

遠藤先生の Weblog



千曲荘病院

2007年8月6日（月）

2007.8.1 院長の挨拶皆さん一日ご苦労様でした。ただ今勤続40年を迎えた師長さんをはじめ、皆さんの顔を見ていたら、長い歴史を改めて感じました。この日は大切な日だと改めて思いました。今日、精神科の勤務医からメールを頂きました。その内容は「とうとう常勤が2人になってしまいました。長期の人しか入院していない病院で、果たして来年度の改正で生き残れるでしょうか？」というシビアな質問でしたが、今の時代では立ち行かない状況ではないかと思えます。病院も、他の業種もそうですが、格差が出てきています。ある程度医者が集ってくる病院と、研修医が集ってくる病院と、あまり行きたくないという病院とに分かれてきています。国の方の政策が病院の病床を減らすという政策を取っているのでやむを得ない状況ではあるのですが、おかげさまで、千曲荘病院では、何とか医師にも恵まれていてありがたく思っています。これから診断レベルがさらによくなっていくのではないかと期待しています。病院の機能の一つは診断技術治療という面があるのですが、3つ大事だといわれています。二つ目は、理事長が日頃から言っている人間愛ということで「優しく患者さんの立場になって接していただき、この病院にこれてよかったなあ、この病院のスタッフに出会えてよかったなあ」思ってもらえるような人間としてのサービスです。3つ目は療養環境です。あまり暗い療養環境では治療を受けたくないという患者さんもいますが、最近では「花と緑を増やそう運動」のもとで、患者さんとスタッフが一緒になって花に水をやっていたり、一緒に療養環境をつくるという大きな流れがでてきています。この3つをバランスよく続けていって、本当の意味で「千曲荘病院がないと東信地区のメンタルヘルスが成り立たない」、と言われるようでありたいと思えます。御礼になりますが、「上田わっしょい」友愛会会長、実行委員長他48名が参加されたと聞いていますが、千曲荘病院があるということを見んなに見ていただいたということでありがとうございました。また病院祭の日程をUCVで職員が紹介してくれて、非常にうれしく思いました。友愛会があつてよかったなあと思えました。「黄色いハッピーがよかったよ」と外来の患者さんや入院患者さんから声をかけていただきました。見てる人は見ているんだなと思えました。10/28日に病院祭がありますが、デイケアIIの「なごみ」と同じ面積で東棟の屋上に庭園を作る予定で計画が進んでいます。どうか楽しみにしててください。

来年は50周年です。これは大きな区切りです。未来永劫とは言いませんが、私は100年は目指したいと思っていますので、来年は折り返し点になります。みんなの心を一つにして今までの伝統をつなぎながら、やっていければと思います。最近経営セミナーの資料を読んだところ、企業は10年で10分の1になり、30年で100分の1になるそうです。100年以上続いている会社は5万分の1だそうです。だからどの県をとっても100年以上続いている会社は数社しかないそうです。だから100年続くということは大変なことであり、僕らも本当に努力していかなければ実現できないということになります。ただ例外があつて、京都府だけは100年以上続く会社が600社くらいあつて

、どうして残っているのかと調べたところ、先達や先輩の骨身を削る苦難を偲んで、ありがたいという感謝の気持ちの精神が引き継がれているということのようでした。先ほど合津さんが、40年勤務された謝辞の中でいくつかの千曲荘病院のいい点を伝えてくださったのですが、私たちも開院記念日は創業時の苦労を偲んだり、先輩たちの努力をありがたいと感謝する気持ちを持ち続けていくことが、間違いなく千曲荘病院を100年続ける秘訣であると思っていますので、どうかご協力頂ければと思います。

2007.8.1 師長謝辞

本日は開院49周年という記念すべき日にこの晴やかな席で12名の表彰式をしていただき誠にありがとうございました。医療を取り巻く状況が非常に厳しい中、千曲荘病院がこの地域になくなくてはならない存在となり成長し続けています。これは理事長先生が何事にも前向きに熱心に取り組まれ、厳しさと包み込むような温かさを兼ねそなえ人々を導いてこられたことと、それを支えられた奥様の力が大きいと思います。奥様は働き者で知られていますが、昔売店がなかった時代、患者様の買い物をお手伝いして下さいました。患者様の体型や好まれるもの、また家庭環境をよくご存知でした。そんなかわりがあったせいか、患者様から大変慕われていました。そうした家庭的なあたたかい雰囲気、これほど大きな病院になっても流れています。病院理念の挨拶をしっかりする、時間を守る、セクショナリズムにならないなど基本的なものの考え方は組織の中では欠かせないものですが、これは人として常に相手の心を考える、思いやりの心に従うということを教えられていると理解しています。院長先生、総務部長さん、がしっかりとリーダーシップを取り、安心して働ける環境をつくってくださるので私たちは精一杯仕事に打ち込むことができます。これほど長い間勤めさせていただいたことは理事長先生、院長先生をはじめとし、大勢の職員の皆様のご支援があったからこそと深く感謝しています。今後も縦と横のつながりを大切にして、皆様と共に少しでも前進できるように頑張りますのでご指導のことよろしくお願ひ致します。今後ますますの千曲荘病院の発展を記念して感謝の言葉と致します。本日は誠にありがとうございました。2006.8.1 薬局長謝辞本日は満48周年の開院記念日おめでとうございます。また私たち12名に永年勤続の賞を頂きありがとうございました。感激と共に身の引き締まる思いが致します。私も就職して早15年の月日が流れました。入職した日から理事長先生、院長先生の後姿を見ながら必死についてまいりました。医療に全力で当たられるお姿、毎日めまぐるしく起きる様々な問題に対処されるお姿、厳しい医療変革に当たり職員を的確に指導して下さるお姿を毎日見てまいりました。理事長先生院長先生、共にすべてのエネルギーを患者さんや私たち職員に注いでくださりました。職員もそんな先生を慕いアットホームな雰囲気の中で医療が行われてきました。千曲荘病院が開院してから48年の間どのくらいの患者さんがまたその家族が救われたことでしょうか。どのくらいの職員がまたその家族が支えられたことでしょうか。この病院の社会的役割はとても大きなものだと思いますが、そのことは働かせていただける私たちにとって誇りです。私個人的なことですが、15年の間、上司に、仲間に、患者さんにそして働くことそのものにどのくらい支えられ、助けられたことでしょうか。心を病むことの多い時代に、これから

ますますこの病院の使命は大きくなります。理事長先生院長先生のご指導のもと、今まで以上に職員一同力をあわせていきたいと思えます。最後に千曲荘病院のますますの発展をお祈りし、永年勤続受賞代表の挨拶とさせていただきます。



子供たちに伝えたい「お金の知識」

2007年8月7日（火）

お金の話になると、多くの人あまり話すことなく避けて通る課題のように思います。私自身もお金の話はあまり好きではありませんが、テレビのコマーシャルを見て、『リボ払い』というのが流れてくるのを見て、危ないなあと思ってしまいます。学校ではお金の貯め方とかお金の使い方の話が全然ないですし、ましてや家庭でそういった話をするのはあまりないように思います。「お金」は血液と同じでスムーズに流れていないと黒字であっても倒産があります。「出づるを制し、入るを図れ」というシンプルな原理がすべてだと思うわけですが、なかなか難しいです。最近、豊かさの別名ではないかと思える、幸田露伴の「惜福・分福・植福」という考え方に共感しています。この考え方で、日頃のお金の動きを眺めてみると「惜福」とは合理的儉約の精神ということになり、ストイックに生きることに近いかなと思います。散財しないで、自分にできることは自分ですという考え方で、無駄を排除することです。そうすると、何が無駄かわからないといけないし、欲しいからとすぐを買ったり、ローンを組んだりしないで、ある程度欲を抑える力が必要です。すぐに飽きてしまえば十分に考えなかったツケは後で来ることになります。惜福で福を貯めたら、次は分福してみると、また福がやってきます。これは、いい商品やいいサービスの紹介やお得な情報を流すことにあたるでしょう。やはり一人で喜んでいるよりは、何人もの仲間と一緒に喜べると幸福感は大きくなります。最後の植福、これは未来への種を蒔くこと、将来の幸せのために福を植える行為です。未来のための資金のプールは、時代に必要とされ生き残るために必要ですし、人生を有意義なものにするためにも、自己投資して技術を磨き、知識や経験を重ねることは大切なことだと思います。植福は未来に花開く球根の役目かしれません。花の種類が違うように、個人の幸福感も違うので、それぞれにあったお金の貯め方、お金の有意義な使い方を教えてくれるところがあるといいなあ、と思うわけです。



84歳現役医師として

2007年8月27日（月）

昭和33年8月1日に病院を開院してより、ほぼ50年間にわたって、時代の変化を見続けてきた私にとって、医師としてまだ現役で働けることは、有難いことだと思っています。私と同じ年の日本人のほとんどは、多分、介護保険のお世話になっているか、退職されて悠々自適の生活をされているかどちらかでしょう。時折、毎日こうして病院に来るよりは、退職して趣味の生活に入りたいと思うこともあります。しかし、医師不足で、現在のように医師の定数を満たさないと病院経営が難しい時代においては、私のように最後の最後まで現場で働かざるを得ない医師もいるのではないかと思います。これも、逆方向から考えてみれば、最後まで働く場があるということは有難いことであり、それも税金使う側ではなく、納められる側に現在も立っていられることが、小さな誇りにもなっています。足が弱まり、浮腫のある足を引きずって歩くのは、辛いことではありますが、病院で寝ている患者さんのためにも、せめて私がこの年で頑張っている姿を見てもらうことで、使える機能を保持しようと思ってもらえたらという気持ちです。生・老・病・死の四苦の苦しみを釈迦は説いておられましたが、老・病の寂しさを肌で感じている私に「和顔愛語で有終の美を飾って欲しい」という娘の言葉は厳しくもあり、この年になってみないと私の気持ちは分からないだろうと思うのですが、「老いては子に従え」と思い、生きてゆきたいとおもっています。皆さんも、長生きして、日本の国がこれからどのように変化し善くなっていくのかを見守って下さい。（医療タイムズの今年の新年号に載りました）



風林火山

2007年8月27日（月）

NHKの風林火山を毎週楽しみに見えています。主人公は信玄股肱の臣『山本勘助』で、この勘助ゆかりの鏡石が小諸懐古園の中に置かれています。先週は戸倉上山田温泉にある荒砥城に登ぼり、やぐらから見える千曲川がカーブする美しさ、山に囲まれた地形を眺め、ここからなら、どこから攻めて来てもすぐに見える絶好の要所だなあと思いました。450年前の戦国時代は、夢と野望と非情に生きた時代、大將が負けてしまえば、討ち取られ、一族奴隷で売り飛ばされる、まさに一族の命をかけた戦いを繰り広げていた時代です。もし信玄のような人が現代の経営者だったら、哲学を持ち情報に精通し、戦略を持ち大きな仕事をするのではないかと、謙信だったら無欲の経営者として義を重んじ、これまたいい仕事をするのだろうと想像していると面白くなります。現代は、刀や銃は使わないながらも、経済の世界では、形を変えた戦国時代が行われているような気がします。今は『命をとられないだけでもましかなあ』と思ったりしながら、当時の人々の気持ちを推し量りながら、楽しんでみえています。毎週知っている場所が出てくるので、長野県の歴史を知り、この地に対する愛着も湧いてきます。ますます、これからの上映が楽しみです。

2007年9月7日（金）

千曲荘病院創立から50年。創立した場所は花園でした。その後かの地へ移転したわけですが、ある乗り物と深くかかわりがありました。その乗り物とはいったい何でしょうか？ヒント：昭和40年代乗った方も多いと思います。答え：「電車」千曲荘病院は花園に開業しました。その後この地に移転しましたが、近くにはいつも電車の路線がありました。北東線です。最寄り駅は上川原柳駅で、現在の三つ葉製作所の敷地がその場所です。上田駅を起点に上田城の横を通り、花園で国道沿いに迂回。上川原柳駅を経由して、現在の病院裏を通り、伊勢山のトンネルを抜けたあと、本原で分岐し、真田と傍陽へ行っていました。今はこの路線はありませんが、今でも各所に軌道のあとが見て取れます。この路線は昭和47年2月19日まで走っていました。真田に住む方々がバス停のことを「駅」というのはこのためです。以上が、病院祭通信の中で出されているクイズ問題と答えでした。この電車はなんと城址公園のお堀の中（もちろん水はありません）を走っていたことを思い出しました。今と違って、ゆっくりと時間が流れていた懐かしい時代です。『精神科疾患や精神科病院に対する理解を深めてもらい、偏見をなくし、＜共生地域社会＞に対するステップアップを図る。あらゆる人に足を運んでもらって、来て「よかった」と思える病院祭』ということで、毎月1回企画会議が行われ、様々な意見や企画を集められ、検討され進んでいます。少しでも、当初の目的が達成されることを祈念しています。

病院祭の経過報告

2007年9月19日（水）

病院の外来掲示板の下に、病院祭に向けて患者さんと職員とで種から育てた花々が、それは愛らしく飾られています。立ち止まって見ている方々が、少しでも癒されて、小さな花のような元気を得ていただけたらうれしい限りです。病院の来れない方のために、写真でお届けしますね！『今年の10月28日に行われる病院祭に向けて、患者さんと職員とで花作りにチャレンジしています！途中経過として、現在咲いている花でフラワーアレンジメント～夢の途中～を作りましたので、ご覧下さい』



患者さんと職員で花作りにチャレンジ



現在咲いている花でフラワーアレンジメント

【ありがとう】

2007年9月27日（木）

『愛する人に伝えたい』【ありがとう】と帯に書かれた、「人生最高のラブレター」祥伝社を読みました。愛する人に限定することなく、縁あって出会うすべての人に伝えたい言葉です。家族に対する【ありがとう】、職場の仲間に対する【ありがとう】、地域の人に対する【ありがとう】、人生で出会った友人知人に【ありがとう】、そうやって一人一人の顔を思い浮かべて、【ありがとう】と感謝していると、自分がまれに見る運のいい、恵まれた人間に思えてきます。【ありがとう】の言葉は、人と人とを目に見えない愛で繋ぐ魔法の言葉です。この本の作者の何人かが、人生の最後に「ありがとう、もし生まれ変わったら、また一緒になって下さい」と飾りのない、素直な心で書いているのを読んで、感動しました。大きい声で【ありがとう】と言葉を発すると、不平不満、不安感や孤独感、こうして欲しいという気持ちが消え去って、なぜか心の奥からふつふつと優しさがこみ上げてくるということを経験します。感謝の気持ちがあると、相手を思いやる心の余裕が生まれてきます。世の中にこれほど力のある言葉はないのではないかと思うこの頃です。このブログを読んで下さって【ありがとう】心からの【ありがとう】を一日に何回も言える自分になりたいです。



2007年10月1日（月）

「問題」 来年度は千曲荘病院開業50周年を迎えます。それでは30周年を記念して行われたイベントとは何でしょうか？

ヒント＝旅行千曲荘病院 クイズ答え「中国」昭和63年に研修旅行として前・後半にわけて、実施されました。

発案者である理事長先生は、母校上田東高校が甲子園に出場したために、そちらの応援に行かねばならなくなってしまいました。そのため旅行に行かれず！母校の活躍に顔では笑っておりましたが、心では無念の涙を吞まれたのでした（と、思います）。

帰郷後、ほとんどの方が、下痢にさいなまされたのは苦い思い出です。万里の長城の壮大なこと、そこでなんと迷子が出ました。これで見つからなければ、中国孤児になることを覚悟で、皆さんに探していただきました――。本当にありがとうございました。今考えれば胸がキューンとなる思い出です。一番行きたかったのは理事長だったと思いますが、結局行くことなく、歳を取ってしまいました。

2007年10月25日（木）

自主制作映画名「友愛」昭和55年当時、新しい病棟建設の前後一年間を中心にドキュメント映画として製作されました。当時200万円以上の経費をかけて製作されたこの映画は、長年製作されたことだけは記録と記憶にありましたが、そのフィルムが存在と内容は謎に満ちていました。今回病院祭にあわせ地下倉庫から発見されたビデオをもとにDVD化され、病院祭で放映されることになりました。内容は今観ても古さを感じず、20年先を見据えた先見性に感動します。BGMに「ヴィーナス」が使われていたり、映りこんでいる自動車がノスタルジックな車が多いので、マニア受けする作品ともいえます。記録すること、伝え育てることの大切さを実感しました。病院祭の正副実行委員長、自らが探検隊になって、探し出して下さったお宝ビデオでした！当時の院長、副院長をはじめ、師長たちの若々しいこと！25年経つとやはりどんなイケメンも美女も残念ながら、若さに勝てない？けれど、経験と貫禄では負けないことが分かりました。来年は50周年記念録画DVDを新たに作成し、25年後の病院の姿を、病院の発展と共に活躍して下さった仲間たちの歴史をその中に修めたいと思います。まさに『バック・ツー・ザ・フューチャー』千曲荘病院です。



東棟屋上庭園完成

2007年11月12日（月）

病院祭の2日前10月26日にできた東棟屋上庭園は、白を基調としたガラス張りで、そこから上田の市街地や、ぐるっと回ると、別所温泉や松本、長野に向かう方向、真田菅平の山々なども見え展望は最高です。屋上に上る度に、この景色を私たちだけでなく、一人でも多くの方々に見ていただきたいという思いから、構想が始まりました。ただし、危険を回避することと同時に景観をそこねない設計ということで、設計事務所は大変だったと思います。完成当日初めて目にする庭園は、まるでガラスが入っていないように景色が見え、ちょうどピラミッド型の明かり取りともマッチしていて、感動しました。病院見学の折には是非お立ち寄りください。



東棟屋上庭園完成

千曲荘病院の第一回病院祭大成功

2007年11月12日（月）

職員全員参加型を目標とし、地域の方々に支えていただいた第一回病院祭は、予想を超える皆様のご参加によって、無事終了することができました。本当にありがとうございました。10月28日は昨日までの雨が嘘のように晴れ渡り、真っ青な空の下、西丘保育園児の鼓笛隊の演奏に始まり、「ドーン」と花火の音が鳴り響きました。職員全員、ディズニーランドのスタッフ顔負けの活躍だったと思います。来場者のアンケートの結果を見ても、9割以上の方が、病院の印象やスタッフの対応をよかったと回答してくださり、感謝すると共にほっと安堵いたしました。病院の若いスタッフを中心に進んだこの病院祭は、「若さ」の持つ「自由な発想力、行動力、熱意」を中心に成功を収めたいい体験だったと思います。考えてみれば、明治維新を起こしたメンバーも20代の若者ばかりで日本を変えたわけですから、若者のパワーは大切だと思います。反省会を終え、集計したデータを下に、次回の50周年記念式典に生かせたらと思います。



西丘保育園児の鼓笛隊



会場入り口の風景

病院祭実行委員長の挨拶文

2007年11月18日（日）

実行委員長の挨拶 第一回の病院祭を手がけさせていただいたことに、深く感謝いたします。さらに、実行委員からの無理難題に理解・協力し、取り組んでいただいた実行委員・各係長・各係員・アトラクション担当者・ボランティア様などなど病院祭を作り上げてくださった皆様、ご支援・ご来場くださった皆様に重ねて御礼申し上げます。この機会に獲得した自信と失敗はこれからの千曲荘にとって、最高のお宝といえます。独り占めにはせず、是非分かち合い、後進に伝えるという努力をしてください。何かに取り組むとき、常に不安が付きまといまいます。でも、不安を不安で確認しているうちは何の解決も出来ず、さらには破綻への道が待っていることでしょう。そんなときはみんなで話し合い、だめでもいいからやってみてください。きっと、道は開けます。実際にやった本人が言うのだから、間違いありません。最後に、「千曲荘あいうえお作文」で、締めさせていただきます。

