



2019年 夏号

vol.35



さくらニュース



新人から一言・精神保健福祉士の
紹介・医師の紹介



「しっかりして下さい!!」「ちゃんと
して下さい!!」って怒られると……



怒りが呪いになってしまったら……

さくらそう

桜ヶ丘病院を報誌

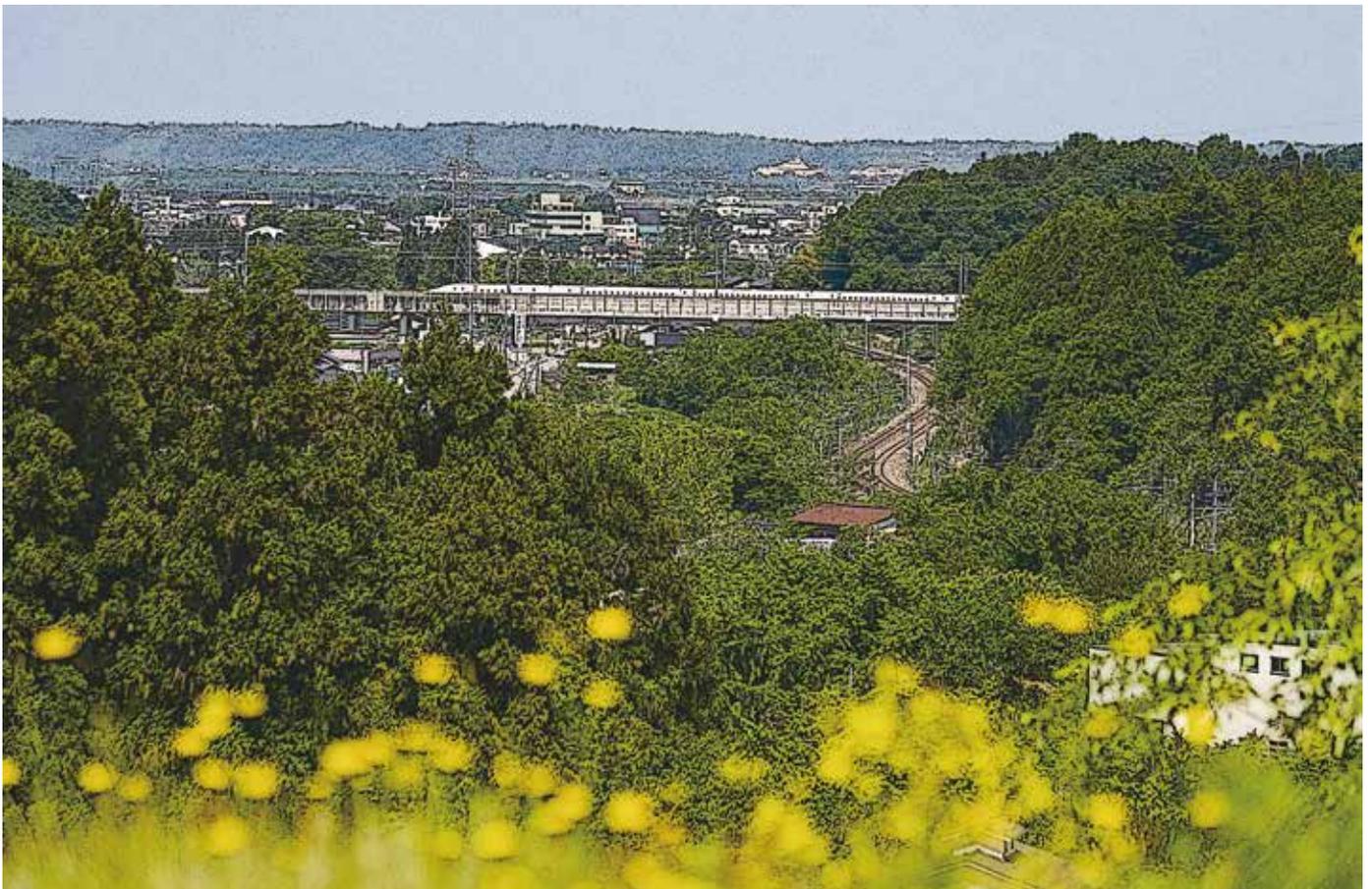


桜ヶ丘病院
Sakuragaoka Hospital

最新ニュースもチェック▼

桜ヶ丘病院スタッフブログ

<http://e-sakurahp.com/staffblog/>



七野墳墓群（津幡町）



四隅突出墳型丘墓

今夏の表紙 しちのふんぼぐん ～七野墳墓群～

(所在地:石川県河北郡津幡町字七野)

