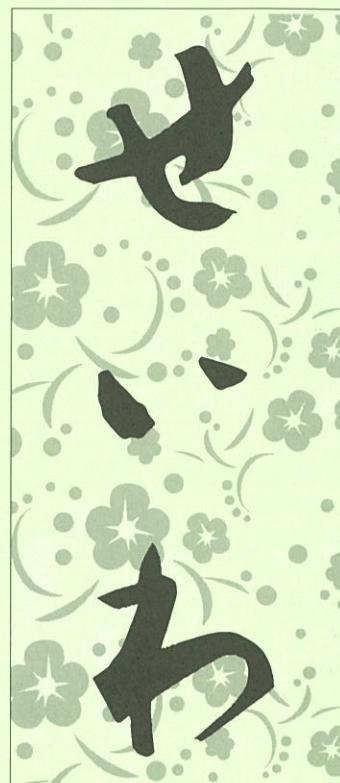




『ころりん』さんと通所スタッフによる水戸黄門の演技



藤枝市中ノ合26-1
医療法人社団 やしまかい 八洲会
誠和藤枝病院
〈054〉638-3111(代)

診療時間
月～金
午前 9:00～午後 5:00
土曜日
午前 9:00～正午12:00

型にはめられない人生

誠和藤枝病院

医師 加藤 健次

マッチ箱にうじ虫を入れ、爪楊枝でつかれながら狭い箱の中を一行行進させられている日本社会が見えます。

与えられたあなたの人生はあなたのもの。あなたの心が、幸せに生きたいと囁いている声にそとと耳を傾けてみたことがありますか？

自殺者が年三万人、勉強勉強と朝から夜九時までの塾通い、秋葉原のような、他人を殺してしまいたくなるほどの閉塞されている人生、年少者の自殺、DVや子供への虐待、野生の獣にも劣る本能の麻痺。

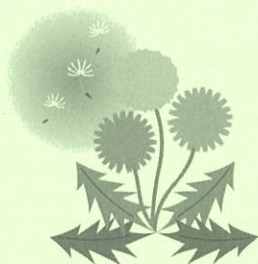
私が若し社会をコントロールする立場ならば、海に隔てられた島国の日本社会

はきわめてコントロールし易いかもしれない。他民族の異なる幸福の価値観に接する場も少なく、自分の生き方が自分の心に応えているかも考えない人々。太平洋戦争時「聖戦だ！」「聖戦だ！」とコントロールが叫んで皆が「ワー」と叫んで、敗戦になれば異国の地に遺体のままで捨てられた。「岸壁の母」は泣いた。

高度成長期には政官業のコントロールが叫んだ。「学歴だ」「塾だ」「所得倍増だ」と・・・そして行き詰れば人々は捨てられる。

型にはめられた通りにやるのが人生の常と洗脳された人々は異種族の人々の価値観、幸福感、解決策も聞いたことのないまま、マッチ箱からも脱出できなくなる。自殺、DVへと麻痺していく。

お願いします。どうしたら隣人達から生き方の違いを聞き出し、自分の心が本当はどんな幸せな生き方をしたがついてるか、そのことに耳を傾けられる人生になれるのでしょうか。考えて教えてください。私達も、もうすぐ捨てられるようとしているのかもしれない。



落ち込まない強さと

自分の弱さ

事務長 海野 彰

私は常々、「自分は弱いからダメだ」と考えてしまうことがあります。本来なら「弱くてもいい」と受け入れ、「それでもそれなりに（幸せに）生きていける」と考えたほうがいいとは思っていませんが中々できません。

ただ、この病院に入職して一っだけ思うことは「ここは弱くてもいい（ここは大丈夫）」と自分に対して受け入れてもいいのではないかと思うようになりました。「自分は弱い」と考えるよりも、「自分は未熟」と考えたほうが、どれだけ自分を育てよう心がけることができるかと。

そして、イヤな事があったあとは、まずは、自分の否定的な考え方（不幸になる考え方）に気づき、その考え方をストップすることに始まると思います。高校時代に読んだ書物の一節に「あの時もしもで、くよくよするな」という私にとつての生きる指針になっている言葉があります。あの時こうしていたら良かったのに、あの時、あんな言葉を言わなければ良かったのにと考えれば考える程に自分を責めてしまいます。

