京ケ峰の四季

第61号
2018年新春号

元旦早朝 猿田彦三河神社にて

病院の開設から80年、
私が受け継いでから60年、京ケ峰への移転から50年。
この記念すべき年に病棟の建て替えに着手し、
新たな飛躍に向けた再スタートの年とします。

新年明けましておめでとうございます。
平成30年の新春を寿ぎ、皆様には良いお正月をお迎えになったこととお慶び申し上げます。本年も仲良し像の心「明るく、仲良く、元気よく」をモットーに皆で頑張りますので、よろしくお願いします。

平成もすでに30年を数え、来年には天皇陛下が退位されるということで、誠に感慨深いものがありますが、当院にとっても今年は記念すべき年です。私の父が昭和13年に岡崎市康生町で開院してから80年、私が受け継いでから60年、そして現在の京ケ峰に移転してからでも50年目という節目の年となります。

その記念すべき節目の年に当院は、50年前に建てた旧病棟（北・中・西病棟）、そして南病棟の建て替えに着手いたします。地域のニーズに答えるべき新しい病院作りのために、精神科病院としてさらに飛躍していくためにも是非とも取り組まなければならないものであり、多くの困難を伴う大変な事業ではありますが、職員にはできる限りの協力と地域の皆さまにはお力添えをお願いしたいと思います。

このように今年は重大な年でもありが、医療、介護、福祉の診療報酬改定も重なり、今現在はその内容が果たしてどうなるか予測はついておりません。しかし、こんな時だからこそ大事なのは、一人ひとりが何をすれば患者さまにとってプラスになるのかを真剣に考え、前向きに取り組んでいくことになります。毎回、言っていることかと思いますが、職員一同、心を一にし、一つのことに取り組み、積み上げていけば、何事でもできないことはないと私は信じています。一人の医療スタッフとして、何かをしてもらうのではなく、何ができるのか、あるいは一人の職員として何を考え、何をしていくべきなのかを自問しながら、従来の経験を生かして、新たな試みに挑戦していきましょう!

そして、開院80周年を皆で祝い、これを機に益々頑張っていきましょう!

京ケ峰岡田病院
院長　岡田 庸男

基本理念

一人ひとりの患者さまの幸せのために
～ For the Patients ～

コラム

「夢中になっていること」

医局　宇佐見 理恵

スキーの友人たちに誘われて、ゴールデンウィークの乗鞍岳に板を担いで登り、山頂から滑る楽しさを味わいました。仲間の足を引っ張らないよう、せめて自己管理ができるようになろうと登山を始めたのが約7年前です。「富士山」という名前以外ほとんど山を知らない初心者の私は、基本を習いたいと思いついたのが冬だったので、「アイスクライミング体験」に参加しました。そこでご紹介いただいた方が、日本初の国際山岳ガイドでした。

1971～72年に欧州三大北壁登攀など、山岳ガイドの中でも有名な方です。60歳代後半になられていたこともあり、初心者にもご指導くださるとのことでした。内容は山歩きから岩登りまでと幅広く、季節も夏季から冬季までを含む1年中でした。「スキーに岩登り関係ないけど?」と尻込みすることもありましたが、今では縦走登山からアイスクライミングまで行くようになりました。

登山にはいろいろな要素が要求されます。運動能力、地図読み、危険予測、段取り、料理、植生から始まり天候の変化など、地上に存在する事象を理解して、自己の安全確保に利用することを学びました。「セオリー」を教えるのではなく、「きっかけ」をくださり、自分で学習させるという指導法です。肌に合わない方もおられますが、私は夢中になっています。登山中には不測の事態が多く、セオリーでは対応できず、最終的には自分で体得したことが結果を決めるとお考えのようです。

少しは山歩きできるようになった最近の私は、指導者と行動する時に判断を委ねていることを自覚するようになりました。判断と根拠を尋ねられた時、「正解」を答えようとする自分がいるからです。大自然の中では「正解」は存在しないのです。依存心を断ち切るために恐る恐るですが、冬の硫黄岳や悪天候の穂高岳涸沢を単独で歩き、自分を試したりしています。

また、日本では12～1月は「氷」、2～3月は「雪」と、登山のテーマが変化することを知りました。登ろうとする「滝の氷」、滑ろうとしている「斜面の雪」のコンディションについて、科学的知識から経験的情報まで、未知の世界が広がります。

