じ ん だ い

第70号
2023.1.31 (火)
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
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

出初式

Contents

新年度のご挨拶……1
新年度のご挨拶……3
新年によせて……4
本能寺からお玉ヶ池へ ～その⑭～ ……5
部署紹介……8
私の趣味紹介…… 10
当院のおすすめメニュー…… 12
巻頭写真募集…… 13
外来担当表 / 当院略図 / 編集後記 …… 15

新年度のご挨拶

院長　塚本 一

明けましておめでとうございます。

昨年もいろいろな事があった1年でした。昨年2月にロシアが突然ウクライナに侵攻し戦争となりました。大国による突然の侵攻は台湾問題を身近にひかえている日本にとっては大きな脅威です。隣国中国は一帯一路政策、南海への軍事的侵出など膨張政策を続けており、日本も他人事ではなく、いつ自分の身に降りかかるかとの不安が強まる年明けでした。

コロナ禍は3年目となりますが、なかなか先が見えず第7波、第8波では吉祥寺病院や老健施設花水木でもクラスターとなりました。病院や施設では毎週全職員にPCR検査か抗原検査を施行していますが、それでもなかなか感染拡大を止められない状態です。子供から母親に感染が広がる家庭内感染が目立ち、オミクロン株になってからは感染力が強くなったのと同時に重症化は減少した印象です。しかし基礎疾患があったり高齢者の場合、専門病院へ転院が必要な方もいらっしゃいました。病院の修理、保守においてもロシア・ウクライナ戦争とコロナ禍のため物資の流通が滞り、必要な改修や修理も半年以上待たされています。

日本国民にとってもっとも嬉しかったニュースは、サッカーのワールドカップカタール大会で日本代表がドイツ・スペインを破り首位で決勝トーナメントに進めたことだと思います。大会初戦のドイツ戦で2-1と逆転勝利し盛り上がったところ、第2戦コスタリカ戦ではボールをコントロールしている時間は長かったものの、0-1で負けてしまいました。第3戦スペイン戦ではドイツ戦同様に後半で逆転し2-1で勝利しました。2大会連続で決勝トーナメントに進め、優勝経験のある欧州の強豪2カ国を撃破しての首位通過でした。日本人サポーターのスタンドでのゴミ拾いもまた注目を集め、「チームがピッチでのパフォーマンスで皆を驚かせた一方で、日本のファンはピッチ外での振る舞いで全ての人の心を掴んだ」と称賛されました。決勝トーナメントでは1回戦クロアチアとはPK戦までもつれましたが破れ、目標としていたベスト8はわずかにかないませんでした。

しかしサッカー日本代表の活躍で日本中がおおいに沸き立ち、勇気と誇りをもらったと思います。

昨年1年間でもっとも大きく心に残り悲しかったニュースは、7月8日第26回参院選の選挙応援演説中に安倍元首相が凶弾に倒れ亡くなった事です。安倍元首相は愛国者でありすぐれた調整者でもありました。カナダG7サミットでアメリカのトランプ大統領とドイツのメルケル首相が激しく対立した際も、敵・味方をつくるのではなく、間に入り決裂ではなく対話が続けられる状況へと導きました。そのためトランプ大統領・メルケル首相両方から絶大な信頼を得て、歴代の首相では成し得なかったG7のセンターを仕切る政治家となりました。

安倍元首相はアメリカでは民主党、共和党両方の大統領とも良好な関係を築き、安倍元首相が凶弾に倒れた翌日からアメリカ全土で3日間、高校や警察署など公共の建物全てで半旗が掲揚されました。アメリカが外国の要人の死亡に対して半旗で追悼の意を示したことは、今まで南アフリカ元大統領ネルソン・マンデラやローマ教皇ヨハネ・パウロ二世、イスラエル首相イツハク・ラビンなど4~5人しかありません。半旗掲揚については非常に厳格な決まりがあって、国内では現役の大統領、副大統領もしくは下院議員が亡くなった時だけです。『TIME』の特集では「安倍晋三は日本のみならず、世界的に活躍できた最強の国際的リーダーの1人だった。世界で日本の役割を建設的に拡大するために貢献した唯一の首相である。それこそが安倍氏が残したレガシーである」とまとめています。8年8ヶ月首相を務め歴代一位というだけではなく、世界からもっとも信頼されていた人を亡くした事は日本にとって大きな損失であり、残念でしかありません。

吉祥寺病院に目を向けますと、電子カルテの導入とA2病棟の個室化工事がもっとも大きな出来事でした。電子カルテの導入については、10年以上前から検討していました。医局や看護部からも電子カルテの導入を要望されてきましたが、当院規模の病院が電子カルテを導入すると初期投資費用として1億円程がかかります。それに加え、毎年ランニング費用として保守・運用等の経費が2千万円程かかります。これらは診療報酬には反映されず、全て持ち出しとなってしまいます。