つらい時に自分を責めるのは自分をいじめているようなものです。そういう否定的な考えを止めて自分を少しだけでも助けてあげること大切なことではないでしょうか。

人は考え方を変えることで「落ち込まない強さ」を身につけられます。しかしながら人は「自分の弱さ」をちゃんと受け入れてこそ、その時その時に一所懸命にやったり、いつそう努力することもできるのではないのでしょうか。

「今は成長過程」「自分は発展途上」と言えるような「強い人」になつてみたいものです。

栄養科の仕事について

管理栄養士 時田香織

栄養課では、医師の食事箋に基づいて、食事を提供し、個々に応じた栄養管理（個人対応食）をしています。

毎月1回、季節感を取り入れた行事食や、セレクトメニュー、朝食パンセレクト、おやつバイキングを行っています。通所では、誕生会の日に手作りケーキを提供したり、おやつ作りを実施しています。

経験豊富なセイワ企画スタッフと協力しながら、満足していただけける食事を提供できるように日々頑張っております。



誠和藤枝病院に入職して

2B病棟介護職員

前田美恵子

「お疲れ様です！」と仕事に向かうと挨拶から始まります。患者様が生きていくという事は、朝・昼・晩、深夜と二十四時間体制で体調の変化、心の不調等に気づき、医師、看護師と連携を持ちながら平穏な毎日を送れるように、目で確認、手で触れて確

認、患者様の云う事に、傾聴する事です。先輩職員は、皆さんとても上手に患者様と向き合っています。患者様も密に声を掛けてきます。

当院に入職して早五ヶ月に入りました。入職して先ず驚いたのは、布オムツを使うという事でした。布オムツのセットの仕方も分からず、男性と女性の排泄の違いや個人差を考慮し、当て方を変えます。便秘やむくみや熱が出ないように、細心の注意を払います。今までにこのように難しい介護をした経験がありませんでした。先輩は手際良く、患者様も気持ち良さそうにしています。私も、日々懸命にやっているつもりですが、まだまだ学習が必要です。より清潔に、手早く対応したいものです。患者様の健康を守る為に時間ごとにトイレ介助やオムツの替え、入浴介助、食事・おやつ介助、リハビリの誘導、どれも患者様には大切な事です。細かい決め事を守り患者様が少しでも自立出来る手助けをしたいです。

先日、オムツ替えの時間に震度4の地震があり凄く揺れでし

たが、東日本は70cmも地盤沈下、津波で家も人も飲まれて、原発も放射能漏洩と未曾有の危機に直面してしまいました。計画停電が始まり、私達の生活の中でも、無駄遣いはしないようになりました。病棟でも、無駄な電源は切る、昼はブラインドを開けて電気を切る。支援の募金もしました。私達に出来る事は、小さな事かも知れませんが、皆の気持ちで支え合えたら大きな力になり活気も付くと信じたいです。

介護職への道のり

2A病棟介護職 櫻井雅子

私が誠和藤枝病院に入職して早いもので半年が過ぎました。以前はデイサービスで働いていましたが、新たな職場は病棟という事もあり、不安や緊張でいっぱいでした。

私は何年も前から介護の仕事にとっても興味を持っていました。しかし、「私でも介護の仕事が出来るだろうか？」という不安から、なかなか介護関係の道

へ飛び込む事が出来ませんでした。

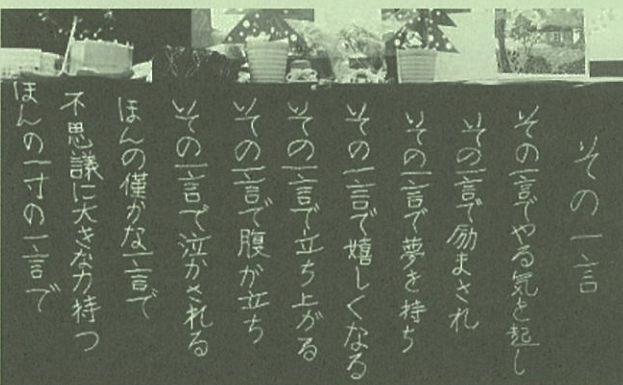
ちょうど一年前の三月、勇気を出してホームヘルパー二級と介護事務の資格を取得する為に、三幸福祉カレッジのホームヘルパー二級講座を受講しました。ヘルパー二級の実習では、デイサービスや特別養護老人ホームに数日間行きましたが、とても楽しく仕事が出来、この先も介護の仕事で頑張っていこうと改めて思いました。

