

# じん だ い

第50号

発行：医療法人社団 欣助会 吉祥寺病院



2017.10.25 (水)

調布市深大寺北町4-17-1 ☎042-482-9151  
URL [www.kichijoji-hospital.com](http://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



ソバの花 (深大寺界限にて) by:S

## Contents

吉祥寺病院のいいところ.....	1
深大寺道をゆく ～その⑤～ .....	2
「禁煙推進」にご理解とご協力をお願いします！ .....	5
2度目の北海道を旅して .....	6
夏休みの思い出.....	7
おらが地元は「●●」です。 .....	8
新人紹介コーナー/ 行事予定 .....	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

みなさま、はじめまして。本年7月に東京女子医科大学病院から出向してまいりました、島本啓輔と申します。現在医師として5年目、精神科医としては3年目なのですが、そもそも私は、はじめから精神科医になろうとは考えていませんでした。学生時代は基礎医学から神経領域が好きで、国家試験の勉強でも神経内科が楽しくてしかたがなく、2年間の初期臨床研修では合計6ヶ月ものあいだ神経内科をローテートしました。しかし、それが災いしたのでしょうか、専門の診療科を決める直前になって、神経内科の臨床に物足りなさを感じるようになっていったのです。そんなタイミングで東京女子医科大学病院の精神科から入局の勧誘を受け、もともとそのミステリアスな雰囲気が嫌いではなかったこともあり、コロッと入局してしまったのです。

以上のような経緯から現在に至るのですが、私は吉祥寺病院で勤務するようになってすぐ、この病院が大好きになりました。その理由は、吉祥寺病院にはいいところがたくさんあるからです。

## <名前がいい>

まず名前がいい。吉祥寺病院は調布市深大寺北町にあります。名前は吉祥寺です。調べてみると、現在では「吉祥寺」という名称の地名は存在せず、吉祥寺駅を中心とした地域を指しているようです。つまり吉祥寺駅を中心にどンドン範囲を広げていけばいいわけなので、調布市深大寺北町も間違いなく吉祥寺です。この名前のおかげで、最も入院したい病院で勤務しているような気がしてくるし、家族や知人にも自慢することができます。患者さんも同様に、最も入院したい病院に入院していることを家族や知人に自慢することができるので、自尊心を高めることにつながっています。ちなみに私は、服薬を拒否する患者さんには「とてもかっこいい名前の薬ですよ。お友達にも自慢できますよ」と言って説得しています。

## <美しい>

吉祥寺病院には美しいところがたくさんあります。まず建物が美しい。特に外来と新病棟は新しく清潔で、壁や廊下にはシミひとつありません。必然と襟を正される心持ちになり、礼節が身につくようになります。その点で旧病棟はやや劣りますが、長

い年月を経てきたという威厳と風格をたたえています。壁や廊下のシミひとつとっても、歴史的建造物が醸し出すような奥ゆかしさがあります。ここに数え切れない患者さんが入院し、治療され、退院していったかと思うと感慨無量で、患者さんも自己暗示的に病状がよくなる事でしょう。スタッフも心の美しい人ばかりです。その瑞々しい微笑みと清らかな心でもって話を聞いてもらおうと、心の隅のほうでくすぶっていた積年の悩みさえ、ぱっと解決してしまいます。

## <優しい>

まず目につくのが、病院の外観です。暖色系のパステルカラーの外壁がとても目に優しく、これを見ただけで怒りや興奮は氷解していきます。そして最も優しさを感じることができるのは、スタッフの人間性です。誰もが患者さんのことを一番に考えていて、決して怒ることはなく、実母のように優しい助言と指導によって、患者さんを治癒に導いてくれます。ときに怒ることもあります。それも優しさです。私たちは成人してから怒られるということがほとんどありませんが、それは本当の優しさがなければできないからなのです。また、病院食もとても優しい。見た目も味も特別な派手さはありませんが、田舎のおばあちゃんが作ってくれるような優しさと大地の恵みがつまみついていて、食べていると自然とおばあちゃんの顔が思い出され、苦痛を和らげてくれます。

