

真

MA

弓

YUMI

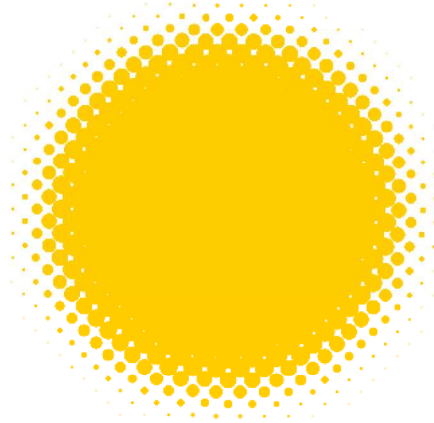
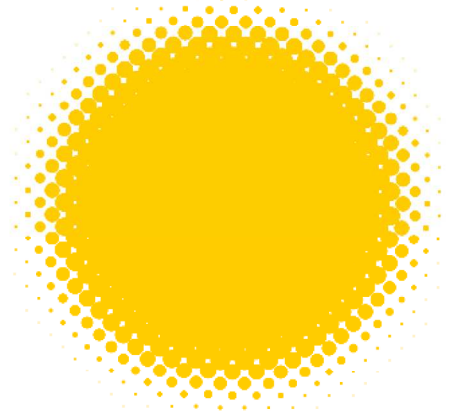
1

January

2016

PUBLIC INFORMATION MAGAZINE OF UMEGAOKA

No, 76





## 新年のご挨拶

院長 岡田正樹

職員の皆様、明けましておめでとうございます。  
今年も無事に新しい年を迎える事が出来ました。

昨年は、4月のネパール大地震、5月の口永良部島新岳噴火、6月の箱根大涌谷噴火、9月のチリ巨大地震、10月の関東・東北豪雨など、国内外で災害を目の当たりにする年でした。

茨城県は、常総市の水害において認知症疾患医療センターに対し災害支援の許可を行い、基幹型認知症疾患医療センターである筑波大学が中心となって被災住民の心の災害支援活動を行いました。当院もこれに参画しましたのは皆さんご承知の通りです。

近年医療をとりまく環境は様変わりし、一つの施設単位での業務には限界があります。超高齢者社会に存在する一疾患をとってみても、すでに一病院で対処できる時代ではないのです。この時代に適応するには「連携」が重要だと考えます。これまで当院は連携を重視してまいりました。これをなお一層強化することで社会に律し成長していこうではありませんか。その為に、日立梅ヶ丘病院として出来る限りの活動を行って参りましょう。

新しい年がさらに良き年に成りますよう祈念致しまして、私の新年の挨拶とさせていただきます。



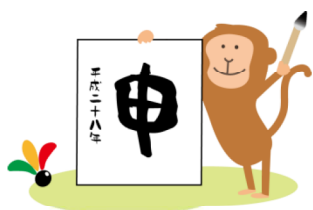
## 今年の年男 ～今年の抱負～

医師 萩野谷真人

「先生、今年の年男なので一言書いて下さい」という編集委員からのご指示がありましたので、自己紹介を兼ねて抱負を述べてみたいと思います。

私はご縁があって昨年（平成27年）4月から日立梅ヶ丘病院に赴任致しました。まだご当地のしきたりや流れが分からず、スタッフの皆さんに教えて頂くことが多いのですが、皆さん丁寧に教えて下さるのでとても助かっています。また活気溢れる若い職員さんが多く、これからの可能性を感じる病院であると感じています。

さて年男というと12年周期でやってくるものらしく、そういえば私は今年度でお医者さん12年目になります（医者の世界では医歴〇〇年目と言います）。医学の発展・進歩は凄まじく、この12年間に本邦で発売され使用できるようになった向精神薬・抗てんかん薬は約20種もあります。その薬の数だけ治療選択肢の可能性が広がり、数千・数万の医学論文が書き上げられていきます。「10年前の常識は、今の非常識」という言葉がありますが、医学においては10年よりももっと短い年月である場合も往々にしてあります。日々発表される膨大な情報を全て処理する能力（OS）やそれを記憶しておく記憶装置（メモリ）も持ち合わせてはいませんので、精神医学に限定してもいつまでその時代の流れに付いて行けるか自信がありません。次の年男まではなんとか・・・、さらに次は全く自信がありません。70代、80代まで現役で開業されている先輩医師には脱帽するほかありません。今年に限ることではありませんが、精神医学のプロフェッショナルであり続けるためにできる限りの努力をしていきたいと思っています。