介護の仕事は楽しい事もありますが、辛く大変な時も沢山あると思います。今私が、毎日とても楽しく働いているのも周りの方々の支えがあったおかげです。

これからも皆様にご迷惑を掛けてしまう事もあると思いますが、患者様とのコミュニケーションを大切にし、一人一人に合った介護が出来るように努力していきたいと思えます。介護職員として日々成長出来るように一杯頑張っていきたいと思えますので、今後ともよろしくお願致します。

OTギャラリー

作業療法中に患者様が作った作品を紹介させていただきます。



『心ある一言』
知り合いの方から頂いた素敵な詩を一言一言丁寧に縫ってくれました。



『うさぎ三兄弟』
一人一人に個性があっいいね。



『楽しい七夕祭り』
おり姫様とひこ星様がかわいいね。みんなの願い事が叶うといいな。

鼻のはたらき

言語聴覚士
鈴木 奈誉



●どんなはたらきがあるのか？

1) 呼吸のための通路

本来は鼻で呼吸するようヒトの体はできています。肺の中は繊細で空気がそのまま入るには温度も湿度も十分でなく、異物が入り込むと肺炎を起こしてしまいます。そこで鼻の粘膜は空気に十分な温度と湿度を与え、異物を取り除くフィルターの役割を果たしています。

2) においを感じること

味覚は舌だけでなく嗅覚に頼るところが大いにあります。またガスや塩素などの危険なにおいを感知することができ、身を守るセンサーの役割があります。

3) 発音への関与

鼻の中は声をきれいに響かせるための空洞になっています。鼻が詰まっていたらよい発音できません。

◎主な症状の一つに鼻づまりがあります。

鼻づまりは鼻粘膜が腫れて肥大化することで、空気の通り道が狭ることによりおこり、治療法は薬物療法が主になります。すぐに出来る解消法は「温める」ことが効果的です。温めたタオルを鼻に当てることで鼻の中の血行が良くなり、鼻づまりが解消されます。

●花粉症のこと

昨年の猛暑で平均気温が高くなり、日照時間が長かったことや降水量が少なくなったことで、今年の花粉の飛散量は全国的に前年よりも多くなっています。次の年の春に飛散するスギ花粉の量は、前の年の夏の天候に大きく左右されるようです。

対策として・・・マスク、ゴーグルの装着による花粉の接触の防止、薬による症状の治療・緩和があります。鼻からも花粉が入ってくるため、鼻まですっぽり隠れるようにマスクをすることが必要です。またガーゼ製品の方が紙製品のものより湿度が高く鼻の粘膜の保護になります。うがい手洗いも忘れずにしましょう。

職 員 募 集

- ◎ 正・准看護師
- ◎ 介護職員

詳しいお問い合わせは(054)638-3111 担当 事務長まで

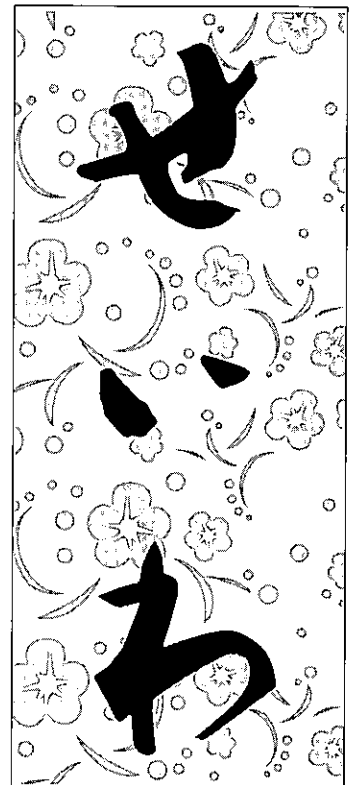
編集後記

今年が入学式・始業式に合わせて桜が咲き始め、春らしさを十分感じながら、新年度のスタートを切れたのではないのでしょうか。

多くの方の手にとつていただけるような紙面を目指して、今年度もより良い院内報の作成を心がけていきたいと思っております。どうぞ宜しくお願い致します。



「大民塾」空手披露 通所リハビリ



藤枝市中ノ合 26-1
医療法人社団 ^{やしまかい}八洲会
誠和藤枝病院
<054> 638-3111 (代)