当院を出てIRいしかわ鉄道に沿って県道215号線(旧国道8号線)を倶利伽羅方面に車で約10km、20分弱、道の駅「倶利伽羅 源平の郷」の奥、倶利伽羅不動寺西之坊鳳凰殿を南西から見下ろす小高い丘に「七野墳墓群」があります。

平成4年～5年にかけて発掘調査が行われ、当初はその形状から前方後円墳1基、方墳5基、円墳1基から成る古墳と想定されていましたが、調査の結果、弥生時代終末期の計12基・30埋葬施設からなる墳丘墓と確認され、発掘調査が行われた1号墓からは勾玉(まがたま)・管玉(くだたま)・ガラス玉の他に、刀・鏃(やじり)などの鉄製品、発掘調査時では北陸地方では初の出土例となった素環頭刀子(そかんととうす)が発見されました。

現存する二号墓・三号墓・四号墓は調査後、倶利伽羅不動寺の協力を得、保護層として約30cmの盛土と芝生による緑地化がなされ、津幡町指定文化財として保存・公開がなされています。特に二号墓は近畿北部や山陰地方に多くみられる「四隅突出型墳丘墓(よすみとっしゅつがたふんきゅうぼ)」と呼ばれる形で、山陰や近畿北部などからの強い影響を受けた有力者が造ったものと考えられるそうです。

この墳墓群や倶利伽羅不動寺西之坊鳳凰殿の周辺は、春には梅・桜・シャクナゲ・牡丹・藤・ツツジ・アジサイなどの花木が咲き、美しく彩られたお庭が見事です。

また、墳墓群のうえから西を眺めると、奥には河北潟や内灘砂丘、手前には、その昔北国街道だった旧国道8号線、IRいしかわ鉄道(旧北陸本線)に北陸新幹線も望むことができます。なお、遮るもののない墳墓上では熱中症にくれぐれもご用心下さい。最高時速260km/hで走行するW7系E7系の北陸新幹線を約17秒間眺められる「新幹線の見える丘公園」へは約3km、車で7～8分です。

というわけで、この墳墓に眠る方々は、北陸新幹線以前には、源平の合戦の平維盛軍、木曾義仲軍、そして加賀前田家の参勤交代、奥の細道の松尾芭蕉、明治天皇の北陸行幸、ゼロの焦点の主人公「鶴原禎子(久我美子)」を乗せた上野発の夜行寝台「北陸」、松平健と大地真央の「トワイライトエクスプレス」でのハネムーンなんかも眺めていたんですかねえ。



素環頭刀子

石川県河北郡津幡町竹橋ク128 倶利伽羅不動寺西之坊鳳凰殿

開門時間 9:00～17:00

参考文献:七野墳墓群発掘調査報告書、2010年3月31日発行、七野古墳群調査委員会



怒りが呪いになって しまったら…

いきなり物騒なことを書いておりますが、あるラジオ番組を聴いておりましたら、現代は「呪いの時代」なのだそうで…、その「武田鉄矢・今朝の三枚おろし」(文化放送)で紹介されていた本には、こう書かれてあります。

“「呪い」は今や僕たちの社会では批評的な言葉づかいをするときの公用語になりつつあります。「弱者」たちは救済を求めて呪いの言葉を吐き、「被害者」たちは償いを求めて呪いの言葉を吐き、「正義の人」たちは公正な社会の実現を求めて呪いの言葉を吐く。けれども、彼らはそれらの言葉が他者のみならず、おのれ自身へ向かう呪いとしても機能していることにあまりに無自覚のように思われます。”(内田樹 著、「呪いの時代」、新潮社、2012年5月18日)

なんだか、そう言われてみると某国の大統領のつぶやきはまさに「呪い」、両国間の貿易による関税での報復措置なんてのは、私にはまるで「呪い合戦」に見えてしまいます。そんなことをしていても解決しそうには思えませんね。

「人を呪わば穴二つ」と言う諺(ことわざ)があるぐらいですから、「呪い」には恐ろしい力があります。他人を呪って殺そうとすれば、呪う相手の分と呪うこちらの分の墓穴を用意しなければならない。だからこそ「呪い」の言葉を使ってはいけません。