# 平成 27 年 8 月 児童発達支援事業所を開設しました。

## 開設にあたり

児童発達支援事業所 瀧田有香

私が最初に障害を持った方とふれ合ったのはいつ頃だったかと考えた時、幼稚園で一緒だった“あの子”の事を思い出します。子供心にも何となく違和感のある子でしたが、その頃は何も考えずに共に鬼ごっこやお遊戯をし、運動会も一緒に楽しんでいました。それから時を経て福祉という仕事を選び、障害者施設に就職した頃には“あの子”の事も忘れ、毎日の業務に追われる日々を送るようになりました。

時が過ぎ勤務年数も 10 年になる今日、保育園に通い日々成長する我が子を見ていると、ふと思い出す事があります。『“あの子”は今、どうしているのだろう』と。

さてこの度、我が子が通う保育園の協力で、児童発達支援事業を起こす運びとなりました。事業開始前の保護者説明会では統合保育に対する懸念なども聞かれたものの、今年 8 月の施設開所時には保護者の皆様の理解も得られるようになりました。

今では園児数・利用児童数も増え、賑やかな毎日を過ごしています。送迎車に乗る時に「ばいばい」と手にタッチしてくれる子。おもちゃの取り合いをして泣かされる子。そこには障害児・健常児の垣根を越えたふれ合い、共に生きる子供達の姿があります。喧嘩も追いかけてこもお互い本気でしています。大人が考えるより子供は適応が早く、そこに偏見はありません。その顔はキラキラと輝いています。

私にとって目の前の子供達の姿がとても自然に映るのは、幼稚園の時の“あの子”のお蔭なのかな、と思います。そして願わくはここで育った園児達が将来障害という事柄と向き合う事になった時、子供たちそれぞれにとっての“あの子”との経験が、偏見という壁を乗り越える力となってくれたら…と、そう思うのです。



### 児童発達支援事業所 まゆみ

住 所 〒316-0015 茨城県日立市金沢町 3-11-15  
T E L 0294-87-6558



## 私の看護について

D棟 看護師 長谷川美穂

私が看護師免許を取得してから約20年になります。今回寄稿のお話を頂いたことをきっかけに、私の看護について振り返りをしてみようと思いました。

私が、20年間看護を行ってきた中で一番大切にしてきたことは、「患者様の立場になって考える」ということです。そんなの当たり前の事だと感じる方も多くいると思いますが、看護師は看護計画に沿って患者様の看護に携わるため、自己満足になり易い仕事になります。その中で、もし自分だったら、自分の家族だったら、ということのを常に考えることが大切であると思い、意識して看護を提供するようにしています。また後輩の指導にも同じように伝えるようにしています。

看護を行う事とは、病気を治すための援助だけではなく、病気を治す過程やその結果で患者や家族が満足し心豊かに生活できるように関わって行く事だと思っています。今まで、急性期病院・集中治療室と経験をしてきましたが、当院でも同じであると考えています。

不謹慎かもしれませんが、患者様と関わる中で、患者様が可愛いと思う時が沢山あります。中でも、こちらからの関わりに対しニコッと笑顔を見せてくれる時は看護師をしていて良かったと感じます。特に現在勤務しているD棟（認知症病棟）の患者様はとても可愛いと思っています(笑)

今後D棟で看護を行っていく中で、自分やスタッフの家族、知り合いが病気になってしまったときに「うちの病院においでよ」と皆が自信を持って言えるような病棟作りをして行く事が目標です。