【ち】挑戦し続け

【く】工夫と創意で

【ま】負けずに協力いたしましょう

【そ】相談しながら

【う】うまくやれ

ありがとうございました。

副会長、実行委員、係長をはじめすべての職員の皆様、本当に本当にごくろうさまでした。皆さんハードな仕事量をこなしながらも、輝いていました！

【ち】【く】【ま】【そ】【う】言葉が私たちの病院のカルチャーとして定着することを願っています！



病院祭の風景

第一回病院祭に向けての理事長挨拶

2007年11月18日（日）

早いもので、来年は病院50周年を迎えることとなります。昭和33年に花園に上田市における精神病院第一号を開院して以来、50年経ったということで、私自身が、この歳まで生きていられるとは予想していなかったもので、感無量です。ここ上川原柳町に引越した当時は、地元の人たちに【精神病院をもってきてもらっては困る】と言われ反対運動が1年も続きました。その時に、地域の方々の理解を得られるようにすることが大切だと痛感し、どうしたら、精神病院に対する偏見が減るのかを考えました。今以上に地域の方々の精神科医療に対する偏見は、厳しく、【悪いことすると千曲荘病院に連れて行かれるよ】と親が子供を叱る時に使われるほどでした。そこで始めたのが、地域の方々をお招きし一緒に楽しんでいただく運動会でした。これ以外にも、夏は盆踊りを開催して地域の方々と交流を深めたこともあります。

運動会では、患者さんの家族や職員の家族、地域の方々やそのお子さんたちを集めて、大いに盛り上がりました。パン食い競争や、玉入れ、障害物競走などをやり、最後は職員で紅白に分かれてリレーをすると、応援はピークになって、患者さんもその家族も地域の方々も熱い応援合戦が始まり、私も最後のアンカーで走るのがとても誇らしかったのを覚えています。今のように、豊かで物質に溢れ、人間関係が希薄な時代とは違い、アンパン一つもらうのもうれしくて、多くの方々が参加してくれました。地域の子供たちに、1等賞2等賞、3等賞と賞品を渡すと、誇らしげに貰って帰る姿は、見ていてうれしいものでしたし、また、子供たちにとっても千曲荘病院の運動会で、ささやかなお土産を貰って帰ることは、うれしかったに違いありません。

時代は変わり、患者さんの高齢化が進み、飛んだり、走ったりする激しい運動は難しくなってきました。同様に、地域の方々の参加者年齢も高齢となり、地域の小学生が病院の運動会に集ってきた時代は過ぎ去り、子供たちの参加もなくなってきました。

運動会という一つの病院の代表行事は、そろそろ時代に合わせて変化せざるを得ない時期に入ったようです。残念ではありますが、地域の方々に千曲荘病院を理解していただき、精神科の偏見をなくしていくという趣旨は変わることなく、病院祭に受け継がれていくことでしょう。姿を変えた運動会が、病院祭と形を変え、今まで以上に地域の方々に支えられ、地域の方々と共に思い出を作っていくだけ祈念して止みません。第一回の病院祭の成功を祈って、これからも患者さんやその家族、職員と職員の家族、地域の方々に支えられて、精神医療の偏見が、薄れていくことを期待します。今日からスタートなので、1回1回を大切にして、続けていってください。

高齢者社会に向けて思うこと

2007年11月22日（木）

日野原重明先生のお話から 日野原先生は、千曲荘病院45周年記念の講師としてお招きし、市民の皆様と共にお話を頂いてより、もうすぐ5年になるのですが、今もお変わりなくお元気で96歳とは到底見えない、りりしい姿で活躍されておられます。医療タイムズ8月1日号を見ていたら、諏訪で講演されていた写真と記事が載っていました。その中で長寿の秘訣は【低カロリー】、ご自身も一日1300カロリーしか摂取していないと書かれていました。これから日本は、今まで経験したことのないような少子高齢化を迎えます。そうすると「老いと病と健康」がメインテーマになり、日野原先生の言われる【自分の健康は自分で守る】という生き方が大切になると思います。散歩で足を使い、読書で情報を入れ、精神生活を豊かにしていけば、孤独でもなんとか生きていけると思うので、日頃から心身の健康を保ち、PPK（ピンピンコロリ）で最後を迎えられるようでありたいと願っています。当院でも《もの忘れ》デイケア『なごみ』や、認知症を対象とした東2階病棟があります。退院時アンケート調査で、私たちスタッフの励みになる言葉を頂くことも多く、その度に身を引き締めて、少しでも患者さんに合った丁寧な対応を忘れることがないようにと心掛けています。



忘年会

2007年12月20日（木）

千曲荘病院では、毎年理事長の誕生日に忘年会が開催されています。昨日は生バンドによるハッピーバースデーの生演奏（品格溢れる職員の有志によるグループ）と、病院歌の合唱で始まりました。自慢になってしまうかもしれませんが、おめでとう席なので、許していただくことにして、すこし千曲荘病院の職員の皆さんの演劇力、歌唱力を紹介させてください。もし上田市民の方々が観劇したら、かなり感動する内容だと思います。毎年私達だけでなく、もっと多くの方々に見ていただきたいなあ、もったいないなあと思って見えています。忘年会の出し物のレベルの高さは多分上田一だと思います。一年に一度のこの記念日での時間は私達職員にとって、心がなごむ時間であり、また仲間との交流の時間ともなっています。さすがに100名を超える忘年会になると、お互いの名前や顔が分からない人もいるので、職員同士でお互いを理解する機会でもあります。昨日の理事長の言葉の中にもありましたが、私達の病院は心を扱っているのです、私たち自身が互いに調和して仲良くすること、それこそが、本当の意味での癒しの環境になるのだと思います。愛・信頼・奉仕という当院の理念をお題目にするのではなく、実践できる医療者となって、社会の方々に還元していきたいと願っています。物質的には恵まれた時代にあって、私達が心に届く言葉、心を癒し、励まし、勇気を与える言葉を伝えられる医療者でありたいと心から願っています。



ハッピーバースデーの生演奏



理事長の誕生日

2007年12月21日（金）

みなさん、今年1年間本当にご苦労さまでした。先ほど、精神的な面は理事長からお話がありましたので、院長として今年1年を振り返り、お話をしたいと思います。まずは大過無く大変良い年であったと思います。まず、新規の入院患者さん、外来患者さんの数が最高の年でした。病院医師の疲弊が昨今報道されており、当院の医局スタッフも大変であったと思いますが、4月から卒後5年目のG医師が加わり大変助かりました。専門医を目指しての研修医の参画は平成14年のU先生以来だと思えます。またN先生が週2回、S先生週1で新患も診療して頂き何とか乗り切れた1年だったと思えます。

うれしいニュースも一つ披露いたします。この21日にデイケア部門が長野県ではじめての精神保健福祉協会の功労賞を受けます。昨年度の県障害者スポーツ協会の表彰に続いての連続表彰ですが、ここ数年ソフトバレーの全国大会での活躍が評価されたものです。これに関連した私の想いとすれば、将来的に当法人からも逆に内の理念に適った個人・団体の活動に対して表彰・報奨金を出したいと思っております。それは精神科、精神障害等の偏見の問題に功績があったものに対して贈りたいと考えています。皆さん方でもこの制度について良い知恵があったら提示してもらえれば有難いと思えます。

さて理事長の話にもありましたが、今年の病院祭は大成功でした。当初は50周年に向けての前夜祭としてプレ病院祭を企画したのですが、大きなイベントとして実を結びました。みんなに感謝したいと思います。さらに来年の50周年に向けてみんなから多くの知恵を結集して欲しいと思えます。患者さん、ご家族、そして病院スタッフ、さらに地域の方々に喜んでもらえる企画をしたいのです。一度には三者に満足していただけないかもしれないので、それぞれ向けの何回かに分けての企画でも良いと思えます。管理職レポートは「50周年行事と病院の発展」ですが、是非管理職以外の方もたくさん参加して提言してください。



院長挨拶

忘年会理事長挨拶

2007年12月25日（火）

皆さんこんばんは 今日私の誕生日であり、忘年会です。80歳になったときは本当にうれしかったのですが、年を重ねると、体力が衰えるので、なかなか新しい時代について行くことも出来ず、寂しいものがあります。立っているのもやっとです。思い起こしてみれば、多額の借金を抱えてスタートした千曲荘病院がここまで成長できたことは、皆さんのお陰と病院を支えてくださった方々のお陰であると思いきり感無量です。特に今年は千曲荘病院から育った二人の職員の目覚ましい活躍ぶりを見ることができ、本当に頼もしく思いました。一人は病院祭のリーダーとなって、初めての試みであるにもかかわらず情報を集め、仲間を励まし、新たな価値を生み出してくれました。もう一人は、心の価値に気づき、自ら自己変革をしようと努力しているリーダーです。ここ10年くらい、私は心の問題を話しておりますが、精神科は幻覚・妄想といった表面的な症状を見るだけでなく、その奥にある心そのものを扱っているという意識を忘れないでいただきたいのです。最近の看護師のレポートの中で、職員同士の連携や互いを思いやる心、縁あって出会い、共に仕事を通して磨きあっている仲間として生きる大切さというような内容を読み、感動しました。今まで生きて、ここまでくると、残っているものは、感謝の心でいっぱいです。何事も感謝の心があるとうまくいきます。心の大切さをいいましたが、言いかえると感謝の心ということになります。今日は思う存分飲んで、楽しんで下さい。



理事長挨拶

2008新年明けましておめでとうございます

2008年1月9日（水）

今年は、千曲荘病院にとって、50周年の節目の年です。物事には何事も節目というものがあるわけですが、半世紀に一度しか来ないこの一年間を私たち千曲荘病院で働く仲間にとっても、人生の映像として、キラリと心に残る、意味のある年にしたいと願っています。竹でいえば節を作るときに当たるので、次の50年に向けての基盤作りの時期と捉えています。大変なことも多々あるかと思いますが、「職員一人一人が、傍観者でなく、主役になることで、喜びの増幅を味わい、その喜びが患者さんや地域のかたがたにも伝わっていったら素晴らしいだろうなあ」と考えています。精神科医療における地域への貢献、まだまだ残る精神科医療に対する偏見と誤解を減らし、ストレス社会で心の病気に罹患した方々が、早期受診・早期治療され、重篤な障害に至ることを未然に防ぐこと、その目的のために、新たな気持ちでスタートしたいと思います。今年もよろしくおねがいたします。



玄関門松

ユーモアで小さな一步の医療費削減

2008年2月2日（土）

医療現場にいますと、「痛い、苦しい、悲しい、辛い、眠れない、ヤル気がおきない、どうなるか不安、――」など、患者さんの口から出てくる言葉はマイナスの言葉が多いわけですが、だんだんと心身のエネルギーが戻ってきて、「この病院に入院できてよかったです。スタッフの皆様の明るさと優しさに癒されました。」と感謝の言葉を頂くと、この職業を選んでよかったなと感じます。どっぷり医療に漬かっていると、悲観的な考え方に傾きやすいと思うのですが、感謝の言葉やユーモアを受け取ると、電気スイッチを入れたように意識が切り替わり、緊張感や、心配で固まった心が解きほぐされるような感覚を経験します。笑いは免疫力を高め、その場の雰囲気をも明るくさせ、人間関係の潤滑油としても作用します。「元本がかからず、与えても減らず、利益は大きい」このユーモアのセンスを磨いて、医療費削減に貢献したいものです。



ユーモアで小さな一步の医療費削減

雪の日の病院

2008年2月5日（火）

この二日間で、大地が真っ白になるほど雪が降り積もって、上田の市街地を囲む山々の形が、澄んだ青い空にくっきり浮かび上がり、なんとも言えない美しさです。誰も歩いたことのない雪の上を、ズボツ、ズボツと歩くと自分の足跡だけが残りなんともいえない感動がありました。幼い頃の懐かしい思い出です。それはさておき、こんなに足場の悪い時にもかかわらず、病院に来られる患者さんが心配で、駐車場を回って見たのですが、何事もなく一日が終わりほっとしました。職員の皆様の必死の雪かきのお陰で、少なくとも病院内の道路は雪が溶けて、車の運転は楽になったようでよかったです。信州の寒さで、夜はまるでスケート場のように道路が凍るので、どうかくれぐれも運転に気をつけてお越し下さい。



雪の日の病院

NHK「課外授業 ようこそ先輩」を見て ※課外授業 ようこそ先輩を見て（NHK）を変更しました。

2008年2月13日（水）

いや、驚きました！子供の番組だと思って見ていたところ、引き込まれました。プロ陸上・為末大選手が、生徒それぞれに『100メートル走で1秒縮める』という課題を出し、大人でもクリアが難しい課題に挑戦させるという番組でした。何よりも、為末大選手が、一人一人の走り方を見て分析しその特徴をつかみ、何が問題であるのかを見極め、グループに分け対応策を与えた上で、トライさせていることでした。その的確さに、プロとしての眼識と、自らが苦しみ編み出した方法を惜しげもなく子供たちに与える、一流人の心意気を見ました。他人との競争ではなく、自らのタイムを縮めるという課題は、子供たちにライバル心を起こさせるのではなく、克己心を生み出していました。1秒の壁を一生懸命自分の努力で崩そうと頑張っている姿をお互いに見て、仲間への応援、祝福に変わっているシーンは、爽やかに胸が熱くなりました。同時にこのような感動を与えることのできる為末大選手の魅力、『夢に向かい、諦めることなく挑戦している姿、現在進行形で努力し続けている』に引き込まれました。他人との比較ではなくて、自分自身の心の中に向上の意欲という灯が灯れば、お互いの努力を祝福し、励ましあえる、今より過ごしやすい社会が来るように思います。



希望を持つことの大切さ

2008年2月19日（火）

「やっと本当の自分に出会えた」＝統合失調症と生きる当事者・家族からのメッセージ＝上森得男著 から抜粋ですが、統合失調症の息子を持った父親が伝えたい大切なこととして次のように書かれていました。【病気や障害をもって、その人が人間であることは誰も否定できません。病気にかかったり、障害に見舞われたりする可能性は誰にでもあるのです。略。人生には絶望的なことが起き得るが、それでも、『希望をもつこと』と『その希望の実現に向かって歩くこと』で自分は変わり得るという考え方を抱けるならば、苦しいことがあっても気持ちがまた明るくなると私は思うのです】とありました。どれだけ、過酷で厳しい現実の中で生きてきたか、この方の人生を知ると『希望をもつこと』の価値がどれだけ大きなものかが、わかります。現状がいかにか厳しくても、希望を失うことなく、生きていくことは、お金に換算できない、とてつもなく大きな価値だと思います。希望を失った時、人は脆く、孤独です。どんな状態であっても、自分を愛し続けてくれる人の存在、失敗しても抱きとめてくれる人の存在は大きな力です。特に家族は、相対的な評価に関係のない、無条件の愛で互いを慈しめる、人間が生きていくために必要な心の基地だと思いました。



2008年2月22日（金）

1. その【ひと】は心病む【ひと】である前に【ひと】であると思うこと
2. どのような症状でもそれはその【ひと】のせいではなく、病のためと思うこと
3. その【ひと】には病む時の症状の裏に、素晴らしい人間性が隠れていると思うこと
4. その【ひと】には病む前にある人生があったのであり、それに心から誠意を表し傷つけぬよう心を配ること
5. その【ひと】に言葉をかけるとき自分がかけられたらと常に考えてすること
6. 治療、世話をするときは常に受ける側の気持ちにたってすること
7. 慣れは仕事を正確・迅速にするのによいが、馴れに陥らないように心を配ること
8. 月に一度、仕事の上で感激をもてなかったら、自分の仕事に流されていると思うこと
9. 病気の世話をすることに努力するのと、病気を治すことに努力するのとの両方に常に心を配ること
10. 病む【ひと】のみでなくその【ひと】を取り巻く人々の背負う重荷にも心を配ること。

この10か条を病棟のある場所に貼っておいたところ、それを読んだご家族の方が、涙されて感動したという話を師長より聞きました。お役に立つことができてうれしいと言う、師長にうれしくなったので、ご紹介いたしました。



精神科におけるターミナルケアを考える

2008年2月29日（金）

本日は院内研修会において三病棟より、当院でのターミナルケアにおける発表がありました。日本は高齢化社会となっていますが、当院入院者も例外なく高齢化が進んでいます。精神疾患を持つ患者さんを受け入れてくれる施設を探すことは難しく、また長期入院患者になると家族関係が希薄であることも多く、病院が自宅代わりになっていて、最期を病院で看取るケースも増えてきています。今回は、「看護者は何ができるのか」と問題提起されました。携わったナースから『患者様本人や家族から、「よくやってもらってありがとう」という一言をもらえるだけで、私たちは自責の念や無力感、傍らで看取る時の辛さ、苦しさから一掃され、救われる気がする。看護してよかったと思える瞬間である』という言葉がありました。発表を聞きながら、精神科医でサナトロジーの先駆者であるキューブラーロスが提唱する『死への5つの段階』を思い出し、平成11年に亡くなった母のことを思い出しました。愛する人との別れは、誰しも悲しいものです。縁ある人との葛藤や憎しみを解決することなく、最期の時まで持っていることの重さを感じました。難しいことではあるのですが、最後に勇気を振り絞って、許すことさえできたなら、許されることのできたなら、どれだけ互いが楽になり、重荷が減って癒されることだろうと思う場面もありました。いずれ私も最期の日を迎えます。その時に「ありがとう」と心から言えるような自分でありたいとつくづく思います。三病棟の皆さん、真剣に患者さんと向き合い、患者さんを大事に思い、相手の立場を理解しようと努力し、ささやかな言葉でも患者さんの不安が減るようにと、こまめに声をかけ、丁寧な看護をして下さりありがとうございました。



事務長退任挨拶

2008年3月12日（水）

今年は何度目の年男でして、おかげさまで、平成13年4月1日より今日まで丸7年間千曲荘病院でお世話になりました。今の病院と前の会社では企業文化や方針が違い、ある程度分かっていたつもりでしたが、入社してみると全然違い、戸惑うことも多くありました。周りの人から非常に親切に教えて頂き、援助して頂き、ご指導して頂き、何とか、大きな穴もあけずにここまで来れたことをほっとし、本当に感謝しております。日々刺激、刺激の毎日でした、緊張の連続でした。どちらかという、私自身は、がさつな人間ですが（本人はそのようにはおっしゃっていますが、そうではありません）、この7年間というのは非常にプラスになった、忘れられない7年間でした。本当に感謝申し上げます。今長野に住んでいるのですが、これからも、病院祭やいろいろな行事がありますので、呼んでいただかなくても、来させていただきます。（笑い）来たときには、【あの頃とどのくらい変わっただろうか】と楽しみに、期待して見学しようと思っています。その時にまた、皆さんから刺激を受けて、残された人生を生きてゆきたいと思います。本日が管理会議最期の日ということで、お話させていただきました。いろいろ本当にありがとうございました。「理事長からの言葉」今事務長から挨拶いただきましたが、私からもお礼の言葉を述べたいと思います。事務長、本当に7年間ご苦労様でした。【病院の事務長ができる人は何でもできる】と、このように言われるほど、一番難解な仕事を7年間やって頂いて、僕は本当に感謝しています。君は非常に明るい性格で、僕は明るい性格の人が大好きなので、僕にいろいろ言われて苦労したろうけれど、君はいつも『ハイ』と元気に答えて、前向きに仕事に取り組んでくれました。今72歳ということですが、人生まだこれからですし、僕の年まで、12年もかかるから、どうか人生を楽しんで下さい。ここで苦労したことも、これから、みんな生かされてくるからね。本当によくやってくださって、ありがとうございました。7年前と変わることなく、ダンディで爽やか、スポーツマンで、仕事はバリバリこなして、とにかく前向き積極的な気持ちの事務長さんです。初めて、お会いした時から、すがすがしさを感じ青年のようで、若い頃はさぞかしモテモテでファンが多かったらあなあとおっしゃいました。今もその思いは変わりませんが。縁あって千曲荘病院に勤めてくださって、爽やかさを残して下さい本当にありがとうございました。