職員には電子カルテ導入より患者さんや職員の安全を守るため耐震工事の方が先と話し、電子カルテの導入を先延ばししてきましたが、全ての病院建物の耐震化が終了してしまいました。

私が小さい頃は電話といえばダイヤル式の黒電話でしたが、時代が進みポケットベルから携帯電話、携帯電話からスマートフォンとどんどんデジタル化が進み、利便性が向上しその速度も年々早くなっています。時代の要請として電子カルテの導入もやむなしと決め、昨年導入し今年4月から稼働予定です。

A2病棟の個室化工事はA2病棟全体の50%以上を個室にするために始めました。A病棟は新築時より将来ほとんど全ての病室を個室へ改装できるよう考えて建てました。A4病棟も4床室を4つの個室へ改装し救急急性期病棟へ変更しましたが、今回は4床室3部屋を2床室2部屋と個室8部屋に改装します。非同意入院率やクロザピン使用実績等いろいろな問題はありますが、将来A2病棟も救急急性期病棟への変更を考えています。個室化工事は今年1月末終了予定です。

今年は夜間休日の救急入院の受け入れを強化し、m-ECT治療の導入を考えています。専門医の基幹施設になってから毎年専攻医が入局し、医局も充実し入院への対応能力も向上しています。夜間・休日の緊急入院を強化するため、指定医のバックアップ体制や当直看護師の配置等いろいろ解決しなければなりません。また医師の働き方改革も始まるため、それに合わせての体制作りも昨年から導入しつつあります。

令和5年度の吉祥寺病院の目標は「つながりを強化し、質の高い医療を目指そう!」です。今年も宜しくお願いいたします。

新年度のご挨拶

看護部長　吉田 智世子

新年、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いいたします。

さて、昨年を振り返りますと、まずは前年に続きcovid-19感染症に振り回された1年でした。1月のA2病棟から始まり、12月のB3病棟まで、4月 -6月と10月を除く月で、総じて全病棟から感染者の発生がありました。感染拡大しやすい変異株の特性と患者様の特性上、患者間での感染拡大は中々防ぎようがありませんが、印象としては、スタッフも良い意味で慣れてきて、ゾーニングやPPEの着脱など感染対応がスムーズにできるようになっており、後半は、A棟では感染者の拡大が抑えられ、B棟では一気に感染者が拡大しても最短で収束できるようになりました。実際クラスター化してしまった病棟のスタッフの感染者はほとんど居らず、逼迫した状態にならずに病棟業務を行えたことが幸いでした。そうはいっても、8月の猛暑の中のPPE着用の業務は想像を絶する状況であり、その中で1か月半業務をしていただいたB1病棟のスタッフには頭が下がる思いでいっぱいです。今後は渡航制限が解除され、海外からの更なる変異株の流入により、まだまだ世界的な収束は望めませんが、今までの経験で培ってきたことが次の事態に活かせるようにしていければと思っております。

次にあげられるのが、A2病棟の救急急性期病棟への移行に伴う準備についてです。今までの急性期治療病棟から救急急性期病棟に移行するためには個室を病床数の半数以上にする必要があり、10月より個室化工事が始まりました。それと並行して、救急急性期の基準に合わせた実績を積む必要がありました。急性期治療病棟の基準であるクロザリル治療の患者様の対応を行いながら、非同意入院の患者様をできるだけ多く受け入れる必要があり、工事やcovid-19感染者が発生した慌ただしい中で、相談室との入院受け入れ調整や他病棟とも調整しながら、安全に病棟業務を行いながら病棟スタッフが一丸となり取り組んでくれました。1月中には工事も終了し、準備が整い次第申請ができる予定です。今後はA2病棟とA4病棟の2病棟を救急急性期病棟として運営するにあたり、今まで以上に他病棟、他部署と連携していく必要があります。病院全体で取り組んでいけるように、ご協力をお願いいたします。

そして、3つ目は同期会の開催です。今年度の目標が「つながりを大切にして選ばれる病院になろう！」でした。この2年はコロナ禍であり、各部署での新入職スタッフの歓迎会はもちろんのこと、親睦会や部署を越えて交流の機会となっていた納涼会や病院忘年会も行うことができず、コミュニケーション不足も否めませんでした。そこで、今年度の新採用者、2年目、3年目のスタッフの同期会を行いました。コロナ禍でなければ、プライベートな時間で親睦会等を開催して親交を深めるのが良いのでしょうが、今回は勤務時間内の短時間であったこともあり、十分な親睦は図れなかったかもしれません。実施後のアンケートには「同期の人を知ることができてよかった」という意見もありました。これを機に同期とのつながりを深めて、部署では話せないことを話したり、お互いの成長を語り合う機会を作っていただけたら良いと思います。

