

じんだい

第19号

2010.1.20

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
新年のご挨拶	2
リハビリテーションプログラムの新たなる取り組み	6
新入職員のご紹介	7
趣味のページ（道楽トライアスロン）	8
東八道路	10
当院のおすすめメニュー	11
外来担当表／当院略図／編集後記	12

新年のご挨拶

院長 塚本 一

明けましておめでとうございます。今年も宜しくお願い致します。

昨年8月に今後の日本の行方を変える大きな政変がありました。

長い間続いていた政権与党である自民党政権が8月30日に行われた第45回衆院選で119議席しかとれず惨敗し、野党であった民主党が政権与党となり、日本の舵取りをすることになりました。

長年続いた自民党政治に対する国民の不満が爆発し、「一度民主党に政権をとらせてみよう」という声が強まり、民主党の圧勝となったと思います。それは国民が民主党を積極的に支持したというより、今までの自民党政治にNOを突きつけたという印象が強い選挙でした。今まで民主党は野党であり、与党の自民党政治を批判していれば良い立場でしたが、政権与党になったとたん政権運営をしなければいけない立場となり、戸惑っているように見えます。

私が一番心配なのは政権与党になった民主党が、日本の国をどう導き、国民の生活や安全をどう守るのかという具体的戦略が見えないことです。政権交代が行われ、今まで国民の目には見えなかった事実が次から次へと明らかにされてきたことはとても良かったと思いますが、今回の普天間基地問題での鳩山首相の対応は指導力や存在感において大きな疑問符がつきます。

今まで日本は、日米同盟というアメリカの核の傘の下で安全と繁栄を維持してきました。日米同盟の基本は日米安全保障条約です。

日本の周辺は北朝鮮の核問題やミサイル発射問題、毎年GDP比で2ケタ以上軍事費をのば

し、今やGDPでも日本を抜こうとしている軍事大国中国など不安定な要素が多くなっています。今後、台湾問題も含めて日本周辺はどんどん緊張が高まると思われま。そういう状況にあって鳩山政権は「対米依存を排除し、官僚依存から脱却する」を旗印に進んでおり、日米の対等の関係を強く主張しています。しかし日本の防衛費は毎年削られており、防衛の要はアメリカ軍に依存しきっています。

今後アメリカとの対等の関係を主張するためには、国民の負担を増やし、その分防衛費にあてて日本の将来の姿を国民に示す必要があります。そのような国家戦略もなしに、ただアメリカ依存を排除するのみでは日本は亡国の道をたどるのではと心配です。

鳩山首相はオバマ大統領が訪日した際の日米首脳会議では、普天間基地問題に対して「迅速な解決」に合意し「私を信頼して」とまでみえを切ったにも関わらず、沖縄県民には県外移設もあるかのように気をもたせるなどその場しのぎの対応を続けています。この問題は時間が経てばより解決が難しくなるでしょう。

両国政府間で正式署名した課題の履行は政権交代しようが実行すべきであり、一方が拒んだ場合、信頼関係が完全に崩れ不信感だけが残るでしょう。今や日米間のヒビは深刻です。

医療問題に目を移すと自民党政権下の2002年から診療報酬（2年ごとに改定）は4回連続して引き下げられています。2006年には小泉



首相の「過去最大の下げ幅にするように」との指示で3.16%引き下げられました。度重なる診療報酬のマイナス改定が地域の病院医療の崩壊に拍車をかけました。

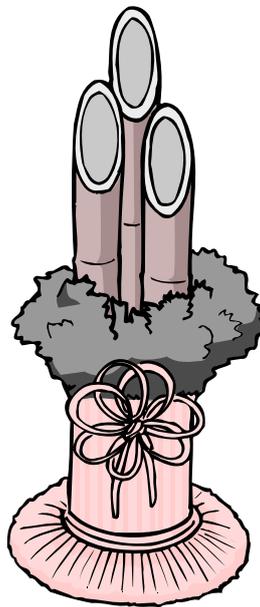
民主党政権は医療崩壊を食い止めると言っていますが、財務省からは3%の引き下げ要求もあり、今後どのように推移するか分からない状況です。

