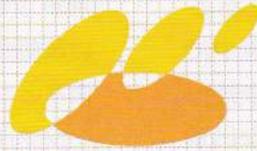


じ ん だ い

第47号

発行：医療法人社団 欣助会 吉祥寺病院



2017.1.26 (木)

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



福寿草(神大植物園にて)

Contents

新年を迎えて.....	1
新年のご挨拶.....	2
今年の吉祥寺病院もチーム力を発揮します！.....	3
府中市市民表彰を受けて.....	4
深大寺道をゆく ～その②～	6
おらが地元は「●●」です。	9
学会発表.....	10
『味スタ6耐』、参戦しました!!.....	12
新人紹介コーナー/行事予定	13
当院のおすすめメニュー.....	14
外来担当表/当院略図/編集後記.....	15



明けましておめでとうございます。昨年は世界中で大きな変動が続き、今後の日本を考えると不安な出来事が多く起きました。

昨年6月には英国民投票で欧州連合(EU)離脱支持が過半数に達し、キャメロン首相が辞任しました。10月の米大統領選では大方の予想に反し公職経験が全くないトランプ氏が第45代大統領に就任することが決まりました。

欧州では昨年3月にベルギーの首都ブリュッセルで国際空港と官庁街の地下鉄の同時テロがおり、6月にはトルコ イスタンブールの国際空港で爆弾テロ、7月にはフランス南部ニースで革命記念日を祝う群衆に大型トラックが突っ込むテロ、同じく7月にドイツ南部ミュンヘンの大型商業施設で銃を乱射するテロなど次々に事件が続いています。

日本周辺の国を見てみますと、昨年1月に北朝鮮が初めての水爆実験を実施し、中国は南シナ海への侵出を続けており、韓国では朴大統領が友人女性の国政介入疑惑で窮地に立っています。

このように世界が大きく揺れ動く中で、今後の日本の舵取りが難しくなったと実感する1年でした。

日本に目を向けると昨年4月に熊本県で地震があり、精神科病院も大きな被害を受けました。介護施設や障害者施設でもショッキングな事件が続き、2月には川崎市の有料老人ホームで入所者3名が相次いで転落死した事件で、元職員が殺人容疑で逮捕されました。7月には神奈川県相模原市の知的障害者施設で、刃物を持った元職員に入所者19名が首を切られるなどして死亡したという痛ましい事件もありました。

明るいニュースとしては、リオ五輪で日本が史上最多のメダル41個を獲得し、特に卓球・体操・男子リレーなどは本当に感動しました。また10月にはノーベル生理学・医学賞に東京工業大の大隅良典名誉教授が選ばれ、日本のノーベル賞受賞者は25名となりました。

吉祥寺病院の1年を振り返りますと、ハード面では今年4月より救急入院病棟を申請するため昨年9

月から10月にかけてA4病棟の4床1室を個室4室に改築する工事を行い、A4病棟病室の50%以上が個室となりました。

ソフト面としては、医療の質の向上を目指して10月26日・27日に日本医療機能評価を受審しました。平成13年10月に初めて受審して、今年は3回目の更新でした。また、健康増進を図るため禁煙に向けた取り組みを始め、昨年9月よりA4病棟を全面禁煙とし、他の5病棟も夜間病棟内禁煙としました。今後、今年10月には病棟内全面禁煙とし、30年10月には病院敷地内全面禁煙を目指しています。地域での取り組みとしては、東京での大震災にそなえ調布市役所・医師会・歯科医師会・薬剤師会などと連携し、昨年5月に調布市民対象の緊急医療救護所の合同設置訓練を実施しました。今までの震災において、小学校に医療救護所を設置しても実際には怪我人や病人は病院に押し寄せた経験から、調布市内の病院ではできる限り市民を支えられるようにという訓練でした。

当院は精神科単科病院であるため身体的対応については無力に近いのですが、医師会の先生方を中心にできる範囲で対応したいと考えています。

当院の平成28年度の基本目標は「質の高い医療を目指し、組織力を高めよう!」でした。昨年は医療の質向上のため日本医療機能評価を受審しました。また院内勉強会では症例検討会・臨床セミナー・専門講義シリーズ・院内教育研修会・院内合同研究発表会・院外研修報告会・管理職研修・CVPPP・精神科医療従事者のメンタルヘルス・救急対応とAED実施法などなど、さまざまな研修を行い職員のレベルアップに努力してきました。また、組織力の向上においては、地域移行推進室を中心に5年以上入院している長期入院者のうち5%以上を退院させようという目標を全職員で取り組んでいます。当院は昭和39年より作業療法を開始し、40年には家族会を結成して早い時期からの患者さんの社会復帰活動に力を注いできました。そのため5年以上入院している患者さんを5%退院させる目標は毎年クリアしてきましたが、平成22年のみ目標を達成できませんでした。その際、職員と良く話し合い、社会復帰が難しい患者さんが残っていく中

で、どうしたら社会に戻せるのかももう1度職員全員で取り組むこととしました。それ以降は毎年目標をクリアしています。しかし、昨年は目標の4人目をなかなか退院させられず12月に入ってから各病棟の最後の頑張りでプラス2名の退院が決まり、今回もどうにか目標を達成出来そうです(目標4名のところ退院者5名)。

当院のチームワークで「患者さんの社会復帰を目指す医療」という基本理念が実践できたことはとても嬉しく思います。

今後とも、病状の重い統合失調症の患者さんも地域での生活が続けられるよう職員一丸となって取り組んでいきたいと思っておりますので、今年も宜しくお願い致します。

〈追伸〉

私事で大変恐縮ですが、昨年10月に厚生労働大臣表彰を受けました。この表彰は「多年の精神保健福祉事業の発展に寄与し、その功績が特に顕著である者を厚生労働大臣表彰することによって、この事業に携わる者の模範たらしめ、もってこの事業の推進に資することを目的とする」というのが趣旨のようです。