では、この「呪いの時代」をどう生き延びるか…この本にはこう書かれてあります。

“呪いを解除する方法は「祝福」しかありません。自分の弱さや愚かさや邪悪さを含めて、自分を受け入れ、自分を抱きしめ、自分を愛すること。”さらに“多くの人が誤解していることですが、僕たちの時代にこれほど利己的で攻撃的なふるまいが増えたのは、人々が「自分をあまりに愛している」からではありません。逆です。自分を愛するということがどういうことかを忘れてしまったせいです。”とあります。

自分を愛していない自分探しの途上にある人間は、「自分」を支えてくれるものを求め、旅をしたり、美味しいものを食べ歩いたり、愛されるに特化した「アイドル」を追い求めたり、それでは充たされず、仕事を変えたり、パートナーを次々に変えたりして、「自分のためだけのたった一つの仕事、たった一人のパートナー、たった一つの使命」を求めたりしますが、そんなことに巡り会うのは至難の業です。「自分」を愛せないから「他」を愛し、「他」に



『呪いの時代』

内田 樹

新潮社

2012年5月18日

去られれば、「他」を憎み、巡り会えないと言っでは、世の中を「呪う」ことになります。「自分」を愛するのは実に困難な事業です。

「呪い」を解くための「祝福」はどのようにすれば良いのでしょうかねえ？

私は「チコちゃん」と映画「ボヘミアン・ラプソディ」にそのヒントと予兆があるように思います。永遠の5歳の女の子という設定の「チコちゃん」に、いい年した大人が「ぼーっと生きてんじゃねえよ！」と怒鳴られたり、チコちゃんに飼われている江戸川の黒い鳥「キョエちゃん」に「バカーツ」と言われて喜んでる姿こそあるべき姿なのではないかと思えます。

どんなに良い生活をしていても偉そうにしている、生身のあまりパツとしない「このようなものであり」「こんなものでしかない」自分を受け容れて、認め、「私ってバッカーツ」と笑って(←ココ大事!)過ごすことができればずいぶん変わっていくように思います。質の良い「笑い」こそ、ギスギスしたこの世の中の潤滑油になります。

さらに「音楽」にもその力があるのではないかと思えます。映画「ボヘミアン・ラプソディー」で、主人公が大切な仲間を捨て、病を得た人生を振り返り、自分の弱さをさらけ出して“*We are the champion of the world!*”と世の中の人に呼びかけている姿に、希望の灯を見ることができると思うのですが、いかがでしょうか？性の同一性に悩み、薬物に溺れ、(当時は治療法が無かった)死に至る病を得て、そして何よりも偏見に傷つき悩みつづけた「フレディー・マーキュリー」ですが、それでも彼が手がけた「音楽」は世代も国境も越えて広がり続けています。

考えて見れば「お金」だってそうです。お互いをののしり、それこそ呪いをかけるような国同士だって、「お金」という共通の道具を使っているのですからね。

記事: コーブランドセンター認定WRAP®ファシリテーター
(一社)日本精神科看護協会 精神科認定看護師 藪 一明

「病院機能評価受審について」

去る令和元年5月14日～15日、今回で3度目となる(公財)日本医療機能評価機構による病院機能評価3rdG.Ver2.0の訪問審査を受審しました。

当院としては、日々行っている業務について、これで良いのか、もっと改善すべきところはないのかと客観的な評価を求めることと、この受審に向かって職員が一丸となって目標達成することに意義を感じ、継続して受審しています。

さすがに3度目の受審となると、初回に比べればゼロから準備するものも少なかったのですが、「5年毎に身を引き締める機会をいただいている」という心持ちで、病院全体や各々の部署の現状について点検・議論、そして改善がなされました。受審時点ではやり切った感がありましたが、時代の流れとともに変化を求められ、それに対応していかなばなりませんし、日々の業務においても改善の意識を持ち続けなければならないと考えています。

今後もこの機会を活かし、よりよい病院にしていきたいと思っています。実際、この受審をきっかけに、日常業務の疑問についてご相談できる機会もいただき、得たものは計り知れないと感じています。

ちなみに更新結果は、記事作成時点では通知されておりませんが、分かり次第、当紙面やブログなどでご報告したいと考えております。



「しっかりして下さい！！」 「ちゃんとして下さい！！」 って怒られると……

皆さんいかがお過ごしでしょうか？

こんにちは。精神科AM(アンガー・マネジメント)看護師の袋井修平です。

「ちゃんとして下さい」「しっかりして下さい」と怒った経験、怒られた経験ないですか？この言葉には怒る側と怒られる側で事実のとらえ方に大きな違いが出るケースがあります。