診療報酬改定の時期を迎えて

2008年3月21日（金）

厚労省は4月に行われる診療報酬改定の告知を3月初めに行うのが通例です。この時期になると、新人を向かえる準備、異動人事、三月決算に向けての資料作りなど、仕事量は数倍に膨れ上がるわけですが、そんなことに関係なく、医療者としては、平常心で仕事に取り組んでいくことが必要となります。通常法律の改定に3ヶ月から6ヶ月の告知期間があることを考えると、せめて3ヶ月前には告知し、準備期間を与えていただけないかと思っているのが、病院経営者の本音ではないでしょうか。改定により、より質の高い医療を目指し、人員配置を上げる場合には、並々ならぬ苦勞となります。ちょうど、ジャミックジャーナル2008.3月号に「医療崩壊を食い止める：済生会病院副院長本田宏氏」という記事があり、その中でマーティン・ルーサー・キング氏の言葉が載っていました。背筋が凜とするほど、強い文章でパンチを受けはっとしました。日本人には、日本人特有の調和を保つために意見を控える気風があります。一見美しくも見えるのですが、空気支配に弱く、間違った意見であっても強く言われると黙ってしまう場面を迎えることもあります。しかしながら、結局は全体をダメにする無責任さにつながる警告と受け取りました。時代が大きく変わっていく現代だからこそ、鳥瞰するが如く大きな視野で全体を見渡し、未来が明るい方向へ向かうための勇気は持ちたいと思いました。「後世に残るこの世界最大の悲劇は、悪しき人の暴言や暴力ではなく、善意の人の沈黙や無関心だ。マーティン・ルーサー・キング」



2008年4月1日（火）

理事長挨拶

みなさん、おはようございます。今日は4月1日ですね。ちょっと雪がぱらつきましたが、今年は千曲荘病院にとっては50周年という非常にいい年ですね。皆さんは一生懸命準備に取りかかっておられると思いますが、またそこに加えて、対面式という新しい皆さんと古い皆さんとの顔合わせをしようと、こういうのが今日の趣旨でございます。今日はB大学医学部をご卒業されたA先生をお迎えいたしました。先生は、C総合病院にお勤めされた後、B大学の医局長をされておられた方です。非常に実直な方であり、明るく、誠実な方で、立派な先生を迎えることができ、本当にありがたいと思っております。新しいいろいろな職種の方がお入りになりましたが、精神科というのは目には見えない心の問題を扱っております。私はこの職場がいつも明るくて、親しみやすい、また社会からも信頼される病院になってもらいたいと思い50年間そう思って、生きてまいりました。これからも尚いっそう精神科の重要性を感じておりますので、がんばっていただきたいと思っております。A先生挨拶 本日より常勤の医師として、一緒に仕事をさせていただくことになりました。50周年と言うことで病院の方もいろいろ一生懸命やられている中で、私もどれだけ力になるか非常に緊張しておりますが、皆さんのお力を貸して頂きながら一生懸命やっ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。

院長挨拶

新入職員の皆さん、本日は就職おめでとうございます。皆さんと一緒に仕事ができることを大変嬉しく思います。さて当院は今年で開院50周年を迎える伝統ある精神科の病院です。多くの会社が3年以内で消えていく厳しい時代にあって50周年を迎えることが出来たのは理事長の病院に対する愛情、職員の皆様方のご助力、地域の方々の支えがあってこそと感謝しています。今年は半世紀に一度しかない50周年記念という当院にとっておめでたい年に入職された皆様はとても運が良いと喜んでいただき、社会人一年生としての新しい年をスタートして欲しいと思っております。記念行事としては病院祭、講演会などさまざまなイベントが予定されていますが、私たちと一緒に活動して50年に一度の良き思い出を作っていきましょう。ただ現在、医療界全体、特に病院が大変厳しい時期にあります。病院が診療所となったり、倒産件数が増え続けています。当院は東信地区の精神科医療の中核病院として勝ち残るために、中学生以上の一般的な精神疾患に対して標準的かつ良質な医療サービスが提供でき、また救急医療へ適切な対応が可能な施設として地域から信頼される病院を目指しています。その努力の成果は近隣の一般病院・クリニックはもとより、佐久地区や北信のメンタルクリニックからの紹介患者さんの数の増加に現れています。地域から頼りにされる病院としての機能を果たしていること自体が私たちの誇りであり、仕事のやりがいにもつながっています。また当院の来院者の多くが「明るいイメージ」「空気がきれい

」 「挨拶がきちんと出来ていて気持ちが良い」と評価してくれます。建物に工夫がなされている面もありますが、本当の理由は職員の方々の、「明るい笑顔で挨拶」、「優しいおもてなしの心」にあると内心自負しております。ただ愛の想いを忘れず、慢心を戒め、常に当院の基本理念である「愛・信頼・奉仕」の精神に立ち返っていただきたいと思います。千曲荘病院としては「治療共同体」ともいうべき、チーム医療でどんな時にも希望を失わず回復の喜びを共有していく良き連鎖の輪を広げようとしているところです。どうぞ新人の皆さんもその一員に早くなれるよう頑張ってください。最後になりますが、新人そして現職員がチーム一丸となって50年の伝統の中で培われてきた「良き治療的雰囲気」をさらに完成に近づけるように努力していくことをお願いし私のご挨拶といたします。新人挨拶 本日は私たちのために、このような立派な対面式を催して頂きありがとうございます。新入職員を代表してご挨拶させていただきます。私たちは千曲荘病院の職員として新しいスタートを切ることができ喜びでいっぱいです。まだ私たちは未熟であり、まだまだ無力であり不安もあります。諸先輩方のご指導をしっかりと身につけ、一日も早く、一人前の仕事ができますようお互いに切磋琢磨してゆく決意をしています。今年も千曲荘病院にとって50周年の記念の年でもあります。これからも更なる発展に向けて、本病院の理念基本方針に基づき、私たち一人一人も地域住民の皆様方の心の健康増進に貢献できますよう、それぞれ職場において明るく笑顔で誠実に仕事取り組んでいきます。理事長をはじめ、諸先輩の皆様方、まだまだ半人前の私たちですが、本日から精一杯がんばりますのでご指導を宜しくお願い致します。



当院もデジタル時代へ突入

2008年4月3日（木）

前年度は、CRとマルチスライスCTの導入によって、患者さんのみならず、医師の皆様にも喜んでいただけたと思います。数十年前は、暗室が必要で、現像液、定着液、その上廃液の処分まで考えての設備で大変でした。場所をとるし、時間はかかるし、操作は大変で、その上、精緻に、うまくとれるわけでもありませんでした。今回の導入は、高価であることとメンテナンスの問題を除けば、便利で早く、精度が高く、安全度が上がり、診断がより確実になるので、感動ものです。理科系の優秀な人材のお陰で、こうした形あるものが生まれ、医療に貢献していることを考えると、医療ほど、さまざまな人の助力によって支えられている業界はないのかなと思うほどです。最近の科学技術の発達は目を見張るものが多く、宇宙ステーションでの映像を見たり、ロボットがコーヒーを運ぶのを見ると、孫の時代は、本当に一家に一台のロボットがいて、人間に代わって家事をしたり、介護をしてくれるのも近いように思えてきます。そんな想像にふけていたら、鉄腕アトムや火の鳥シリーズを思い出し、手塚治虫の先見性、天才性に辿り着き、風のように去っていった偉人の人生を想いました。話が飛躍してしまいましたが、まずは医療への多大なる貢献をしてくださっている科学者の皆様へ感謝の意を表し、どうかこれからも、素晴らしい技術を開発し、人々の健康増進のために貢献されることを期待します。



桜満開

2008年4月14日（月）

ただ今、上田城跡公園の桜が見事満開になっています。もし、まだでしたら、お早めにご鑑賞ください。桜の花ほど日本人の心にぴったりの花はないのではないかと思います。いっせいに咲き出して、つかの間の美しさをキープした後は、ハラハラと散って1ヶ月も経つと、まるで別の木ではないかと思うほど、緑の葉で変身します。満開の美しさを愛でる時間は、私たちに優美さと優雅さを与えてくれます。上田城千本桜祭りが始まってから、全国より上田の桜を見に来られる観光客が増えてきました。毎年城門前のしだれ桜をバックに写真を取り、一年間無事に過ぎたことを感謝することにしています。こぼれるような桜の花びらが光を浴びて喜んでいる感じ、花びら一枚一枚に力がみなぎっていて、生命力を感じました。この美しさを、一人だけでなく家族と眺められる幸せをととてもありがたいと思いました。この写真は上田城ではなく、千曲荘病院の玄関の枝垂桜です。千曲荘病院は今でも上田市の知る人ぞ知る桜の名所なのですが（理事長が病院のグラウンドの周りに桜の木を植えたので）、さらに引継ぎ、院長は桜の木々を植える予定でいます。10年後の千曲荘病院が桜の花で有名な病院になるかも知れないと夢を見ています。



上田城跡公園の桜



玄関の桜

2008年4月21日（月）

本年度、新しく入られた皆さん、ようこそいらっしゃいました。一同心より歓迎いたします。職場の空気もすがすがしい活気が感じられます。この日は我々にとっても医療を志した時の気持ちが思い起こされ、今の我が身を振り返る日でもあります。千曲荘病院は理事長先生の精神医療への熱いお志で50年前に始まりました。50年の長い間、先生のお心はいつも患者さんや私たち職員と一緒にありました。先生は先見力に優れ、いつもまわりより一步早く精神科医療を切り開いていらっしゃいました。そして院長先生も同じくそのお心を引き継がれ、毎日全力で病院を導かれさらに大きく発展させてくださっています。病院が発展して今日があるのはまさにそのお心があるからと思います。今日は友愛会主催です。友愛会は千曲荘病院の使命を達成するためにある親睦会です。職員のぎくしゃくした人間関係で、患者さんによい医療を提供することができるはずがありません。よい医療を行うためには職員の信頼関係なくしてあり得ません。職員が心を通い合わせ、おのおのが自分のもてる力を生かしてよき医療を提供することが私たちの仕事であり、生き甲斐であり、幸せであります。今、自治体の公立病院の8割が赤字、医療法人の4割以上が赤字、県内の精神科が縮小など、医療業界も厳しい生き残りの試練の状況にあります。皆の力を合わせて困難を乗り越え、新しいことに挑戦して行きましょう。今日は新人の方をお迎えして、さらに会員どおしの親睦を深めていただきたいと思います。



2008年5月2日（金）

問題 千曲荘病院内の敷地内に植えられている桜は、全部で何本？

病院の敷地内にはソメイヨシノだけでなくほかにも桜の種類が植えられています。
数えてみましょう。

当院にある桜の本数合計：31本

内訳：

ソメイヨシノ：29本（グラウンド：25本／外来：3本／第一病棟前：1本）

枝垂桜：1本（外来）

八重桜：1本（グラウンド）

皆さんもグラウンドに出て、数えてみてください。

これらの桜は、今年も私たちの目を楽しませ、患者様にも外へ誘う一助として活躍してくれました。この桜達、かつて理事長先生が植樹されたもので、このことは当院ホームページの「遠藤先生のブログ」でも紹介されています。桜のほかにもケヤキや松が大木に成長しています。そんな中、第二病棟の玄関前に一本の桑の木があります。これは、普通の桑の木とは異なり、華奢な幹から枝が下に向かって伸びる「しだれ桑」です（確かそんな名前だったような・・・）。かつて筆者が学生の頃、庭木の手入れをする際、いらない枝や木を切ることになりました。その時、この桑の木も切ってしまうとしたのですが、師長から「この桑は院長（当時）が一番大事にしている木だから、切るなんてもってのほかだ！」と、言われ青くなったことがあります。（Tナースの思い出話から）



病院のグラウンドの藤満開！

2008年5月9日（金）

側に近づくと、藤の甘い独特の香りが一面に漂ってきます。毎年この時期になると咲くのですが、蜂も忙しそうに、花の周りを飛び回っています。今年は特に鮮やかな紫と白色で花の大きさも去年より少し大きいのではないかと思います。連休に天神から千曲川沿いを爽やかな風を受けて歩いてみたのですが、キラキラと乱反射する光で千曲川が輝いていて、とても美しく感じました。そばの土手に植えられているピンク色の芝桜もマッチしていて、まるで一枚の絵を眺めているようでした。上田に住んでいると病院の周りの山々の色の変化が、洋服を着替えるように、四季折々変わっていくので楽しみです。住めば都とはよく言ったもので、私は上田の街が好きな上田市民の一人です。



2008年5月9日（金）

問題 昨年度、病院祭に合わせて屋上の改修が行われ、来院された方々に絶景を楽しんでいただけるようになりました。屋上から見える山の名前を3つ以上お答え下さい。

ヒント屋上に上がって確認してみましょう。

答え「烏帽子岳」「太郎山」「独鈷山」「夫神岳」「城山」「北アルプス」「小牧山」「立科山」など。

さて、列記しました山の名前、お気づきの方も入ると思いますが、どれも地元での俗称や通称です。地図と照らし合わせてみると、東から烏帽子岳・大室山などが目に飛び込んできます。烏帽子岳は千曲荘病院の社歌にも織り込まれています。北に目を移すと、太郎山がありますが、これは「東太郎山」「大峯山」などの総称です。烏帽子岳と太郎山は上田市のアイデンティティーとも言え、季節を知る目安になっていたり、民話や伝承も多く語り継がれています。西には城山があり、名の通り上田原合戦では、村上義清方が陣を張ったといわれています。晴天の日にはその向こうに北アルプスが見えます。南に移ると夫神岳・独鈷山が見えます。これらは塩田平に面し、太郎山の対極にあります。南側には間近に小牧山があります。これは塩田平に向かって「小牧山」「倉升山」「紅平山」「神畑山」「東山」など名前が変わっていきます。この山は武田信玄方が陣を張ったところで、近世では炭鉱や戦闘機の地下工場も建設されていました。この山の遠くに立科山などを見ることが出来ます。上田を囲むこれらの山々は、諏訪を走る中央構造線による地殻変動で出来たシワとも言われています。他にもたくさんの山を見ることが出来、紹介しきれませんが、ぜひ屋上に上がってみましょう。



仕事があることの喜び

2008年5月23日（金）

心身ともに疲れると、仕事が全くない世界へ行ってみたいと、サラリーマンであろうと、主婦であろうと一度は思うことがあるのではないのでしょうか。私もそう思ったことのある一人なのですが、「いい仕事をすると人に喜ばれる」という経験をすると、うれしくなって、仕事があること自体が生きがいであり、喜びの源泉だと思うようになりました。人のお役に立ち、喜ばれ、いろんな学びを得られ、自己の成長を感じ、その上、報酬までいただける仕事とは、なんとありがたいことでしょう。仕事は人を向上へと導き、勤勉さや、誠実さや、合理性、協調性を学べます。仕事が全くない世の中になったらとどうなるかイメージしてみると、生きる喜びが半減し、人間の成長が止まってしまい、社会の活気がなくなっていくのが想像できます。そもそも仕事があることの恩恵を知らない人、というより忘れている人も多いのではないかと思うのです。NHKのプロフェッショナルを見ていると、仕事に生きる男たちの夢、希望、勇気、熱意、忍耐力、持続力、創意工夫、苦難困難を越える力、判断力、など、お金では変えない価値を自らの経験を通してつかんでいることに気づかされます。仕事は仕事、されど仕事があること自体への感謝は忘れたくないものです。



大きなポプラの木

2008年5月27日（火）

千曲荘病院のグラウンドの西の隅に、桜の木の3倍は越える大きなポプラの木が、立っています。千曲荘病院50年の歴史の中で、グラウンドを造成した時に植えたということを理事長から聞きました。樹齢は47歳くらいだそうです。冬には一枚も葉がなかったのに、春になると新芽を出し、新緑の若葉をつけ、日々葉を増やし、日々大きくなって、適度な日陰を私たちに提供してくれます。四季に合わせて、あまりにも見事な変化変身ぶりに、諸行無常を知るわけですが、それでニヒリズムに陥るわけではなく、逆に毎年この変化を見ていると、目に見える形は変われども、もっとその奥にある生命のエネルギーの偉大さのようなものを感じます。これだけの大きさの木を支えるには、大地に張った根は、休むことなく毛細管のような根っこから、水分や養分を必死に吸収し続けなければならないはずで、それができなくなったら、多分倒れてしまうだろうと思うと、大自然に対する畏怖の念に打たれます。どのくらい時間がかかるかわかりませんが、表面的に判断するのではなく、目に見えない努力、優しさ、思いやり、美しさを発見し続けられる自分でありたいと思います。



そうじ力のパワー

2008年6月4日（水）

最近「掃除の大切さ」について書かれている本が増えているような気がします。齊藤茂太著『「捨てる・片づける」で人生が楽になる』、舛田光洋著の『夢をかなえる「そうじ力」』、マリリン・ポール著の『だから片づかない。なのに時間がない』など、本屋に行くと並んでいます。トイレ掃除で有名な、イエローハットの創業者鍵山秀三郎氏は、勉強会ではなく、便教会を作って「日本を美しくする会」を発足され、今では日本中に、海外にも設立されて活動していると知りました。

鍵山氏によると、トイレ掃除は・・・

- ①謙虚な人になれる
- ②気づく人になれる
- ③感動の心を育む
- ④感謝の心が芽生える
- ⑤心を磨く

などのトイレ掃除効果があると言っています。

また、日本電産の入社試験で「トイレ掃除」を導入したこともあと知りました。理由は、ミスの多さや不良品は、整理整頓ができていないことが原因であると気づいたからだそうです。松下幸之助氏は生前塾生たちに『政治や経済の勉強をしているか』ではなく『しっかり掃除をしているか』と尋ねていたそうです。私も恥ずかしながら「トイレ掃除」は好きで、ぴかぴかにする心地よさを味わってきましたが、改めて本を読んでもみると、そうじの威力が理解できたように思います。かつてお釈迦様の時代に周利槃特という仏弟子がいて、短い経文も覚えられないほど頭が悪かったので、実兄からも出て行けと意地悪されていたようですが、お釈迦様から『塵を除かん、垢を除かん』という言葉と箒を頂いたそうです。その箒で、毎日毎日掃除をしているうちに、塵や垢とは、実は自分の心の塵と垢だったと悟り、ついに阿羅漢になったというお話があります。心の健康にもよさそうなこの「そうじ力」あなたも使ってみませんか？



