。1983年に世界複合遺産に登録されましたが、マチュピチュ遺跡内には「太陽の神殿」「日時計」「農業地区・段々畑」「水汲み場」「コンドル」の神殿などがあります。

「まあ～建築技術の精細な事！」、天候の変化も激しく着いた時は雨でしたが、途中急に晴れて「暑かったこと！」、その後なごり惜しかったのですが、マチュピチュを後にしてクスコに着いたのは22 : 00でした。その夜はfolklore（アンデス民族音楽）を聴きながらの夕食でした。

お話の途中ですが、今号でも紙面が尽きてしまいました。翌日、プーノへ向かうのですが、そのお話は次号へと続きます。





今回はこの地域の神社（鎮守）を紹介することにした。明治のはじめに『青渭神社』が、深大寺村の郷社に列せられ、村の総鎮守・総氏神とされた。また、病院周辺の山野地区の鎮守は『浅間神社』とされていた。▼『青渭神社』は、江戸時代（文政五年Ⅱ一八二二）に編纂された「新編武蔵風土記稿卷之九十四」の深大寺村の項に、青波天神祠として載せられている。青渭神社は、深大寺小学校の隣、三鷹通りの青渭神社前の信号のところにある。この地域の総鎮守として、当病院でも建築その他の神事は、この神社にお願いしている。▼神社の由緒書によると、「創

建年月は不詳。祭神は水波能賣大神ⅡみずはのめのおおかみⅡ・青沼押比賣命ⅡあおぬまおしひめのみことⅡと言われている。その昔、社前におよそ五町歩余の境内地があり、その中の大池に滾々ⅡこんこんⅡと湧き出る泉があり、青波をたたえていた所から青波天神社とも称された。清水の湧き出るところから人々の生活と密接な関連があったと考えられる。青渭・青波共に水の意であり、水神を祀った古社であることは疑いない。社前にそびえる「けやき」の老樹は、市内随一の巨木で、「昭和四十七年四月十日、調布市の天然記念物に指定されている。」とある。▼山野地区の鎮守の『浅間神社』は、武蔵境通り沿いの浅間神社前信号のところにある。道のはす向かいにそば処青木屋がある。その青木屋の先祖青木九左エ門が、自ら富士講の先達となり敷地四畝を提供して、神社

の霊代を勧進し、ここに社を作り山野地区の鎮守としたといわれている。この神社が、調布・保谷線の道路拡幅工事により、建て替えられた新しい社が武蔵境通りに見られる。また、この社の「社名額」は、今の深大寺の谷住職の手によるものと聞いている。正しい神社名は、『富士嶽浅間神社』といい祭神は、木花之佐久夜毘賣命（このはなさくやひめのみこと）で、中世には富士権現とも称されたように、本来は富士山の神霊を祀ったものである。▼ここま

で、この地区の神社を紹介したが、このほかに、病院の玄関を三鷹通りに向かってすすみ、通りに入る手前の交差点を左に曲がると『諏訪神社』がある。これは野ヶ谷地区の鎮守である。東八道路の野崎の交差点脇にある『野崎八幡』は野崎地区の鎮守である。

（游衍子）

〈当院のおすすめメニュー〉

豚肉とニラのキムチ炒め



●作り方●

- ①豚肉はAの調味料につけておく。
- ②フライパンにサラダ油を入れ、①の豚肉を炒め白菜朝鮮漬を加える。
- ③しめじ、にら、厚揚げの順に炒める。
- ④最後に赤ピーマンをいれて、さっと炒める。
- ⑤調味料を加え水溶き片栗粉でからめる。

●ポイント●

辛いのが好きな人は朝鮮漬を多くしてもOKです。朝鮮漬の味だけでも食べられますので醤油は味見をしてからお好みで加えて下さい。

ビタミンB1は夏バテ解消に役立ち、ニラ、豚肉に多く含まれます。

またニラはB2、鉄分、カリウムなどのミネラルも多く含む食材ですので不足しがちなミネラルを補ってくれます。

キムチにもビタミンB群が多く発酵熟成によって、乳酸菌も豊富な食品です。

腸の働きを整えると同時に、辛味の成分が食欲を促進させます。

1人分(分量)

A	豚肉	50 g
	料理酒	1 g
	醤油	2 g
	厚揚げ	40 g
	にら	30 g
	しめじ	20 g
	白菜朝鮮漬	25 g
	赤ピーマン	10 g
}	醤油	2 g
	料理酒	2 g
	片栗粉	3 g

平成21年7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
	午後			新患 (森)			
診察室(4)	午前	土井／田沢	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						



■吉祥寺病院住所／調布市深大寺北町4-17-1

〈編集後記〉

季節を感じるものとはいろいろありますが、夏と言えば、“花火”もその一つです。火薬の匂いやドーンと爆発音、そして夜空に大きな花。夏気分を一層掻き立ててくれます。今年も夜空にどのような花が咲くでしょう。(T)

昨年の夏休みには、友人の実家のある奄美大島に行ってきました。今年は友人の転勤先である福岡と沖縄に行こうと思っています。友人が住んでいるということが、その土地を訪れるきっかけになります。人とのつながりの中から世界が広がるのだなあと思う今日この頃、これからも大切にしていきたいと思います。(S)