4つ目は電子カルテ導入に向けた準備です。10月18日にキックオフ会議を行った後、各部署へのヒアリング、マスターチェック、マスターの作成、部署の担当者への操作説明と順調に進んできました。今後は、各部署担当者がスタッフに操作説明を行い、使い方に慣れていただきます。使っていくことでスムーズに操作できるようになると思うので、苦手意識のある方はなるべく多く触って、導入開始に備えてください。また、運用における細かい取り決めは今後も継続して検討していきます。今までのやり方とは変わるところも多いと思いますが、みんなで協力して作り上げていきたいです。

個人的には、11月に行われたサッカーワールドカップで日本代表が強豪国相手に善戦し、ドイツ、スペインに勝ってグループリーグを突破したことが、昨年一番の興奮した出来事でした。強豪国に勝ったこともそうですが、一人一人が自分の役割を果たした結果、チームとして勝利し、その後も勝ち進めるのではないかとワクワクさせてくれました。当院も今年新しいことが始まるにあたり、よりつながりを強化して同じ方向を向いていくことが必要になります。私たちも、一人一人の役割をきちんと果たすことで結果につながっていけるように、今まで以上にコミュニケーションをとって取り組んでいきたいと思いますので、よろしくお願いいたします。

新年によせて

事務長　根岸 麻矢

新年あけましておめでとうございます。

昨年も新型コロナ感染症に振り回される1年でした。昨年５月に新型コロナ感染症の緊急事態宣言が終了し、コロナもひと段落かと思われていました。ちょうどそのころ、当院が忘年会会場として毎年使用していたホテルが別のホテルとして10月にオープンするという情報がはいりました。今年こそ忘年会を開催できるだろうと思い、オープン前８月に予約をした矢先、一病棟でクラスターとなりました。クラスターとなった病棟の職員は猛暑の中、完全装備で日々業務を遂行していました。それがどんなに大変なことか。やりがいを持って働けるための環境づくりの一環として、職員のためのイベント開催は必須だと感じました。10月には厚労省が屋外でのマスク不要を推奨するなど、やっと収束に向かうのかと思いきや10月から地域の保育園や学校でコロナに感染したお子さんが増加しました。どんなに対策していても無症状の人がいる以上家族にも感染しますし、職員への影響もチラホラ出始めていたため、やむなく会場をキャンセルすることにしました。今年も忘年会はできないのであれば、代わりになるものは何だろうと考えました。「つながりをもって選ばれる病院になろう」という今年度の目標にもとづき、職員間のつながりを深められるイベントとして職場単位での食事会を開催することにしました。ちょうど当院の近隣に、個室を兼ね備えた和食のコース料理を提供しているお店があります。この店ならば、業務終了後２時間ほど残業する程度の感覚で気軽に参加でき、なおかつ個室で職場の仲間と思いっきり食べ飲み、１年間のストレスも発散していただける非日常を提供できます。しかし、店長さんと段取りをしていた矢先、コロナ感染症は猛威を振るい当院では２病棟がクラスターとなり、食事会もキャンセルせざるを得なくなりました。

すでに11月、準備の時間もない状況で残されたのは２年前に開催した「高級弁当を食べよう」企画と「豪華賞品が当たるくじ引き」企画でした。コロナが流行った初年度は、職員の慰労とコミュニケーション手段として「名案だ」と思い開催した企画でしたが、今回は急遽開催でした。この時私はおそらく意気消沈状態だったのだと思います。ところが、イベント主催者である「企画運営会議Ｃチーム」の手伝いとしてくじ引き企画を任されてくれた医事課の職員２名が、私を叱咤するごとく素晴らしい働きをしてくれました。その２名の職員は、各職場に欲しい賞品のアンケートを取り、その中から順位を付けて賞品を決め購入してくれました。レセプト処理の大変な時期の合間を縫ってそれらを迅速にやってくれたのです。さらに脱帽するのは、職員がワクワクして盛り上がれるよう目玉賞品を用意してくれたことです。それが特賞のプレイステーション５でした。ご存知のように手に入れたくても手に入らない品物です。これを購入するために情報を収集し、とある店に時々少数ですが売りに出していると知ると休みの日に足しげく通い購入したのです。この二人の魔法使いのおかげで今年のイベントも大盛況となりました。

私が感動したのは、職員個々が全職員の笑顔のために全力で動いてくれたことです。職員皆がお互いのために働いている、そんな当院を誇らしく思えるできごとでした。

今年の目標は、「つながりを強化して医療の質を高めよう」です。「つながり」は患者様、ご家族、協力機関、近隣など重要ですが、職員とのつながりも大切です。今年こそコロナが収束し、職員間のつながりをさらに強固なものにできるよう職場環境をより良いものにしていきたいと思いますので、本年もよろしくお願いいたします。

本能寺からお玉ヶ池へ ～その⑭～

医局　西岡　暁

あたらしき命がもとに　白雪のふぶくがなかに　年をむかふる
(斎藤茂吉)