怒った側からすれば、自分の考えていた程度とは違う為に、もっとこうしてほしいという思いを含めて使用している言葉かもしれませんが、怒られた側の解釈はどうでしょう？

その時は「はい。わかりました」と返答するかもしれませんが、このやりとりだけで行動変容に至るケースは稀ではないでしょうか？「何を」「どの程度」「いつまでに」行うのかが伝わらないため、本人の具体的な行動変容に繋がらないわけです。更に言うと、こうした怒られ方を頻回にされると、自己評価も「ちゃんとできた」「ちゃんとできていない」の白黒思考になってしまいがちです。「なんでちゃんとできないのか？」と自分に自問自答している中で自己肯定感が育つことは考えにくいですね。「なんで？」と自問自答しているうちに自責の念にとらわれてしまうことも十分考えられます。

本人が主体的な行動をとることを目的に怒るのであれば、日常的に使用されている「ちゃんとして下さい」「しっかりして下さい」は効果的な声掛けとはいえません。他人に責任を押し付けるような「なんでできないのか？」ではなく、ともに同じ方向を向いて「どうしたらできるのか？」を一緒に考えていけるように努めていきたいですね。

自分の感情に責任をもって行動していきたいですね。



TOPIC OF anger management

記事：看護師、CVPPPトレーナー、アンガー・マネジメントファシリテーター、
アンガー・マネジメントキッズインストラクタートレーナー、
アンガー・マネジメントアドバイザー 袋井 修平

医師の紹介



榎本雅彦医師

平成31年4月に入局し、内科外来と入院患者さんの内科疾患管理を担当しています。よろしくお願いいたします。

大嶋一彰医師

平成22年に金沢医科大学を卒業し、認知症の研究で大学院を修了しました。平成31年4月に入局し、当院精神一般病棟を主に担当しています。外来は月曜午後と土曜日です。「いつも笑顔」がモットーです。患者さんとの信頼関係を重視した診療に努めてまいります。よろしくお願いいたします。



新人からの一言

●川本 栄太

まだまだ不慣れではありますが、常に向上心を持って頑張ります。よろしくお願いいたします。



●塚本 貴統

看護師として1人の社会人として、成長していけるように頑張っていきたいです。



●倉本 弦

身体を崩さないよう頑張ります。精神科の看護師として、患者さんが地域へ戻って平穩に暮らせるよう、回復の手伝いをしたいと思います。



●佐竹 麻友香

4病棟に配属された佐竹です。病棟目標にもある通り、患者・家族の思いに寄り添い、心あたまる看護を提供できるよう、精一杯努力いたします。



●岩本 都子

今は仕事を覚えることに必死で、知識・技術ともに未熟ではありますが、患者さんやスタッフからも信頼される看護師を目指して努力していきます。



●田嶋 百桃

患者さんの安全を第一に看護していきたいです。臨機応変に対応できるように頑張ります。



●佐藤 京香

患者さんのことを第一に考え、行動できる看護師を目指します。



●横川 夢実

患者さんが安心して治療が受けられるよう、寄り添った看護をしていきたいです。



精神保健福祉士の紹介

金木元美精神保健福祉士

平成31年4月16日に入職しました、精神保健福祉士の金木(かねぎ)です。以前は訪問介護の仕事をしていましたので、まだまだ知識は乏しいですが、患者さん本人やご家族等のご相談に向き合っていきたいと思っております。よろしくお願いいたします！



さくらニュース

★ TOPIC. 1 ★

こんにちは！デイケアさくらんぼ楽器クラブ チェリース4です。

私たちは楽器クラブのメンバー3人とデイケア職員の計4人でボランティアの慰問演奏を行っております。3年前の夏から始めていますが、おかげさまで、今では色々な施設から声をかけていただき、充実したボランティア活動をさせてもらっています。

訪問先は主に、お年寄りの施設で、童謡・唱歌・演歌などをレパートリーにして披露しています。音楽を通じて、利用者の皆さんと楽しいひと時を過ごすことができてやり甲斐を感じます。これからも行く先々で、いい笑顔に触れ合えるように活動を続けていきたいです。

メンバーSさんの声：初めの頃は、ボランティア活動に気乗りしなかったが、最近になり年金で生計をたてることが出来るようになったら、ボランティアすることは社会に還元していることだと思えるようになり、善いことをしているという自覚が持てるようになりました。