2008年6月14日（土）

75歳以上にも保険料の負担を求める後期高齢者医療制度の導入が、始まりました。45周年に日野原先生をお招きしたことは、すでにブログに記載しましたが、後期高齢者の年齢と同じく、75歳以上をシニア会員として、日野原先生は『新老人の会』を発足されています。長野県では、横内祐一郎氏(当院で40周年に講演していただきました)がお世話人となって活躍されておられます。『愛し愛されること』『創(はじ)めること』『耐えること』を3つのモットーとして掲げ、年齢に合わせた健康と、いきいきと生きる姿を私たちに示して下さいています。病気になってからではなく、その前に手を打つことは本当に大切なことだと思います。当院には認知症デイケア、認知症治療病棟があるので、家族・介護者の大変さが、痛いほど伝わってきます。病気になってからでは、経済的負担もそうですが、家族の精神的・肉体的な負担感も相当なものです。自動車は車検をし、良く手入れをしていれば、長く安全に乗れます。ましてやもっと大切な自分の身体こそ、定期検診し、早めに手を打つことで、大事に至らず、いきいきとした生活を送れるわけですから、本当は本人が自覚して手入れをしないといけないのだと思います。また現代は子供と同居というのも難しい時代です。精神生活が豊かでないと、いつも人と何かをしていないといられないので、できれば心の中を豊かにしようとすることも大切です。本を読むのは目が悪くなってくると、なかなか、おっくうになるのですが、それでもボケないために、週1冊くらい装丁のよい本を読むこと、散歩することをお奨めします。いろいろ、書きましたが、医者の不養生が多いので、自分自身に言い聞かせる意味で書いたので、自戒の言葉といたします。



自分自身との戦いに勝つ

2008年6月28日（土）

秋葉原の残酷な事件に巻き込まれたにもかかわらず、退院された被害者のインタビューがニュースで映し出され、『犯人は、人のせいや周りのせいにしているけれど、結局は自分に負けたかわいそうな人だと思いますよ』という言葉が強く印象に残りました。特に『自分に負けた可愛そうな人』という言葉の重みが、ズシンと心に入ってきて、真理の的を得ていることに、考えさせられました。苦しみに直面する時、自分の運命を呪い、その不幸を恨むか、他人や環境のせいにして、自分を見失ってしまい、他人まで巻き込んで苦しみを増幅させてしまいたいという衝動がでることもあるでしょう。まさに自分の心の闇との戦いが始まります。もし、相談する相手がいたならば、信頼できる仲間がいたならば、防げたかもしれないと思うと残念でなりません。リストラ、離婚、病気、事故という不幸の中であって、どん底から見事立ち上がり、泥中の花の如く、その人独自の美しい華を咲かせる人がいます。そういう方の自伝を読むと、共通するのは心の向きが真逆に変わっているということです。他人からの評価や愛情を求めたところで、相手の心を変えることはできませんが、自分の心は自分で変えることができます。他人との比較や相対的価値観の中で生きるのではなく、過去の自分と比較して生きていくことは、誰でもが勝者になれる生き方だと思います。仕事を通して技術力が上がった、今まで理解できなかったことが理解できるようになった、お客様に感謝されたとか、日々小さな喜び、小さな成長を見出す力を持っていたら、人から評価されなくても、小さな自家発電で、小さな幸福感を積み重ねていくことができると思うのです。モノが溢れて、心の豊かさを失ってしまった現代人、幸せの青い鳥を求めて、外の世界を探し続けて疲れなくて、毎日の平凡な生活の中にある、当たり前な幸せに感謝する時間をとってみませんか？小さな幸せを見つけようとするれば、姿を表してきます。幸せを感じとる能力をあげて生きたいと思うこの頃です。（確かに、若い頃は青い鳥を探していた自分がいました。）



2008年7月3日（木）

日経6.30付ビルゲイツの記事は、インターネットの浸透が時代を大きく変えた事を教えてくれました。52歳にして経営の第一線を退き、これからは慈善活動に生きると宣言した世界一の大金持ちビルゲイツ、その寄付の額は3600億円だそうです。1975年にマイクロソフトが創業され33年間の変化はめまぐるしいものでした。パソコンの時代が来ると読み、IBMの時代にソフトを有償で売り出した発想、それも標準化することによって低価格として巨大な市場を築きました。今では、ネット時代の大波によって（ネットで無料で提供されるグーグルのサービスの出現）、徐々に切り崩されはじめています。お金自体は価値中立で本来は悪でも善でもなく、どのように使われるかによって善悪を分けていくわけですが、ビルゲイツの決意と潔さを祝福したいと思います。記事を読んでいたら、ビルゲイツの「未来を見通す力」や「器の大きさ、志の高さ」を感じました。人は大きな志を持ちたいと思っても、その人の考えられる限界があって、なかなか、未来を推定する力を持つことは難しいことだと思います。しかし志を持ち、結論を明確にありありと描いてゆくことによって、自らの心に確信の種が宿り、実現していくプロセスが人生なのかもしれません。そういえば、理事長は、まだ座敷牢があった時代に、バイクで往診に行き、何とか家族の苦しみや負担を減らしたいと病床を増やし、精神科医療の向上を目指し、その理想に燃えていたと聞いています。その志は、開かれた病院を目指し、精神科の偏見を取るべく、現在にも引き継がれています。ビルゲイツの経験したネットの大波ほどではありませんが、診療報酬改定の波、医療制度改革の波、さまざまな波を受けながらも、未来に続く理想の精神科医療に向かって、職員に支えられながら、座礁しないように舵取りをしています。



2008年7月7日（月）

問題：この時期千曲荘病院の植木たちもたくさんの葉を茂らせます。そんな中、かわいいお客さんが葉っぱに細工をして夏の近づきを教えてくれます。そのお客さんとは誰でしょうか？

ヒント：人間ではありません。数センチです。

答え：「オトシブミ」

この季節、桜等の木の下に、小さく筒状に丸められた葉っぱが落ちています。これはオトシブミという昆虫の仕業です。僅か数ミリの虫ですが、全身を使って器用に葉を丸めます。接着剤も使わずにしっかりとした造りに驚かされます。丸められた葉の中には、卵が産み付けられています。と、言うことはこの重労働はメスが担っているということになります。病院は多くの女性が働く場です。病院での業務のほかに、家庭や育児を大きく担っているところは昆虫も皆さんも同じですね。頭が下がると同時に感謝いたします。病院祭でも女性ならではのキメの細かいおもてなしが期待されます。



2008年7月12日（土）

日本医師会長の唐澤先生著の『医師の主張』の中で、萎縮医療について触れられています。『正当業務行為』という用語の説明がなされていますので、その中から少し抜粋して紹介させていただきます。――【本来は法律的に罰せられる違法な行為であっても、それが通常の社会で認められる正当な業務の遂行なのであれば違法ではなくなるというものです。これは人を殴ったりけがをさせれば暴行、障害罪で罰せられますが、格闘技選手が試合で相手を殴る場合は、基本的に罪は問われないということです。明確な殺意を持って人を刺した犯人と、患者の命を救おうとして外科手術の結果として、治療の効なく患者が死亡してしまった場合、どうして同じ犯人扱いされるのか――と書かれています】動機が我欲に基づく受け入れであるのならば問題外ですが、医療の質量とも充分とはいえない環境の中で、救急車で運ばれてきて、止むに止まれず、助けたいという動機で患者を病院に受け入れた場合の事故が、刑事事件にまで問われ、逮捕されてしまうことが今後もあるとなると、医師の回避しようとする気持ちを責めることはできないように思います。この問題に限らず、深く勉強されていないマスコミのコメンテーターの極端な発言の影響もあるのかもしれませんが、私たち自身の考え方の中に、医者はみんな○○、教師はみんな●●、政治家はみんな▲▲、経営者は○●という、個人に対するきちんとした評価をすることなく、マス目のでざっくりとくくって評価してしまう考え方があると思うのです。そろそろ、○○だからすべていい人、●●だから、すべて悪い人と、レッテルを貼って人を判断することから脱していく時期が来ていると思います。人間は一人一人が個性を持ち、それぞれの考え方で、責任を伴う自由を与えられ生きています。さまざまな事件が起きた時、遺族の悲しみや苦しみを知り、同じようなことを起こさないためにも、本質を見抜く目が必要で、そのためにもしっかりと正しい情報を集めること、及びその動機を知ることの必要性を感じます。萎縮医療が起きて、本当に国民は、幸せになるのでしょうか？



病気とともに生きる：トップアスリートの苦悩と医療

2008年7月22日（火）

アサヒメディカル7月号2008の巻頭インタビューでスピードスケートの清水宏保さんが登場していました。幼い頃から喘息持ちで病弱だったので、両親は体を強くさせたいと願って氷の上へのせたのが、この道に入ったきっかけだったようです。喘息の発作はあまりにも苦しくて、このまま死んでしまうのではないかと不安になるので、どうすれば発作を軽減できるか常に自分の身体に意識を向け、耳を澄ませていた結果、意識が繊細になり、察知能力が高まり、感覚が研ぎ澄まされるという副産物を手に入れたそうです。肺活量は2700CCしかないのに、喘息の発作がおきないように、自分の身体の状態を知った上でメニューをこなしておられます。『喘息はハンディではない。発想の転換をして、考え方をプラスに持っていけば、他の病気だって防ぐことができる』と言っていることに、やはり金メダリストとしての大きさを感じました。痛みや、苦しさがあってもなお、目標を持って生きることの大切さ、『我以外、皆わが師』と名文句を残し、自分の病気を受け入れ、病気と共に生き、それ以上私たち日本人に夢を与えてくれる清水選手に、心の強さを見ます。我以外、皆わが師という言葉も、私自身に言い聞かせている言葉ですが、人生の途上で、出会う方々の中に、いい先生役をやって導いてくださる方と、悪い先生役で、これはしてはいけないと教えてくださる反面教師の先生がいて、どちらの先生も私たちの成長にとって必要な学びを与えてくれます。筋肉も鍛えれば強くなるように、心も、鍛えて、強くなることの証明者が清水選手なのだと思います。



努力の価値

2008年7月29日（火）

ドクターズマガジンの8月号に渡邊剛先生の紹介がありました。金沢大学と東京医科大学の心臓外科の教授をされていて、多忙の中においても、手を抜かないプロとしての心意気が伝わってきました。ブラックジャックに強い影響を受けて外科医になったそうです。感動した文章をそのまま引用します：「一日怠れば三日、三日怠れば十日技は後退すると言われてはいますが、その通りです。前日に準備してない手術は、手技も頭脳の対応も明らかに準備したものに劣る。準備をせずに手術に臨むのは患者さんに失礼。外科医としてあるまじき態度です。ただ、いくら準備をしても、これはもう自分では御しきれないと追い詰められた経験が何度もあります。その度に何とか難局を乗り切れたのは、普段の努力を神様が見ていて下さったからかもしれません。手術室には神様がいます。ある時期から、心の底からそう信じるようになりました」：まさに努力の上に努力を重ね、精進の上に精進を重ねておられるからこそ言える、真実の言葉だと思います。天才といわれる人は、志を持ち、人々のために、この努力に努力を積み重ねる人だからこそ、神様に応援され、愛され、仕事そのものが実力の報酬であることを心得ておられることに敬服いたしました。



本日は千曲荘病院の50周年記念日です！

2008年8月1日（金）

理事長挨拶

創立50年の歩みを振り返り私の思いをお話します。今日に至るまで、精神科医療一筋で生きてきましたが、心がけてきたことは、『人間愛』と『愛情の大切さ』です。私は昭和33年の8月1日に上田市の花園に30床で開院し3年間は本当に苦しく、眠れない時代でした。当時の精神医療は遅れていて、現代のように、人権が重じられることもなく、向精神薬数少なく、治療法も限られたものでした。精神科病院も今ほどなかったの、遠くは野辺山まで往診に行きました。毎晩夜中の12時に電話をかけてくる患者さんがいたり、毎晩10時と夜中の2時の往診を1ヶ月間続けた患者さんもいました。困っている患者さんやそのご家族がいれば、昼夜を問わず支えてきました。一番大変な時代でしたが、家庭的な中で、入院患者さんと一緒に食事や入浴をしていたので、患者さんのことや家族のことが、非常によく分かりました。漫然と患者さんを診るのではなく、愛情を持って診るようにしていました。精神医学は非常に難しい学問ではありますが、このような生活を通して気づいたのは、やはり原点は、患者さんに愛情を持って接していくことがすべてだと思います。

当法人名は「友愛会」と申します。「人間を大切にしなければならない。友を大事にしなければならない」という思いからです。千曲荘病院の名前の由来は、「千曲川」の「千曲」と「荘」を合わせて「千曲荘」と命名し、名称を医療法人友愛会 千曲荘病院と致しました。振り返ってみると、今は精神科医療が向上し、職員にも恵まれ本当に感謝しております。しかし、少しでも医療者として慢心することなく、「愛情」を持った治療、看護、ケアが私たちの原点であることに変わりありません。



最小単位の幸福

2008年8月7日（木）

アメリカでは結婚した夫婦のうち半分は離婚しており、最近の日本でも、アメリカに近づいているとの統計が出ています。夫婦共働きが増えてくると、互いに仕事のストレスを持っているので、そのまま家に持って帰ると重苦しい雰囲気になることもあると思います。そんなときに、互いに相手を思いやる余裕があるといいのですが、どちらも『自分の重荷を理解してほしい』と思っていると、微妙な溝が生まれたりするわけです。結婚して、子供が生まれ成長して巣立ち、また二人になります。子供と20年一緒にいるとすると、夫婦は50年一緒にいますから、単純計算で夫婦は、子供より2.5倍縁が深いことになります。人生の半分以上を共に歩むので、常々「お互いの素晴らしさを発見しよう」と思って、相手を観察していると、不思議なことに、相手の中にある、素晴らしさが見えてくるということを体験します。そうすると、得したような気持ちになります。これは子供に対しても使え、長所が引き出される感じになり、愛しさが増してくるのでお勧めします。不足分や偽物を見つける時は、目立つので、分かりやすいのですが、相手の中にある数々の長所を見つけるには、深いところに隠されていることもあるので忍耐と努力が必要です。その発見の旅は、人生の深い喜びを伴う宝探しになっているのかもしれませんが。私は人生は自己発見の旅だと思っています。縁の深い伴侶の存在によって、自分自身への理解も深まり、成長させてもらえるので、夫婦の幸福は、最小単位ではあるけれど、かなり大きな価値のある幸福感だと思います。O・ヘンリーの『賢者の贈り物』には「ある貧しい若い夫婦が、自分の大切なものを捨て、相手の喜ぶようなことをする」胸にキュンとくる場面が描かれています。いつまでも、年老いても相手を思いやる心は忘れたくないと思いました。



上田わっしょい友愛会長挨拶

2008年8月11日（月）

今日も暑いです。暑い中、上田わっしょいに集まっていたいただきありがとうございます。実行委員長、副実行委員長、準備に携わってくださった方々、踊りの練習に参加してくださった方々、ご苦労様でした。世間では、明るい話題も暗い話題もたくさん耳に入ってきますが、今日は、わっしょい、わっしょいと嬉しい、楽しいことは、2倍にも3倍にも10倍にも、皆で喜び、悲しいことは、皆で分け合っていきましょう。皆さん、長丁場ですので、体調に気をつけてください。さあ、それでは、まずは千曲荘病院の為に、患者さんの為に、理事長先生の為に、院長先生の為に、私たちの為に、そして、日本中の皆のために、世界に生きているすべての人の為に、わっしょい、わっしょいと踊りましょう。



千曲荘病院創立50周年記念の祝辞

2008年8月12日（火）

副院長より 千曲荘病院50周年記念の式典にあたり一言述べさせていただきます。開院50周年本当におめでとうでございます。心よりお祝い申し上げます。50年と一言で言いましても非常に長い期間だったと思います。ただ今、理事長先生が、一晩のようだったとおっしゃられていましたが、その間のご苦労は本当に大変だったろうとお察し申し上げます。この会場のかなりの方は50年前にはこの世に生を受けてなかったのではないかと思います。50年の中にいろいろなことがありました。特に精神医療の中でもライシャワー事件・宇都宮事件があり、患者さんの人権について議論されるようになりましたが、先程の理事長のお話しの中にもありましたが、そんなことは当たり前という形であり、その意を職員が汲んで努力されたことにより、今日の立派な病院がこの地に根付き、この地区だけでなく県外各地から、障害者の方々から信頼を受け、そして行政あるいは各医療施設からも信頼を受けているという病院になってきたのだと思います。同じ昭和33年に、東京タワーが4ヶ月遅れて開業したわけですが、あと数年で社会のニーズに答えられなくなって、新しいテレビ塔にその任務の大部分を譲ってしまいます。千曲荘病院は今までもここまで発展したわけですから、これからもやっていかなければならない責務があると思います。今後もますます発展されると思います。そのようになることを心から祈念して、お祝いの言葉とさせていただきます。本当におめでとうでございます。もったいない心に沁みる言葉を頂きましたことを、心より感謝し、さらに地域の皆様に信頼され、愛される病院となるように、その責務を遂行していく覚悟です。ありがとうございました。



創立50周年院長挨拶

2008年8月12日（火）

今年も無事に暑い8月1日を迎えることが出来ました。関係者の皆様に改めて感謝申し上げます。特に今年は50周年と大きな節目の記念日となり、私の喜びも一入でございます。当院の50周年の大きな特徴は、創業者である理事長が現役でいまだもって活躍し続けていることであり、本日午後の講演で改めて創業の原点、苦労話を聞くことが出来、次の50年、100年後の大きな一里塚になったと思います。

私が千曲荘病院に初めてパートで勤務したのは、現在の群馬県立精神医療センターで精神科の後期研修をうけていた昭和59年からと記憶しています。昭和60年からは新潟大学より週1回のパート勤務を続けてきました。昭和60年代の千曲荘病院はスタッフ総数も数十名で、建物も古かったですが、とても家庭的な雰囲気でした。病院のテニスコートで対外試合をしたり、上田城址公園でブルーシートを引いての花見の会などがとても懐かしい思い出です。今は200名を超える大所帯ですが、心の通った人間関係を失わず、なんとかこの家庭的雰囲気を継続していきたいと思います。

さて、50年後の千曲荘病院はどうなっているのでしょうか？最近、あまりに時代の変化の早く、想像できません。ただ、21世紀は心の世紀、脳の世紀と言われており、心の健康、精神疾患に対するニーズは50年後も増加することはあっても無くなる事はないと思います。今後も、病院の発展のためには、時代の変化を読み、診断、治療法の進歩を積極的に取り入れ、診療サービスの質の向上を続けることが必要であります。

50年後の100周年記念日に更に当院が輝きを増し、地域での信頼を高めていることをご祈念申し上げ、院長としてのご挨拶といたします。本日はまことにありがとうございます。