医局　西岡　暁

「じんだい」読者の皆様、あけましておめでとうございます。この「本能寺からお玉ヶ池へ」の道行も、お蔭様で早や4度目の正月を迎えることが出来ました。

読者の皆々様には、この年が麗しく稔り豊かな年になりますように！

［16］ 巣鴨

明智光秀末裔にして「お玉ヶ池種痘所」の発起人である三宅艮斎の長男・三宅秀が、「お玉ヶ池種痘所」が源流の東京大学医学部の最初の学部長に就いた1881年(明治14年)に送り出した卒業生は30名です。その中には中浜東一郎(= ジョン万次郎の長男)や森林太郎(= 鷗外)、緒方収二郎(緒方洪庵の六男。鷗外の「雁」の「岡田」のモデル。)等がいました。

森、中浜に比べれば知名度は劣るかも知れませんが、同級生には佐藤佐(1857~1919)もいます。佐倉藩士の三男・井上虎三が、東大医学部に入学して佐藤尚中(順天堂第二代堂主;1827~1882)の婿養子になっ(たので三宅秀の義弟になります。)て貰ったのが「佐藤佐」の名前です。佐の妻になったのは尚中の三女・楽で、佐は、実子を入れると尚中の五男にあたります。尚中は、1869年大学東校の校長に就任しますが、大学東校は後に「東京大学医学部」になりますので、東大医学部公式サイトは尚中を「第7代東大医学部長」(三宅秀は、第14代)に挙げています。

(虎三改め)佐は東大を卒業すると直ぐにドイツ、オーストリアに留学し、帰国後は義父・佐藤尚中が東京・下谷練塀小路(現・千代田区練塀町)に開いた順天堂医院の副院長になりました。その順天堂は開院2年で本郷の現在地に移転します。

ところで、佐藤尚中には佐に先んじて婿養子にした人がいます。常陸国太田村(現・茨城県常陸太田市)出身の高和東之助は、ヨネビシ醤油という商家の長男でしたが、佐倉順天堂で学んで医師になり、1867年に尚中の長女・志津と結婚して尚中の婿養子・佐藤進(1845~1921)になったのです。戊辰戦争にあっては、佐藤進は官軍病院の頭取(= 院長)として参戦しますが、養父尚中の義弟松本良順は幕府軍軍医でしたから、(義理のとは言え)叔父甥が敵同士になるという過酷な運命が待っていたのです。佐藤進は、1869年に明治政府の「旅券第一号」を得てドイツのベルリン大学に留学し、アジア人として初めて同大学を卒業すると、帰国後に3代目の順天堂堂主となりました。

佐藤尚中の次女・藤は、三宅秀の妻になりました。

1868年に父・三宅艮斎が死去した時、長男・秀は加賀藩に奉職して金沢に居ましたので、秀の母・遊亀は「家は女ばかりで物騒なので、娘(= 秀の妹・峯)を嫁に貰って三宅家に入り、艮斎の診療を引き継いで欲しい。」と、(妻を亡くしたばかりの)佐々木東洋(1839~1918)に頼み込んで事実上の婿入りをして貰いました。江戸・本所の医師・佐々木震沢の長男・佐々木東洋は、佐倉順天堂で学んだ後長崎で佐藤尚中と共にポンペに学び、「医は仁術」を体現する蘭方医です。後に東京府病院副院長、東京医学校病院長、脚気病院医長を経て神田駿河台に杏雲堂医院(現・杏雲堂病院)を開院します。

三宅秀の長男・鑛一(1876~1954)は、東京帝国大学医学部を卒業してウィーン大学、ミュンヘン大学に留学し、エミール・クレペリン(1856~1926)とアロイス・アルツハイマー(1864~1915)の下で学び、帰国後巣鴨病院副院長を経て1925年(大正14年)からは呉秀三の次(第3代)の東京帝国大学医学部精神病学教授になり、1936年(昭和11年)には「東京帝国大学脳研究室」(現・大学院医学系研究科脳神経医学専攻)を開設しました。

正岡子規(1867~1902)の従弟(母の妹の子)・藤野古白(本名・藤野潔。俳人 & 作家。1871~1895)は、18歳の時精神疾患を患って開院したばかりの(東京府癲狂院改め)巣鴨病院に入院したことがあります。

ゆずり葉に　こは年玉の　霰哉　(藤野古白)