当院は昨年より5年後の吉祥寺病院のあるべき姿・ビジョンを明確にして、全職員が1つの方向を目指しより良い病院になるよう努力しています。まず経営目標を明示し「高い専門性を備えて急性期から社会復帰まで幅広く患者様の治療を行う統合失調症に日本一強い病院」「職

員が安心してビジョンに向き合え、職員にとって働きがいのある病院」を掲げ、5年後には吉祥寺病院がこのような病院になりたいと願っております。

昨年8月には私が全職員に一週間かけて直接吉祥寺病院の目指す姿を説明しました。9月からは病院会議のメンバー（副院長、診療部長、看護部長、事務長、各師長などなど）を中心に月2回のペースでワークショップを開催し、職員が一丸となってビジョンに突き進めるように考えています。

今後とも前向きに頑張りたいと思いますので、宜しくお願い致します。



ビジョンに向けてスタート

事務長 大須賀 忠雄

新年明けましておめでとうございます。

みなさんは新年をどのような気持ちで迎えましたか。「一年の計は元旦にあり」といわれているように、昨年一年間を振り返り、今年一年の目標を立て、スタートを切れたら最高です。しかし、「光陰矢のごとし」というように日々、一年があっという間に過ぎてしまいます。毎年毎年、「ああ今年も何もせず、一年が過ぎてしまった」と反省するのは私だけでしょうか。そして決まり文句として「忙しいから」と言い訳をしています。それではいけないことは十分わかっているつもりなのですが…。

昨年ある研修会で、早稲田大学ラグビー部の中竹監督の講演を聞く機会がありました。その中で、早稲田大学ラグビー部を優勝に導くために「VSS マネジメント」を導入しているというお話しでした。つまり、「優勝」という「ビジョン」を描き、現在からビジョンに向かうまでの道のりを「ストーリー」し、ストーリーの裏側にある「シナリオ」を用意し、ビジョンを達成していくというものでした。

当院においても、昨年5年後の病院のビジョンを示すと同時に、全職員対象の意識調査を実施、その結果とビジョンを院長自ら全職員に説明をしました。その説明を聞いて、納得された職員、「なにそれ」と思われた職員、さまざまのようでした。でも、重要なことは「…できないのは、…のせいだ」という他人の責任にしまうことではなく、ビジョンに対して、問題は何なのか、課題は何なのかを自分に問い、自分しなければならぬこと、自分にできることは何なのかを明確にすることではないでしょうか。

ところで、昨年の世間での大きな出来事はや

はり「政権交代」でしょう。衆議院選挙において自由民主党があそこまで大敗するとは、裏を返せば民主党があそこまで大勝するとは誰が予想したでしょう。それ



までの自由民主党政治に国民が愛想をつかしたといってしまうばそれまでですが、保守地盤が強固なところでも、また大物議員の落選にも、驚きでした。ここでも新たなスタートが切られました。しかし、財政問題が山積し、選挙で掲げたマニフェストの内容を変更せざるを得ないのではないかとこの状況が続いているように思われます。「事業仕分け」という国民から見える政治というものを展開し、期待できる部分もあります。前途多難かもしれませんが、少し長い目で見ていく必要があるのかもしれない。

吉祥寺病院も5年後のビジョンに向かってのスタートが切られました。日本の政権が民主党に変わり、政治、医療政策がこれからどのような方向に進むのか不透明な状況ではあります。今年の4月には、診療報酬点数の改定があります。当初、精神科は診療報酬が上がるのではないかと期待されましたが、上げる財源の確保が難しいことから一転厳しい状況が予想されます。だからこそ、もう一度「事業仕分け」ではありませんが、病院においても無駄はないか、節約できるものはないか、もう一度見直しをし、投資しなければならないところには投資をする、といったことが必要になるでしょう。ビジョンに向かって一歩でも、二歩でも前進できるように頑張っていきたいと思っています。