福沢諭吉の【心訓七則】

2008年9月2日（火）

理事長室に入室した時はわからないのですが、部屋を出るときにドアの上の壁に額が掛かっています。何気なく読んでいたら、心に沁みてきたので紹介します。

- 1、 世の中で一番楽しく立派なことは一生涯を貫く仕事をもつことです
- 1、 世の中で一番みじめなことは教養のないことです
- 1、 世の中で一番寂しいことはする仕事のないことです
- 1、 世の中で一番醜いことは他人の生活を羨むことです
- 1、 世の中で一番尊いことは人の為に奉仕し決して恩にきせぬことです
- 1、 世の中で一番美しいことはすべてのものに愛情をもつことです
- 1、 世の中で一番悲しいことはうそをつくことです

一万円札でおなじみの福沢諭吉先生、【学問のすすめ】は有名ですが、独立自尊の精神の尊さを日本人に伝えることで、政府に保護を求める気風を軌道修正し、社会や国家に頼らず自ら考え、責任を取ることを教えてくれました。この自助努力の精神なくして日本の繁栄はなかったと思います。そう思っていたら、06年度の国民一人当たり医療費は約26万円で、年齢階層別で見ると、65歳未満は16万円、65歳以上は64万円、特に75歳以上は79万円と厚生労働省から出ていました。国民所得に対する国民医療費の比率は8.88%だそうです。福沢諭吉先生が、もしここにおられたら、このデータをどう読み、どう対策を立てるのか、とふと考えてしまいました。



2008年9月9日（火）

「働くニホン」（日経新聞44043号）に、【誰かが働きを認め、喜んでくれている】という実感が寝食を忘れさせるという記事で「財政破綻した夕張市へ出向をした東京都職員（27歳）は、同年代の職員の手取りが10万円にも満たず、2人の子供を抱え、転職の誘惑と戦いながらも『自分が抜けると困る市民がいると思うから踏みとどまれる』」と書かれていました。ただ今、社会保険庁から郵送されてきた「ねんきん特別便」によって、各職員が記入漏れをチェックしているところです。そのずさんさは言葉にならないほどですが、この記事を読んで、国民の立場に立ち、親身になって国民の相談に乗ることを生きがいとされている公僕がおられることを知りほっと致しました。会社においては、間違った書類を提出されると、膨大な損失になり、最初からやり直さなければならないので、そのような非効率な仕事をしない方法を常に考えているはずですが、時間がかかるほど、費用がかかるので、いかに時間を短縮するかという方向に動いているわけですが、「行政の処理スピードを上げていただく」だけでも、建物が早く建ったり、投資の回収が早まるわけですから、その効果は、日本経済にも多大なものになると思います。この方の生き方にエールを送るとともに、奉仕の心を持って人のためにお役に立ちたいという人がたくさん出てきたら、日本は本当に、豊かで、素晴らしい国になると思いました。



50周年記念エコたわし

2008年9月9日（火）

デイケアⅡなごみの『傑作品』紹介 患者さんと職員で一生懸命作りました。

ソフトな風合いで、洗剤を使わなくても、汚れがよく落ちます。環境にも優しいタワシです。ぜひご家庭でお使いください。

ひまわりの種 今年病院で育てたひまわりの種です。みんなの気持ちのこもった種ですので、きっと来年もきれいに咲くでしょう！是非ご家庭で育ててください。



50周年記念エコたわし



袋の中に優しい愛が入っています！

病院の中も周りも花が増えました！

2008年9月12日（金）

病院で種から育てた花たちを飾りました。

東棟二階へ上がる階段に朝顔のつるが巻かれて光を浴びています。



ソフトバレー応援団

2008年9月22日（月）

だんだん国体が近づいてきました。燃える「闘魂」でがっちり、優勝杯を持ってきてくださいね！それでは選手から一言よろしく申し上げます◇◇◇『自分にできることを精一杯発揮したいです！』とHさん。◇『チームワークを大切にがんばります！』とTさん。応援団は、この勝利の幕の前で、戦意を失うであろう優しさで立っている理事長とにこやかな笑顔が美しい二人、脇時で支える二人、そしてさらに、さらに一一病院職員総勢230名がいますので、思う存分戦って、活躍して、楽しんでいただきたいです！千曲荘病院に勇士あり！と信州の名前を広めていただき、上田市の知名度を上げていただくと、地域貢献にもなるのでがんばっていただきたいです！



ソフトバレー応援団 1



ソフトバレー応援団 2

2008年9月29日（月）

バザーに出そうと思って、整理していた書籍の中に『輝け わが命の日々よ』がありました。

精神科医・西川喜作先生が、「亡くられる前の3ヶ月間に何かに憑かれたかのように猛烈な勢いでペンを走らせ書いた遺稿であった」と柳田邦男先生の解説文を読み、縁の不思議さに驚きました。なぜなら、11月22日に柳田邦男先生を50周年記念講演会の講師としてお招きしているからです。埃を払って読み返してみると、『現代の医学において、生については産科学や乳児学があるのに、誰でもが直面しなければならない死に関する医学が、ほとんど顧慮されていないことに私は疑問を感じるのです』と書かれていました。精神科医としての仕事を続けながらも、自らの心の動きを赤裸々に語り、「死の医学」の分野を拓き、本として残して下さいのおかげで、こうして恩恵を受けることができます。この本を20数年前に読んだときは感動して研修を国立千葉病院でと思ったこともありました。彼の精神を伝えることで、供養とし、医療に生かせる事を願いつつ、紹介いたします。

■『聴く心』とは医療者が持つべきもっとも基本的な心構えである。言葉をかえれば愛の心ともいえる。反面、医療者が患者の言うまま、欲するままに何でもその通りにしてやることが必ずしもよい看護とはいえない。

■医療の心は患者の要求のすべてを叶えることではない。病いはその人の人生の結果であり、病いそのものがすべて否定的存在悪ではない。むしろ病いを知り、病いから抜け出す。そして病いを友とする勇気と経験を持たなければならないのである。



2008年10月1日（水）

風と虹と・・・この次ぎの言葉となると「のぞえ総合心療病院院長・堀川公平先生」と繋がるのがすぐ分かった方は、かなり「精神科医療の通」の方だと思います。のぞえ総合心療病院は、私たちの病院にとっても理想の姿があります。のぞえ総合心療病院を見学させて頂き、堀川先生が目指す理念が具体化されたソフト面、ハード面を見るにつけても、どのくらい努力を重ねられ、試行錯誤を繰り返されたかが、分かりました。詳しく知りたい方は、ドクターズマガジン、2008.7月号をお読みください。きっと、この雑誌には載るだろうなあと思っていたので、とてもうれしく感じました。



友愛ハーブ茶

2008年10月3日（金）

皆様のおかげで、おいしい友愛ハーブ茶が完成しました。職員からの寄付のあったハーブを、患者様と職員で育て、摘み取り・洗浄、・乾燥・電子レンジで殺菌してパック詰めしました。千曲荘病院で育てた友愛ハーブです。カモミール・ペパーミント・レモンバーム・アップルミント・レモングラスなどが入っています。リラックス効果・消化促進・動脈硬化予防・風邪の初期症状緩和などが言われています。患者様、職員一緒にすがすがしい香りをお楽しみください。病院祭当日には、患者様に味わっていただくと共に、来場者の皆様にも味わっていただきたくご用意させていただいております。どうぞ、楽しみにお越しください。病院祭花係り一同より 一度飲んだら止められないほど、喉ごしさわやか、すがすがしさはたまりませんでした！



50周年病院祭実行委員長より仲間への激励文

2008年10月3日（金）

周りを見渡せば流れにのる魚の如し！

昨年の病院祭で、ちょっとした手ごたえの様な、良い雰囲気を感じた方も多かったと思います。年が変わり、病院祭準備を始めて暫く経ったころのことです。私の在籍する病棟を始め、各病棟・病院内が、一つの方向に向かって動いている事を感じ始めました。

それは今まで生簀や湖にいた魚が、一斉に海に下るのに似ています。一つの目標に向かって、自分たちの力で、地域という大海へ泳ぎだしていく。そんな雰囲気です。一匹だけではあっという間に食べられ死んでしまいますが、力を合わせて群れを作ることによって生き残れるわけです。海へ出た魚は病院祭という経験して成長を遂げ、今度は川をさかのぼり、子孫を残していきます。子孫とは入社間もない、またこれから来るであろう若者たちのことです。さかのぼった魚たちは、そこでただ役目を終えるだけでなく、その身に蓄えた知識や経験を伝え、それが栄養となり、森や他の生き物の糧となり豊かにします。そして、そのサイクルは続いていくのです。私達は、そんな流れの中に漕ぎ出したのです。地域の方の糧となれるよう胸を張って楽しみましょう。友愛スマイルを振りまきながら。



50周年病院祭前日の驚き

2008年10月4日（土）

病院祭前日の朝病院の敷地に入った途端に、強く花の香りが漂ってきました。初めての経験です。金木犀の花のような匂いではありません。まさに『花の香り』です。周りを見渡すと、明日の病院祭に向けて、職員が丁寧に、庭の掃除をしたり、雑草を取り、敷地内を花で飾り、一生懸命最終の手入れをされておられました。その瞬間、これはみんなの力が一つになって、病院祭に来られる方々に少しでも喜んでもらおうとする愛の力が病院全体を包んでくれて、匂ってきたのではないかと思えるほどでした。この時期に、これほど満開に咲いている公園はないだろうと思えるほど、花が至る所に置かれています。黄色のマリーゴールドは、鮮やかで目が覚めるほどです。一年前から始めた病院祭での経験を生かし、花の開花の時期を見て、調整された花系の皆さんのおかげです。大会議室では音声を調整したり、イベントに備えています。各部門では飾りつけをしています。小鳥たちも喜んでいつもより大きな声でさえずっている様子でした。願わくば、明日の一日が晴天に恵まれて、多くの方に喜んでいただける記憶に残る日となりますように！下記の写真は職員の準備風景です！正面玄関に、信州で有名な葡萄作りの名人が、ご自宅の商売用の葡萄を持ってきてくださり、まるで玄関がぶどう棚のようになってしまいました。感動ものです！階段と一緒に映っている方は、何でも仕事ができるしまう当院の事務長です。理事長の足を配慮くださり、さっさっさーと手すりつきで作ってしまいます。



50周年記念病院祭前日の驚き 1



50周年記念病院祭前日の驚き 2



50周年記念病院祭前日の驚き 3



50周年記念病院祭前日の驚き 4



50周年記念病院祭前日の驚き 5



50周年記念病院祭前日の驚き 6



50周年記念病院祭前日の驚き 7



50周年記念病院祭前日の驚き 8



50周年記念病院祭前日の驚き 9



50周年記念病院祭前日の驚き 1 0



50周年記念病院祭前日の驚き 1 1

50周年記念病院祭を終えて

2008年10月6日（月）

昨日、天気にも恵まれ、50周年記念病院祭を無事終了することができましたことを、この場を借りて、地域の皆様、職員の皆様、ボランティアの皆様にご挨拶いたします。本当にありがとうございました。雨天時のスケジュールも用意されてはいたのですが、職員が一丸となって作り上げてきた病院祭を成功させたい気持ちと、節目の50周年ということで、天気予報を外すべく、前夜はひたすら晴れることを祈っていました。朝の6時前には飛び起きて、この天気でいけそうだと分かったので、安心いたしました。開催式が始まり、来賓のテープカットの後に、盛大な花火がバーンと数発上がり、開催が高らかに宣言されました。西岡保育園児によるかわいらしいパラバルーンに始まり、美女軍団のフラダンス、院長基調講演会、わが病院が誇る精鋭医師による連続講話、音楽村のハーモニカ、ガチャガチャバンド演奏、川原柳時バンドによる演奏、和太鼓、三味線、民謡、グランドゴルフ、上田高校吹奏楽団の演奏、やすらぎセミナー、TOKYO BOWSのミュージカルそれ以外に、バーチャル体験、音楽療法、オムツの使用方法、栄養補助食の試食、スタンプラリー、まだまだ書ききれないほどのアトラクションが同時進行で続いていました。まだアトラクションあるのですが、多くて文面が長くなるので、後は来場者にお聞きしていただければと思います。花に飾られた環境の中で、よくぞこれだけのことができた、驚くばかりです。接待する側もニコニコ笑顔で、来場者も笑顔で喜んでくださっていました。中には『たまたま病院祭に来たけれど、理事長先生の言葉に感動し、見学したらもっと感動したので、熊本にお越しになる時があったら是非ボランティアで、案内させてください』と感謝に溢れて名刺を置いていく方もいました。無事閉会式を終え、カウントしてみると、1371名ということでした。実際は、受付を通過しないで入場された方々もいたので1400名くらいにはなるかもしれません。地域の方々の応援、発表ボランティアの方々の力強い演奏や踊り、協力、本当にありがとうございました。そしてご苦労様でした。

何よりも、私たちもこの一日を感動で始まり感動で終えられたことを感謝いたします。これも職員の皆さんの病院を愛する心と、必ず成功させるという強い願い、自主的な喜びに満ちた活動があってこそだと思いました。50周年記念病院祭を終え、今日からは新たな50年に向かってのスタートです。この病院祭を通じて、それぞれの小さな喜びが大きな喜びとなり、同じ場で同じ時間を体験された方々は一体感のある喜びとなり、多くの方々に喜んでいただける喜びを体験できたことは大きな収穫でした。それは大変なことですが、苦労だからこそ、また記憶に残る深い喜びがあるのかもしれません。本当にありがとうございました！



50周年記念病院祭を終えて 1



50周年記念病院祭を終えて 2

2008年10月21日（火）

「千曲荘病院病院祭」この言葉を何度口にし、何度パソコンや携帯電話のメールに書き付けたことでしょうか。昨年から二年続けての職務だったので、その数は計り知れません。そんなに何度も発している言葉なのに、人前では嘸んでしまうのは、成長が無かったところです。そんな嘸み嘸みな状態ながら、作り手の皆さん・来場された方々に満足していただけたのか、いまだに疑心暗鬼です。

最後まで、ぎっくり腰にもならず、職務が全うできたのは、実行委員の皆さんをはじめ、病院祭に関わった全ての方が理解と協力をしてくれたことに他ありません。それが証拠に「とにかく楽しくて、時間の経つのが早かった。」皆さんはいかがでしたか？人の体内時計は、ホルモンの出方によって早く感じたり、遅く感じたりするそうです。それを加速してくれたのが、三役である二人の両副実行委員長です。良い関係で仕事が出来たことはよい仕事が出来たことと信じています。そして、無謀にも牽引する立場に任命して下さった理事長先生・院長先生に深く感謝いたします。男としての仕事を経験させていただけたことは「幸せ」以外の何ものでもありません。「五十周年記念病院祭」これは千曲荘病院50年の集大成というだけではなく、これからの50年・100年に向けてのスタートです。「皆が関わり考える」ことで何があっても、どんな荒波でも乗り越えていかれることでしょう。

平成20年度の病院祭通信はこれで最終号となりますが、来年度号で皆様とお会いできる事を楽しみにしています。最後に恒例のあいうえお作文を。

お題＝「千曲荘」

「ち」…超一きもちいい！何もいえねえ！と、

「く」…クールで

「ま」…負けない気持ちがあれば

「そ」…想像を絶する

「う」…うれしい結果が待っています。

平成20年10月21日 病院祭実行委員長



本当の感謝とは何か

2008年10月22日（水）

「涙の数だけ大きくなれる」

木下晴弘著をよんでいて、涙する場面が何回かありました。『本当の感謝とは何か』を実体験させたある会社の社長の話は、その通りだなと思えました。内容は【その会社の入社試験は『あなたは、お母さんの足を洗ってあげたことがありますか』という質問をして、ほとんどの学生は「ない」と答えるので、「それでは3日間与えるので、お母さんの足を洗って報告に来てください、それで入社試験は終わりです」だそうです。ある学生は、やっとのこと母親の足を洗ったとき、あまりにも荒れ放題で、ひび割れているのを手のひらで感じて絶句したそうです。心の中で『父が早く死んで、母は死にもの狂いで働き自分と兄貴を養ってくれた。この荒れた足は自分たちのために働き続けてくれた足だ』と悟り胸がいっぱいになり『お母さん、長生きしてくれよな』と言うのが精一杯だったと。しばらくして、息子の手に落ちてくるものがあり、それは母の涙だったこと。学生は母の顔を見上げることができず『お母さん、ありがとう』とやっと言い、翌日、彼は会社に行き、こんな素晴らしい教育を受けたのは初めてです。ありがとうございました】こう書かれていました。それを読みながら、年老いた母の背中を流したことを思い出しました。小中高校の頃は、いつも元気で笑顔が絶えず、人一倍働き者で、勤勉の尊さを教えてくれた母。母の優しさに甘えて、どのくらい心配をかけて悩ませたことか、、、一つ一つの場面を思い出し、抱き上げることができるくらい小さくなったその背中を流しながら、小さい声で『お母さん、ありがとう。その皺は私が心配かけてできた皺だよ』と呟きながら、気づかれないようにシャワーで涙を消しました。母は「ありがとう。気持ちがよかった」と喜んでくれました。『ありがとう』と何回も何十回も、何百回もお礼を言って、恩返ししたいのは私なのに、苦労を重ね自愛に満ちた目で『ありがとう』と言われると、胸が詰まって言葉にならないのです。

先日NHKで篤姫が徳川家茂の病気のときに、『案ずるばかりで、何もしてやれない苦しみ』とぼそっと言った一言が、胸にずしんと響いてきました。この言葉の意味の深さが分かる年齢になったのは、私も年をとったからかもしれません。



秋の気配

2008年11月5日（水）

11月に入りました。朝晩の冷えは信州らしくなってきた、コートが必要な季節となりました。夏の生命力を感じる庭から、色づいたプラタナスの葉で、大人の装いにも見える、おしゃれな庭に変身し始めました。落ち葉が道に落ちていると、絵になります。もう少しすると、グラウンドのポプラの葉が色づいて、そして一枚残らず、すべて落ちたら、上田は本格的な冬に入ります。まだしばらくの間は、自然の変化を楽しめる季節です。日本は四季に恵まれていて、美しい国だと思います。不景気で厳しい時代とはいえ、世界から見たら、うらやましがられる恵まれた国であることは間違いありません。テレビのニュースでは暗い話ばかりで、マスコミは悲劇性を強調する傾向があるように思うので、せめて、心の中は、小さな明かりでもいいので、いつも暖かく光が灯っているようでありたいと思います。モノやお金に溢れていても、その人が幸せを感じているかどうかはわかりません。お金やモノの量に左右されることなく、どちらの状態にあっても、その環境の中で、学ぶべきことを学び、人を妬むことなく、足ることを知って生きる、毎日小さな変化に喜び、小さな発見をして喜び、共に笑い、共に泣き、共に支えあう家族や仲間がいることを心から喜び感謝する、そんなシンプルな生き方で、生きていけたら、楽になるのではないかと思います。条件付きの愛を求められたら、愛は死んでしまいます。本当の愛ってなんだろう？と考え続けて旅をしているような気がしますが、実は、愛の問題は、すべての人の人生で出会う問題なのだと思います。