三宅鑛一の長男・仁(1908~1969)は、東大医学部病理学教授になり、肝硬変の「三宅分類」や、(唯一の被爆国なので当然ではありますが、)世界初の原爆症患者の病理解剖、といった業績を遺しています。三宅仁は艮斎の曾孫ですから、休庵に始まる医家・三宅家の7代目にあたります。ところで、[8]で紹介した「艮斎は、東京大学医学部開基の大功労者」という金子準二の言葉には続きがあります。「三宅家は、…しばしば模範的優良血統として紹介されたが、…直系三代が、東大教授、それも同学部の教授になったは、三宅家以外にはいまだない。」 このことは、(「本能寺の変」に続く「山崎の戦」で滅ぼされた後、生きのびた者も400年の永きに亘る苦難の歴史を背負って来た)明智一族にとってどんなに喜ばしいことか、測り知れないものがあります。

屈まりて　脳の切片を染めながら　通草のはなを
おもふなりけり　(斎藤茂吉)

この歌の作者・斎藤茂吉は、エッセイ「作歌四十年」にこう書いています。

「これは東京府巣鴨病院研究室(東京帝国大学医学部精神病学教室)内の歌で、指導者は呉秀三、助教授三宅鉱一の二先生で、そのほかに数人の先輩がいた。医員としての用務を済ませ、暇があれば病脳を切片にし、それをいろいろの方法で染色して、その標本をば顕微鏡でのぞくのであった。　…『通草のはなをおもふなりけり』は、少年の頃に親しんだ、黒味がかった紫色の通草の花をふと思出す、聯想するというのである…」

茂吉が巣鴨病院の研究室で「病脳を切片にし、それをいろいろの方法で染色」した物の中、呉秀三がドイツ留学中に発案者のフランツ・ニッスル(1860~1919)から直接学んだ「ニッスル染色法」を使って紫色に染められたニューロンを見て、「少年の頃に親しんだ」故郷・金瓶村(現・山形県上山市金瓶)のアケビの花を懐かしく想い出して詠ったというのがこの歌です。茂吉は後に「呉先生が来られて手づからニッスル染色法を教えられた」と書いていますが、この染色法は、発明から120年以上経った今でも立派に使われています。ニッスルは、エミール・クレペリンの次々代のハイデルベルグ大学医学部精神医学教授ですが、医学生時代はミュンヘン大学医学部で学びました。当時のミュンヘン大学の精神医学教授は、教授時代の業績よりも(ノイシュバンシュタイン城の)バイエルン国王ルードヴィヒ2世と心中(?　他殺説もあり。)したことで有名なベルンハルト・フォン・グッデンです。そして、アロイス・アルツハイマー(ミュンヘン大学ではなくヴェルツブルグ大学卒業。)は、ニッスルの親友でした。

斎藤茂吉は、1910年(明治43年)に東京帝国大学医科大学(現・東大医学部)を卒業すると巣鴨駕籠町(現・文京区本駒込2丁目)の東京府巣鴨病院(現・都立松沢病院)の医員になりました。茂吉が「東京府巣鴨病院研究室(東京帝国大学精神病学教室)内の歌で、指導者は呉秀三、助教授三宅鉱一の二先生」と書いたその医局の「指導者は呉秀三」なのでしたが、呉秀三は、「お玉ヶ池種痘所」の発起人(の一人)で広島藩医の呉黄石の三男として江戸・青山の広島藩下屋敷(現在表参道ヒルズの建つ処)で生まれました。

東京府巣鴨病院(兼　東京帝国大学精神病学教室)

「助教授三宅鉱一」とは、同じくお玉ヶ池種痘所の発起人(の一人)・三宅艮斎の孫・鑛一のことです。また、「巣鴨病院研究室(東京帝国大学精神病学教室)」とあるのは、東京帝国大学医学部精神病学教室の発足当時帝大病院の中に精神科病室は設けられず、東京府巣鴨病院が東京帝国大学附属病院の精神科病室を兼ねていたからです。1879年(明治5年)開院の東京府癲狂院が1881年に本郷・向ヶ丘に、1886年には巣鴨駕籠町に移転した後、1889年(明治22年)に改名して「東京府巣鴨病院」となったのです　が、今述べたように巣鴨病院は東京帝国大学附属病院精神科の役も担いましたので、初代院長は東京帝国大学精神病学初代教授・榊 俶(1857~1897)が兼任しました。

斎藤茂吉の巣鴨病院での「数人の先輩」の一人に石田昇(1875~1940)がいます。東京帝国大学卒業の石田昇は、長崎医学専門学校(現・長崎大学医学部)精神病学初代教授ですが、エミール・クレペリンの「早発性痴呆」をオイゲン・ブロイラー(1857~1939)がアップデートしてSchizophrenieとしたのを「精神分裂病」(現・統合失調症)と翻訳して日本に導入した人(皮肉にも(?)自身も留学中に発症し、同僚医師を殺害してアメリカで服役後強制入院、日本に送還され(巣鴨病院の後身)松沢病院に転入院した後退院出来ないまま死亡。)です。石田がジョンズ・ホプキンス大学に留学した後、長崎医専の第二代精神病学教授に就いたのは、後輩・斎藤茂吉です。茂吉は赴任する前の1917年11月、長崎を訪れて石田から引継ぎを受けました。長崎医専教授を4年間務めた後、ウイーン大学、ミュンヘン大学に留学した茂吉は、帰国後1926年(昭和元年)からは(養父・斎藤紀一が1907年に開院した)青山脳病院の院長を務め、戦後の1953年に心臓喘息のため逝去しました。享年71。その死の翌日、茂吉の病理解剖を執刀したのは、東京大学の病理学教授だった三宅仁です。解剖の後茂吉の脳は、医学部標本室に(切片ではなく、丸ごと)保存され、今でもその場所に鎮座しています。