## 作業療法ボランティア紹介②

### 尺八と琴のコンサート

作業療法室 磯ノ上志保

ボランティアシリーズ第1回目は絵手紙教室を紹介いたしました。2回目となる今回は、「尺八と琴のコンサート」について紹介いたします。

2か月に1度、作業療法室に来て頂いている“ゆうゆう尺八”ボランティアの皆様は、琴の演奏者を含め、総勢10名程になります。時間は1時間。事前にスライドを用意して下さり、プロジェクターで映し出された歌詞を見て歌いながら尺八の演奏を聴きます。患者様ののびのびとした歌声や笑顔に、ボランティアの方々も嬉しそうです。音楽の力は偉大ですね。また、琴の素敵な音色を聴くと、普段手芸をしている作業療法室が全く別の場所になった感覚で、贅沢な気分になります。

曲目は毎回同じではなく、テーマを決めたり、定番曲でないものやリクエストを取り入れたりなど、工夫を凝らして下さいます。そのためアンコールでは毎回会場からリクエストの声が！ボランティアの皆様は現役を退いた方々が中心ですが、活動に対する意識の高さに私たちも刺激を受けています。



“ゆうゆう尺八”の皆様、いつもありがとうございます！！

## 自然に触れての思い出

C棟 看護師 篠原久栄

定年間近の頃でした。7月初旬、私は友人の誘いで初めて群馬県尾瀬ヶ原に行きました。

沼山峠から尾瀬ヶ原に入りましたが、目に飛び込む風景は、すべてが感動の連続でした。湿原にはニッコウキスゲの群落が広がり、その中央には木道が尾瀬沼に向かって伸びていました。まさに一面の花園であり、夢の世界でした。

私は、木道で行き交う人達と挨拶を交わしながら、道を譲り合い、花と自然の風景を眺めながら歩きました。挨拶、譲り合う事が山のマナーなのだ分かりました。

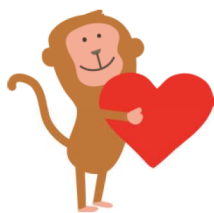
尾瀬沼のほとりのベンチに座り、目の前の日本百名山の1つ<sup>ひうちがたけ</sup>燧ヶ岳を一望しました。ベンチで座って食べた、おにぎり、カップ麺は格別で、忘れられない思い出の一つです。

あちらこちらで弁当が広げられ、私は何故か周囲の方の動きに目を向けていました。談話している方、写真を撮っている方、1人旅なのか少し離れた所で何か思いにふけっている方…人それぞれの楽しみ方、過ごし方があるのだと思いました。

私達看護師は、ハードな職業です。ストレスもたまる事でしょう。自然の中で過ごす時間を持つ事で日々の疲れも取れ、身も心もリラックスできます。

尾瀬は四季折々色々な種類の高山植物が咲き誇る絶景な場所です。水芭蕉、ワタスゲの咲く頃にまた足を運んでみたいと思います。

また、自然に触れるのにお勧めの場所として、福島県いわき市の<sup>しとき</sup>四時川溪谷があります。初夏（6月）の頃は、新緑や川のせせらぎを聞きながら、ゆっくり歩くと、心地よい気持ちになります。さらに四時川源流の近くには緑あふれるブナの森が広がっています。四時ダムは、秋も深まる11月中旬もお勧めで、谷紅葉が水面に映えてとても綺麗です。



## 日立梅ヶ丘病院と私

医師 秋田亮

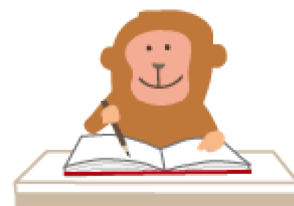


平成 27 年 9 月末をもって日立梅ヶ丘病院を退職することになりました、精神科医の秋田亮と申します。この度、退職にあたりこのように挨拶をさせていただく機会を頂戴し、これまでの自分と梅ヶ丘病院の関わりを振り返らせていただきました。