東京精神科病院協会の職務を通じて表彰されたものですが、当院職員を始め関係者各位の皆様を支えられて頂いたものと思っております。ありがとうございました。

新年のご挨拶

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。今年もどうぞよろしくお願いたします。

さて、2016年の吉祥寺病院の大きな出来事は機能評価の受審であった。受審

の感想を少しまとめてみたいと思う。

今回の受審は評価体系が大きく見直された第三世代(3rdG:Ver.1.1)での受審ということで、受審準備を始める時はどのように変わっているのかイメージがつかなかった。病院機能改善支援セミナー等を受講し、これまでは体制や規程の整備など構造的な側面を中心に組織的な活動状況が審査されたが、今回は臨床の現場で展開される診療・ケア・業務の流れなどの活動状況に重点を置いた審査であること。また、評価項目の中で大きく変わったことは、第2領域の「良質な医療の実践」の項目で症例トレース法を用いたケアプロセス調査が取り入れられたことであった。このケアプロセス調査で病院全体の確認、診療や看護部門の体制、診療業務、看護サービスの質改善への取り組みが確認され、実際の診療の場として病棟訪問が行われる。院内の機能評価受審委員会で、セミナーの内容を共有し、まず評価項目に沿って自己評価し、強みや不足していることを明確にし改善項目を出し準備を進めていった。ケアプ

ロセス調査に出す症例は「典型的な症例」で外来—入院—退院—外来フォローまで見られる症例ということで、当院での典型的な症例とは、当院の目指す医療(急性期の治療後社会復帰プログラム、家族支援や退院支援を行い退院、在宅支援ができた症例)を実現できる症例とし、候補を各病棟1-2症例ずつ挙げて取り組んでいくことにした。受審委員会で症例の進捗状況を発表し、A3病棟から1症例、B3病棟から1症例を選択した。実際の訪問審査では症例にかかわった職種が全員参加し、チーム医療の実践や支援機能の発揮状況を説明できたのではないかと思う。受審を終えてみて症例をとおしてサーベヤーの確認されることに説明していくことで診療や対応、記録などでできていることの確認や改善すべき事項が明確になった。さらに良くしていくために必要なことも提示してもらえたと思う。受審の結果は2月になるが概ね良い結果が得られるであろう。今ケアプロセス調査を振り返ってみると、病院理念である「患者様や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」やりがいプロジェクトで出された病院ビジョン「高い専門性を備え、急性期から社会復帰・在宅支援まで幅広く治療を行う病院」が今回ケアプロセス調査の症例の選択基準になっていたのだと改めて思った。やりがいプロジェクトなどの取り組み、教育研修活動、多職種での症例検討会、看

護部での事例検討会など様々な取り組みの中で病院が目指す医療が職員のなかに定着し、実践されてきていたのだと感じた。受審の講評の中で院長のリーダーシップの下それぞれの役割が発揮され、患者さんを大切にしている病院と言われたことが心に残っている。

今年度は数値的には目標達成は厳しい状況があるが、目標達成するためにも患者さん・家族を大切にし患者さんから選ばれる病院になれるよう丁寧な医療、安心安全な医療を提供できるよう頑張っていきたい。

今年の吉祥寺病院もチーム力を発揮します！ 事務長 根岸 麻矢



あけましておめでとうございます。

昨年は、例年以上に印象深い全体行事が多い年でした。詳細は院長が記載して下さっています。そんな一年の締めくくりとして昨年

末忘年会が盛大に行われました。前年よりも20人も参加者が増え、とても嬉しいかぎりです。

忘年会では、企画運営会議が余興の代わりに年度目標の経過を発表します。「忘年会なのにかたい」と思われるかもしれませんが、当直・夜勤など病院を守っていただくスタッフを除けば、全職員が集まれる唯一の会が忘年会です。直接職員の皆様とお話が出来ますし、また、職員の生の声も直接伝えることが出来ますから、とても貴重な場です。

企画の一つで、各部署に「今年これを頑張った！」とアピールしていただく時間があります。方法は、パワーポイント1枚を製作してもらい、それをスクリーンに映してプレゼン(?)してもらいます。持ち時間は1分間です。平成27年から始めたこの企画ですが、2年目になり各部署のアピール方法が変化してきています。たとえば、集合写真を画面いっぱいに出してくれる部署が増えました。毎日忙しく業務を遂行する専門家の顔つきと違う、素に戻った笑顔がとても嬉しい瞬間です。また、流行りの「恋ダンス」をムービーで流す部署もありました。日々の業務で忙しい中練習し仕上げたものは、一つの作品となっていましたし、所属職員全員が踊っていたことに感動しました。

1年を振り返ってその年「頑張ったこと」を各部署長中心に皆で考えることは、その部署の目標と病院目標の再確認になり、忙しい毎日で立ち止まり自

分自身を評価する良い機会になります。さらに部署として1分間のプレゼンに仕上げることは、その部署の「チーム力」を表しているといえるのではないのでしょうか。

今年には各部署だけでなく、当院全体の「チーム力」を発揮する一大イベントがありました。それが機能評価受審です。今回の受審から評価基準が、書類審査よりも日々どのように質の高い医療を提供しているかに重点が置かれるものになりました。書類は仕上げたら終了ですが、日々の業務をサーベイヤーにアピールするには高い医療を提供しているかをいかにサーベイヤーへ伝えられるかが重要になります。その患者さんに関わるすべての職種が患者さんの治療と支援という一つの目的のために協同するには、何度もカンファレンスを開催し、何度も意見を交換し合いながら同じ方向にベクトルを合わせていくことになります。治療そのものが「チーム力」といっても過言ではないでしょう。さらに受審当日は、一人の患者さんの事例に対してどのような治療や支援を展開したのか関わった職員が全員参加し全員でサーベイヤーへ説明をします。これもまた「チーム力」です。つまり機能評価の結果が、現在の当院のチーム力を表す一つの評価となるのではないのでしょうか。