三宅仁の父・鑛一が東大医学部を退官して脳研究室を開設した頃、巣鴨病院時代の後輩・斎藤茂吉について語った次の言葉を、甥(妹の次男)の三浦義彰(当時東大医学部学生、後に千葉大学医学部生化学教授。1915~2010)が聞いています。

「私たちの名前はじきに世間から忘れられるが、茂吉の歌は世に残るよ。」

その「茂吉の歌」をもう一首。これも精神科医療とアケビを詠んだ歌です。どんな花にも(三宅鑛一の先祖・明智岸の妹・ガラシャが辞世に詠んだ)「散りぬべき時」があるとは言え、「散らふかなしみ」もまた降り止むことはないのでしょう。

としわかき狂人守りのかなしみは　通草の花の
散らふかなしみ　(斎藤茂吉)

【訂正】前回の地名・西岡の読みは、「にしのおか」です。「にしおか」ではありません。

三宅鉱一

三宅仁

部署紹介

●外来

外来は少人数チームで現在看護師5名（内産休1名）、看護助手1名です。外来といっても中材業務、検査技師不在時の代行業務と多岐に渡っているため、煩雑な業務になっています。電話対応も多く新患の問合せ、予約変更、患者さんからの相談、地域支援者から問い合わせや相談など受けております。また当院の外来に繋がる入院患者さんのケースカンファレンスや外来での地域カンファレンスにも参加し在宅支援として関わっています。電子カルテ導入に伴いかなりのシステム変更が予想されますので、今後の周知にどうぞご協力ください。

●訪問看護室

どうもはじめまして訪問看護室です。訪問看護室は現在、看護師6名、作業療法士1名、精神保健福祉士1名の8名が在籍する小さな部署です。文字通り、訪問看護を業務としていますが、対象者に関わること全般のサポートを行っています。現在の訪問の対象者数は、160名程度です。また何処へでも訪問している訳ではなく、訪問範囲は、当院から半径6km圏内、調布市を中心に、三鷹市や狛江市、武蔵野市、また小金井市や府中市、国分寺市の一部もカバーしています。

●デイケア

今回の部署紹介は、「デイケア・ナイトケア室」になります。そのなかの日中に行っているデイケアについてご紹介いたします。当院のデイケアは、目的別に大きく3つのプログラムに分け運営しております。各プログラムとも特徴があり今回は担当しているスタッフからリレー形式でご紹介していきます。少しでも皆さんに知っていただければ幸いです。

それでは、看護師の山本由紀より「のんびりリカバリーデイケア」のご紹介を致します。

のんびりリカバリーデイケアは、安定した地域生活・日中の活動の場を目的としています。個別活動では革細工・プラ板・塗り絵・編み物・和紙工芸・けん玉など様々な活動をしております。興味のある事を自分のペースでのんびりと進めていきます。グループ活動では貼り絵・ゲーム・園芸・卓球・散歩・クリスマス会などのイベントを通じ、仲間との交流を楽しみながら行い、活動性の向上につなげることが出来ます。特に力を入れて制作している貼り絵は、外来の待合室に展示しています。ぜひともご覧ください!!

そして、のんびりリカバリーデイケアでは、話し相手が欲しい、生活のちょっとした困りごとを相談したい、外出する機会が欲しい、家族と距離を取りたい、人と話すのは苦手だけど社会とつながっていたいなどの希望を持っている方を募集しております。ぜひ気軽にご相談ください。少しづつ自信をつけ夢に向かってステップアップを目指していきましょう！

続いては、精神保健福祉士の船木麻衣より「HUDC（ホップアップデイケア）」のご紹介を致します。

HUDCは、就労や復学を目指している、同じ想いを持った仲間と準備をしていく場です。8種類ある委員会や係から1人1つ役割を担い、協力しながらグループで活動しているのが特徴です。日々のプログラムや各種イベントなどは、月に一度のプログラムミーティングで担当のメンバーを中心に皆で話し合って決め、それぞれの運営もメンバー主体で行っています。

具体的なプログラムは、新聞制作や係活動、買い出し、音楽鑑賞、ヨガ、空手などがあります。新聞制作では、メンバーで話し合い、テーマ決めから文章作成、レイアウト、発行までを行っております。完成した新聞は外来にてご覧いただけます。これらのプログラムを通じて、皆さん次の目標に進んでいきます。