## <楽しい>

病院の前庭を見てください。建物の色調に加え、ソテツなどの南国植物が植わっていて、ハワイに旅行に来たような気分になります。つらい症状は忘れて陽気な気持ちになり、思わずウクレレを奏でたくなります。とても楽しい。病棟では作業療法やレクリエーションが充実しており、単調な入院生活に楽しみと喜びを与えてくれます。スタッフも笑顔が絶えることなく、軽妙な会話で楽しませてくれます。病院長もつねにニコニコしているので、私も真似をしてニコニコするようにしています。笑顔はすべての病を治す基本です。ただ笑顔をつくるだけで心も穏やかになるから不思議なものです。

そんな吉祥寺病院が、私は大好きです。

過ぎし夏、深大寺城址から少し歩いた処で「バスラーメン」にめぐり逢いました。

そう言えば当院の職員には、そのラーメンが幸せを呼んだ人がいます。

さる年のクリスマスイブ。イブなのに一人寂しく夕食をと深大寺道を歩いていると、バスラーメンの赤い看板に曳かれて店内へ。すると、どうでしょう。何とそのラーメンは、寂しさを霧消してくれたばかりか、幸せの予感さえ味わえるものでした。予感は見事の中。次の年のクリスマスは、新婚家庭の幸せの中で迎えることが出来たそうです。

クリスマスはまだ先ですが、ラーメンが美味しく戴けるのは暑い夏より今日この頃(?) …そんな季節になりました。

## 秋来ぬと目にはさやかに見えねども

風の音にぞおどろかれぬる (藤原敏行)

こう詠われたのは千年も昔ですが、今の世の「風の音」に(だけでも?)秋の日和を感じながら、今日は深大寺道を歩きましょう。「千年」とはいきませんが、深大寺道も隋分古の道でしたね。

するとすぐ、「調布市深大寺東町5丁目」と大書された歩道橋の左手前に、お馴染みの(?)文字が見えてきます。「吉祥寺病院」の案内に導かれて、ここで三鷹通りとはお別れ、左手の脇道に入ります。こちらが深大寺道の道筋なのです。もう少し歩くと、右手に何やら見覚えのある古い小さな石塔が。



これは、深大寺北町4丁目のあの庚申塔ではありませんか? 深大寺辺りをぐるっと巡って、元の処に戻って来たようです。

そうです。吉祥寺病院の前の細道は、古道「深大寺道」の今の姿だったのです。古道だけに、道端にこんな昔の石仏がいらしたのです。

(深大寺道の一方の起点=)深大寺城が湧き水溢れる地にあったことと、深沙大王や青渭大神の御縁なのか、我が吉祥寺病院は、今でも旧深大寺村の「水晶水」を(病院敷地内の井戸水として)使わせて頂いています。

前にお話ししたように、深大寺道は、室町時代から戦国時代にかけて小田原の北条氏と関東の覇権を争った扇谷上杉(おうぎがやつうえすぎ)氏が、本拠の河越城と北条氏に対峙した出城としての深大寺城を結ぶべく拓いた軍道です。当時は上杉軍の軍勢が、まさにこの道を行き交っていたのですね。(それは1540年頃のことですから)それから五百年近くもの長い長い歲月、この道はここにあつて、武士ばかりではなく数知れぬ農民や町人たちも通り過ぎていったことでしょう。その同じ深大寺道を、今私たちは歩いているのです。

室町幕府の関東管領として権勢を誇った上杉氏の一族、扇谷上杉氏でしたが、北条氏との長年の血で血を洗う(現在の皇居周辺も戦場になりましたが、深大寺城は北条氏の戦略上は重視されなかったようで戦場にはなりませんでした。)抗争の果てに(桶狭間、厳島と並ぶ「三大奇襲」の一つとして)後の世の語り草にもなった河越夜戦(かわごえよいくさ)に敗れて滅び去りました。470年ほど昔(1546年)のことです。しかし深大寺道は、それ以後も元の姿を留めて、四百年近くの間、調布と川越とを繋いで来ました。

扇谷上杉氏の滅んだ後も、本家の山内(やまのうち)上杉氏は(越後の長尾氏に家督と関東管領職を譲ることで、長尾上杉氏として)戦国時代を生き延び、江戸時代にはお家断絶の危機もありながら、明治維新まで出羽国米沢藩主を務めました。戊辰戦争では幕府側で参戦したものの最後は官軍に恭順し、明治時代には華族として、更に二つの世界大戦を経て平成の今日まで存続し、現在(長尾上杉家として