仕事も遊びもその他もすべて全力投球な職員が集まっている吉祥寺病院は、個々のパワーを支えているチーム力が武器なんです。今年はこの武器を何に活かしていきたいと思います。

府中市市民表彰を受けて

名誉院長 原藤 卓郎

このたび府中市の推薦で府中市市民表彰をいただきました。

平成28年5月26日(木)午後3時30分、ルミエール府中コンベンションホールにて式典が執り行われました。功労者は38名です。

開式の辞に続いて、高野市長より、府中市の表彰条例により、市民の生活と文化の向上、また、市政に特に功労のあった方々に対し表彰を行う旨が述べられ、それぞれの分野の功労に対し、お礼を兼ねてお祝いの温かいお言葉をいただきました。

そのあと、表彰状並びに記念品が市長より直接各位に渡されました。

功労の種別は「自治功労」「社会福祉」「安全対策」「教育」「文化」「労働」「産業」「寄附行為」「人命救助」の9種別あって、各項2-5名でした。私は教育の項にて、他7名がおりました。

このあと、市議会議長よりお祝いと励ましの祝辞をいただき、これに応えるように、受彰者代表の謝辞、栄誉ある表彰へのお礼と共に、今後も一層の努力を惜しまぬ覚悟を述べました。

閉会の辞のあと、役員の方がたと一緒に記念撮影をし、式を終えました。

ところで、府中市民でもなく、医者であって教育者でもなく、またどこからの推薦もない私が、何故教育功労者なのかよくわかりません。

昨年4月初めの頃、府中市役所の政策総務課の方お二人が直接職場の病院に来られて私の身上について、出身地、学歴、家族、職歴、現在の病院での状況、学校での勤務、教育内容、教育方針など詳しく聞かれました。

あとで分かったことですが、専修学校教育功労者の推薦に係る…の条項によると、(ア)学校に通算25年以上勤務した者、(イ)学校に教育者として15年以上従事した者(他県での従事年数も通算出来る。)、私の場合、府中の学校に18年、他中野、調布の学校に数年教えたことも考慮に入れたらしい…。

それにしても、本校に18年、良く続いたのですが、これもひとえに本校職員の努力、また、東精協の学校運営に尽力をされた先生方、講義をいただいた府中市医師会の先生方、実習病院の方々等

多くの方の助力があればこそ、今日まで続けてこれられました。その功労に対する表彰であって、たまたま私が代表としていただいたものであり、皆さんに対して感謝の念を、また、この功を認めていただいた府中市の方々に、心から御礼を申し上げる次第であります。(府中市看護高等専修学校 校長)

2016. 東京精神科病院協会誌夏号掲載 抜粋

附 記

平成5年の暮れ、前田先生から中野にある准看学校で精神保健の講義を依頼され翌年4月から教壇に立つことになった。

かねてから精神障害に対する差別と偏見を少しでも減らそうと思うのは、精神科に携わる私たちの悲願でもある。看護に携わる多くの人たちが障害者を理解し、社会的偏見の是正の一助となれば、と特に念を入れた。

講義の終わった感想文の中で「精神病は私には無関係と思っていたが、それではいけない。看護者としてもっと理解しなくては…」「偏見や差別があつては本当の看護は出来ない。」…と大方の生徒が理解してくれたようである。

教科書を見て驚いた。「性について」という章がある。今さら何をと思いながら慌ててフロイドや性関係の本を拾い読みした。中でもカーマストラ(愛の経典)は大変役に立った。講義が進んで、この辺では居眠りをしていればいいがな、と思っているのに生徒たちの眼はキラキラと輝いていた。

「性(リビドー)」は「生」活のエネルギーであり、更に昇華されて「聖」なるものへの渴望から文化が生まれ宗教や芸術となる…などと理屈を言うより実物を見せた方が早いと思い、セクシーな美人面を十五・六枚スライドにして見せ、精神科医としての感想を述べた。

ジョルジョーネ『眠れるヴィーナス』、ティツィアーノ『ヴィーナス、ダナエ』、ダヴィンチ『モナリザ』などは皆さんよく知っていて、感心した。ルーベンスの三美神はその豊満さのあまりに、鳩胸、でっちり、二重腹で足は大根足で当時は美人であった。今の若い娘たちの割り箸のような脚では理解できない(?) ようだ。ムンクの初潮を迎えた乙女

の顔『思春期』と体の不釣り合いの姿は説明を要するまでもなく皆経験済みで納得した。最後にダニヤン・ブベレの『夜宴のマルガリーテ』は、その凄艶な姿とは対照的に、苦悩と不安の表情に皆一瞬息をのんだ。緊張性昏迷状態と診断し、説明した。

後日の感想文の中に「私は某短大で美術史を専攻した者です。先生のスライドの画は皆見えますが、大変ユニークな説明で面白く聞きました。ウフフ…」と褒めているのか、貶しているのか分からないが、迂闊なことは言えないものだと思つた。

試験の結果を説明し終わって教壇を下りると、二・三名の生徒が質問によって来た。簡単に答え終わった頃、一人の生徒が「先生、有難うございます。」「??」「私、小学校から満点を取ったことがありません、が今度の先生のテストは百点をとりました、父がとっても喜んでくれました。有難う」と首っ玉を抱きついた。驚いたのはこっちである。側にいた同僚たちはキョトンとしていたが、やがて「A子さんおめでとう…」パチパチと拍手、「よかったね。これからも頑張ってください。」彼女たちの明るいさざめきに背を押され外に出た。ふと娘の顔