そして、就労支援士である清澤康伸より2019年に立ち上げた就労に特化したプログラム「しゅう吉（就労支援プログラムin吉祥寺病院）」をご紹介を致します。

しゅう吉は『病気、障がいを持っていても働くことはできる』
その想いを胸に就労支援を行っています。プログラムの中で就労してから働き続けていくための土台である就労準備性を養うことを目的としています。具体的には、①自己理解　②ストレスとその対処　③注意サインとその対処、さらに、DCにいるだけでは中々わからない社会の状況、企業が求めていることなども学んでいます。皆さんも感じるとは思いますが、仕事は時に辛く、ストレスになることもあります。そのような中で、働き続けていけるようにプログラムの中での実践を通じて就労後のストレスを想定した対処を身に付けていきます。これは働き続けていくうえでとても重要なことです。しゅう吉では就労した後に本人が困らないようにするための支援をチームで行っています。

みなさんいかがでしたでしょうか？少しでもデイケアの活動を知っていただければ嬉しく思います。また、当院HPのブログでも情報発信をしております。興味のある方はこちらもご覧ください。最後に、デイケアへのお問い合わせはお気軽にどうぞ！

デイケアブログ

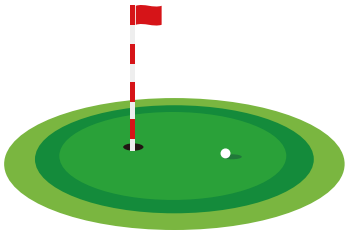
●作業療法科

作業療法科には作業療法士9名、助手1名が在籍し患者様の早期の社会復帰を目指し支援を行っています。作業療法室では、編み物、手工芸、各種工作などの手作業、テレビ鑑賞や音楽鑑賞、ぬり絵や脳トレなどのプリント等に各々のペースで取り組んでいただき、意欲や集中力を高めたり、スタッフや他の患者様とのコミュニケーションの場としての機能を活かしたりして、地域生活に向けて自信回復のお手伝いをしています。退院後を見据え外出プログラムや料理プログラム等も行っていましたが、コロナ禍となり、最近は思うように実施できていないのはもどかしいところです。その分、病棟内プログラムの充実や他職種と共に認知リハビリテーショングループの立ち上げに協力する等、患者様の活動の選択肢を増やせるよう、新しいことにも力を入れています。「作業療法に参加できて良かった」という笑顔がたくさん見られるように、これからもがんばります。

私の趣味紹介

医局　種田 将

今回の趣味がゴルフとのことで白羽の矢が立ちました。
うちは父も兄もやっていて、自分も医者になってから元々野球をやっていたこともありドハマりしました！
色んな職場に散った仲間と現地で集まって１日遊べるなんて他にないスポーツです。
毎年男４人でゴルフ合宿もしていて、今年は福岡に遠征しに行き３日で3.5ラウンドしてきました。
先日も父と兄と杉並区皮膚科コンペに参加して優勝カップをゴルフ場に忘れるというやらかしをしてきたとこです 笑
皆さんも是非始めて
一緒に大自然の中
マン振りしましょう！

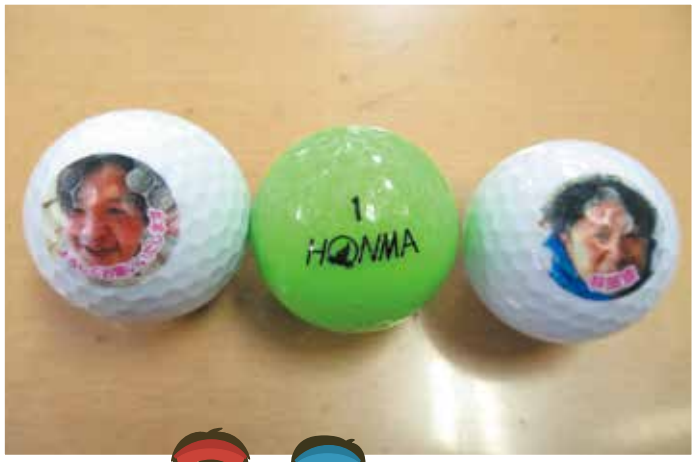


総務課　千葉 浩明

かれこれゴルフ歴は30年近くになります。昔は少しでも上手くなりたいと競技ゴルフにもはまりました。中々進歩できず、ここ10年は競技から楽しむゴルフに変更し継続しています。醍醐味は他のスポーツと違って年齢差による勝敗がないことと、コミュニケーションをとりながらプレーできる楽しさです。又、自然を相手にするため、同じコースでも全く違うスコアとなってしまい戦略性が求められることが楽しいと感じます。今回の写真は私の還暦ゴルフコンペを仲間が開催してくれた１枚です。皆何かしらの赤色装着 !! とても感激し、仲間に感謝です。
体力・資金（笑）が続く限りエンジョイゴルフを楽しみます !!!