だけでも第17代)の御当主は、上杉伯爵家の若様として米沢で誕生され、長じて日本を代表する宇宙工学者になられた上杉邦憲博士です。

上杉博士は、吉祥寺病院からそう遠くない(深大寺東町7丁目にある)JAXA(宇宙航空研究開発機構)にお勤め(今は退官されて名誉教授)で、映画にもなった惑星探査機「はやぶさ」プロジェクトに参画された方です。博士はその探査機の命名にあたって、(手塚治虫さんご本人の意向も受けて、相当)有力な候補だった「アトム」を「原爆を思い出すから」との理由で斥け、師匠である糸川英夫教授ゆかりの「はやぶさ」と名付けたそうです。探査機「はやぶさ」がターゲットとした小惑星は、後に奇しくも「イトカワ」と名付けられました。

吉祥寺病院は調布の精神科病院の魁(さきがけ)でしたが、上杉博士は「はやぶさ」に先駆けて日本初の惑星探査機「さきがけ」を開発された方です。そして博士は5年前の「謙信公祭」では(例年のGACKTさんに替って)上杉謙信役を務められました。

そんな訳(?)で、吉祥寺病院前の道=深大寺道は、「上杉の道」でもあります。

上杉博士の御先祖様ともいえる(?)上杉謙信は、「毘沙門天の生まれ変わり」と称して「毘」の旗印を用いていました。ですから、深大寺とJAXAとは毘沙門天の御縁で結ばれているのかも知れません。

深大寺の深沙大王は、毘沙門天の化身とされています。だとすれば、上杉謙信は深沙大王の化身でもあることにはなりませんか?深大寺小学校は、毘沙門天を本尊とする多聞院跡に生まれましたし、当院近くの庚申塔の青面金剛は毘沙門天の使者だという繋がりもあります。



さて深大寺道は、当然病院の前で終わりではありません。

この道を病院前から北にゆけば、すぐに緩い左カーブになっていますが、ここは昔は深大寺用水に沿った道でした。その先、グループホーム「白樺荘」、同じく「柿の木ハイツ」の前を通って調布北高校のテニスコートとドンキホーテとの間の四つ角に出ます。左後ろの角に吉祥寺病院と花水木の案内板が立っている所です。

ご存知の方も多いと思いますが、今歩いて来た深大寺道沿い(以外にも数多く)のグループホームを運営している「巢立ち会」の田尾有樹子理事長は、吉祥寺病院のPSWの元祖として、深沙大王(や毘沙門天や青面金剛その他八百万の神々?)の神通力を賜ったかのような八面六臂(はちめんろっぴ)の活躍をされてきた方で、在籍中は勿論、今でも吉祥寺病院の患者さんたちを親身になって支えて下さっています。

ここで、四つ角の右前方(北西側)に注目して下さい。道沿いの所がドンキホーテとは別の区画になっていて、近寄ってみると「東京都水道局・野崎一号水源」というプレートが。



夏の日(前回のこと)に調布市の水源地の脇を通りましたが、ここでは三鷹市の水源の一つに出会いました。調布市と同様、三鷹市の水道水も河川水より地下水の方が多く(約60%)になっています。もっともこの深井戸は深大寺用水とは無関係で、昭和の世に掘られたものです。

深大寺用水は、吉祥寺病院の案内板の立つこの辻でT字形に東西に分かれていました。「野崎一号水源」側、真っすぐ武蔵境通りに向かう方が深大寺用水西堀、背後の吉祥寺病院の方は東堀で、このT字形の場所を、深大寺用水の「水分かれ」といいます。



深大寺用水西堀



深大寺用水東堀



水分かれ

深大寺辺りが大昔から湧き水の豊かな里だったことは、これまでにお話しました。この辺りの農民は、深沙大王を始めとする水神様の神通力を賜ってか、幾世にも亘って農業用水に苦しむことを知らずに暮らして来ました。ところが1855年、安政の大地震で入間川(いりまがわ)の水源が涸れ、深大寺村の水田地だった「野ヶ谷田んぼ(現在の深大寺東町4~6丁目辺り)」の耕作が出来なくなりました。江戸時代はそれでも税を減免されていましたが、明治政府は休耕田に対しても課税したので、困り果てた村人たちは、何とか耕作を再開しようと、1871年5月、僅か11日の間に「深大寺小学校発祥の地」の碑にもお名前があり後に(神代村初代)