それから、山小屋ではさまざまな目的で来られている方々に出会います。朝日で赤く染まる山肌を撮影しようとマイナス20℃の中で何時間も待機する写真家の方や、年末年始に雪深い黒部峡谷を20日以上かけて後立山から横断した経験など、魅力的なお話を聞くことができます。それぞれの目的を達成するために、異なる内容の登山技術を習得されているのも興味深いです。

このような未知の世界につながる登山はとても面白く、時間がいくらあっても足りないと感じる今日この頃です。

病院TOPICS

社会的栄誉者表彰

愛知県精神保健福祉協会長表彰

当院職員が院外の団体より表彰を受けましたので、
院内表彰するとともに、
広報誌にてお知らせいたします。

看護部・副総師長
平岩 政子

PSW部・主任
辻川 幸博

長年にわたり精神保健福祉の業務に尽力した功績が認められ、愛知県精神保健福祉協会より協会長表彰をいただきました。

防災コラム

阪神淡路大震災から23年

1年前の「防災コラム」とは、何の連続性もない内容になることをご容赦ください。まだ「最近」の話と思っていましたが、もう23年も経つのか…と驚いたのと、段々と記憶が薄くなってきましたので、少しだけですが、私の体験談を書かせていただこうと思います。

平成7年1月17日、火曜日。前日の月曜日が、成人の日の振替休日で休みだったと記憶しています。当時、私は神戸に本社がある会社の、群馬県の工場で働いていました。その前の週、上司の代理で急に17日の神戸での会議に出ることが決まり、前日の16日の夜から神戸入りし、三宮（神戸の中心街）にある10階建てのホテルの7階に泊まっていました。

午前5時半ごろ、寒さで一度目が覚め、ウトウトしていた時、突然「ドーン」という感じで建物全体が突き上げられました。ベッドの時計は5:52を表示していました（実際の記録では、最初の地震が5:48）。経験上、まさかそんなに長く揺れるとは思わなかったので、私は反射的にベッドの上に立ち上がってしまいました。結果、そのあとに「ヴヴーン」という、虫の羽音のような細かい振動が、地の底から這い上がるようにビルの7階まで近づいてきたかと思うと、「グワッシャーン!」というような音がして、ホテルの部屋がまるでミキサーの中みたいになり、私はベッドの上から跳ね飛ばされ、床に叩きつけられました。

その後は長く揺れ続け、ホテルの建物が北側に大きく傾いて「ポキッ」と折れる寸前まで行った感じになり、堪えたかと思ったら、その反動で南側にも同じぐらい傾き、2度目の恐怖を感じたりしました。その他にも、起こったことや、自分が思ったことなどがたくさんありますが、あまりに長くなるので割愛します。

結果として、幸いなことに訓練の成果（?）もあって、すぐに机の下に潜ったので、私の被害はベッドから跳ね飛ばされた時の膝の擦傷だけで済みました。ただ、上に書いた通り、かなりの恐怖を味わったと思います。

しかしながら、もし誰かに「地震で何が一番怖かったか?」と聞かれたら、上に書いたようなことではなく、迷わず「余震が一番怖かった」と答えます。交通もマヒしていたので2～3日のあいだ三宮にいたのですが、グラッと揺れるたびに「またあの時と同じ強烈な揺れが来るのではないか」という恐怖に襲われました。最近の言葉で言うと「PTSD」と言えばいいでしょうか。神戸を離れた後しばらく、眠れない日もありました。また、余震が怖くて屋内にいられず、真冬でしたので夜が寒かったことや、周辺の情報が全く入って来なくて身動きが取れず困ったこと…などが強く思い出されます。

そんな経験から、「災害を生き延びた後のこと」を考慮した体制づくりができれば、と考えています。

以上、駆け足で失礼いたしました。またの機会があれば、今回書けなかったこともご紹介したいと思います。

防災委員：大村

行事報告・行事食

第14回愛知県精神障害者スポーツ（バレーボール）大会
2017年10月19日（木）

東郷町体育館において開催されました。10チーム中当院は健闘!惜しくも準優勝でした。

愛精協有志病院混成ソフトボール大会
2017年11月3日（金・祝）

愛知池運動公園にて開催。愛精協加盟病院の職員で構成される11チームが参加し、結果は優勝!