2008年11月6日（木）

11月22日に千曲荘病院50周年記念の講演会講師にお招きすることになっている柳田邦男氏の本を何冊か読み始めています。

この本の中で、魅力的な絵本がたくさん紹介されているのですが、まずは『だいじょうぶだよ、ゾウさん』という本を購入して読もうと思いました。自己流ですが、抜粋します。

+++++++ ここから引用 ++++++

幼いネズミと年老いたゾウが仲良く暮らしていたのですが、そろそろ亡くなったゾウのお母さんやお父さんがいるゾウの国に、つり橋を渡って行こうとします。すると、そのつり橋は壊れていたもので、驚きと不安の叫び声を上げます。ネズミは「直してあげるけれど、戻ってきてね」と言い、ゾウは「一度渡ったら決して戻らないんだ」と言います。「それなら渡っちゃ嫌だ」とねずみが駄々をこねます。優しいゾウは向きを変えて、ネズミを背中に乗せて帰り、いつものように生活をします。けれど、だんだん体は衰え、ネズミが甲斐甲斐しく世話をしても、運んでくるバナナさえ食べられなくなって、命が危うくなってきます。ネズミは気がつきます。今や心が成長し、悲しくてもゾウのために、つり橋を直しに行きます。そして、そっとゾウに伝えます。「こわがらないで。もう頑丈になっているから！」「怖くなんかないよ。だいじょうぶ、安心して渡れるさ」とゾウがつり橋をわたり、ゾウの後姿が小さくなっていくのを見て、ネズミはやさしい笑みを浮かべ、そっとつぶやきます。「そう、すべてうまくいくよ」

+++++++ ここまで引用 ++++++

情景が目には浮かんで、涙が流れました。医療者の一人として、この絵本の奥深くから、伝わってくる悲しいけれど暖かい、優しい気持ちが切なくなって胸に響いてきました。

2008年11月21日（金）

【言葉の力、生きる力】「柳田邦男著」の中に、星野富弘さんの詩篇が紹介されています。『人は身体が不自由になった時、心で生きる。人は身体が動かなくなった時、心で世界を見る』と――。青春時代が過ぎ去り、目が弱り、耳は遠くなり、白髪や皺が増え、足腰が弱くなり、老いていくということは寂しいものですが、星野氏のこの二行の中に、真実を感じとるのは、私だけではないでしょう。また、この本の中には、尊敬する神谷美恵子氏の日記の紹介もありました。『キュリー夫人伝をもう一度読み始めた。そして、自分のなまぬるい勉強の仕方を省みて、ざんきの念に耐えない。勉強と献身と。これは両立し得るのだ。要は魂の問題なのだ。だから、機会と境遇に恵まれている時に、全力をつくさなかったら、勉強は永久にできないではないか（二十八歳、日記）』このお二人は、憧れている人物であるのですが、何に憧れているのかというと、厳しい肉体条件にあっても、心（魂）が自由で、自らの使命に気づき、運命や環境を恨むなく、人を恨むことなく、与えられた環境の中で、自分独自の、オリジナルな花を咲かせようとして一途に生きた姿が、とても輝いて見えるからです。どんな環境の中からも花を咲かせることは可能であることを証明してくださった二人は、まさに「泥中の花」のような生き方にみえます。私も与えられた境遇、境涯、環境の中において、小さいながらも一輪の花を咲かせてみたいと願っています。明日は柳田邦男氏の講演会です。一人でも多くの方々の心に記憶に残る記念日となりますように、祈念いたします。



柳田邦男先生による50周年記念講演会無事終了しました

2008年11月25日（火）

2008. 11月22日冷え込んだ信州の朝に、上田駅にて柳田先生をお迎えいたしました。目的地の無言館に向かう途中で、下之郷の生島足島神社に寄り、塩田平は自分の庭のように熟知している次長が随行してくれました。柳田先生の問いかけに、自然体で応じているのですが、この街を、故郷を大切にしている気持ちが伝わってきて、そばにいる私自身も、故郷のありがたさを再確認いたしました。青い空に白い雲が浮かび、紅葉で美しい木々に囲まれた無言館では、一枚一枚を慈愛に満ちた目で眺めておられる先生のそばで、解説付きの幸せな時間を頂きました。実は上田に住んでいながら、恥ずかしながら無言館は初めてで、美術館がこんなに込み合っていることにも驚きましたが、飾られた絵をじっと眺めていると、短い時間だったのですが、作者の念いが切ないほど胸に伝わってきたことにも驚きました。一枚の絵は、言葉が必要ないくらい、その時のその人の念いが伝わってくるのがわかりました。その後、龍光院で山菜料理の昼食を終えて（この山菜料理はとてもおいしいです！）本堂の狩野永琳の屏風を眺め帰ろうとしたときに、浄財でいただける一枚の詩を手にとられ、『この詩のお話を、講演会の中でしますね』ということで、お話して下さることになりました。興味のある方は、龍光院に行って内容を確認してみてください（もったいないので書きません）。上田東急インで2時から始まった会場はほぼ満席で、400名を越える方々がお越しく下さり、静かに語りかけてくださる柳田先生のお話に引き込まれ、会場全体がとても暖かい、優しい雰囲気にも包まれているような感覚に打たれました。『豊かな生、豊かな死のために～ただ一度の人生だから～』という題でしたが、終了後のサイン会も長蛇の列で、一人ひとりにお話を聞きながら、サインされる姿に、私たち職員も感動いたしました。寛容さは、苦しみ悲しみを通り越した人特有のものかもしれません。まだまだひよこのような自分ですが、人間の死亡率は100%ですから、その日が来るまで寛容さを磨き続けたいと思いました。柳田邦男先生、ありがとうございました。そして、支えてくださったスタッフ、会場にお越しくくださった皆様に心より感謝申し上げます。講演会終了後何人もの方々から、人生を見つめなおす機会をいただきましたというお言葉を頂き、私たちもうれしい気持ちになりましたことを報告いたします。意味のある偶然を大切にしたいと思います。



柳田邦男先生と共に



50周年記念講演会

悲しみのすぐ後ろには慰めの天使

2008年12月2日（火）

人は、心が呻吟するような不測の事態に遭遇したとき、平凡で平安な毎日が、いかに恵まれ、多くの人たちに支えられ、幸せであったのか気づくように仕組まれているのではないかと思うことがあります。それまで自分を取り囲んでいた世界の色が消えて、一瞬にしてモノトーンの世界に入ってしまうと、自分自身も苦しみ悲しんでいるのですが、同時にそのフィルターを通して、平凡性の中では見えなかった様々な人々の苦しみや、悲しみが見えてきます。人と接している時は、責任をとるべく、平常業務をこなすことができるのですが、一人になった時は、孤独感、無力感、自責の念にとらわれ、何が間違っていたのかと自らを見つめる作業を繰り返し、真剣に祈りながら、自らをコントロールし、時を耐えているというのが、振り返ってみると自分なりの対処法だったような気がします。その姿は、まるで、戦争に出兵したわが子の無事を全身全霊で祈る母親のような心境の中での自己との格闘といってもよいでしょう。その激流の状態から抜け出し、数年の時間の癒しを経て、あの出来事は、そういう意味だったのかと気づきを与えられます。苦しみ悲しんだことにより、真剣に人生と向きあい、小さな心が少し大きく成長することは、有難いことだと思えます。かつての自分と同じような苦しみ悲しみに格闘している友の中に自分の姿を見て、体験から得た教訓を使って、浮き輪を投げることができるからです。自分だけの問題だと格闘している時は、リングの上にいるのでまさに真剣勝負ですが、試合を終えてリングの外から見ると、試合の流れがよく見えてくるように、試合が終わり応援には入れることは、更に幸せなことだと思います。苦しみ悲しみは、単に苦しみ悲しむためにあるのではなく、その後ろ側にはもっと大きな喜びを与えようとする癒しの天使が控えているのかも知れません。同悲同苦の心が磨かれて乗り越えた時に、自己信頼、寛容さ、信じる力、優しさ、智慧などを与えるように、きっと、そばで癒しの天使が応援していると想像するだけでも、希望や勇気が出てくることができました。私も、人生の後半戦をまだまだ遭遇するであろう不測の事態を、何とか乗り越えていきたいと願う者です。



2008年12月4日（木）

今でも時折『時間よ、止まれ！このままの幸福が続きますように』と心の中で思うことがあります。無心で無邪気に野山を駆ける時、愛されていることを感じる時、愛する人が幸せそうに生きているのを眺める時、自然の美しさの中で癒されている時、ゆったりとした時間の中でしみじみと感謝の気持ちが込み上げてくる時、心地よい風が吹いて通り抜けていく時など、そう思うときがあります。時は川のように、留まることなく流れ、幸福な時間も過ぎ去ってしまうのですが、意図的に幸福感を心に刻み記憶に残しておく、再生して思い出に浸ることができます。現代は不幸感覚の強い時代に入り、未来に希望が持てない人が増えてきているように思います。自己防衛の心は他人との距離を遠くし、不信感が生まれ孤独や不安を生み出します。危機管理は大切なのですが、不幸感覚を研ぎ澄ませても心身共々しんどくなるばかりで、いいことはありません。本当の自己防衛は、幸せな時間を大切に、幸せ感覚を拡大する力が必要だと常々思っているのですが、幸せを感じ取る力は積極的な努力がないと維持できないようで、不幸感覚のように瞬時に感じ取るものとは違うようです。しかし、その時に「幸福感が消え去ることを恐れ、今のままで十分だから、どうかこのままでいて欲しい」と思い始めると、今度は苦しみに変わってゆくことを体験します。釈尊が諸行無常を説かれたわけですが、この教えの意味を深く考えていた時、執着の怖さを教えるためだけではなく、ふと「人間を限りなく成長させる大きな愛の力が働いていること」を教えるために、この教えを説かれたのではないかと感じるようになりました。例えば、静止した写真を眺め思い出に浸っていると、幸福感が甦って幸せな感覚になるのですが、川下りを楽しむ心境があるように、変化していく景色を楽しみ、川の流れにスリルを感じながら、座礁しないよう危機管理し、動的なる幸福感を味わえることもあるわけです。その幸福感は静止した幸福感と違う、魂の底力を教えてくれる幸福感なのかもしれません。そんなことを思いながら、意識を切り替え自分を励ますことがあります。今までの成功体験、失敗体験、人間関係、考え方など、あまりにとらわれすぎて苦しみを生んでいるのならば、ここは決意して、捨てるべきものは捨て、新しい生活に入っていければ、運命は上向修正されるのかもしれません。



2008年12月9日（火）

日経新聞によると、豊田市はトヨタショックが直撃し、400億円減収になり、税金は9割減、不足分は積立金を取り崩すと書かれていました。豊田市を一つの家庭と考えると、月給20万円の人が、2万円で生活するということになるので大変なことです。ここで思ったのは、2点あります。生命活動をしていくためには、植物が栄養分を蓄える球根を持つように蓄えが必要で、これがないと厳しい不況時において生き延びることができないということ、もう一つは、これまでのトヨタの貢献度の大きさ、一社でこれほど多くの人々に恩恵を与えていた事実を知ったということでした。TVの日立の宣伝ではありませんが、『大きな木』があると、その下で多くの動物たちが集まり、憩う場ができるように、優れた企業が存在することは多くの雇用を創出し、生活を保証しその家族を養っていくことができるようになります。金儲けの定義を、「個人の私腹を肥やすためだけで、誰をも幸福にしない」とすると、マスコミから批判されても致し方ないと思うのですが、優れた企業が、得た富を一定の割合で税金として納めていることは、その税金によって多くの人々へ豊かさが再分配されるので、尊いことだと思います。理事長は、お金のない借金時代の苦しさを命と引き換えにしようと思うほど苦しんだ経験があるので、赤字の怖さを身をもって教えてくれました。おかげで『しっかり税金を納めて社会貢献する』という考え方を受け継ぎましたが、この言葉は、私たちに遺してくれた名言だと思っています。今不況の厳しさの中で、経営者が経済苦を理由に自殺するケースも増えており、年間自殺者3万人は、異常事態だと思います。赤字の時は、無駄を排除することと、収入を増やすべく智慧を使うか、働く時間を長くして家計を助けるのが、一般の家庭での対応策だと思います。民間企業では、倒産・リストラの危機におびえながらも、必死にコストダウンを図って税金を納めています。ホンダはF1から撤退し、無駄を排除する方向を選択しました。民間だとリストラということで厳しい選択を迫られますが、これを国に応用すると、公務員の半数が民間に移行し税金を納める側になれば、今度は富を生み出す側に回ることになります。厳しい時代こそ、本当に必要なものが見えてくるので、企業にとっては、贅肉体質から筋肉体質に変われるチャンスだと心得て、あまり不安に怯えず、前向きに取り組んでいくことだと思っています。



2008年12月12日（金）

住友生命の創作四字熟語の中に『苦勞長寿』（不老長寿）と『窮々病院』（救急病院）という言葉を見て、思わずにっこりしてしまいました。まさに日本人の寿命は男性79歳、女性86歳と世界一です。長生きすることはうれしいことでもあるのですが、肉体機能は衰えていくばかりなので、確かに苦勞長寿です。またWHOの総合評価によると健康寿命も男女共に1位で、乳児死亡率も世界一低く、一人当たりの外来受診回数も一位ということで、肉体健康に関しては、堂々一位です。救急病院の忙しさをTVで見たり聴くにつけても、善意ある勤務医の使命感と過酷な勤務状況に支えられていることを知り、早急に何らかの手を打たなければ、医師のうつ状態が4人に1人では済まないのではないかと危惧するものです。「窮々病院」に込められた言葉の重さを感じます。WHOの評価から見る限り、日本の医療は世界に誇れるレベルだという認識は必要です。それは国の指導の下にうまく機能してきたからと思います。しかしながら、高齢者社会が到来し、膨大した予算を穴埋めすべく、医療制度改革が行われ、制度変化に耐えられず崩壊していく可能性が出てきました。自治体病院は医師不足、都会の病院は看護師不足、地域特性はあるのですが、医療システムは崩れ始めているのか、未体験ゾーンに入った怖さを感じるというのが正直な感想です。経営環境は変化するので、当然その変化に対応した政策が採られるのですが、長期的医療政策転換のスケジュールは、優秀な人間によって作られたシナリオにより政策策定者に有利に働くように策定することもできるので、官と民の公平な条件での切磋琢磨をお願いしたいと思います。マイナスを運営費交付金で投入を受けたり、固定資産税がない病院群と恩恵を受けない民の病院での競争原理は、ハンディがありすぎるようにも思うのですが――。



セルフヘルプの精神（自助努力の大切さ）

2008年12月19日（金）

自助努力と聞けばサミュエルスマイルズの『自助論』を思い浮かべる人は多いのではないのでしょうか？この本は明治の新しい時代に、福沢諭吉の『学問のすすめ』と並んで青年たちが、こぞって読んだ本です。中村正直によって翻訳され『西国立志編』と題して出版されましたが、当方で100万部売れたといわれるほど、多くの若者の心を奮い立たせた本で、今のように「不況だ、不況だ」といっている時代にはぴったりの本と思います。『外部からの援助は人間を弱くする。自分で自分を助けようとする精神こそ、その人間をいつまでも励まし続ける。人のために良かれと思って援助の手を差し伸べても、相手は返って自立の気持ちを失い、その必要性をも忘れるだろう。保護や抑制も度が過ぎると、役に立たない無力な人間を生み出すのがオチである。』最初のページに出てくる文章ですが、この文章を読み、国家に過度に保護されていた職種は、競争力を失いその職種自体が弱体化していった歴史を思い、また個においては、与えられすぎて努力精進を忘れ、厳しさに耐えられず退転し、自分のみならず家族をも崩壊させてしまったという、悲しい放蕩息子の話(同じ環境におかれていれば、その可能性は誰にもあるでしょうが)を聞くにつれ、現実の厳しさを乗り越えていくためには、試練に耐え抜く決意や努力がどれほど大事な要素なのかと思いました。弱者に対する援助は必要ですが、筋力がつき、バランス感覚をつかみ、一人でも自転車に乗って漕ぐことができるようになったなら、補助輪をはずし、大人が手を離して見送るように、信じて押し出してあげることの方が、本人にとっては幸せなことでしょう。その時はペダルを自力で漕げる小さな勇者になっていることでしょう。自転車で転ばないのは、前進しているからです。ペダルを踏んでいないと、倒れてしまいます。自転車を漕ぎ続ける力が、自助努力の精神そのもので、その力で様々な景色を眺めたり、山を下り谷を越えて、喜びを作り出しているのではないかと思っています。私も若い時に、もっと真剣に読んでいればよかったと思うので、若い方はお正月休みに是非読んでみて下さいね。



今年もまた一年間、ありがとうございました！

2008年12月29日（月）

2008年、千曲荘病院の仕事の最終日となりました。（もちろん平常業務は続いています）2008年を通して「創立50周年記念の年」とするという院長の掛け声の下で、様々な企画が50周年記念行事となるべく催されて大変だったと思いますが、非常に充実していた、記憶に残る一年間となりました。様々な職員の情熱に支えられ、地域の方々に応援されて、手作りで作り上げられた病院祭は、職員が一体となり、それぞれの方が、それぞれに貴重な思い出を得られた、一年であったのではないかと思います。目標を持って努力していると、様々な創意工夫も生まれます。見事結果を出せたことはうれしいことではあるのですが、それ以上に、そこにたどり着くまでの過程そのものが、幸せなことなのだと気づきます。「努力即幸福」という言葉の意味を噛みしめた一年間でした。一年の終わりを向かえ、職員が、お互いに「お世話になりました。よいお年を」と声をかけ、ねぎらいの気持ちを伝え合った後、静かになった病院に残り、一年を振り返ってみると、縁あって一緒に仕事をしている仲間の暖かさや、優しさが思い出され、人は支えあって生きていることをしみじみと感じます。今年一年間、本当にご苦労様でした。来年もまた、新たな気持ちで、皆様と共に働けることを祈念して、2008年のブログを閉じます。お読みいただいた皆様、ありがとうございました。よいお年をお迎えください。



仕事始めの「院長挨拶」2009.1.5

2009年1月5日（月）

新年あけましておめでとうございます。昨年は、病院祭、柳田邦男先生の講演会を始め、さまざまな50周年イベントが行われ、成功のうちに終わることができました。ご苦労様でした。大変だったと思いますが、地域に当院の存在をアピールでき、また私たちも各事業を行う過程で多くの学び、成長があり、私たちの財産となった年でした。

さて、今年的外部向けの行事は3月7日に国立精神保健研究所の伊藤順一郎先生を迎えての「やすらぎセミナー」からスタートします。精神疾患に対する理解を深めて頂き、さらに精神科の偏見が減ることを期待しています。また今年には次の100周年に向けての折り返しの年となります。先の管理職レポートは非管理職の方、3名を含めて大変優れた内容のものが多く、私自身大変刺激されました。

ただ一方で昨年11月よりベッド利用率がここ数年にない形で低下しています。その原因として、長期入院者の退院促進、訪問看護、外来診療の充実などによる再入院者減少、不況下で医療費支払い困難者の増加などの要素が複合的に影響していると考えられます。さらに、今後はいの意味での病院間の切磋琢磨が激しくなるので、今年は大きな転換、試練の年となるだろうと、危機感をもっています。

今年が一番緊急の重要課題として職員教育システムの再構築を考えています。ここ2年ほど前から目標に掲げ、総師長に先進的な精神科医療を行っている病院に昨年、研修に行ってもらいました。次は次長を予定していますが、当院にあった良いシステムを提示できればと願っています。私たちは全員、治療チームの一員ですが、専門職以外のスタッフ教育、中途採用者の教育が抜け落ちていましたので、必要なプロジェクトチームを立ち上げます。またクレーム等の問題を指摘されている接遇面でも、専門講師を呼び、講義やロールプレイを行い、「接遇の改善」を目指します。

