



三和中央病院

医療法人 清朝会 三和中央病院 広報誌

2011年7月発行

No.7

POCO a POCO

(ポコ・ア・ポコ)

発行人：塚崎 稔 発行所：長崎県長崎市布巻町165-1

TEL 095-898-7511・FAX 095-898-7588

<http://www.sanwa.or.jp>

印刷：昭英印刷有限会社 長崎市平野町13-13 TEL 095-844-0231

POCO a POCO (ポコ・ア・ポコ) とは…

ポコ・ア・ポコとは少しずつという意味があり、何事も少しずつ、徐々に良くなっていければなどの思いを込めてみました。

基本理念 安心できる、こころ温まる医療

- 基本方針**
1. 私たちは誠実で親切な心をもって医療に従事します
 2. 私たちは人権を尊重した良質な医療を提供します
 3. 私たちは地域精神医療と地域ケアを実践していきます

東日本大震災こころのケアチームに参加して

三和中央病院院長 塚崎 稔

この度の東北地方を襲った大地震と大津波は未曾有の大災害となり、犠牲になられた方々のご遺族の皆様には謹んでお悔やみ申し上げますとともにご冥福を心より申し上げます。被災地の皆様がこの困難を乗り越えられ、一日も早い復興ができますようお祈りいたします。

この大災害によって被災者の皆様は家屋や肉親を亡くし、甚大なこころの傷を受けられ、今後このケアが重要な援助となってきます。医療法人清朝会三和中央病院としましては、この災害による被災者の方々のこころのケアを目的に、長崎県こころのケアチームに参加し、東北地方の被災者の方々へ微力ながら支援をおこなってきましたので、ここに報告いたします。



<目次> CONTENTS

- P 1～P 3 東日本大震災こころのケアチームに参加して・コラム①
- P 4 新任医師紹介・コラム②
- P 5 新入社員紹介
- P 6 部署紹介 心理療法室・火災訓練・挨拶標語

派遣期間：長崎県こころのケアチーム 第 7 班 (平成23年4月17日～4月23日)
第 13 班 (平成23年5月17日～5月23日)

派遣場所：宮城県亶理郡山元町

派遣要員：塚崎 稔 院長 及び 松本 喜代隆 副院長

他、長崎県より保健師2名、看護師1名、案内員1名の5名編成



平成23年4月17日(日)

長崎空港から伊丹空港を経由して再開したばかりの仙台空港へ到着。仙台空港は仮復旧のため、滑走路・誘導路は必要最低限の復旧、滑走路横は流れ込んだ泥がそのまま放置され、また空港海側周辺は、家屋、田、ハウスが被災していた。仙台市内はちょうど桜の花が満開であった。



平成23年4月18日(月)

最初の避難所の山元町立山下中学校へ向かう。途中の高速道路は損傷が激しく、陥没補修等で道路が波打ち、路肩崩壊で車線規制があり、50km規制となっていた。被災地は、国道6号線を境に被災状況が明確に異なり、海岸部は基礎を残し家屋が殆ど流失、コンクリート建の家も窓が全てなく、荒れ果てた瓦礫だらけの広大な原野と化していた。



平成23年4月19日(火)

山元町保健センターにて山元町役場職員との面接を行う。役場職員は自身も被災者であり家族を亡くしながら業務に従事し、ほとんど休みがとれない状態のなかで懸命の業務に従事しているため、かなり疲弊した状態であった。



平成23年4月20日(水)

山元町坂元支所着。予約のあった人等への個別健康相談診察実施。診察終了後、被災地を視察。

小さな農道から入るとすぐに冠水したままの農地に瓦礫が散乱した状況が海岸部松林まで広がっていた。途中、周囲の住宅、商店街がすべて流され常磐線の駅のプラットホームだけがぽつんと立っている異様な風景が垣間見られた。



平成23年4月21日(木)

17:20頃 相談・診察中に比較的大きな揺れがあった。震度3程度の揺れは毎日あっているが、避難所の方々は徐々に心労が重なっている様子であった。子ども達は庭でボランティアの人と楽しく遊んでいたが、子ども達のストレスもきっと大きいに違いない。





平成23年4月22日（金）
午前中、山元町真庭区民会館避難所および山元町坂元支所にて診察。昨夜宮城県担当保健師から連絡があった新規ケースの相談・診察のため。
山元町では役場に駐屯する自衛隊員が、行方不明者の懸命な捜索活動に当たっていた。



平成23年4月23日（土）
8：45 空港出発待合室で待機。暖房はなく、寒いので職員が毛布を配布していた。仙台空港を後にし、15：10 長崎空港着。到着口で長崎県こころのケアチーム第7班を解散した。

東日本大震災の被害については実際に現地に入ってみると、テレビ等の報道で見ていた以上の甚大な被害であり、そこで想像をはるかに超えた光景を目の当たりにして被災地にただ立ち尽くすのみであった。しかし、大震災による物的被害以上に私が衝撃を受けたのは、被災者が今回の大震災で受けたこころの傷の計り知れなさであった。最愛の親や子供を亡くして避難生活を余儀なくされた方々や被災者でありながら役場で働かされている人々の心情を察すると言葉が失う。今回の支援中に多くの災害後の急性ストレス反応、その後に引き起こされたPTSD（心的外傷後ストレス障害）、うつ病に罹患した方々を診察した。おそらく今後も継続的な支援が必要なことは明らかである。長い時間がかかるであろうが、少しずつこころの平穏を取り戻し、復興をされていくことを願ってやまない。