村長となった富沢松之助を先頭に、何と村人(成人男子)全員の手で野崎村(の玉川上水梶野新田分水)から金子村(の野川)までを掘り進み、玉川上水の分水として「深大寺用水」を拓いたそうです。ですから深大寺用水の流れには、深大寺村の村人全員の心意気が溢れていたことなのでしょうね。そしてその皆さんの心意気は、2年後の1873年、弘道学舎(現・深大寺小学校)の開校へと繋がってゆくのです。

ここで一旦話を変えて、(庚申信仰の青面金剛のルーツと考えられる)「大黒天」に登場して頂きましょう。インドで「戦闘の神」とされていた「マハーカーラ」が、中国に渡って(戦闘の神の座を毘沙門天に譲って)主に台所の神「大黒天」となり、その中国の大黒天(信仰)を日本に伝えたのが伝教大師最澄(でんぎょうだいしさいちちょう; 767~822)です。都がまだ奈良にあった頃の788年、比叡山に入って三年目の最澄上人が延暦寺を開いた折、比叡山山中で大黒天の化身の老人に出会い、その場所(現・比叡山大黒堂)が日本の大黒天信仰の発祥の地となりました。後の世(室町時代)に京の都で「福の神」信仰が興った折に、比叡山の大黒天と西宮の恵比寿とのデュオとしてデビューした「福の神」が、やがて琵琶湖・竹生島(ちくぶじま)の女神・弁財天を加えた三神になりました。時を経て、鞍馬の毘沙門天、宇治の(?)布袋和尚を加えて五福神。更に福祿寿、寿老人という新メンバーが入ってグループ「七福神」となり、幅広く庶民の信仰を集めました。

さて、七福神信仰は、江戸時代に入って(天台宗の高僧で徳川幕府のブレンだった)慈眼大師天海(じげんだいしてんかい; 15??~1643)が江戸から全国に広めて一大ブームになるのですが、その後も七福神ブームは止まる所を知らず、今では全国に80か所以上もの「七福神」があるそうです。

ここ調布の地にも勿論(?)七福神を祀る七ヶ寺があります。そのうち大黒天は、旧甲州街道沿い(上石原一丁目)の西光寺におられます。(前にも述べましたが、「調布七福神」のうち毘沙門天は深大寺小学校(...)ゆかりのものでし、福祿寿は祇園寺に祀られています。)その西光寺は、「近藤勇像」があったり、「大賀ハス」が(毎年7月に)咲く池があったり、というユニークなお寺です。(写真:S)

つづく

## 「禁煙推進」にご理解とご協力をお願いします！ 禁煙推進委員会 小松 晃

「タバコには健康上の害があり、様々な病気を引き起こします」

そんなこと、皆さんとうにご存じと思います。具体的には、肺をはじめとする殆どの部位のガンの原因になるそうですし、脳卒中、心臓や血管の病気、糖尿病や歯周病など、さらには早産や死産の原因にもなるそうです。喫煙に関する病気で亡くなる方は、国内で年間12万～13万人と推計されていますが、さらに深刻なのは、タバコを吸わない人が他人のタバコの煙を吸い込んで起こる受動喫煙の問題です。受動喫煙が原因で亡くなる方は、国内で年間15,000人以上、交通事故死の3倍以上に達すると言います。

このように、今やタバコの健康への有害性は、科学的・統計的な根拠の上に立証されており、“害があるのはわかってるけど、それでも吸いたいんだ”、“タバコは嗜好品で、喫煙の文化もある。吸うのは自由だ”ではすまされなくなっているのが喫煙を取り巻く世界的な認識です。

先日、東京都は、スモーク・フリー（受動喫煙のない状態）が原則のオリンピック・パラリンピックを2020年に東京で開催することを見据えて、公共の場での喫煙を原則禁止とする「東京都受動喫煙防止条例（仮称）」を、2019年秋のラグビーワールドカップ開催までに制定する方針を発表しました。先の国会では、受動喫煙対策法案を含む「健康増進法」の改正は、様々な政治的思惑もあり先送りされたようですが、原案では厚労省も東京都も“医療施設は敷地内禁煙”は共通しており、このことに反対