が頭をよぎった。急に目頭が熱くなって、頬に冷たい水が流れた。どうしたのだろう。

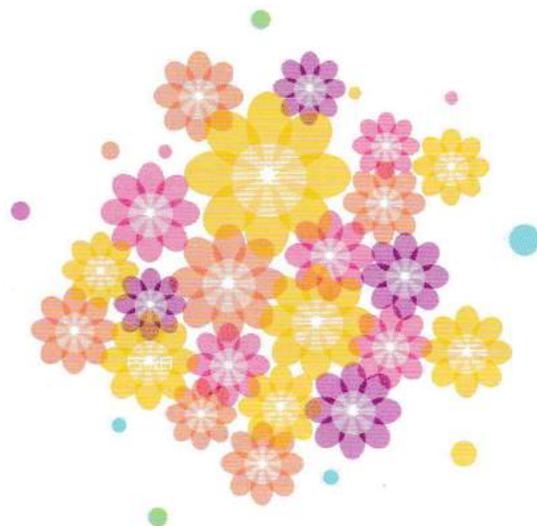
最終授業が済んで「二里を行く者」(マタイ伝五ノ四ノ一)の言葉を贈り「自由とは何か」を考えてもらい、そのあとで「今まで教科書にない話をしてきましたが、これは資格試験には出ません。でも、皆さんが卒業して一人前になった時、社会という試験に出ますから参考にして下さい。」と言いつつ、黄色い声で「先生カック(格好)イイ」パチパチ、と言われびっくりした。変な授業？

こうした事を同僚に話したら「そんなことで驚くようではまだ修行が足らん」と言われ、成程と納得した。

(平成7年執筆)

教えながらこちらもいろいろと教わった。20歳代から、40歳代までの年齢差の有るこの生徒達のどこに主点を置くべきか？の難問に試行錯誤を重ねながら、早くも20有余年の歳月が流れた。

(平成29年新春 加筆)



前回は、病院前の道を辿って、「深大寺道」を探しに深大寺にやって来ました。

深大寺には、お寺自身に輪をかけて「古かった」仏様がおられます。「くろずんでいる」古いお堂ではなく、意外なことにコンクリート造りの近代的な釈迦堂に鎮座しているのですが…（本当は意外でも何でもなく、この仏像のために1970年代に新しくお堂を建てたのです。）

亀井勝一郎が「大和古寺風物詩」の中で「関東髄一の白鳳仏といはれる深大寺の釈迦如来坐像」と書いた白鳳仏です。亀井は続けて「深大寺は私のいえからさほど遠くないので、時折拝観することがあるが、ちやうど兄妹仏のやうな感じを受ける。香薬師が兄仏で、釈迦如来像は妹仏である。立像と坐像の差はあるが、面影が実によく似てゐるのには驚く。」と述べています。（ここで言う「香薬師」とは、奈良の新薬師寺の香薬師如来立像（こうやくしによらいゅうぞう）のことです。）奈良の香薬師は1943年何者かに盗まれて以来行方知れずで、（亀井流に言えば、兄に生き別れた妹である）深大寺の釈迦如来倚像（しゃかによらいいぞう：亀井さんは「坐像」とされましたが、正確には「倚像」といわれる、坐像の中でも椅子状の物に腰掛けた姿の特殊形）は、深大寺開基の天平時代よりもさらに昔、高松塚古墳の時代である白鳳時代に作られたもので、この仏像は戦前は国宝（今は重要文化財）でした。同じ天台宗でも寛永寺とは異なり、深大寺は徳川家との繋がりは薄いようですが、この釈迦堂の前にある灯籠には、「奉納 徳川二代将軍秀忠」の文字が刻まれています。

深大寺の基となった「深沙大王」とは、「西遊記」で三蔵法師を（初めは六度に亘り襲いかかって殺してしまったが、その度に生まれ変わった三蔵法師に終には弟子入りして）護った沙悟浄のこととされ、疫病を除き、悪事を遠ざける神通力を持った水神で、多聞天（たもんてん＝毘沙門天（びしゃもんてん）の化身とされています。多聞天というのは、仏神・四天王の一人（？）で、その眷属（けんぞく：ここでは、従者、使者のこと）の一つとされるのが、庚申塔に彫られていた青面金剛です。

深沙大王の神通力によってか、深大寺とその周辺

には水と水辺が一杯です。深沙大王堂の裏手にも湧き水の池があります。



この池を始め、現在の深大寺領

の中だけで8か所の湧水がありますが、元は30か所を超える湧水があり、この水は「水晶水」と呼ばれて村人に喜ばれていました。勿論境内の各所にある手水舎（ちやうずや）の水も湧き水です。

深大寺の御本尊は（西方極楽浄土の主たる）阿弥陀如来ですが、本来の御本尊とも言うべき（今では御住職だけが一生に一度しか拝めない秘仏で、満功上人自らの作とされる）深沙大王像は、60センチに満たない大きさなのに、全身を赤く染められ憤怒のお顔で首には蛇と髑髏（どくろ；三蔵法師のもの）とされています。）を巻いた鬼気迫る姿で強大な霊力を迸（ほとぼし）らせているそうです。そんな大王像ですが、その霊力を以ってしても避けられなかった災難がありました。

江戸時代までの神仏混淆（しんぶつこんこう）の時代、深大寺は深大寺村の総鎮守とされていた「深沙大王社」でもあり、甲州街道から深大寺への参道には幾つもの鳥居が連なっていたそうです。深沙大王像は、今より立派なお堂（というより、お社）で大切に祀られてきましたが、明治維新後の廃仏毀釈（はいぶつぎしゃく）の嵐に見舞われて（お寺の中にあるお社だというだけで）大王社は打ち壊され、深沙大王像は元三大師（がんざんだいし）堂への避難を余儀なくされました。鎮守社の朽ち果てたのを惜しんだ村人たちは、1902年、ここ深沙大王社跡地に「旧鎮守 深沙大王堂跡記念碑」を立てました。そして、雌伏百年という長い歳月の後（1968年になってようやく）再建された現在の深沙大王堂に大王像は安置されたのです。