Column (コラム) ①

「こころのケア」に効くもの

三和中央病院副院長 松本 喜代隆

七才までは神のうち、と言いますが、それくらいまでの子どもが好きなことは、たいてい「こころのケア」に効きます。列挙してみましよう。

- ①動く（身体を動かす）：宮城県山元町は震災前から健康体操が盛んな町で、私たちが支援に入った仮設住宅の集いでも、指導員の方々を中心に、まず全員で体操をしました。ゲームの要素も盛り込んであって、できた、できないと、みんなでワーキャー言いながら、よそ者の私たちもみるみる心がほぐされていくことを実感しました。みんなで身体を動かすことは楽しいのです。
- ②笑う：上記体操のとき誰もが、失敗しても成功しても、自然と笑いました。小さい子がくすぐられてキャッキヤと笑うような笑いです。身体の笑いというものがたしかにあります。
- ③歌う：音楽に合わせる体操の用意もあったようなのですが、当日はラジカセがこわれてしまってどうしても音が出ません。すると、70代のかずおさんが「そしたら自分たちで歌うべ」と、都はるみの「あんこ椿は恋の花」を歌い始めました。「三日あーおくれえーのー・・・」。すぐさま、やはり70代を中心とする女性陣も加わっての合唱となりました。東北訛り調の哀愁を帯びた都はるみです。世にも美しい歌声で、ああ歌はこころにいいなーと思ったことでした。
- ④食べる：精神科医の中井久夫は、美味しいごちそうの持つ力を繰り返し強調しています。こころをねぎらい、励まし、内側からの力を引き出してくれるようなごちそうです。作家の宮部みゆきは「美味しい食べ物には人を正気にする力がある」と書き、東海林さだおは「口の中の甘さは、私たちの幸せの10%くらいを占めている」と書いています。
- ⑤泣く：今回の支援では、「はじめて泣くことができました」と何人かの方から言われました。大人であることを崩せない役割の人たちは、これまで誰かの前で泣くわけにできなかったのですね。こころの中で泣くことと、実際に涙を流して泣くことの違いは大きいのです。涙の持つ昇華作用の差でしょうか。

動く、笑う、歌う、食べる、泣く。子どもなら毎日していることばかり。こころのケアが必要な時には、時々誰かの前で子どもにならなくてはいけないようです。誰か、は、赤ちゃんであっても面識のない第三者であってもいいですよ。むしろそのほうが大人でない自分を出しやすいかもしれません。私たちは、半分はその役割で被災地に派遣されたのだと思います。

新任医師紹介

山田 恭暉 内科

新人ですが、塚崎病院時代からの古狸です。庭の草むしりと犬との散歩が趣味。草むしり後のシャワー、音楽と少量のウイスキーで満足し、家内からは安上がりな男とされています。



Column (コラム) ②

『お笑い』

三和中央病院副院長 岩田 信之

東北の津波と福島の原発事故。マスコミと国民の関心は、いまや、政府の対応の責任問題と政権争い、そして、この夏の電力不足問題。現地の被災者は、ただただ、原因の解明ではなく、結果への対応を望んでいるはずだ。現地を一瞥するだけの視察ではなく、塚崎院長・松本副院長のように、一週間、被災地の医療に携わると、よく理解できるはず。

因みに、電力不足の原因は、東電の事故後のコメントの『想定外の事故』による所が大きいと思う。正直にこう言うべきであった。『福島原発事故は想定内の事故だった。しかし、確率的に、極めて低い』と考え、費用の面も考慮して対応を敢えてしなかった。』--と。以前の『事業仕分け』のTVでの枝野（現・官房長官）・運輸（現・行政刷新担当大臣）議員。経済通産省の長年にわたる『首都を大津波から守る』大防波堤の建築工事を槍玉に挙げていた。あと100年ぐらいかかる大工事。結論は、『大切な工事だとわかるが、起こる確率が極めて低い。予算をカットします。』--彼らは『万里の長城』を見てきたらどうかしら。

辛い時は、笑って、乗り越えたい。

学生時代に笑い話の本を沢山集めた。それらは今でも（捨てられずに）私の本棚に残っている。笑いはベルクソンの著作にもあったように哲学でも扱う。笑う哺乳類は人間だけ。英国＝ユーモア。ウィット。仏国＝エスプリ。米国＝ジョーク。日本＝洒落（コ駄洒落）。お国が違つと笑いも違つ。映画『フォー・ウェディング』は、イギリスの笑い。これは笑える作品。一見の価値有り。

夫婦、恋人。趣味は違つた方が、お互いに増えて良いかも。しかし、笑い所は、同じの方が良いのでは。--。では試金石として、御題を2つ。一つ目は風刺。二つ目はナンセンス。