私は平成 17 年に臨床研修医となり、平成 19 年 5 月に昭和大学精神医学教室に入局して精神科医としての歩みを始めた訳ですが、なんと入局の翌日には梅ヶ丘病院に週 2 日の非常勤医として勤務を開始していました。当時副院長でいらっしゃった奥山先生に病棟案内をして頂いたことをつい最近のこのように思い出します。入局 2 日目ということをお伝えすると「ほっ。」と一言、あとは多くを語らず、「好きにしていよ」と言われながらも旧 A 病棟の診察室で診察に立ち合わせてくれ、精神科医としての第一歩を歩ませてくれました。いつも温厚でチャーミングな先生でしたが、カルテには詳細な精神科用語が並び、頭のよさ、柔軟な思考に感嘆させられました。外来後の遅めの昼食にはいつもカップラーメンを食われていましたが、胡椒をかけた際、キャップが外れて胡椒の中身が全部ドサツとこぼれた時の、あの奥山先生のお顔は今でも忘れられません。

最初の梅ヶ丘病院勤務は平成 19 年 5 月～9 月と半年で終わりましたが、他院を経て、平成 22 年 4 月から再び週 2 日勤務させて頂くこととなり、現在に至ります。つまり、合計約 6 年間勤務させて頂いたこととなります！その間様々なことがありました。その中でも最も印象的な出来事の一つは、やはり平成 23 年 3 月 11 日の大震災です。当時木曜～金曜で勤務していた私は業務を終え、金曜～土曜勤務の吉村直記先生達と医局で過ごしていたところ、突然「ガタン、ガタガタッ、ガガガガッ」とものすごい揺れに襲われました。その数日前にはニュージーランドのクライストチャーチで大震災があったばかりで、「ああ、人生はこうやって突然終わりを告げるんだなあ」と机の下にもぐりながら考えているとピタと揺れが止み、その隙に皆で一目散に外に駆け出しました。電気、水道、ガスとライフラインは途切れましたが、梅ヶ丘病院には貯水タンクがあり、また幸いなことに新棟建設中だったためガソリン式の発電機が数台あり、迫る闇にも対処することが出来ました。最終的に帰宅したのは月曜日の朝になりましたが、それまでの数日間、病院職員が一丸となって助け合い、困難に対処したことは何物にも代えられない貴重な経験となり、また、梅ヶ丘病院の絆の強さ、底力を実感させられました。

大学では一般精神を経て、平成 23 年から認知症を専門に診療に当たることになりましたが、その間もずっと梅ヶ丘病院では様々な疾患の患者さんと接する機会をいただき、たくさんの勉強をさせていただきました。まだ若手だった頃、自宅で引きこもっている躁うつ病の大男の患者さん宅を往診し、屈強な男性看護師さん数名と病院受診を促したこともありました。また、長期経過の中で統合失調症と診断されていた方の病歴を見直し、本当は躁うつ病なのではと薬を変更することで症状が緩和された経験や、逆に安定している患者さんの薬を少し減らしただけで口がモゴモゴと動くジスキネジアという副作用を発現させてしまう痛い経験もありました。長年ずっと保護室を必要としていた患者さんが、新棟が完成して広いスペースを手にするので落ち着き、一般床で過ごせるようになった姿を目のあたりに





した時は、ものすごく驚き、感動し、環境要因の重要性を思い知らされました。その他、長期間担当することで見えてくる本人の性質、病状の波、変化、周期、予後など、短期間ずつしか関われない大学病院での臨床では学べないことをたくさん体験させていただきました。

思い入れのある患者さんも多くいます（認知症なのに「秋田先生け」と言ってくれるあの方とか、いつも巨人戦の結果を気にしているあの方とか…他にもたくさん）。これでお別れになってしまうことはすごく寂しいですが、ここでの経験が今後出会う患者さんたちにとって良いものになるよう努力しようと思います。

最後に、自分を医師としてだけでなく、人として成長させて下さった看護師の皆さん、事務の皆さん、ワーカーさん、心理士さん、薬局の皆さん、作業療法士さん、喫茶の山城さん、大窪さん、常勤医の先生方、皆様に心より感謝します。まだまだ未熟者ではありますが、当初よりは少しは成長できたかなと思います。今後は大学を離れ、地元徳島に戻ります。ここでの経験は自分の礎になりました。日立梅ヶ丘病院は第二の故郷です。また、遊びに来ていただくこともあるかと思いますが、その際はぜひ、無視せずに声をかけてください！長い間、本当にありがとうございました。