開山時の深大寺は、満功上人が帰依した法相宗（ほっそうしゅう）でしたが、平安時代（860年頃）に宗旨を天台宗に変えました。

天台宗の総本山である比叡山延暦寺の中興の祖

と言われるのが慈恵大師良源(じえだいしりょうげん:912年-985年)ですが、大師は観音菩薩の化身とも言われる高僧で、命日が正月三日だったので、後の世に「元三大師(がんざんだいし)」として崇(あが)められました。意外に知られていませんが、彼は「おみくじ」というものの元祖とされている方です。その御遺志により、比叡山にあった大師の自刻像が991年に深大寺に遷座されて、それ以降の深大寺の信仰の中心になりました。と共に、深大寺のみならず(天台宗を挙げて)大師といえば開祖・伝教大師最澄(でんぎょうだいしさいちょう)よりも元三大師、と言われるまでになりました。

深大寺の元三大師堂は、深沙大王堂の東側(本堂の西側)にあります。大師像は秘仏となっていて、次の御開帳は18年先(2034年)まで待たねばなりません。その代り(という訳ではないかも知れませんが、)大師堂の前に大師の石像が立っていて、その大師像は「角大師(つのだいし)」と呼ばれる鬼の姿をしています。

角大師の絵は、昔は多くの家々の戸口に魔除けのお札として貼られていたもので、深大寺では今でも角大師のお守り札を作っています。大師が元三大師と呼ばれたのは亡くなられた後ですが、角大師は、984年に大師が疫病神(やくびょうがみ)を退治するために、自ら角の生えた骨ばかりの鬼に姿を変えた様子を弟子に写生させたところから始まったと謂われます。(大師の霊力には数々の伝説が残っていますが、特にこの疫病神の話が有名です。)

深大寺の公式サイトにはこう書かれています。「元三大師さまが角を生やしている御影は『角大師』として有名ですが、三十三体の元三大師さまが描かれている御影は意外に知られていません。この御影は古来、豆(魔滅(まめ))大師と呼ばれ、元三大師さまがあらゆる姿に身を変えて、私たちに襲いかかる『魔』を『滅』し尽くして下さるといふ、その広大な威力を表わしているものです。深大寺では豆まきの際に『鬼は外』とは言いません。これは元三大師さまが鬼の姿となって魔を降したという『鬼大師』の信仰があるからで、鬼といえども、ときに私たちに導く大いなる力となるからです。」そもそも深大寺縁起の深沙大王も憤怒の形相の鬼神の姿ですから、元三大師よりももっと古い昔から、この地の人々は「鬼といえども、ときに私たちに導く」ことを知っていたのではないのでしょうか?更に言えば、元三大師よりは、大分時代を下りますが、庚申塔の青

面金剛も鬼の姿です。

この元三大師の強力な疫病退治のお力を、ご近所の誼(よしみ)で当院にも分けて頂けると良いですね。そういえば、吉祥寺病院の患者さんの中にも毎年楽しみにしている方がおられる深大寺の「だるま市」は、春弥生、「厄除元三大師大祭」の日に立つのでした。

ところで、元三大師堂の縁側(?)の座布団の上には、木彫りの仏様が座っておられます。お寺の説明書きには、「賓頭盧尊者(びんずるそんじゃ) おびんずるさんは、インドの僧侶で医学的にも大変すぐれたお力をもっていました。大勢の病人を救ったところから、悪いところをなでると『病氣平癒』の靈験があると古くからいらわれています。」とありました。賓頭盧尊者は、本名をビンドラ・バラダージヤというブッダの高弟ですが、飲酒による失態でブッダの怒りを買って、こうしてお堂の外に追い出されてしまったといひます。日本のお寺では(東大寺や善光寺のものが有名ですが、ここ深大寺の尊者像も)「なで仏」として大変に親しまれています。「医学的にも」「すぐれたお力をもって」いた尊者御自身は医師ではありませんでしたが、医家の出身だったそうで、「大勢の病人を救った」ことといい、アルコール症(疑?)を患っていたことといい、私たちの精神科医療との御縁浅からぬ仏様と言えませんか?だからという訳でもありませんが、当院のOT散歩では、ここ深大寺にも足を伸ばします。

深大寺は、湧き水豊かな水のお寺です。北原白秋は、1938年にこの地を訪れて

深大寺 水多(さら)ならし 我が聴くに
早や涼しかる 滝の音ひびく

と詠っていますし、斎藤茂吉には、翌1939年に詠んだ

深大寺 湧ける泉のゆたけきを
我みにきたり たちていでよ

という歌があります。

そして20年を経た1960年頃、松本清張は深大寺門前の蕎麦屋の二階で小説「波の塔」を書き、その中に「寺は古かった。」と深大寺を登場させて、「湧き水が道の傍(はた)を音をたててこぼれていた。」とも書いています。

深大寺のそこかしこの水の姿には、泉や滝や川の姿の流れ水ばかりではなく、淀や池となって流れのない溜り水の所もあります。

湧き水の出づる様や、早瀬の流れる様、泡立つ様は、鴨長明の「方丈記」を思い起こすまでもなく、人の一生や浮き世の在り様を考えさせるものですが、静かな池の水面を眺めていると、荘子が「徳充符」（紀元前300年頃）で伝えている孔子の言葉「止水」（現代人は「明鏡」とセットにするのがお好きなようですが…）を思い出しませんか？