意見は出ていません。健康影響を防ぐ必要性が高く、喫煙者以外の不特定多数が利用する施設での受動喫煙を防ぐ、という観点から考えれば当然と言えますでしょう。

これまで当院では、喫煙される患者様が相当数おられることも考慮し、院内の喫煙に関しては、分煙の徹底にて対応してきましたが、前述のような社会情勢に加え、簡単な喫煙室の設置だけでは分煙の徹底が難しいことがわかってきました。

そこで、医療機関としてさらなる治療環境改善を図るため、昨年9月より「A4病棟終日禁煙、他病棟夜間帯禁煙」を実施しております。喫煙される患者様からは、“つらい”“やめてほしい”というご意見が当然ありましたが、“一晩、ひたすらがまん”という涙ぐましい協力のもと、大きなトラブルはなく1年が経過しました。最近のアンケートでは、“だいぶ慣れた”という声も多く聞かれ、図らずも夜間禁煙を強いられてしまっている喫煙者の皆様には深く感謝いたします。

本年10月からは、第2のステップ、「全病棟（24時間）全面禁煙」へと進みます。医療機関である吉祥寺病院の療養環境が、多くの患者様にとってよりよいものとなるよう、今後も禁煙を推進して参ります。喫煙者の皆様には、つらい状況であるとは存じますが、今後にご理解とご協力をお願いいたします。

「全病棟（24時間）全面禁煙」を実施します  
開始時期：平成29年10月1日（日）～



## 2度目の北海道を旅して

A3病棟 看護師 高橋 優貴

こんにちは、高橋です。今年の夏は北海道に行ったので、それについて書きたいと思います

実は私北海道が大好きで、毎年旅行しています。私が北海道に行く理由は一つで、海鮮が美味しい、北海道のようなでっかい男になりたい、星空が綺麗ということです。今年は記念すべき二回目の北海道旅行となりました。

私の家は地球にあり、北海道も同じく地球にあるので近いように思いますが、距離にすると約860kmあります。競泳選手の泳ぎで時速8.6kmと言われていいますので、泳ぐとどんなに鍛えても100時間以上かかることとなります。それを飛行機で行くと2時間かからず到着してしまうので、現在の文明には驚かされます。次はどんなテクノロジーが私たちを驚かせてくれるのでしょうか。

空港に到着すると私は毎年小樽を目指します。小樽は古くから湾岸都市として歴史のある場所です。今調べました。小樽は何と言っても海鮮が美味しいです。有名な寿司屋、海鮮丼のお店が数多くあります。私はそこで寿司を食べ、日本酒を飲み、ソフトクリーム(北海道は乳製品も美味しいです)を食べながら小樽運河を散策し、一泊したら朝に市場に行って海鮮丼を食べ、北朝鮮からミサイルが飛んできました。

これでも北海道を満喫できたかの様に思いますが、何か足りません。そう、星空です。ということで二日目は夜景が綺麗な丘エリアに向かいます。美瑛の丘というところに夜景が自慢のペンションが

ありますのでそこで一泊します。そこでの夕食はジンギスカンでした。とても甘味があつて美味しく、一緒に出て来たトウモロコシもとてもみずみずしかったです。小樽と美瑛は電車で四時間ほどかかります。星空を見るためとは言え電車で四時間乗るとさすがに疲れます。その疲れを吹き飛ばす最高の食事でした。夕食を食べ終わり外に出ると雨が降っていました。晴れ男で有名な私ですが、北海道の大きさには勝てませんでした。雨雲を吹き飛ばそうと何回か散歩に行きますが一向に晴れません。日付も変わり諦めかけていたその時、雨がやみました。すかさず外に出て空を眺めていると段々晴れてきます。雲は残っていますが、そこから見える星空はとても綺麗だったため良しとします。

三日目はもう一度札幌方面に戻り、空港近くの宿に泊まりましたが、飼い猫に会いたくなってそれしか考えられなくなってしまいあまり覚えていません。途中で食べた味噌ラーメンがとても美味しかったです。