診療時間
月～金
午前 9:00～午後 5:00
土曜日
午前 9:00～正午 12:00

終末期医療

～母の死～

誠和藤枝病院
医師 八木 誠

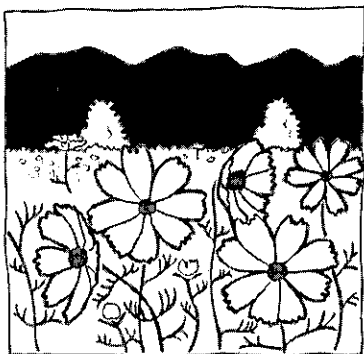
先日、日本救急医学会より、「救急医療における終末期医療に関する提言 ガイドライン」という冊子が送られてきた。

母が死んだのは、十二年前のある寒い夜だった。入浴中に意識を失って心肺停止状態となり、同居の兄に発見されて救急搬送された。かろうじて心拍は再開したが、私が病院に到着したときには、自発呼吸はなく、人工呼吸器につながれていた。一切の反応もみられなかった。時間経過を考えると、脳死であることは臨床

的に明らかであった。患者の家族からみても、救急医療から、あっという間に終末期医療に変わってしまった。脳死は、ほぼ一週間以内に、確実に全体死に至る。兄と相談し、延命は望まないことを確認した。診療に当たってくれた当直医は、運よく臨床経験豊富な、循環器科の医師であった。法的に可能な範囲で、人工呼吸器の設定を変更し、昇圧剤を停止していただいた。およそ三時間後、心電図モニターはフラットとなり、死亡が確認された。享年七十九歳であった。

一九七七年に島田市民病院に赴任して以来、私は幾多の救急患者さんとその家族に接してきた。患者が救命出来ないと判断されたとき、「救急現場での延命措置の中止基準」がなかったがゆえに、自分の家族だったら何を望むか、という思いのもとに対処してきた。自分の母が、数々の管につながれて、心臓が止まるのを何十時間も待つのは、母の尊厳を考えると耐えられることではなかった。今やっとガイドラインが世に問われた意義は、きわめて大きく、万

感の思いである。
『いつまでも、あると思うな、親と金』皆さん、元気なうちにお母さんを大事にしてあげて下さいね。



病棟での取り組み

患者様から

教えてもらったこと

病棟看護主任 半田 桂子

「看護師さん、わしゃ昼飯食べたっけか？」と、A様が怪訝そうな顔で聞いてきました。昼食を済ませ部屋に戻り、三十分も経たないのに、ほぼ毎日のようにそう尋ねてくるのです。お歳も九十三歳とご高齢の為、物忘れがあってもおかしくはないのですが、ついさっき食べて頂いたのに忘れてしまわれるのも寂しく思い、どうにかして忘れないでいてもらえないかと考えました。

食事の時間は介助を要する患者様にばかり目が行きがちで、ご自分で食べられる患者様にあまり心配りがされていなかったように思います。又『食事の時間』の工夫が足りず、記憶に残らなかったのではないかと考えました。

それからは、食事の前には準備として口の体操を始めました。今から食事だと意識させると共に、口の動きを良くし嚥下しやすくさせる為です。その他、挨拶、メニューの紹介、テレビを消しBGMを流

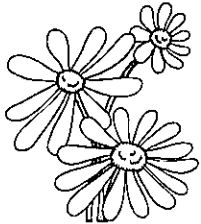
し、皆さんにおいしく食べて頂いているか声掛けをしました。当たり前の光景かもしれませんが、実は私達自身の意識も足りていなかったように思います。

私達は忙しく時間に追われる毎日ですが、患者様達はずっと室内での生活です。単調で時間の経過が分からなくなってしまうのです。医療の提供はもちろんですが、

ここでは生活の場の提供も重要です。朝が来て一日が始まり、夜が来て一日が終わる。何もしなくても時は過ぎていきます。無意識に過ぎすより、「今日はおいしい食事が食べれた」「今日は楽しい話をした」と感じて頂きたい。出来るだけ充実した生活を提供出来るよう、私達は努めたいと思います。