深大寺はまた（水の恵みに生まれたので当然かも知れませんが）森と草木のお寺でもあり、昔から（今

で言う）森林浴の効能もあったとみえて、1920年代には日本赤十字社が毎年夏に、この地で（「虚弱児」のために）「林間学校」を開いていたそうです。

深沙大王堂の裏の池の畔に立つと、今でも森と水のパワー（に満ちた空気）を肌で感じる事が出来ます。





地元自慢

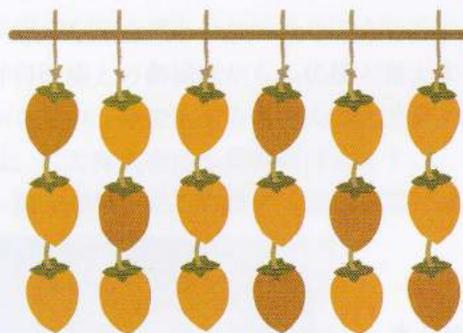
A3 看護師 上沼 賢司

地元自慢との事で地元、長野県高森町について紹介と合わせ書かせていただきます。

私の住んでいた高森町は、中央アルプスと南アルプスに囲まれ天竜川がその間を流れる信州伊那谷の南部天竜川の西岸に広がる自然に囲まれた美しい町です。っと書けば少しは響きも良いのですが自然を売りにするほど目立った場所もなく、住宅や田畑が広がり小さなお店はシャッターが目立ちます。買い物は地方の定番ジ●●コであり、コンビニまでは徒歩30分、コンビニの駐車場はフットサルが出来るくらい広い、よくある田舎といった町です。珍しいものと言えば、長野県の虫を食べる文化が残っており、お店にはイナゴ、ザザムシの佃煮、蜂の子の入った炊き込みご飯などが売られています。このような町にも唯一有名なものがあります。それは、[市田柿]という干し柿です。有名とはいってもあまり食卓に並ぶ事のないその分野ではとはなりますが、どうやら干し柿の生産量では日本最大との事です。

昨今、干し柿はノロウイルスに効くらしいと売りの一つになっているようですが、私はかかりましたが。

あまり自慢らしい事が挙げられていませんが、地元はどんな所か聞かれた際、虫を食べること、これといってアピール出来るところもなく特産品も地味であること、その地味であり自慢にならないところが私としては、楽しく語ることができ、愛着が持てる自慢の地元です。



日本精神科看護専門学術集会へ参加して

B1病棟 看護師 小川 愛実

2016年11月26日～11月27日新潟朱鷺メッセで開催された日本精神科看護専門学術集会へ参加させていただきました。

B1病棟で取り組んだ看護研究のテーマは、「**精神科入院患者の肥満について** ～積極的な介入を通しての意識と行動の変容」です。

患者様には、3ヶ月間で毎日の起床時・就寝時の体重測定でグラフ化してもらい、看護師サイドでは

食事療法・運動療法や週一回の看護面接の中で日々の生活習慣についての評価を実施していきました。積極的な看護介入を通し減量に成功した患者様もいたことから成果を得られました。

初めての外部での発表で緊張しましたが、沢山のことを学べたと思います。

スタッフの皆様、患者様にご協力と御支援に御礼申し上げます。

東精協学会に参加して

B2病棟 看護師 金子 健太

私は先日10月25日に行われた東精協の学会にて、昨年度の看護研究の内容についてのポスター発表をさせて頂きました。あの様な場で発表をするのも、ポスター発表をするのも初めての経験だったので非常に緊張しましたが、なんとか無事に終えることができました。

自身の発表以外の時間には他の参加者の方々の発表や、ランチョンセミナー、特別講演などを聞かせて頂きましたが、とても興味深い内容が多かったです。

看護研究として他の参加者の方々が取り組んだことと、その結果、考察を聞き、普段の業務や患者さんとの関わりの中でも使っていける内容が多くあ

り、非常に勉強になった1日でした。

新人の看護師はもちろんのこと、きっと実りのある場だと思いますので、職種や経験を問わずあの場合には足を運んでみることをおすすめしたいです。

私は今、今年度のメインとして現在看護研究に取り組んでいます。

吉祥寺病院では今年度にしかできない、9月1日より行われた夜間禁煙の開始についての研究に取り組んでいるので、来年度の学会でも発表をできれば、と考えています。

他の参加者の方の発表や講演を楽しみに、自身の研究に取り組んでいきたいと思っています。

セッション運営に役立つ聞き取り調査～メンバーの声を活用して～

B1病棟 看護師 本橋 勉

今回、私はSST普及協会主催の第21回学術集会に研究発表のため名古屋の国際会議場に行ってきました。

今回の研究は自分にとってSSTを勉強し直す良い機会となりました。

モジュールって何だっけ、技能領域とは？学習過程とは？SSTの初級・中級のテキストを引っ張り出しもう一度やり直しました。

師長さんや主任さんなどからアドバイスをもらいつつ修正に次ぐ修正の末に完成したのは発表4日前、焦る気持ちを抑えつつプレッシャーに潰されそうになる自分を発表終了後は、手羽先に櫃まぶし、ミソカツやてんむすが待っている、リラックス。と繰り返しながら会場にむかいました。

会場に入り緊張は最高潮まで高まっていました。発表が始まると時間はアツと言う間に過ぎ、もっと上手くやれたんじゃないか、と言う気持ちと、無事に終わって良かったという安堵の気持ちでいっぱいでした。

今回の研究を通して色々な人との出会いや色々なアドバイスを頂くことが出来ました。

この経験はとても貴重なものであり師長さんをはじめ助言を下された方々には心より感謝しています。



櫃まぶしのメニュー

初めての看護研究と学会発表

A4病棟 看護師 塚越 すみれ

はじまりは一昨年(2019年)の3月頃。師長から「看護研究をやってみない?」と勧められ、ついにこの時が来てしまったかと思いました。当時の私は「看護研究」を完全無欠の苦行であると認識していました。

足を踏み入れたら最後、1年間は頭を抱えてもがき苦しみ、研究発表の場では質疑応答という名の攻撃で木端微塵にされるのだと。しかし、実際はまったく違うものでした。約1年をかけて、先輩2人に導かれながら論文「急性期治療病棟で退院前訪問看護を実施した過程で生じる患者の体験と思い」は完成しました。

今振り返ると、手取り足取り教わり、かなり恵まれた環境で看護研究デビューをさせてもらったのだと思います。看護研究の時間をしっかり確保してくれた師長と病棟スタッフの皆に深く感謝しています。