2010年を更なる飛躍の年に

看護部長 伊藤 久代

新年明けましておめでとうございます。

一年の世相を漢字一文字で表す2009年の「今年の漢字」は「新」でした。鳩山新内閣誕生、米国オバマ新大統領の就任、新型インフルエンザなどを反映してのものです。鳩山新政権には大きい期待もありましたが、この厳しい経済状況の中での舵取りは多難なようです。さて、病院にとっての『新』は何でしょうか。看護部での『新』は、昨年4月から各病棟に看護主任を配置し、看護部の看護管理体制が整備されたことでしょうか。新主任達は新しい病棟への配置換えと主任としての職務に慣れるのに、当初は大変だったと思いますが、着実に成長し、役割が果たしていることを頼もしく思っています。

吉祥寺病院の看護部にとって2010年の課題は15：1の看護配置基準の安定的な維持と看護との質の向上であると思っています。「統合失調症に強い病院、職員が働き甲斐のある病院」という病院のビジョン達成に向けて、看護部として、何をどのように取り組むかということ、今、看護師長たちと話し合っていますが、2010年度の目標を明確にし、確実に実践して成果と

して出していかなければならないと考えています。まずは患者さまの視点にたって看護ケアをすること、そのためには患者さまとしっかり向き合い、看護者は患者様にとって安心できる存在として信頼関係を作ることが重要であると思います。そのためには、客観的にアセスメントできるツールの作成や看護計画に基づいた実践や評価、日常的な看護技術の向上、接遇の教育などを看護部として取り組んでいかなければならないと考えています。患者さまへどのような看護ケアを行うのか根拠に基づいて説明できることも必要であると考えます。また、看護師が患者に向き合い、ベッドサイドの看護ができるためには、周辺業務の整理や業務のスリム化、看護方式などの検討も必要です。これまで吉祥寺病院の看護として、積み上げてきたものを大事にしながら、看護師長、主任、看護職員が一丸となって2010年が病院にとって飛躍の年になるように、頑張っていきたいと思っています。



リハビリテーションプログラムの新たなる取り組み

－患者様との絶え間ない関わり－

社会療法部 科長 花宮 豊

吉祥寺病院広報誌「じんだい」ご愛読の皆さま、あけましておめでとうございます。

新型のインフルエンザが猛威を振るっていますが、いかがお過ごしですか？この原稿が皆さまの目に触れるころには、収束の兆しが見られることを期待しています。

さて今回は、新たに開始した当院リハビリテーションプログラムの1つである「IMR」をご紹介します。「えっ！『IMR』って確か、磁気共鳴なんとなんとかって言う、いかめしい画像診断装置じゃないの？」そんな声がどこからか聞こえそうな気もしますが、それは早合点。磁気共鳴診断装置は「MRI」です。そもそもそのような診断装置、精神科単科の当院には必要ありません。必要なのは、患者様との絶え間ない関わりから得られる診断（アセスメント）です。

さて、話題を軌道修正しましょう。IMRは、Illness Management and Recoveryの略で、「病気の管理と回復」という意味です。病気を適切に管理しながら、自分らしい生活を送るためのプログラムと言えるでしょう。初めての試みであるこのプログラムが実際どのように行われたのか……。その一部をご紹介します。

このプログラムは、昨年6月から11月まで週一回、外来通院されている方6名を対象に行われました。作業所に籍をおいてはいるもののなかなか足が向かない方、少年のいたずらに手を焼いている方、復学したいが規則正しい生活ができず困っている方など、それぞれに悩みを抱えている方でした。

スタッフは看護師と精神保健福祉士が1名ずつ、作業療法士が2名の計4名。スタッフが進行役となり、テキストを読みながら病気などの

知識を得たり、お互いに自らの体験を話し合ったり、自分に合った病気の対処法を考えたりしました。

約一時間半のセッションは、いつもあつという間に過ぎました。2時間過ぎるのが当たり前、時には3時間近くになったことも。スタッフとしては、「やりすぎたかな。次週は来ないかも」そんな思いも頭をよぎりましたが、翌週も全員参加。胸をなで下ろすとともに、その熱心さには脱帽でした。