★ TOPIC. 2 ★

地域住民の皆さん対象の「いきいき健康教室」継続して行っています。

観法寺町のいきいき健康教室では、4月「認知症予防！脳のトレーニング」について、5月「認知症の方との接し方と上手なコミュニケーション方法」について、6月「暑い季節に気をつけたい！高齢者の熱中症を防ぐ方法」についてお話させて頂きました。

いきいき健康教室は、私たち病院職員が地域住民の皆さんの声を直接聞ける貴重な時間です。これからも地域住民の皆さんと一緒に笑い成長できる時間になりたいと思います。



★ TOPIC. 3 ★

桜ヶ丘病院地域医療連携の会

去る3月14日(木)、しいのき迎賓館において、昨年引き続き第2回目となる『地域医療連携の会』を開催しました。年度末のご多忙の時期にも関わらず、43施設61名の方々にご参加いただきました。

昨年と同様に認知症がテーマでしたが、今回は趣向を変え、精神科や神経内科などの認知症治療を専門とする科以外の先生にお話ししてもらおうと企画しました。以前「口腔ケアと認知症」という講演を聴き、新しい視点に感動した職員からの提案で、歯科医師から見た認知症を主軸にご講演い

ただくことにしました。

今回は、公立能登総合病院 歯科口腔外科部長 長谷剛志先生をお迎えし『認知症の人に対する「食支援」の考え方』、食事場面の観察ポイントと注意点と題し、具体的な症例(画像等含む)を交えて、日常でよく耳にする支援者の先入観や、誤嚥の誤解などについて、ユーモアを交えた軽快な口調でお話しいただきました。

長谷先生の楽しいお話の後、昨年もご好評いただいた「情報交換会」を催しました。しいのき迎賓館の歴史と現代が共存する落ち着いた雰囲気の中で、美味しい料理を皆で味わいながら、とても活気のある楽しい情報交換の場となったように感じました。

ご参加いただいた方々からも「講演がわかりやすかった」「また今後も企画して欲しい」との嬉しいお声をたくさんいただきました。地域における医療サービスの充実と真の連携実現のためにも、短時間ではありましたが、ご参加された皆さまが語り合う場の提供ができたのであれば幸いです。今後この会を継続し、皆さんと集い真の仲間になれるきっかけになればと願うばかりです。

今後、引き続きさまざまなお話をいただければ幸いです。昨年7月開催の「症例検討会」のような新たなきっかけづくりを企画いたしますので、今後とも宜しくお願いたします。



病院理念

精神科専門病院として、心のケアから高齢者医療にいたるまで、心のこもった医療を行います。

基本方針

- 1) 優れたスタッフを育成し、質の高い医療を提供します。
- 2) 安全性、信頼性を常に考え、十分な説明と理解と同意に基づいて治療を行います。
- 3) 地域医療の発展に貢献する病院を目指します。

患者さんの権利

- 1) あなたは、良質な医療を受ける権利を持っています。
- 2) あなたは、医師、病院を自由に選択する権利を持っています。
- 3) あなたは、十分な説明を受けた後に、治療を受け入れるか、または拒否する権利を持っています。
- 4) あなたは、ご自身の情報を得る権利を持っています。
- 5) あなたは、ご自身の情報について守られる権利を持っています。
- 6) あなたは、健康教育を受ける権利を持っています。

※なお、皆さんは権利とともに義務も発生いたします。

入院生活を送っていただくうえでは必ず病院規則はお守り下さい。



《外来診察スケジュール》

診療時間	診療科目	月	火	水	木	金	土	
午前 (9:00~12:00)	精神科	一診	岩崎	橋本	林	南野	天野	南野
		二診	眞舘	眞舘	眞舘	大平		大嶋
		三診						大平
	内科		榎本					
	午後 (13:30~17:00)	精神科	一診	大嶋	大平	天野	岩崎	林
			二診					
内科								

《外来受付時間》

○ 初診 午前 8:30~11:00 午後 13:00~16:00 ◎ 再診 午前 8:30~11:30 午後 13:00~16:30

・初診の場合は、待ち時間短縮のため、必ず前日(土・日・祝日を除く)までに「地域連携室」にご連絡下さい。

医療法人社団浅ノ川



標榜診療科 精神科 内科 歯科

●精神科デイケア・デイナイトケア 「さくらんぼ」
●グループホーム 「プリムラ」「ハイツ北金沢」

TEL:076-258-1454

〒920-3112 石川県金沢市観法寺町へ174番地