そして昨年(2020年)の7月3日。滋賀県びわ湖ホールで開催された日本精神保健看護学会第26回学術集会に参加してきました。

ここで美しい琵琶湖の写真を添付できたら良かったのですが、1枚も撮っていません。会場に向かう

車の中で、大きな海のような水たまりが見えたのを微かに記憶しています。

徐々に緊張感が増し、トイレは近くなり、胃はキリキリし、私の豆腐メンタルがここぞと言わんばかりに実力を発揮していました。

学会2日目、口頭発表第8群で最初の発表者が私でした。いざマイクの前に立ち、名前と演題が読み上げられると足が震えました。なんとか平静を装い、大きなトラブルもなく無事発表は終わりました。恐れていた質疑応答に関しても、そこまで難しいものではありませんでした。

すべてが終わり、充実した日々を振り返って、達成感で満たされました。最初は不安と恐怖しかありませんでしたが、やってよかったと心から思えました。

恐らく、以前の私のように看護研究や学会発表の経験が無く、抵抗のある人も少なくないと思います。

これは4月に先輩から言われた言葉なのですが、「1回やってみて」と伝えたいです。意外に、ただの食わず嫌いかもしれません。



『味スタ6耐』、参戦しました!!

A4病棟 看護師 守田 亨 (吉祥寺病院 駅伝部)

『味スタ6耐』、と聞いて、ピンときた人は、結構なランニングマニアか、普段京王線を利用して『味スタ6耐』のポスターを見たことがある人かと思います。『味スタ6耐』というのは、正式名称「味の素スタジアム6時間耐久リレーマラソン」というランニングイベントの略称で…調布市内にある味の素スタジアムで、6時間リレーマラソンするというランニングイベントです。今回、去る11月5日、『味スタ6耐』に、我が吉祥寺病院駅伝部(非公認)で初参戦した時のことを、参戦したメンバーのコメントを交えながらレポートしたいと思います。

ところで、リレーマラソンというのは、ここ数年のランニングブームの再来と相まって、個人で参加するマラソン大会が盛んになる一方で、ランナー同士がチームを組み、襷を繋いでゴールを目指すリレーマラソンのことで、各地で多く開催されるようになりました。リレーマラソンには、1人で挑戦するマラソン競技とは違って、仲間との繋がりが実感できることが魅力で、かなり人気になっています。

それでは、どれくらいのチームが参加しているかというところ…『味スタ6耐』では、6時間耐久部門だけでも845チーム、42.195km部門も加えらるとなんと1648チームが参戦しています!! 1チームあたりの人数は、2~10名とまちまちなので、正確な数はわかりませんが、およそ一万数千のランナーと、それを応援する人たちが集まっているので、ランニング系でも一大イベントになっていることがわかります。

6時間耐久というのは、スタート時間の10時から終了する時間16時までを、一周2キロのコースを周回しながら、襷を繋いでいきます。6時間となると長丁場なので、走らない時間は、思い思いに自分の出番待ちをしながら過ごし…もちろんお腹も空くのでフードエリアで美味しいモノを買って食べて、そして今回の待ち時間のブームは、なぜかジェンガでした(笑)。

ジェンガ持ってきてくれたY



師長さん、ありがとうございました。

そして、実際のところ、6時間でどれくらい走れたかというところ…31周、62.195kmを走破しました。ちなみに6時間耐久部門の845

チーム中では、666位、ちなみに1位のチームは49周、98.195km。まあこの結果をどのように取るかは、この後の参戦メンバーのコメントから感じてもらえたらいいのかなと思います。



今回の『味スタ6耐』には、吉祥寺病院駅伝部の先鋭部隊?!で臨みましたが、その8名は、医師から病棟や訪問の看護師、精神保健福祉士など、管理職からスタッフまでと、当院のチーム医療を象徴する多職種での参戦でした。参戦した部員の感想も様々で、「他の部署の人と絡めて凄く楽しかった」、「次の人が見つけられなくて2周したけど…後で考えてみると、それもまた楽しかったかな」、「待ち時間のジェンガが意外と楽しかった」、「2kmは、アツという間で、もっと長い距離を走れるようになりたい」、「風邪を引いて練習があまりできなかったから、次は体調を整えて頑張りたい」、「また来年も参戦してみたい」、「次はマラソンにもチャレンジしたい」などというモノで、それぞれが思い思いに参加しているのが、吉祥寺病院駅伝部のありようで、ひいてはアットホームな吉祥寺病院を象徴しているように思います。

そして最後になりましたが、残念ながら、当日調整がつかず参戦できなかった、某医療機関のSさん、次回は是非ともご一緒できたらと思っていますので、今後ともよろしくお祈りします。ということで、吉祥寺病院駅伝部は、他の医療機関との連携?しながら、活動しておりますので、我こそは!というランニングマニアな方、是非是非ご一報ください。

新しい仲間を
ご紹介!

新人紹介コーナー

HS

A4病棟担当相談員 PSW

- ① 長野県
- ② 綺麗で明るい
- ③ 日々努力
- ④ 自転車

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28年度 吉祥寺病院行事予定

1月

行事関係

13日(金) レク(初詣)
14日(土) ファミリーサポートセミナー
21日(土) 家族会

研修関係(予定)

看護研修(チーム力を高める2-②)
看護研修(患者の思い実践編)
看護研修(プリセプター⑦、プリセプティ⑦)
看護研修(CVPPP アドバンスコース6)
看護研修(2年目)
院内教育研修(行動制限最小化研修)
院内教育研修(臨床セミナー)

2月

行事関係

1日(水) 職員健康診断~2/9(木)
4日(土) ファミリーサポートセミナー
18日(土) 喫茶カトレア・家族会
25日(土) 家族教室

研修関係(予定)

看護事例検討会
看護研修(プリセプティ⑧、プリセプター⑧)
看護助手研修会
看護研究発表会
院内教育研修(院内研究発表実践報告会)