四日目の朝は飼い猫の夢を見ました。可愛い私の天使たち(二匹います)に会えると思うと東京に帰るのが楽しみです。家族、職場にお土産を買って帰りました。

まとめになりますが、北海道はとてもいいところです。何より食べ物がおいしいです。夏に行くと涼しく、食べ歩きがとても楽しいです。景色もいいのでぜひ日頃の疲れをいやすために足を運んでみて下さい。

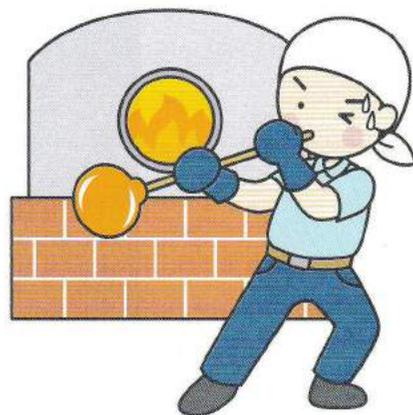


こんにちは。私は今年の夏休みを利用して沖縄に行ってきました。私の沖縄上陸歴の一番初めは高校生時代の修学旅行まで遡ります。大人になってから沖縄へ行くと、色々な変化があります。沖縄といえば、2年前に第4回日本精神科医学会学術大会に参加させて頂き、吉祥寺病院の看板を背負い看護研究を発表するという重要な任務を背負いながら、とても楽しかった思い出があります。こちらが2度目の上陸です。

3度目の今回は、好きなバンドのライブと旅行を兼ねて三泊四日で友人と行ってきました。夏本番の8月です。ライブの合間にシュノーケルやパラセーリング、ジェットスキーと、たくさん予定を詰め込み、気合いを入れて水着を三枚持ち、沖縄へ旅立ちました。

晴れてる！けど、なんか風が強い。台風の影響です。調べてみると沖縄は8月に台風の接近が一番多いようです。とりあえず海へ行くと、台風の関係で遊泳禁止でした。足だけ入れてもいいですよと、ライフセーバーの方から一言が。もちろん足だけ海に浸かり、なくなると退散。さて、マリニアクティビティの予定がなくなった私たちは予定を変更して美ら海水族館へ足を伸ばしました。高校の修学旅行のときも、同じ友人と廻った記憶が蘇ります。約十年ぶりの美ら海水族館。大人になった私たちは集合時間も無いので、ゆっくり見ます。涙腺が緩くなっているのか、大きなジンベエザメがゆっくり水槽の中を泳いでる姿を見ただけで感動してなぜか涙がでます。休憩してオリオンビールも飲みます。二度目に来た美ら海水族館は「広くてすごーい！」という感動だけでなく、「生物とはなんぞや」と原点に戻って考えられる、素敵な場所でした。二日間のライブが終わり、最終日に予定していたパラセーリングも中止の電話がかかって来ました。これはもう伝統工芸の琉球ガラスを作るしかありません。実は個人的にとっても興味があったのです。急遽予約しました。気温もさながらですが、ガラス房は火がごうごうと房で燃えていて暑いというか熱い。ガラス房の方が

手際よく、きれいに作れるようにお手伝いしてくれます。一つ一つの作業が、きれいなガラスを作るのに必要な作業で、夢中で作りました。大汗をかきながら。スピードが大事なのですぐに完成です。文字入れをして家に届くのを楽しみに、帰路に就きます。今回沖縄へ旅行し、思ったことは、海や景色だけじゃない楽しみ方も沢山あるということです。高校生の頃は海ありきだったかもしれません。あの時感じられなかった感覚を、沢山感じる事ができました。また、帰路の途中、タクシーの運転手さんも気軽に話してくれて、空港に着いたと思ったら「あ！メーター回ってなかった。暑さでやられてるさ〜」と、少しお得になってしまったり、毎晩ごはん屋さんでは即席で三線ライブが始まり、みんな踊りだしたり、空港の方や街の方、ホテルの方も気さくに話しかけてくださったり、人の温かさも沢山感じた旅でした。行く度に素敵な発見が増える沖縄、また来年も行きたいと思いました。