開院記念行事 文化展
2017年11月7～11日

患者さまと職員の作品を院内で展示。迫力のある作品が多く、芸術の秋を感じました。

希望会ゲートボール大会
2017年11月10日（金）

庄内緑地公園で開催され、当院のチームは女性メンバーが活躍しましたが、1勝1敗の成績でした。

希望展
2017年11月22～26日

当院からは20点の作品を出品。「いつも個性的な作品で興味深く見ています」と感想をいただきました。

地元中学校福祉体験
2017年11月22日（水）

地元中学校1年生31名が福祉体験としてデイケアに来所され、手工芸やスポーツなど一緒にプログラムを体験しました。

坂崎学区文化芸能祭
2017年11月26日（日）

地元小学校で開催された文化芸能祭に、当院からは患者さまの作品を出展し、大勢の方に観覧いただきました。

デイケアー泊旅行
2017年12月5～6日

幸田町にあるホテル『天の丸』で夜景を見ながら温泉に入って、おいしい料理を食べて、のんびり過ごしました。

デイケア クリスマス会
2017年12月21日（木）

1ヶ月前から飾りを作ったり、準備をしながら、当日はお寿司を食べて、ビンゴゲームなどで楽しみました。

クリスマス演芸会
2017年12月25日（月）

患者さまの出し物も職員の余興も、練習を重ねた成果もあり、とても立派で楽しいものとなりました。

餅つき
2017年12月28日（木）

今年は晴天に恵まれ、患者さま、職員、院内保育所の園児、みんな笑顔で楽しくお正月用の餅をつきました。

五社巡り
2018年1月1日（月・祝）

患者さま、職員、職員家族、約90名で元旦の朝から幸田町内の神社をめぐり、今年も良い年になるよう、みんなで祈りました。

葵1病棟 行事食
2017年 11月2日（木）

パンケーキ、ポテトサラダ、玉子サラダ、ほうれん草スープ、コーヒーゼリー

北1病棟 行事食
2017年 11月29日（水）

ロコモコ丼、ポトフ、プリン、ホットカフェオレ

おすすめコーナー
「一生懸命ふざける」

ここ5年、ゴールデンボンバーにハマっています。『女々しくて』をご存知の方も多いかと思います。テレビで観る彼らはふざけた感じのイメージが多いのですが、実は「一生懸命ふざけている」んです。何よりもファンを大切にし、身体を張って全力で楽しませてくれる姿に、生きる希望をもらっています。

息子と一緒に握手会、ライブに参戦しています。県外ライブはホテルに泊まり、プチ旅行感覚で楽しんでいます。

ライブでは、歌、MCの間に自作の演劇もはさみます。全体的に、やはりふざけた内容の演劇ですが、メッセージ性のある内容もあり、観ながら涙することもあるんです。意外ですよね。そして演劇中は、椅子に座って観るスタイルなので、体力的にも最後まで大丈夫なんです。ご年配の方、親子3世代で参戦している方もいますよ。

ちなみに私の推しは、白塗りのダルビッシュ研二さんです。メイクを落とすとイケメンです。優しくて、涙もろくて、家族想いで、心もイケメンです。昨年1月、彼の出身地、福岡県うきは市のゆかりの地を巡り、幸せな気持ちになって帰ってきました。だんだんコアな感じになってきましたね。

ゴールデンボンバーに興味を持った方、YouTubeで『らふぃおら（デモ）』、『イヤホン』、『広がる世界』、『あしたのショー』など検索してみてください。心に響く曲がたくさんありますよ。

看護部・外来 横山

※次号は看護部・星谷さんが担当します。よろしくお願いします。

編集後記

あけましておめでとうございます。あっという間に新しい年になりました。今年の2月9日から平昌オリンピックが韓国で開催されます。過去のオリンピックでは、長野で10個、ソチで8個のメダルを獲得しています。今回は、男子フィギュアスケート、女子スキージャンプ、女子スピードスケート、男子スノーボードハーフパイプなどで、今まで以上のメダルラッシュが期待されています。特に、男子フィギュアスケート2大会連続、女子スキージャンプでは前回のリベンジで金メダルが期待できます。みんなで応援しましょう。頑張れ日本!

広報委員 加藤

京ケ峰岡田病院
〒444-0104　愛知県額田郡幸田町大字坂崎字石ノ塔8
TEL（0564）62－1421　FAX（0564）62－9338
ホームページ www.kyogamine-okada.com