その後もA様は、「食べたっけ?」と、尋ねてきます。「さっき〇〇を食べましたよ」と伝えると、嬉しそうに微笑みます。「そうか、食べたっけか」

以前と比べ、聞きにくく回数減ったように思います。



納涼祭

納涼祭の思い出

2B 介護職員 寺田 良江

患者様にとって楽しみの一つ、納涼祭が行われました。私のいる病棟では三班に分かれて三十分、時間をずらしながら参加しました。

患者様同士、希望した一品が「こんなに食べれない」と譲り合いながら食べる仲睦まじい光景は微笑ましかったです。

その一方、カードに書かれた、焼きそば、ぜんざいやおでんを持病の関係で三分の一ずつしか食べられず、物足りないと言え患者様もいました。

食べ終わった後、舞台の手品、腹話術を最後までゆっくり鑑賞した患者様は本物の鳩が出て来て、びっくりしたと大変感激していました。私達介護する側も患者様の笑顔が何よりも嬉しかったです。

毎日決まったスケジュールで過ごしている患者様にとって、年に何回か催される行事に参加し、普段と違った雰囲気に入る事が、心のリハビリになると、つくづく感じました。



通所「スイカ割り」

納涼祭で学んだこと

リハビリテーション科 言語聴覚士 鈴木 奈馨

例年とは違う曜日に変更して今年の納涼祭は開催されました。通所の利用者様の中には初めて参加される方もいたと思います。病棟患者様にとっても日常の生活になり刺激的な日であったと思います。

前日から会場の準備をしていた為、当日の午前中はテーブルの位置や紅白の垂れ幕などがあり、普段とは違った環境の中、『通所の利用者様は戸惑ったりしないのかな』と心配になりましたが、いつもと同じように近隣の方向士で仲良くお話ししていたり、台拭きの仕事をしている様子がありました。ある方は、自分からあまり話しかけないような人ですが、「あの人は〇〇さんでしょ?」と他の通所の利用者様を見ながら話し始めた

りすることがあり驚きました。また焼きそばの店番をしていると、店の前で目を輝かせている方や他の店の食べ物に一直線に向かう方職員に味の種類を聞いて慎重に飲物の味を選んでくれる方など、普段は見られない患者様の顔を見るこ

とが出来ました。納涼祭に限らずですが、リハビリ同様に患者様にとってはこのよ

うな交流の場も必要なのだと思いをしました。患者様の満足そうな顔が見れたことで、逆に患者様に励まされる気がしました。日常の中でも、もっと患者様の笑顔が増えるように接してあげたいと思います。

通所・病棟新人紹介

新米ヘルパー

通所リハビリテーション

廣井 淑恵

私は、世間で言う専業主婦が苦手で、娘を幼いころから保育園に預け、仕事を続けてきました。

前職はインターネットショップで顔の見えないお客様とのやり取り。クレーム処理や商品の受注・発注と事務全般をしていました。今までは介護という全く縁の無い

所で働いてきましたし、介護職を避けていました。

その一番の理由は、人と関わるのが不得手であったからです。そんな私が介護の仕事に携わるなんて、半年前まで全く考えもしませんでした。介護職への興味も知識も無く、自分の性格を考えても、不適な分野であると思っていました。介護の仕事は先ず『人が好き』でないとならないと聞いていましたから、自分には務まらないと思いました。

そんな私に介護の道を勧めてくれたのは、主人です。「仕事をする、しないに関係なく勉強してみたら？」との言葉に後押しされて、思いついたら、即行動の私は、昨年、無事ヘルパー二級の修了書を手にしました。

せっかく勉強したのだからしっかり身に付けたい。勉強したことで欲が出て、即就職活動開始。こうして誠和藤枝病院で、介護の仕事させていただくことになりました。

入職してまだ数ヶ月ですが、通所に来て下さる利用者様のお顔を拝見するのが楽しくなりました。お話することが楽しくなりました。不慣れた新米の私に「ありがとう」の言葉をかけて下さる利用者様。