秋田先生！長い間有難うございます。震災の時は先生の存在に皆が救われました。そして、BBQ や飲み会、体育館での運動など楽しい瞬間を共に過ごせて本当に嬉しかったです！また、遊びに来てください。お会いできるのを楽しみにお待ちしております！！



委員会シリーズ

## 業務調整委員会

看護副部長 岡田有生

業務調整委員会とは、病院運営連絡会議の下部の委員会に位置している。病院運営連絡会議等で審議する時間が設けられず調整を必要とする案件について組織横断的に各員が集まり、決議や審議等を必要としない下位レベルの物事を決定する場として、また運営会議に具申するかどうかを検討する場として機能している。

業務調整委員会では「下位レベル」の物事を決定すると話したが、審議される内容は多種多様に亘り、密度が濃く、レベルの高いものとなっている。また、組織横断的に各員が集まるため、現場や部署のみでは解決できない問題も、会議の場を以て可及的速やかに解決し、各部署運営、強いては病院運営に寄与できているのではないだろうか、と感じている。



HAPPY NEW YEAR 2016

業務調整委員会は、今後ともこれまでの実績と10年、20年後のビジョンを意識しながら、各部署間や業務に潜んでいる問題を明確にし、解決し、当院の発展に寄与したいと考えている。

# 献血バスがやって来るヤア！ヤア！ヤア！

総務課 末永雅之

われわれのように、夜勤、宿直をしておりますと、犬のように働きづくめでひどい夜、ってこともあるかと思えます。これも患者様のため、病院のため、家族のためであります。私は、患者様、病院の方々、家族らの喜んだ顔が見たいのであります(S氏からのご指摘で、タイトルに絡んだことを入れろとありましたので、上述の通りとさせていただきます)。

さて、平成 27 年 5 月 18 日、ご多忙の折にも関わらず、また、公休の方々にも当院で実施致しました献血に参加、ご協力して頂きまして、誠に有難う御座いました。

当院におきまして献血は初めての機会であったわけですが、34 名もの方が献血へご協力頂きました。普段、地域医療を標榜する当院に於いて、私自身は業務に追われ余り実感することができておりませんが、こうした形で地域医療に携われたことは大変光栄なことでもあります。今後も、一事務員として皆様と共に、当院の地域医療の推進を継続して参りたいと思う所存でもあります。

重ね重ねになりますが、献血にご協力頂きまして誠に有難う御座いました。



## 編集後記

皆様、謹んで新春のお慶びを申し上げます。  
 今回は「新年」をテーマに編集を行ないました。集まった原稿を読み、新しい年へ向けての意気込みに、私も頑張っ行ってこうと身が引き締まる思いです。平成 28 年もさらに楽しい編集を心がけ、編集員一丸となって進めていきたいと考えております。趣味や取組みなど、寄稿・写真は随時募集しています。引き続き、「真弓」をよろしくお願い致します。 編集員 川村明日美

## 外来診療担当表 H28.1 現在

受付時間	8:30~					
診療時間	9:00~					
						休診日
	日曜・祝祭日・第 2.3.4.5 土曜					
	月	火	水	木	金	第 1 土
新患	大和田	高橋	清水	伊藤	萩野谷	
再診	後藤	院長	後藤	清水	後藤	後藤
	伊藤	萩野谷	大和田	伊藤	高橋	

※第1・3・5土曜日は、作業療法・精神科デイケアを行っています。

## 受付・入院のご相談

初診・再診共に月曜日から土曜日まで全て予約診療となっております。お電話にて予約を承ります。

電話受付時間：

月曜日～金曜日 8:30～17:00

土曜日(第 1・3・5) 8:30～12:00

※予約変更は、平日 14:00～16:00

0294-34-2103



## 医療法人 主 賛 会 日立梅ヶ丘病院

所在地：〒316-0012 茨城県日立市大久保町 2409-3  
 TEL：0294-34-2103  
 FAX：0294-33-1800  
 URL：http://umegaoka.or.jp  
 E-mail：info@umegaoka.or.jp

## 広報誌「真弓」部会

富田 加代子  
 瀬谷 美喜子  
 和田 悠子  
 川村 明日美  
 西野 尚美