学習のテーマは9つで「リカバリー（回復）とは」「社会の中の支え、サポート作り」「再発防止計画をたてる」「福祉・保健・医療サービスをうまく利用する」など多様でした。嬉しかったのは、終了時の感想に「目標を持つことと、なんでも相談できる人がいることが大切だと思う」と、ずばり、このプログラムの核心を理解してくれた方がいたことです。

メンバー同士の交流はどうだったでしょう？リラックスした雰囲気の中でセッションを進めるために、途中にお茶休憩の時間を取りいれました。そんな中、「旅行に行ってきたので！」と、手土産を持ってくる方も出てきました。開始時にはまったく見知らぬ同士であったにも拘らず、徐々にメンバーの仲間意識も高まってきました。お互いの悩みを共有し続けたからでしょうか。プログラムが修了した昨年末には、メンバーが中心になって計画した食事会が、スタッフも交えて近隣のファミレスにて行なわれました。

参加したメンバーの笑顔といきいきと近況を話す姿。リカバリーが確実に進みつつあることを物語っているひと時でした。

新 人 コ ー ナ ー

吉祥寺病院に勤めて

B2 病棟 看護師 MK

私は、面接の日に初めて吉祥寺病院を前にした時、見とれてしまいました。その時、何かしらほっとしたのを覚えています。三角屋根のレンガ色と、壁面の淡いきんもくせい色との柔らかなコントラストにまず目を奪われました。正面の一番高い屋根から、エントランスの屋根へ、それからソテツの緑へ、さらに通りに立つ自分自身の足元へと視線を降ろしていくにしたがい、次第に開放感は大きくなっていきました。この広々とした感覚は何だろうとしばらく考えて、初めて門がないことにも気づきました。建物から受ける印象は、遊歩道を花と樹木で囲む中庭を見て、さらに強まりました。アーチ型の柱でデザインされた細長い歩廊を歩いていると、そこが病院であることを忘れるほどでした。わたしは思わず、おしゃれだなあ、ゆとりだなあと心の中でつぶやいていました。このときの気持ちは、その後も歩廊を通るたびによみがえってきました。

外観がこれほど強く心に残ったのは、あるいは、何かの本で、病院の建物は、できれば装飾的であってほしいという意味の文章を読んだせいかも知れません。それもあって、装飾を排した機能的な様式を選ぶ病院が多い中で、私には吉祥寺病院の個性は際立って見えました。



そこに、単なる趣味とは違う何かがあるように感じられたのは、オリエンテーションを受けたときでした。社会療法という視点や生活のルールに対する考え方などと、建物への装飾の取り入れ方との間には共通点を感じたり、初めて精神科病棟に勤務した1990年代と比べたりしながら、私は、精神科医療は着実に変わってきているのを実感することができました。

そんな病院とめぐりあうことができた今、私は、私の看護観の何かが変わる人生の終盤にできればいいなと思うようになりました。

吉祥寺病院へ入職して

A4 病棟 看護師 AS

早いもので、私が吉祥寺病院へ入職して半年が経とうとしています。初めて、この病院へ見学に来たのは入職する半年も前のことですが、この一年は大変充実していてあっという間に過ぎさったように感じます。

吉祥寺病院は近隣に大きな公園など自然が多いにも関わらず交通機関が充実しており、また院内の清掃も行き届いていて、全病棟の特徴を受けながら丁寧に案内して頂けたことに感激し「ここで看護に携わりたい」と入職を決意しま

した。現在は先輩スタッフから沢山のご指導や看護観についてお話を伺い、患者様と関わりながら毎日学び得るものが多く、慌ただしい中にも多職種チームの重要性を再認識し楽しく勤務させて頂いております。

院内外の教育研修も興味があるので機会を見つけてどんどん参加し、患者・家族はもちろんスタッフの皆さんに信頼していただけるような看護師に成長できればと思っております。