## 地元自慢

A3病棟 看護師 水野 翔一

みなさんこんにちは。A3病棟の看護師の水野と申します。

今回は“地元ネタ”という題材で原稿を、とのことですので自分が生まれ育ったところについて話をさせて頂こうと思います。どうぞよろしくをお願いします。

自分が生れ育ったのは東京都渋谷区の幡ヶ谷という町です。

現在30歳を越えた自分は、ちょうど10年前の20歳の時までこの町に住み、都会の排気ガスを幼少期から散々吸って育ちました。さらに両親共に東京出身だったので、夏休みなどに帰る田舎も無く、毎年夏にカブトムシやクワガタを大量にゲットしてくる友人をうらめしく思う少年時代を過ごしました。しかし今思い返してみると、自分が子供の頃は渋谷区と言えどまだまだ今よりは自然が残っていたと思います。

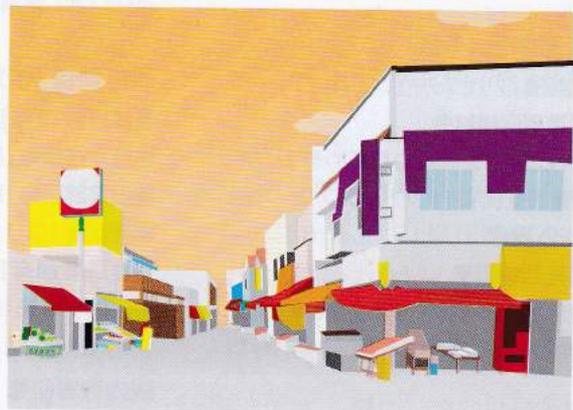
さて、渋谷区をイメージしてみるとまさに渋谷や原宿に代表される繁華街が浮かびますが、自分が長年過ごした幡ヶ谷という小さな町は、商店街があるだけの住宅地でした。学校があった隣町の笹塚も含めて、思春期を過ごした“庭”のような場所ですが正直皆さんに紹介できるような有名スポットは特に何にもありません。強いて言えば、隣駅の初台にはオペラシティがあり、オペラや演劇が好きな方にはたまらないスポットと言えるでしょうか。

そんな我が地元ですが、逆に主張できる所と言えば、“渋谷区らしくない所”です。人ごみもほとんど無く、商店街も何となくレトロで古めかしく、銭湯とか団地とか公園があり、何となく

昭和な雰囲気が味わえる町、それが幡ヶ谷です。それは今でも変わらないと思います。また、新宿から2駅とアクセスも良く、都心で生活したい人にとってはかなり良い条件がそろっていると思います。ええと、不動産のセールス文句みたいになってきてしまったので、簡単ではありますがここら辺で紹介を終えたいと思います。

あ、この文章を書いていて今さら思い出したことがありました。

医療従事者として必需品の体温計ですが、この体温計を製造している“テルモ”という会社の本社が幡ヶ谷にありました。自分はテルモ本社のほぼ目の前に住んでいたのですが、その名前をずっと目にしていたのですが、今、看護師になって毎日テルモの体温計を使っているのも何かの縁なのだろうかとたまに思うことがあります。幼少期からの潜在意識の中にテルモ製品を使うよう植えつけられていたのでしょうか。恐るべしテルモ。



新しい仲間を  
ご紹介!

# 新人紹介コーナー

**MK**  
A4病棟 看護師

- ① 長野
- ② 明るい
- ③ いつも笑顔!
- ④ 運動(ランニング)

**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

## 平成29年度 吉祥寺病院行事予定

10月

### 行事関係

- 5日(木) 運動会
- 7日(土) 受水槽定期清掃
- 8日(日) 高架水槽・貯湯槽定期清掃
- 14日(土) ファミリーサポートセミナー
- 21日(土) 家族会
- 25日(火) 東精協学会
- 26日(木) 東精協レク(ゲートボール)
- 28日(土) 家族教室

### 研修関係(予定)

- 看護研修(プリセプター⑤、プリセプティ⑥)
- 看護事例検討会
- 実践研修(チーム力を高める1-②)
- 看護研修(CVPPP アドバンスコース④)
- AED 研修
- 看護助手研修
- 院内教育研修(医療安全対策)
- 院内教育研修(大規模災害時の医療体制について)