次に大事な課題として、外来部門のサービス、満足度向上のための対策です。午後の外来診察の拡大などの検討し、数年後を目安に外来棟の増築または新築を目指したいと考えています。

3つ目に当院における高齢者医療の充実です。認知症病棟退院後の場としてデイケア以外の施設の必要性についても検討するとともに、将来に向けて死の医学、ターミナルケアの研究を進めたいと思います。

4つ目に病院年報を作成したいと思います。50周年記念誌と同様に千曲荘病院の活動の歴史

を残すことが、100周年に向けての基礎づくりになると信じます。

最後になりますが、激動、激変が予想される中で、私は今年1年を新たな気持ちで、次世代の育成、継承をも念頭に経営努力して行きますので、皆さんもそれぞれの立場で新たな気持ちで出発することを、お願いして、院長の新年のあいさつといたします。



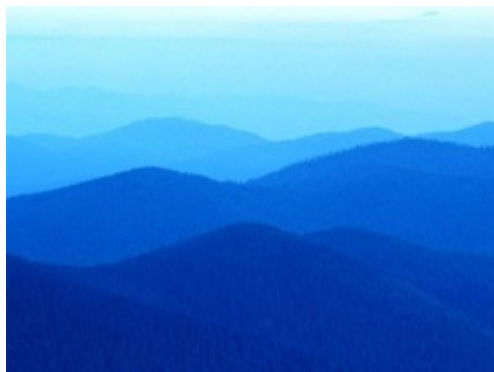
2009年1月6日（火）

信毎1/6に「ガザ民間人70名」とあり、更に、聖戦志願の若者の記事が載っていました。要約すると、【カイロ大医学生マナムードさんが、ボランティアの医師を装ってガザに移動し、テロ国家イスラエルとの聖戦に加わることに、その理由は、「平和活動家を通じての停戦を求めていたが、地上で多数の民間人が犠牲になったことにより、イスラエルとの共存を諦め、武器を取り戦闘に臨むということ」。手にはコーランと教科書と水を持ち、黒いコートの後姿でラファ検問所内に消えて行く写真付】でした。その写真を見ながら、人の痛みや苦しみに一番近い場所にいる医学生が、人の救済の道を捨て、破壊の道を選択したという結論に、なんとも言えない重苦しさを感じました。敵と見える人たちもまた人間であり、同じように家族がいて幸せを求めて生きています。破壊行為を行い、憎しみや怒りや悲しみを与えることで、自分の憎しみや怒りや悲しみが軽くなるのでしょうか。むしろ、自分が味わった苦しみを味わう人が増えることにより、その地域そのものが悲しみに包まれ、苦しみが広がり、負の連鎖が続くだけです。戦争は死にたくないもの同士が戦うという矛盾を含んでいます。お互いを高め合い、育んでいく力、自分のためでなく他のものに尽くしたいという思いを愛の力とするならば、愛の絶対量が不足しているから、戦争が起こってしまうのかもしれませんが。そうだとすると、小さなことながら毎日の生活の中で、「どんな言葉をかけたら元気になるだろうか」「どんな笑顔を与えたら相手の緊張感がほぐれるだろうか」「どんな優しい心で接したら、楽になれるだろうか」と、互いを幸せにしようと思う人たちがたくさん増えていったら、多宗教を包含する日本という国のよさが世界に伝わって、寛容であることの価値が見直されるのではないかと、そんな形での戦争回避の形もあるのではないかとささやかな希望を持っています。肉体は五体満足でも、生きがいを失い、心は怒り、苦しみ、悲しみ、不安、嫉妬、自己卑下、絶望、欲望の虜となっていては、幸せなはずもありません。いずれは肉体の不調という形に現われてくることもあるでしょう。肉体と心は連動していることを知って、まずは自分の心の中で思っていることを時々点検してみることをお勧めします。平和な日本に生かされていることを感謝して、今年は寛容な精神と未来の希望につながる勇気を磨いていきたいと思えます。



2009年1月14日（水）

日曜日に長野へ行った帰りに、松代町にある、象山記念館へ行ってきました。長野県に住んでいながら、まだ象山記念館には入ったことがなく、勉強になりました。松下幸之助と青木電業の社長が寄贈したという木彫りの象山像がありましたが、ほりの深い目と凛々しい顔つきを眺めていると、日本人には見えなくて、まるでローマの軍人、もしくはギリシャの哲学者のような風格に見えました。日本の未来を憂慮し、高い認識力と勇気ある行動で、明治維新の志士たち、吉田松陰、高杉晋作、中岡慎太郎、勝海舟、橋本佐内、河井継之助、坂本竜馬にも影響を与えた大きな人材であったことに間違いがありません。記念館には、電信実験で使ったものや、電気治療器、象山の書が飾られていました。吉田松陰密航の罪に連座して松代に蟄居を命じられた住居も、象山神社境内に移築されています。吉田松陰は激動の時代を、風のように、無我にして、さわやかに駆け抜けていった人物として、学生の頃憧れていたのですが、その師匠が松代藩士の佐久間象山であったことを知り驚きました。知らないことを恥じると共に、もっと歴史を深く学んでおけばよかったと、佐久間象山の功績を目の当たりにして、反省した一日でした。



2009年1月28日（水）

日頃からお世話になって公認会計士の先生から頂いた「いのち輝くホスピタリティ」望月智行著を読みました。感銘を受けたのは、望月院長先生のお人柄と医師を目指した経緯、そしてお人柄がにじみ出ている病院経営でした。25年間の困難で孤独な病院経営の舵取りにおいて、一貫して【患者様の喜びのために】と旗を高く掲げ、職場には「一生懸命が当たり前」という雰囲気満ちていることを知りました。医療サービスの基本は言葉と行動で、言葉については、美しい日本語を使えること、相手を思いやる、愛のこもった「優しい一言」を必ず添えること、それはマニュアル言葉では決して人を感動させることはできないと知ることだと、また行動については、温かい手のぬくもり、患者様一人ひとりをきちんと見続け、共感する姿勢、痛みや苦しみを共有しようとする心を『絶えず意識する』ことだと書いてありました。病気になった時は、心が萎縮して、弱くなっているのに、不安や、心配が増してきますが、そんな時に医療スタッフの温かさで満たされた入院生活は、どれだけ孤独を癒し、明るさを取り戻し、気づかずに過ごしていた感謝の心を取り戻せることなのでしょう。仕事は「一生懸命が当たり前」という言葉に似た内容を、当院の理事長が「仕事をいやいややっている人は、どうか他の場所を捜してください。人生の大部分を占める仕事が面白くなって勤めて下さるより、自分の納得する場所で仕事をしていただいた方が本人にとって幸せですし、病院にとっても幸せですから」と言っていたことを思い出しました。仕事は報酬が伴うので厳しいといえるのですが、本当の報酬は、人生の喜びや生きがいである仕事を与えられていることではないかと思うことがあります。仕事を通じて報酬を得られ、更に人のお役に立てるということは、何とありがたいことでしょうか。人のお役に立っていると喜んでいる自分もまた同時に人から喜びを頂いているので、利他即利自、利自即利他はあらゆる仕事を通して得られる悟りなのではないかと思っています。



縁の糸

2009年1月31日（土）

+++++++ 引用ここから ++++++++

『袖振り合うも多生の縁』と古からの伝えどおり この世で出会う人とはすべて
見えぬ糸でつながっている 天が描いたシナリオに沿い あなたと私知り合うの 時
に愛して 時に泣いて やがて固い絆へと どんなに細い縁の糸も 物語運んでくる

+++++++ 引用ここまで ++++++++

これは毎朝NHKで放映されている『だんだん』の主題歌です。竹内まりやが歌い、山下達郎編曲なので、ファンだと誰が作曲したかすぐ分かると思います。二、三回聞いたのですが、歌詞の深さに引き込まれました。地球人口が60億人を超えて100億人に向かって増えている中で、自分の人生に係わって下さる人たちを思ったとき、特に伴侶、子供、親という家庭を構成するメンバーは、長い年月、同じ屋根の下で暮らすわけなので、よほど愛の絆が深いことが推測されます。城山三郎氏の『そうか、もう君はいないのか』を読んだ時に、まさに天が描いたシナリオに沿って、二人が出会い、別れを迎えるまでの深まっていく絆を感じ、遺された城山氏の妻を失う喪失感や、感謝の気持ち、寂しさなどが切々と伝わってきました。愛が、執着になると、嫉妬心によって、相手を束縛し、自分の心の自由を失い、苦しみへと変わっていく怖さを持つのですが、愛が本物であるときは、人を結びつけ、相手を生かし、思いやりが生まれ、調和のエネルギーで満たされるのだと思います。地球の周りを回る月、太陽の周りを回る地球、この引力のバランスが崩れてしまったら、今の美しい地球はないわけで、恒星や惑星同士にも、もしかすると愛という引力が働いていて、私たちが幸せに生活できるように宇宙を護っているのではないかと想像することがあります。本当の愛の力は、人と人とを結ぶ力であると心して、間違った方向の愛を出さないように、気をつけたいと思います。



中年の危機

2009年2月10日（火）

河合隼雄著の『こころと人生』を、再び手にとって読みました。ユングの言葉より『人生の前半と後半では、人間にとって、もっている意味が違う、前半は「どうやって生きていくか」で、後半は「いかに死ぬかだ」と、中年からの問題は次元が違う』と『中年の危機』の紹介があり、まさにその通りだと思いました。著書の中で「ずっと力を合わせて、それこそある線まで行ったというあたりが、いちばん怖い時なんです。というのは、力を合わせているときというのは、すごく気が合っているようだけど、本当はお互いのことがあまりわかっていないことが多いんです。」「夫婦の関係というのが、本当に始まるのはそのあたりじゃないでしょうか。それまでは夫婦というより協力者です。二人でかごを担いでいるんですから、どちらかがやめたら大変です」「中年から老年にかけて、何かいやなこととか変なことが起こってきたときには、よくよく考えてみると、それは夫婦が老年に向かうための準備として出てきていることが非常に多いと思います」と書かれていました。人間の心の動きをよく観察されている洞察力に感動します。河合先生の言葉は寛容さと優しさと慈しみの心があって、心と悩みを打ち明けたくなる方だと思います。（すでに他界されているので、できませんが）平和な日本で、こうして生きてると、ずっとこの生活が続くような錯覚に陥るわけですが、例外なくカウントダウンは始まっていて、30年後に死ぬとすると残りは10950日と数えられます。人生の旅で、様々な経験を経て、悲しみも苦しみも喜びも、すべて自分を成長させてくれるために与えられた試練だったとありがたく受け止め、出会った方々、与えられた環境への感謝と報恩で終わりたいと思っています。若き頃、理解されたいと願って相手に求めつづけていた時の苦しみが大きく、「理解されないことがこれほど苦しいのなら、自分はどんな立場に立とうとも、相手を理解する努力だけは続けよう」と決意したことを思い出しました。たとえ違った結論になろうとも、相手を少しでも理解しようとした努力だけは、どこかで生きてくるのではないかと考えています。理解することと、愛することは以外に近い場所にあるのではないかと考えています。



春の気配

2009年2月12日（木）

信州の二月を迎えて、春が近づいている感じで、うれしくなります。この春が近づく感覚は、何かいいことがおきる感覚に似ています。信州の冬は、発熱下着を着て、重装備になって、その上に厚手のコートを着るわけですが、春が近づき、身軽になって歩いていると、肌に当たる風が何とも言えず心地よく、若返った気分になり、何かいいことが起きそうな予感がしてきます。あまり努力しなくても、風を感じ、軽装で、軽やかに道を歩くと、それだけで幸せな気持ちになります。仕事が詰まってきて、心が重くなってきた時は、意図的に、この「爽やかさ」を意識するようにしています。慎重さ、堅実さは、物事を成就するために必要なものですが、様々なしごみや、複雑に考えすぎて悲観的になり、心の重荷で、精神的に重くなり、暗くなると、相手にも不快感を与えることになると思うので、気をつけようと思っています。気づかぬ内に、心の重荷を抱えてしまうのが、現在のストレス社会だと思うので、春の装いを思い出し、心も軽くする訓練をしたいものです。それには、自分の努力や修正によって善転するようなら、変える努力をし、変えることのできない事象に関してはさらさらと流す訓練をしていくことだと思っています。難しい課題であるのは重々承知していますが、昔のハエ取り紙のように、執着を引き寄せたべったりとした感じで生きていると、人もそばに来ずらくなると思うので、まずは爽やかさを心したいと思います。春が来るような爽やかな人となって、明るく軽やかに生きていけたら、魅力的な人生だと思います。



鈴木敏文氏の講演会

2009年2月14日（土）

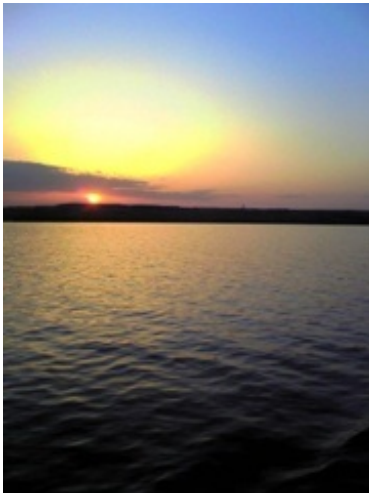
坂城町テクノセンターで講演会を聴いてきました。鈴木敏文氏は坂城町が生んだ、偉大な日本を代表する経営者である理由が分かったような気がします。人間の心理をつかむことの大切さ、お客様の立場で考えることの大切さを言われました。今の不況に対しても、不況だからと愚痴や不平不満を言っているより、世の中は変化しているのだから、市場の変化に合わせて一緒に変化していくことこそ大切で、変化をどう捉え、どう自分たちが変わるかだと教えていただきました。鈴木さんの発案は、内部からも外部からも反対される中での船出が多く、ストレスフルな人生だったと思うのですが、成功への確信を持ち、謙虚で静かなお話に、人間力の大きさを感じました。大多数に反対される時、平凡な人であれば、すぐに諦めてしまいます。ふと、理事長が『反対される時ほど、世間で成功する確率が高いことが多い』と言っていたことを思い出し、多くの人に反対されるということはその立案が常識を超え、理解ができない範疇にあり、その認識力の高さゆえに、価値の創造がなされるならば、巨大な市場を確保することがあるのかもしれないと思いました。そんなことを考えながら、先見性の元になる知識や経験、洞察力を高め続けていかない限り、反対の嵐の中で、船を進める勇気は出てこないのです、リーダーの資質を考える機会を頂きました。何はともあれ、上田市の隣の坂城町から輩出された鈴木敏文氏を誇りに思うと同時に、時代を読む目と、諸行無常の中にあって変化を恐れず変化し続ける若さに、脱帽しました。



「太王四神記」宝塚の夢と希望のパワー

2009年2月25日（水）

「太王四神記」宝塚の夢と希望のパワー 病院の職員旅行で、宝塚観劇をしました。女性の美しさと躍動感が歌と踊りの中に凝縮されていて、舞台を縦横無尽に飛びまわり、一糸乱れぬ早いスピードと、生の演奏による迫力に、愛と希望のパワーをもらったように思います。どれだけ練習に練習を重ね、一つの舞台を完成させ、観客を魅了するために努力をしているのかと感じると、拍手する手にも力が入りました。涙もろくなったのか、太王四神記のシナリオがいいのか、王の苦悩と愛、希望、信頼というテーマが踊りや歌の中から溢れていて、感性に訴えてくるので、涙が流れるシーンもありました。もし、希望や愛のパワーを感じたいときは、宝塚の観劇もストレス解消法に入れてもいいかと思えます。花組のスーパースターは、小さいころから、宝塚に憧れ、きっと理想像を持ち、バレエや歌の練習を欠かさずして自らを磨き続け、宝塚をやめた後も人生の目標を立て生きていくのだらうなあと思いました。その自己実現を叶える過程で、多くの観衆を楽しませ、夢や喜びや希望を与え続けているのですから、素晴らしい職業だと思います。



2009年3月16日（月）

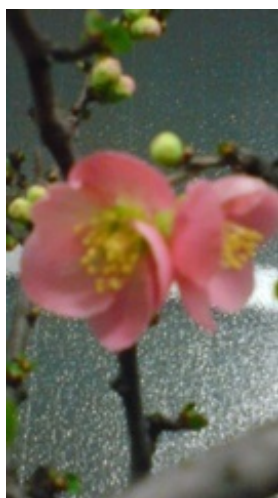
某テレビでインタビューに答える人たちから「あんなに儲けて、私腹を増やすのを手伝う気はないので、漢検は受けたくない」というようなメッセージが流されました。マスコミから流れる報道を聞く限り、感情的な反応としては当然かもしれません。しかし、この問題は、豊かな日本になることを阻害する方向に行くように思えて、考え方の整理の必要性を感じています。漢検は1992年には受験者が12万人だったのが、2008年には280万人まで増えているという事実、これは漢字に対する普及率が上がったことを意味しており、ひらがなやカタカナだけから、漢字を使うことにより、表現が豊かになり、日本文化が進化していくことを意味していると思います。海外への影響力を考えると、クイズ形式で漢字を学ぶ留学生にとっても、漢字が身近になり、日本への関心が高まり、理解が進むことは、未来の社会において、日本にとっても有利になるのではないのでしょうか。違う角度から見ると、漢字ブームが新たな富を生みだし、国を豊かにしたという成功事例だと思うのです。問題は、利益を出してはいけないということではなくて、利益を将来の存続と発展のために使うことにあると思います。公益法人が不正を働いたり、資金を公私混同することがいけないことなのであり、マスコミの浅薄な誘導に流されず、本質をよく見て、真の問題点は何であるのかを考える必要があると思います。にもかかわらず、公益法人の内部留保の水準は事業費や管理費などの30%以下するように指導するという政府の考え方は、少し行き過ぎているように思えるのは、私だけでしょうか？



HIV感染予防

2009年3月17日（火）

日経の3/15記事に聖マリアンナ医科大4年生（24）の遠見さんのHIVに対する活動が紹介されていました。彼女の活動動機は「恋人からHIVに感染した女性の体験談を聞いて考えが変わったこと、また恋愛と性行為は切り離せないのに、教科書では全く恋愛に触れていない」と書かれていました。さらに「中高生の頃は寂しさから誰かと一緒にいたくなる。経験を焦ることで後悔してほしくない」と本音も語られ、卒後は産婦人科医となり、命や健康の大切さを伝える取り組みを続けていくと締めくくられていました。勇気ある純粋な活動だと思います。HIV感染者が毎年増加していることを考えると、恋人同士だけでなく、夫婦においても遠くにある問題ではないような気もします。現在のように倫理観が薄れてきて、携帯サイトを利用すれば、欲望が満たせる社会というのは犯罪に巻き込まれる恐れもあるのである種の怖さを感じます。また、それ以上に心配なのは、健全な恋愛観です。学校では結婚相手の選び方、異性との付き合い方は教えてくれないので、そういうことを教えてくれる学校があってもいいかもしれません。もし自分の子供が結婚することになったら、外見だけではなく、相手の中にある、誠実さ、正直さ、まじめさに惹かれ、基本的な人生観に共鳴できる人を選んでもらいたいと願っています。それにしてもフェノールフタレイン液を使って、感染のメカニズムを視覚に訴えるように説得しようとするその姿勢にも、共感するものがありました。頑張れ！若者！