道楽トライアスロン

総務課 山口 直彦

トライアスロンを始めたのは、始めからやろう！と思ったわけではなく、偶然が重なったものでした。地元のジュニアサッカーの審判ボランティアをしながら、試合途中で息切れしてしまうくらい走れないことからはじめたマラソン。通勤途中の自転車ショップで見かけた、ロードレーサータイプの自転車のかっこよさに、衝動買いして始めた自転車。子供の時に通っていた、水泳教室の近所に引っ越しして、戻ってきたことで再開した水泳。一年ぐらい、それぞれ楽しんでいたのですが、深夜にたまたまつけたテレビで、トライアスロンの番組を放送していて、ゴールする人達の喜んでいる姿や感動的な姿に見入ってしまい、自分も同じように3種目行っているし、こんな気分を味わってみたいと、始めたのでした。

トライアスロンは、種目順に水泳（スイム）、自転車（バイク）、マラソン（ラン）と分かれ、

短距離から長距離まで、夏場を中心に大会が行われます。夏場以外は、個々の種目の大会に参加しています。

トライアスロンは、見ていると大変そうに見えますが、確かに大変です（笑）一種目の「スイム」では、海での泳ぎが基本なので、当然ながら波もあり、プールのように透明ではありません。真っ直ぐ泳いでいるつもりが、いつのまにかとんでもない方向に流されていることがあります。また、海水はわかっているにもかかわらず、泳ぎの下手な自分は、何度も飲み込みますので、とてもダメージが大きいです。ウェットスーツを着ていることで、水着よりも浮力がつき、多少楽に泳ぐことができますが、同じ

距離でもプールの倍くらいの体力を消耗します。「スイム」が終わり、次の「バイク」に移ります。既に体力を消耗しているので、周りの選手にどんどん抜かされていきます。きつい急



坂は、半べそかきながら必死でこいでいきます。最後の「ラン」は、「ラン」というより、ほとんど「ウォーク」に近いのですが、とにかく足を止めずに動かし続けることだけを考え走りま

す。大会に出場している人は、ストイックに順位にこだわる人、がむしゃらに結果を求める人がいますが、自分の場合はあくまで道楽なので、完走第一、安全第一で参加しています。不思議とその方が、思っているよりもよい結果が出るものです。運がよいのか、今まですべてリタイヤすることなく完走できているのも、それがあ

るからかもしれません。トライアスロンの楽しみは、参加している多くの人が、完走したときの達成感、充実感といいます。私の場合は、それとともに、普段の生活では味わえない喜び、刺激があるからかも知れません。普段の生活では海で長い距離を泳ぐことはまずありません。(進んでしたいと思う人はいませんが) 交通規制がひかれた公道で自転車をこいだり、走ったりできる機会は、大会のときだけですので、きれいな景色を見ながら

走るのは、とても気分がいいものです。そして何よりうれしいのは、皆さんの声援と応援ですね。大会関係者、参加している選手、ボランティアの方、地方へ行くと農作業をとめて手を振って応援してくれる方もいます。お年寄りから子供まで、本当にいろいろな方が励ましてくれます。特に苦しいとき、しんどいときは本当にありがたいです。おそらくこの声援と応援がなければ、完走できないかもしれません。ゴールをしたときの喜びはハードな大会に出たときほど格別ですね。何より終わった後に飲むビールは最高！(実はそれがいちばんの目的かも) 自分の場合はほとんど最終ランナーです。それでもテープを切った達成感はたまりません。思わぬ効用で、メタボ対策にもなり、ストレス発散にもなっています。また、旅行も兼ねて訪れた先での名物を食べたり、飲んだりすることも楽しみの一つです。お金使ってどうしてそんな苦しいことするの?といわれることもありますが、それにまさるものがあるからだと思います。今後も楽しむことを第一にチャレンジしていきたいと思います。





新春。毎年のことですが、社寺への初詣の賑わいをテレビなどで報道しているのを見聞きしています。初詣の古意は、お正月に歳神（としがみ）を迎えて祀る家庭のお祭でしたが、村々が同族で成り立っているようなときやその地域では、先祖霊である歳神を氏神として、歳神を迎える物忌みのため、氏神にお籠もりすることでした。今でも、前々号で示した村社、郷社への初詣も行われていますが、氏神意識が薄れるに従って名のある社寺に新年初めて参拝するのを初詣と呼ぶようになりました。▼新春初めて見る夢を初夢。大みそかは起き明かす風があって元旦