H29.10~全病棟終日禁煙

11月

### 行事関係

- 1日(火) インフルエンザ予防接種~11/30(木)
- 4日(土) 喫茶カトレア
- 5日(日) 受電設備定期点検(停電作業)
- 11日(土) ファミリーサポートセミナー
- 12日(日) 受電設備定期点検(停電作業)予備日
- 13日(月) 防災訓練(昼間・大規模災害想定)
- 16日(木) 文化祭
- 18日(土) 家族会
- 29日(水) 東精協レク(オセロ)

### 研修関係(予定)

- 看護研修(2年目②)
- 看護実践研修(患者の思い実践編)
- 看護実践研修(嚙下について①)
- 看護研修(プリセプティ⑦)
- 看護研修(4年目アサーション②)
- 看護助手研修(倫理)
- 院内教育研修(症例検討)
- 院内教育研修(症例検討)
- 看護研修(CVPPP アドバンスコース⑤)

12月

### 行事関係

- 7日(木) 忘年会
- 9日(土) ファミリーサポートセミナー
- 14日(木) レク(Xmas会)
- 16日(土) 家族会
- 12/29(金) ~1/3(火) 年末年始

### 研修関係(予定)

- 看護研修(3年目③)
- 看護事例検討会④
- 看護実践研修(嚙下について②)
- 看護研究④
- 実践研修(チーム力を高める2-①)
- 院内教育研修(感染対策)
- 看護研修(プリセプティ⑧)
- 実践研修(薬物療法看護)



当院のおすすめ  
メニュー

# チンゲン菜と鶏肉のケチャップ炒め



## 1人分栄養成分

エネルギー 94kcal

タンパク 4.6g

塩分 0.8g

## 材料 (2人分)

カットチンゲン菜	100g
鶏肉(こま)	40g
人参	20g
ねぎ(細め)	40g(15cm位)
おろし生姜(市販)	少々
おろしにんにく(市販)	少々
サラダ油	小さじ1
料理酒	2g(小さじ1/2)
豆板醤	1g(小さじ1/5)
砂糖	2g(小さじ1弱)
醤油	4g(小さじ2/3)
ケチャップ	20g(大さじ1強)
片栗粉	2g(小さじ2/3)

## 作り方

- ① にんじんはたんざくに切る
- ② ねぎは細めの物を選び、3cm程度のブツ切りにする  
(太い葱の場合は、斜め切り)
- ③ チンゲン菜は3cm程度に切る
- ④ フライパンに油、おろし生姜、おろしにんにくを  
入れ鶏肉を炒める
- ⑤ 鶏肉を取りだし、そこへ切った野菜を入れて炒める
- ⑥ 野菜に火が通ったら炒めた鶏肉を戻し、  
Aを加えとろみがつくまで炒める

チンゲン菜の旬は3~5月と10~11月です  
青梗菜は、1972年日本と中国の国交が正常化時に日本へ入って  
きた野菜の一つです  
青梗菜は葉もの野菜ですが、炒め物や煮物や汁物などくせがな  
いので様々な料理に使用できます  
又栄養としてはカロテンとビタミンCが豊富に含まれています



## 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 / 島本	田澤	西岡	西岡
診察室(4)	森 / 森(栄)	岡田 / 中込	森 / 清野		森 / 島本	森
診察室(5)	周東 / 押久保	山室	山室 / 中野	鵜殿 / 山室	周東 / 林	山室 / 中込
診察室(6)	土井	土井 / 清野	西山 / 押久保	土井	岡田 / 土井	西山 / 林

### 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



調布市深大寺北町 4-17-1

## 編集後記

秋と言えば、実りの秋。みなさんは秋の味覚、なにが一番好きですか？

私は、早く旬の秋刀魚を食べたいです。また、秋の写真も毎年大募集していますので、素敵な写真をお持ちの方はぜひじんだい編集部へお知らせください!! (ふじ)

夏の暑い時期が終わり、肌寒い日がやってくると秋が近づいているように感じます。

秋といえば、食欲の秋、スポーツの秋、勉強の秋など様々なうたい文句がありますが、私は何と言っても「食欲の秋」です!

皆さんにとって「秋」はどんな季節でしょうか。(あ)