A2　林 朋康

ゴルフを始めてもう少しで3年になりますが、まだ初心者レベルです。コースに向かう車の中ではナイスショットをイメージ。しかし現実はそんなに甘くはなく、コースに出れば小走りで球を探しに行くことの方が多く、苦行が続いています。悲しいお知らせコーナーではないので、私の感じている魅力をお伝えします。大自然の中で体を動かす爽快感、初心者でも、たまに出る快心の一撃、運転しない時に季節を感じながら頂くお昼のビールがとにかく美味しいこと等です。皆様も是非、ゴルフ（野山の散策）を始め、大自然の中で足腰を鍛えてみては…たまにサルにも会えますよ。



当院のおすすめメニュー

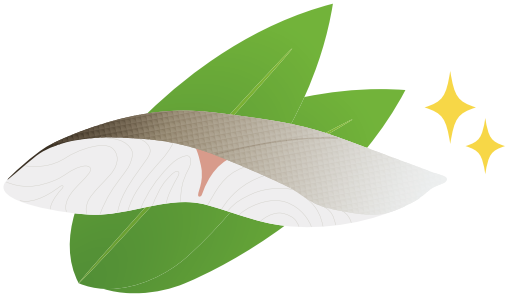
たらのみぞれあんかけ

1人分栄養成分

エネルギー 180kcal
タンパク 15.5g
塩分 1.3g

材　料（2人分）

生だら……　2切れ（1切れ80g程度）
塩……　少々
片栗粉……　15g（大さじ1.5）
揚げ油……　適量
砂糖……　6g（小さじ2）
醤油……　10g（小さじ2）
大根……　120g
オクラ……　1本



作り方

❶ 生だらに塩をふり片栗粉をまぶして油で揚げる。
❷ オクラを下茹でして輪切りにする。
❸ 大根をおろし、おろし汁も一緒に鍋に移し、❷と砂糖・醤油を入れ、ひと煮立ちさせる。
❹ 揚げたたらにおろしをかける。

《たらの豆知識》

たらは、漢字で「鱈」と書く、冬の代表的な魚です。「生だら」は寒さが厳しくなる初冬頃、身がしまっておいしくなります。塩をしたもの「塩だら」は、年間を通して手ごろな価格で出回っています。「生だら」「塩だら」ともに、和洋中を問わず、使いやすい食材です。

たんぱく質が特に豊富で、脂肪が少なく消化も良いため、胃腸が弱っている方やご高齢の方も無理なく食べられます。また、魚の中では低カロリーでダイエット中の食材としても人気があります。

巻頭写真募集

広報委員会では、季節（春・夏・秋・冬）に応じた、じんだいの巻頭写真を募集しています。写真は季節に応じたものであれば、ジャンルは問いません。写真を撮るのが好きな方、提供いただける職員の方は、広報委員会メンバーにお声掛けください。たくさんの応募をお待ちしています。

過去の掲載作品

ウミガメ

院内中庭の花壇（3月）

小岩井農場

盛夏の薄明：三鷹市（井の頭公園通り）

風鈴

満開の桜

MEMO

外来担当表

● 初診

	月	火	水	木	金	土
第1・3・5週	畑	岡田	森	田澤	種田	市川
第2週	小島	狩野	山下	山室	外山	土井
第4週	小島	狩野	山下	西岡	外山	土井

● 再診

月	火	水	木	金	土
原藤	院長	原藤	市川	市川	原藤（第1・3）
土井	土井	森	田澤	森	森
市川	市川	西岡	山室	西岡	西岡
森	西岡	山室	畑	岡田	山室
田澤	山室	岡田	外山	畑	狩野
種田		森（栄）		種田	亀山
南		南		森（栄）	
澤井		澤井		宮原	
中村					

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

当院は「敷地内全面禁煙」です。

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。令和5年が始まりました。皆様は初詣に行かれましたでしょうか？　コロナ禍により外出がしにくい、あるいは神社に行く機会が少ない方もいらっしゃるかもしれません。初詣とは1年のはじめに神社に参拝し、旧年の感謝を捧げるとともに、新年が良い年になるよう願掛けを神様に行うためにあります。最近では、インターネットを通じてリモート初詣を行っている神社があるようです。なかなか自由にお出かけができないけれど、気持ちよく新年を迎えたいという方は、ぜひご覧ください。　（D）

2022年も終わり新たな2023年がスタート。2022年の一文字は「戦」に決まり、良いことも悪いことも含めまさに昨年を表す文字になったと納得しました。

2023年は卯年ということで、ホップ・ステップ・ジャンプとなりたいものです。

私自身、足元を見つめながら1年を過ごしたいと思います。

（ごる吉）