の夜となり、また二日が諸事の仕事始めであることから二日の夜という例も多いといえます。初夢に関心が強くなったのは夢によつてその一年間の吉凶を占おうとするためで、吉夢を見るために宝船の絵を枕の下に敷いて寝ることもあったようです。▼初夢の吉夢といえは「一富士、二鷹、三茄子」ですが、この由来というと「富士山と鷹は日本の象徴的な物、茄子の花は全て無駄がなく実る。」「三つとも駿河の国で高いもの、富士山、愛鷹山、当時物価の高かった茄子。」また「三大仇打ちから来ている。富士は曾我兄弟の、鷹は大石倉之助の、茄子は渡辺数馬の家紋である。」「語呂合わせで無事（富士）高（鷹）き事を為す（茄子）。」と様々。▼夢の話はさておき、年の始めは一年の計をたてて年間貫くことを誓うとき。昨年、五年後に目指す病院のビジョンを掲げ、そのための経営目標

が示されました。「院長先生」が全職員にその内容を説明し、ビジョン達成のためのプロジェクトチームによるワークショップを開き、課題を明確にしました。今年は本当の意味での出発のとき。新方針の達成に「まこと」を尽くしたいものです。▼「まこと」といえば、真（まこと）の木といわれる木があるのをご存知ですか。まき（真木Ⅱ榎）のことです。当院の職員通用口を出た突き当り、病院用ワゴン車の駐車場の脇にあります。他の木々とちよつと変わって『何でここに』と思われるがちな植木ですが、この木は旧本館入口の両脇にあったものの一本をここに移植したものです。旧本館は昭和四十年に竣工しましたが、植樹を決められた方の思いはどうだったのでしょうか。年々、枝ぶりが良くなってきていると満悦しながら、この記念の樹を紹介しました。

（游衍子）

〈当院のおすすめメニュー〉

蒸し鱈の割りポン酢あんかけ



1人分 (分量)

鱈	1切れ
塩・こしょう	少々
えのきだけ	10g
赤ピーマン	1/8
ぽん酢	6g
かつおだし	少々
片栗粉	2g

●作り方●

- ①鱈に塩・こしょうをふり蒸す
- ②えのきだけはほぐしておく
- ③赤ピーマンは短冊にきる
- ④鍋にぽん酢、かつおだし、水を入れて煮立たせる
- ⑤煮立ったら片栗粉をいれ、トロミをつける
- ⑥蒸しあがった鱈の上に⑤をかける

●ポイント●

鱈の代わりに鶏肉を蒸してあんをかけてもおいしいです。

あんかけの野菜はお好みで好きな野菜をいれて下さい。

鱈（タラ）はタラ科に属している海水魚の一種です。私たちが一般的に「タラ」と呼んでいる魚は「マダラ」です。

ビタミンDやカリウム・カルシウム・鉄・亜鉛などのミネラル類も含んでいます。

身は低脂肪・高蛋白で胃腸を温め、血行をよくし、冷え性・風邪予防・体力のない人など、冬場にピッタリの食材です。

タラが魚偏に雪と書くのは、淡白な身が雪のように白いことや、雪の降る頃に脂がのって美味しくなること、初雪の後にとれ出すためなどが理由だと言われています。

平成21年11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	新患 (山室)	山室	新患
	午後			(市川)			(森)
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〉

明けましておめでとうございます。本年もどうぞよろしくお願ひします。

私は、今年の正月明けに実家へ帰る予定です。とは言っても田舎に帰ってものんびりできず、親のお使いや親せき関係の付き合いなど、何かと忙しい日々を過ごすことが多いです。しかし、おいしい料理をたくさん食べ、なつかしい友人と酒を交わしながら昔話を肴に…。精神的には良い気分転換になります。

あらためて田舎のありがたさを実感します。(T)

最近、食べるものって大切だなあと感じます。心を込めて作った料理はやっぱりおいしいし、そういうものは心を豊かにしてくれるような気がします。一人暮らしで帰りも遅いことが多いので、さぼってしまいがちですが、今年はお料理をがんばって、豊かな自分でいたいと思う今日この頃です (S)