3月

行事関係

4日(土) 喫茶カトレア
11日(土) ファミリーサポートセミナー
18日(土) 家族会

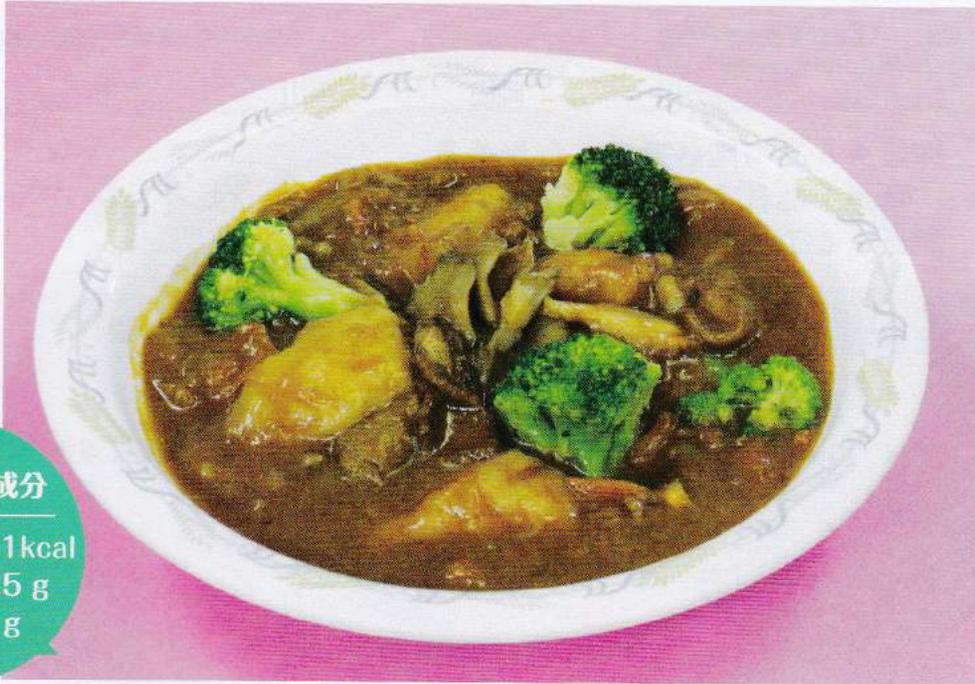
研修関係(予定)

看護研修(29年度プリセプター キックオフ)
看護研修(29年度プリセプター①)
看護研修(患者の思い実践編)
院内教育研修(院外研修報告)



当院のおすすめ
メニュー

きのこ入りビーフシチュー



1人分栄養成分

エネルギー 251kcal
タンパク 9.5g
塩分 1.6g

材料 (2人分)

牛こま肉	60g
じゃがいも	2個
しいたけ	2枚
にんじん	小1/2本
まいたけ	40g
たまねぎ	1個
ブロッコリー	60g
サラダ油	小さじ1
デミグラスソース	大さじ2
ケチャップ	大さじ2
ウスターソース	小さじ2/3
小麦粉	大さじ2
塩	少々
化学調味料	少々

※きのこは、お好みで好きな物をお選び下さい

作り方

- ① じゃがいもは一口大、人参はいちょうに切る
- ② しいたけはいしづきを取り、たんざくに切る
- ③ まいたけはいしづきを取りほぐしておく
- ④ たまねぎはたんざくに切る
- ⑤ ブロッコリーは茹でしておく
- ⑥ 鍋にサラダ油を入れ、牛肉を炒めて火が通ったら、玉ねぎ、にんじんをいれて炒める
- ⑦ さらにじゃがいもを入れ炒めて材料がかぶる位の水をいれて煮る
- ⑧ 煮立ったらしいたけ、まいたけを加え、Aの調味料を入れて弱火で10分程煮る
- ⑨ ふるいにかけて小麦粉をいれてとろみを出す
- ⑩ 化学調味料と塩を入れて味を調える
- ⑪ 盛り付けの時にブロッコリーを添える

まいたけの栄養について

まいたけは歯ごたえも良く、だしも良く出るおいしいきのこです。疲労回復に役立つビタミンB1、エルゴステロールという細胞膜を構成する物質が含まれていて、紫外線に当たるとビタミンDになり骨や歯を丈夫にしてくれます。動脈硬化を予防しストレスをやわらげる働きのある、パントテン酸も含まれています。最近の研究では、ガンの予防にも役立つと言われてています。



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 (隔週)	原藤 / 水落
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	田澤	西岡	西岡
診察室 (4)	森 / 森 (栄)	岡田 / 浅野	森 / 森 (栄)	浅野	森	森
診察室 (5)	齊藤 / 周東	山室 / 市川 (弓)	山室 / 高岡	鶴殿 / 山室	周東 / 浅野	初瀬 / 山室
診察室 (6)	土井	土井 / 浅野	西山 / 初瀬	土井	岡田 / 土井	西山

受付時間

- 月~金 午前 9時~11時 (初診・再診)
午後 1時~ 3時 (初診)
- 土 午前 9時~11時



調布市深大寺北町 4-17-1

編集後記

明けましておめでとうございます。昨年は年明け早々から雪にたたられ、毎週のように雪掻きをしていた思いがあります。11月には50数年ぶりの降雪となり、もう雪掻きかと肝を冷やしました。地震や台風などの自然災害にも甚大な被害があった1年でした。被害に遭われた方々には、1日でも早い日常生活をお祈りいたします。今年は酉年。飛躍の年とも言われていますが、様々な出来事があった干支でもあります。心落ち着かせる、穏やかな1年であります様に。

(S)

あけましておめでとうございます。やっと冬らしく、寒くなったので寝正月になること間違いなしのふじです。今年はどうな年になるでしょうか？今年もよろしくお願い致します。

(ふじ)