「大変な仕事だね」と労いの言葉をかけて下さる利用者様。こちらこそ、毎日元気をいっぱいもらっています。

縁あって介護に携わる機会を与えられました。人生を考え深いものにしてくれたこの仕事に、これからもずっと携わっていきたいと思います。

介護福祉士になろうと

思ったきっかけ

1B 介護職員 岡平 侑子

私が介護に興味を持ったのは、七年前に亡くなった祖父がきっかけです。祖父は私が中学三年生の時、脳梗塞で倒れ、右手、右足が麻痺しました。そのときの私にはジャンケンで指の運動をするリハビリしか思いつきませんでした。でも、祖父の力になりたいと強く思いました。

そして、自分自身も高校二年生の時、バスケットボールの試合に出ていた時に、リバウンドの取り合いで床に頭をぶつけて、脳挫傷を起こしました。入院中にリハビリを拒否したり、言う事を聞かなかったり、自分が自分じゃない時もありましたが、最終的に早く治りたいという思いで一生懸命リハ

ビリをしました。左の頭を打ったので右半身が麻痺して、最初は鉛筆も持てませんでした。今でも、怪我をする前より長くは書けませんが、日常に支障がない程度に書けるようになりました。怪我をした試合の記憶がないので怖さを知りません。なので、今でも趣味として社会人のバスケットボールをしています。なんとなく始めたバスケットボールが十年以上も続いています。私はバスケットボールが大好きなんだと改めて実感しました。

この二つの経験を通じて、私は『患者様に笑顔と命の大切さを教えられ、介護福祉士になりたい』という一つの夢を持ちました。

私の思いや気持ちが届くことを信じ、日々成長し、追求し、患者様の笑顔や「ありがとう」の言葉を胸にいつも指導してくれる先輩、仲間と一緒に頑張ります。



乳がん自己検診のすすめ

診療放射線技師 前田 光一郎

七月の院内勉強会で子宮頸がんのワクチンが紹介されましたが、近年増加傾向にありワクチンによる予防が可能ながんとして非常に注目されています。今回は子宮頸がんにつき、女性に多いがんの第二位、乳がんに関する話題を紹介したいと思います。

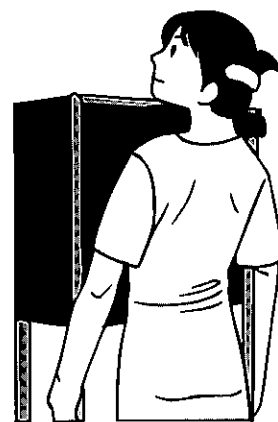
さまざまな病気は、早期発見、早期治療が大切なことは十分承知していることと思います。特にがんに関してはこの言葉は大きな意義を持っています。乳がん検診というとすぐにマンモグラフィーを思い浮かべる方がいるかもしれませんが、今回は早期発見の第一歩として、自己検診をまずはお勧めしたいと思います。

自分でやって大丈夫なのかと疑問をもたれる方がいるかもしれませんが、ちょっとしたコツさえ呑み込めれば容易に行え、自分自身で早期に発見することが可能だといわれています。二十歳を過ぎたら、月に一度程度の頻度で自己検診をするように心がけてもらえれば良いそうです。

実施時期は、閉経前の方は月経が終わって五日ほどたった頃（乳房の張りや痛みがなくなり柔らかくなった頃）、閉経後の方は「毎月一日」という具合に覚えやすい日を決めて実施してください。現在の検診制度で対象になっていない二十代、三十代の方たちに特に勧めたいと思います。

自己検診をやってみて、自分で「おや!」と感じたら医療機関で診察を受けるという順序で良いと言われていきます。

なお、実際の詳しい実施方法は、『乳がん自己検診』等とインターネットで検索をしてもらえれば、詳しくイラスト付の解説がありますので参照してください。



職 員 募 集

◎正・准看護師

◎介護職員

詳しいお問い合わせは (054) 638-3111 担当 事務長まで

編集後記

今年の夏は例年に比べ、猛暑日が続き、体調を崩された方も多かったかもしれません。これからの時期は過ごしやすい実りの秋、美味しいものをたくさん食べて、元気に過ごしていただきたいと思っています。

今回も多くの方々に協力していただきました。お忙しいところ、ありがとうございました。