旧ソ連邦の共産党のブレジネフ書記長の独裁時代の話。共産党の心臓部であるモスクワのクレムリン宮殿の赤の広場で、田舎から出てきた或る市民が突然叫んだ。『ブレジネフの馬鹿！』。すると秘密警察がすっ飛んで来て逮捕。即、裁判にかけられ、重労働30年。傍聴席のある市民が呟いた。『幾らなんでも侮辱罪で30年は厳し過ぎるじゃないか。』臨席の市民が耳元で囁いた。『違つよ。侮辱罪じゃないんだよ。機密漏洩罪なんだよ。』

警察の取調べ室。ベテラン刑事の『落としのヤマさん』が容疑者をせめていた。

ライトを容疑者の顔にあて、机をバンと叩き、『おまえが、やったんだろう！。』TVドラマでよくあるシーン。『おまえが、やったんだろう！。』と何度せめても落ちなかった容疑者が遂に認めた。『そうです。私がやったんです！。』刑事は喜んで、ここぞとばかり、たたみかけた。『そうか、よく認めた。詳しく話してみろ。』容疑者：『私は康雄というのですが、小学校の時のあだ名はやっちゃんでした。ところがある同級生が舌足らずで、やっちゃんと言えずに、やったんと呼ぶのです。同級生もおもしろがり、それ以来、私のあだ名はやったんになりました。そうです。私がやったんです。』

NEW FACE

診療部 放射線室



前田 英昭 診療エックス線技師
長年大阪にいましたが流れ流れて長崎にたどり着きました。まだまだ大黒柱として、頑張らなければなりません。よろしくお願いいたします。

精神科リハビリテーション部



馬場 稔一郎 作業療法士
はじめまして。ご迷惑をおかけしますが精一杯頑張ります。よろしくお願いいたします。

医療社会福祉部



永原 龍夫 精神保健福祉士
全てが初めてで、右も左もわからない状態で迷惑を掛けると思いますが、ライバルは常に一步前を歩く自分自身だと思い頑張ります。

宜しくお願ひします。



看護部



加藤 ひとみ 看護師
恥ずかしながら出戻って来ました。気持ちも新たにやっいていこうと思ひますので、よろしくお願いいたします。



宮原 梓 准看護師
北3病棟に配属されて2カ月が過ぎました。病棟スタッフ方々には多大な迷惑を掛けています。今の自分に出来ることは限られますが、患者の皆様との関わりを大切にしていきます。



平田 知弘 看護助手
北6病棟に勤務している平田です。4月に入社して右も左も分からない状態でしたが、スタッフや患者様に様々な事を教えて頂ひいます。これからよろしくお願いいたします。



松本 成美 看護助手
4月1日より北3病棟に配属になりました。よろしくお願いいたします。



辻原 佳子 看護助手
初めての事ばかりで、ご迷惑掛けることもあると思ひますが、よろしくお願いいたします。



野田 敦史 看護助手
4月から入社しました野田です。南4に配属になりました。頑張るのでよろしくお願いいたします。



萬矢 勝彦 看護助手
初めての仕事ということで、わからない事がありますが、先輩達に聞き頑張っていきます。



高比良 三和子 看護助手
初心を忘れず、いつも笑顔と優しさをチャームポイントに北2病棟チームの一員としてクリーンな室内環境維持を心掛けます。



今井 日登美 看護助手
地元での初めての仕事！！今までの経験を生かしながら新しい気持ちで頑張りたいと思ひます。



福田 智津 看護助手
北2病棟入りしました福田智津です。病院の仕事は初めてです。まだまだ分からない事ばかりですが一生懸命頑張りますので、ご指導のほどよろしくお願いいたします。

部 署 紹 介 【心理療法室】

心理療法室では、臨床心理士が業務を行っています。業務内容は、心理療法と心理検査です。いずれも患者さんの心を理解して援助するためのものです。心に負担を掛けることもあるので、主治医が必要と判断した場合に行われます。

心理療法では、外来での個人カウンセリング、認知症疾患治療病棟での回想法、アルコール病棟やデイケアでの集団ミーティング、認知症や精神一般病棟でのコラージュ（貼り絵）療法などを行っています。

心理検査には、知能や性格に関する検査があります。診断のための情報、治療効果の測定、患者さん自身の自己理解などに役立ててもらっています。

どの業務も患者さんの心の理解と援助を目指しています。そのために、心理療法室以外の多職種と連携を図りながら、取り組んでいます。



火災訓練 5/20

とまと病棟より出火したとの想定で避難訓練・消火訓練を行いました。患者様や職員の方々は真剣に訓練を行いました。



あいさつ運動

職員の方々より挨拶標語を募集しました。今回は下記のふたつの標語が今回の病院あいさつ標語と決定しました。

【 挨拶は 心の扉を 開く鍵 】

【 挨拶は 心をつなぐ 合言葉 】



医療法人 清潮会 **三和中央病院**
 診療科目：精神科・心療内科・内科・歯科
 〒851-0494 長崎県長崎市布巻町165-1
 TEL 095-898-7511・FAX 095-898-7588
 E-mail：info@sanwa.or.jp