一水四見

2009年3月25日（水）

この言葉は仏教の唯識派の説く考えで、『同じ川を見ても、魚が見ればそれは住処に見え、普通の人には普通の川に見え、地獄の亡者には血の海が流れているように見え、天人が見ると透き通った水晶のように輝いて見える』ということですが、この考え方を知った時、自分の心の状態を知るバロメーターに使えると思いました。悲しい出来事があったり、体調が優れないときは、同じ景色を見ていても、暗く見えたり、沈んでいるように見えます。逆に、いいことがあって好調の時は、自然も動物も、生命力に満ちていて、輝いて見えることがあります。結局は見ている人の心境に応じて見えているわけです。これを応用し、悲観的な思いばかりが浮かぶようなら、意識を上の方にチューニングするように努力しています。家族に病人が出たり、身内に不幸があると、明るい心でいようと思っても、そう簡単に切り替えることはできないと思いますが、それでも、自分の心の状態をチェックし、希望の灯を失なわないよう気をつけています。「時間は、最後に努力する人の味方になる」と信じ、時の癒しの中を過ごすことがあります。そのように思えるのは、地球を宇宙空間から見た映像があまりにも神秘的で美しかったからです。戦争や飢饉や災害があったとしても、地球は人間や動植物を育み、それらの成長を促す揺籃だと思っているので、「本来の美しい世界に生かされている私たちが、その美しさを発見できないとは、なんともったいないことか」と意識を切り替えています。



2009年4月1日（水）

新入職員の皆様、本日は就職おめでとうございます。昨年から、全世界を不況の嵐が吹き荒び、就職も狭き門であり、本日の喜びはひとしおの事と思います。今日から、皆さんは縁あって千曲荘病院の職員となりました。当院は、地域精神医療の中核を担う精神科の専門病院で、急性期の治療から、社会復帰に向けたリハビリテーションに至るまで心の問題に関して総合的に治療ケアをしています。開設以来創立者遠藤利治が取り組み、今なお私が取り組んでいることは精神科への偏見という課題です。現代のストレスの過剰な時代にあって、メンタルクリニックの門をくぐる患者さんも増えてきましたが、いまだに精神科に対する偏見は根強く残っていると言えるでしょう。その偏見を減らす方法として、地域に開かれた病院というテーマで行う「病院祭」があり、「上田わっしょい」など地域へ向けての積極的参加があるわけです。地域の方々に理解してもらうことが、精神障害者が地域で安心して共に生きるために必要なことなので、今後も幅広く「心の健康」への関心を高めていただき、病気を未然に防ぐ活動も展開できればと考えています。

今日は、当院の創設者 遠藤利治が作り上げてきた伝統の中から、4つの事をお話したいと思います。

1つは、明るい「あいさつ」です。朝の気持ちの良いおはようからスタートしましょう。

2つ目は、時間の厳守であります。会議などで遅刻すると多くの人の時間を奪ってしまい、迷惑を掛けることとなります。自分の都合で考えるのではなく、相手への配慮を大切にしましょう。

3つ目に無駄を無くすこと、これは当院の特長でもあり、「もったいないの精神」であり、4つ目の創意工夫につながる実践です。

この4つ目の「創意工夫」とはマンネリズムに陥ることなく、常に新たなアイデアを考え続け、良い方法・手段を見つけるべく努力することです。この4つは忘れずに大切にしてください。

さて、現代の日本人は、医療に対する関心は極めて高く、毎日、医師不足、救急車のたらい回し、病院崩壊などの新聞記事、ニュースを見聞きします。一方で患者さん、ご家族の治療・サービスの期待する度合いが高くなり、診療サービスの質の向上が当院でも重要課題となっています。病院の活動は、すべて人によって支えられているので、良い人材が入り、さらにその人が育つことがサービスの質の向上に直結してきます。私としても働きやすい環境作りを進めていきますが、皆さんも仕事を生きがいとして、喜びとして、人間として成長していけるように努力してください。最後になりますが、新人を迎えるこの日を節目に、先輩方は新人のお手本になるべく努力し、新人は先輩の良き点を学び、切磋琢磨して当院の基本理念である愛・信頼・奉仕を念頭において、それぞれのポジションで与えられた仕事を心を込めてやってください。当院の全職

員が理想の病院作りを目指して努力し続けることをお願いして、私の式辞と致します。



2009年4月7日（火）

「こころの元気」1月号を読んでいたら「生きてゆく私～今、そして未来へ～」の中で、【こころのつらさは目に見えず、外からわかりづらいものです。ただ、生きているだけでもいいと思います。死にたいくらいつらい、それでも生きている自分を、思いっきりほめてあげませんか。命を今日までつなげてくれてありがとう。明日もよろしくね、と】【私がいかに自殺せずに今はそのことすら考えずにいられるのか。それは自分で自分自身を認めることができたからだと思います。認めるといっても、日常の小さなことでいいのです。自分が一日やれたこと、できたことを、何でもいいので探して、『今日はこれができた。よかった。がんばった』と。自分を認めてあげるのです。自分が一日にできたことを、自分でほめてあげるようになってからは、自殺という文字さえ頭に浮かばなくなりました。きっと自分を一番責めていたのは私だったのだと思います。】体験談なので身に沁みてきます。この方も書いていますが、完全性を求めて、かえって不完全な生き方をして、苦しんでいることがあると思います。読みながら星野富弘さんの、虫が食っている葉や、完璧な草花だけが描かれているのではない絵を見て、妙にほっとして、あるがままの本来の美しさを感じたことを思い出しました。それは星野富弘さんが、逆境・苦境の中を超えて、慈悲の世界を垣間見ている人独特の寛容さと優しさを滲み出ているからかもしれません。様々な人間が、それも完璧ではなくて、不完全な人間と一緒に同時代を生きているわけですから、自他の不完全さを受け入れることの大切さをつくづく感じています。できない自分を責めるより、自分なりにがんばったことを自分で許す勇気、犯罪にも時効があるように、自分を許す勇気と人を許す勇気は自分自身のためにも必要だと思いました。



理事長の退任式：院長挨拶

2009年4月8日（水）

理事長遠藤利治がとうとう退任となりました。理事長はご存知の通り、千曲荘病院の土台を作り、50年以上にわたって、職員は多く入れ替わってきましたが、その間ずっと職員を見守り、育て愛し続けてこられました。創立当初は、現在以上の偏見が強く、地域に中においても、精神科に対する偏見と闘い続けてきました。また職員との労働争議の中で、何日も眠れない日々幾日も過ごしてきたと聞いています。その逆境の中にあっても、この病院は絶対に地域に必要であると強く思い続けて、辛い体験を乗り越えてきたことは間違いないと思います。本当にお疲れ様でした。今日は理事長の退任式でもありますが、同時に私が理事長として大きな任を引き継いで、経営的な責任を負う始まりの日でもあります。理事長は私が30歳くらいのときから、20年以上もの間、辛抱強く、今日のこの日を考え、折に触れて、経営者としての心構えを様々な角度から教えていただきました。理事長と私とは個性がかなり違うのですが「君の個性をつぶすことなく、自分を信じてしっかりやってほしい」と言われたことが心に残っています。本日のこの時間が職員全員に発せられる最後の時間となると思いますので、病院を一番愛し続けてきた理事長のお話を感謝の気持ちで聞いていただければと思います。本当に永い間、患者さんのために、千曲荘病院の職員のために、そして地域の人々のために、私たちのために、50年以上にわたり、休むことなく、ひたすら病院を愛し、病院を離れることは数えるほどしかなく、『私の愛人は病院です』と言い切れる父に心からの感謝を込め、ご苦労様のエールを送ります。病院第一、自分のことや家族は二の次で反発したことは何度もありましたが、20年以上、そばで見ている、「経営者は、未来型人間でなければ務まらず、夢と希望がなければ、やっていられない」ということや「責任を負う者独特の内面の苦しみ」が痛いほど伝わってきて、十分すぎるほど様々なことを教えていただきました。千曲荘病院の職員の一部としても病院のために命を使ってくださったことを心から感謝いたします。ありがとうございました。理事長の退任の挨拶内容は、職員に直接語られたものなので、ここでの紹介は遠慮させていただきます。



2009年の桜満開！

2009年4月11日（土）

毎年この時期になると、満開の桜にときめくのですが、日本人ほど桜の花が好きな民族はないと聞いたことがあります。一輪挿しの花より、桜だけは何千本もの木々が、公園にあったり、川辺の散策歩道を飾ったり、山の小道を飾るとその感動は言葉に言い表すことができません。桃源郷のような空間を作り出す力、桜の木々の集団の力といいたまうか、偉大な一人の人間の生き方とは違った、平凡でも多くの仲間と協力して作り上げていく芸術作品の美しさを教えてくれているような気がしてきます。今年も病院のグラウンドの桜を写真に取りましたので、見てください。あと一週間ぐらいは楽しめると思います。



上田の大黒天『金子八郎氏とのお別れ』

2009年2月24日（金）

本日、丸子セレスホールにて、金子八郎氏のお別れの会に出席させていただきました。上田駅前からのシャトルバスや、丸子総合公園からのシャトルバスに乗った弔問客が次から次へと訪れ、流れは止まることなく、長蛇の列が続いていました。丸子の会場から見える景色も、4月の春の香りがして、充実した、素晴らしい人生を送られたことを、祝福しているかのようでした。献花の会場は、静謐な中にも金子氏の功績を讃えるかのような会場でした。金子八郎氏は、亡くなられる1年前だったでしょうか、元理事長に挨拶に来られ、二人が意気揚々と話に夢中になっているのを聞きながら、その前向きな姿勢と成功者特有の謙虚さに、うれしく感じたことを思い出しました。一度日時を間違えて来られ、少し経営のお話を伺う機会がありました。そのとき、チャンスにかかる勇気や、世界を相手にしているリスク管理、未来を見据えた投資、どのお話も、かなりの度量と先見性がなければ、普通の人では怖くて潰れてしまうのではないかと思えたほどの内容をお聞きできました。どんな人もいずれこの世を去っていきます。残っていくのは、その創業の精神なのかもしれませんが、創業の精神が守られ、受け継がれていくことは、大切なことだと思いました。もう一つ金子氏のお話から、気づいたことは、千曲荘病院と同じく、質素儉約の精神が徹底されていたことと、謙虚な中に信念の強さと、積極性、明るさ、不撓不屈の精神のようなものが、人格全体から発せられていたことです。上田市内に、このように立派な方住んでいて、世界を相手に仕事をされてきたことを誇りに思いました。ご冥福を祈ります。



北海道の自然の中で

2009年5月7日（木）

連休はニセコ中心に小樽、札幌と回って大自然の中で癒されてきました。ニセコから見える羊蹄山は、エゾ富士と言われるだけあって、まさに富士山を見ているかのようでした。夕暮れ時を眺めていると凛々しく、存在感があり男性的な山に見え、しっかりと自己主張している気がして、日ごろ見慣れている浅間山の優雅で優美な感じとは違うイメージを受けました。人間の歴史が長くて100年とするなら、羊蹄山からすれば、気が遠くなるほどの人間の栄枯盛衰を見守って地域の歴史を見つめてきたはずで、逆にこの山を毎日見て過ごしている人々からは、かなりの畏敬の念で見つめられているのだろうと感じ、強烈なまでにその姿は、私の心にインパクトを与えました。広大な緑の大地に馬鈴薯畑が続き、まだ雪が残る山肌には、フキノトウが至る所に芽を出していて、これから来る春を待っているかのようでした。広い大地と広がる空を眺めていると、些細なことに悩み神経を擦り減らして生きていくより、行雲流水でいいんじゃないか、粋を取り払い、大きな心と一体となって、「自分が」という主語を捨てて生きてみる日も必要なのではないかと思います。自然の恵みに感謝です。



愛するということ

祖父母の家には『愛ちゃん』と言う名のチワワ犬がいます。仕事を終え、立ち寄って帰るのですが、その時間が近づくと、いそいそし始めて、玄関前で私が来るのをじっと待っていると聞いています。名前の如く愛溢れる、愛らしいつぶらな瞳の犬で飛び跳ねたり、回ったり、ひっくり返ったり、あの手この手で積極的に関わろうとするので、私が疲れを忘れてしまうほど、10分間の愛情表現をたっぷりいただくことになります。人間で言うと、2~3歳児くらいのレベルで言葉を理解しているようにさえ思えます。多動で落ち着きがないところが魅力の一つで、自由に走り回れて幸せ、人間にかまってもらえて幸せと言わんばかりに、エネルギーを発散するので、愛すべき家族の一員としてしっかりと存在感を確保したようです。ただ、愛ちゃんへの関心が薄れ、話に夢中になっていると、わざと危なっかしいことをして注意を引きつけるので、犬にも嫉妬心の芽生えがあるのを知りました。子育ての時期に、（親としてはどちらも平等に愛しているつもりなのですが）どちらが多く親の愛を獲得するか必死になって表現していたことを懐かしく思い出しました。家族の中では、パイの取り合いをするのではなく、一人がよければ、それは家族にとっての喜びになるような文化を意図して創っていく必要があるかもしれません。子供が生まれたり、すぐに親になれるのではなく、子供によって親に成長させてもらったというのが、実感です。未熟な自分が何とかここまで成長できたのも、結婚し家庭を持ち、子育てを通しての恩恵も大きかったと感謝している次第です。犬の愛ちゃんの姿を通じて、大切なことを思い出せていい一日でした。



掃除の効用

2009年5月25日（月）

土曜日の夜、鍵山秀三郎氏の講演が上田東急インであり聴いてきました。イエローハットの相談役で、「凡事徹底」という本を読んだ時から、直接お話をお聞きしたいなあという気持ちもあり、時間も空いたので、会場に駆けつけました。経営者らしからぬ経営者、よくテレビに出てくる恰幅がよくて、顔がてかてかしているエネルギーッシュなイメージではなく、手ぬぐいを巻いて作業着を着たら普通のおじさんといえるほど、親近感があり、暖かさを感じる方でした。全国展開しているイエローハットを発展させた方であるにもかかわらず、威圧感は全くありませんでした。話は情熱的で、信念があり、「掃除の効用」を説くので、この大きさを知らずにいるのはもったいないという気持ちになり、ブログで再び紹介することにしました。特に印象に残ったのは、落ち葉の掃除です。こびりつくほど放置しておかれた落ち葉の写真は、汚く、近寄るのも嫌な感じでしたが、定期的に掃除をし、きれいになった道路に落ちた何枚かの落ち葉の写真は、ふんわりと道路に飾られている感じて、風流で美しい絵になっているのです。確かに掃除しても、すぐ落ちてくるのでまとめてやった方が効率的だし合理的だと思っていたのですが、考え方が変わりました。病院の廊下も病室もそうだと思うのですが、掃除を終えた後のなんとも言えない、清々しい感じは、多分人の心に伝わっているのだと思います。また、その落ち葉を堆肥にして町の街路樹や草花の肥料している活動を、無償でやっておられて、頭が下がりました。汚いトイレをきれいにした時の爽快感、達成感は、味わった人の喜びや感動になるので、小布施中学や、豊野中学校でも自主的に始まったことが報告されていました。反省しながら、私も掃除を通して、清々しさを味わってみようかと思いました。



上田の田植え

2009年6月2日（火）

上田市の田植えが終わり、水がなみなみ張られた水田に、赤子の髪の毛のように柔らかく、か細い苗が風になびいている風景を見るのが大好きです。新潟にいた頃、延々と続く田植えをしたばかりの水田を眺めながら車を走らせていた時の感動が甦ります。水面に周りの風景が映り、これから苗が成長し、秋になれば垂れるほどの黄金の実りをつけて、私たちに恵みを与えてくれる未来が予想できるからかもしれません。この爽やかな風の中を、まだ幼かった娘たちと通り抜けていった日々は、私の記憶の中でも輝いているページです。年月は流れ、私たちは青春時代を終え壮年期を迎え、愛らしかった子供たちは大人となり、周りの風景は時代と共に変わりました。どんな時代が到来しても、自然の美しさや、四季折々の変化に感動する気持ちを忘れないでいたいものです。



ツバメと幸福の王子

2009年7月1日（水）

6月は充実した月というより、理想と現実の狭間であって、密度の濃い時間を生きていたというのが本音のところですか。ブログも1回だけのアップで、7月1日を迎えてしまいました。内なる葛藤を抱えながらも、窓の外に目をやり、空から舞い降りた、ツバメたちが、電線に止まり無邪気にお互いの尾羽を突いたり、嘴でおしゃべりをしているかのように遊んでいる姿を眺めていると心に涼風が流れてきます。ツバメたちの屈託のない、自由自在の行動を見ていると、自然界の優しさに触れて、本来の自由自在の自己に戻してくれるような数分間の安らいだ時間（私にとっては、かなり長い時間を感じるのですが）が流れます。ツバメといえば、小学生の時始めて買ってもらったオスカー・ワイルドの『幸福の王子』という本を思い出します。小学生ながら何度も読んで、不思議とその生き方に感動した記憶があります。悲しい話なのですが、悲しい話というより、清々しいというか、美しい生き方が心に残っています。作者は「人の苦しみや悲しみを見捨てることができず、黙っていることができない慈悲の心」を伝えようとしていたのだと思うのですが、現代のように物質的に恵まれ、生きがいを見失い、孤独の中に生きる人たち、「自分のみが生き残れば他の人はどうでもよい」という自己中心的な生き方をし、殺人まで犯してしまう人たちに、このオスカーワイルドの慈悲の光が届けばいいなあと思いました。本当は、誰の心の中にも、他人を思いやる優しさの光が眠っているはずなのですが、それを忘れて、人からもらおうとしてばかりいるので、ぎすぎすとした社会になってきているのではないのでしょうか。ただ、この慈悲の心から始まる行動に智慧が含まれていないと、単なる慈悲魔になってしまい、有難迷惑になってしまったり、人を墮落させてしまう怖さももっている所以要注意です。それにしても、今ほど、人を思いやる気持ちが、勇気ある行動に転化し、幸福の王子の役割をされる方の出現が期待される時代はないと思いますし、そういう幸福の王子が世の中にいっぱい現われ、ツバメのようにその幸福を運んでくれる人たちも日本中に満ちたなら、美しい世界が展開するのではないかと、夢想していた数分間でした。



今、問われる医療経営力

2009年7月7日（火）

高知医療センターがPFI契約解消に向け協議を開始したという記事を読みました。近江八幡市立総合医療センターもPFI契約を解消して自前で病院を運営する方向を選択しています。イギリスで始まった公共事業方式のPFIを日本で取り入れ効率的かつ効果的な医療経営を推し進めるということで、中小公立病院の改革の一部として取り上げられていた手法なので、内心興味を持って見守っていました。病院のハードの部分とソフトの部分に分けて考えていることはわかりましたが、直感的にはよほど自治体の財政が豊かでないと成立しないのではないかとという危惧がありました。日進月歩の医療界においては、医療器械一つにしても、その進化速度は速く、その設備投資も高額となります。病院施設設計そのものも、建築単価は高く、ハードとソフトが密接な関係にあって連動して進化しているので、この二つの領域を熟知している経営のプロがいないと難しいのではないかと思います。医療者からすると、現実には、ストレス社会において、日々患者さんの診察に忙殺され、年々増加する医療訴訟という病院の命運をかけた問題に遭遇することもあり、非常にストレスフルな毎日を送っているので、十分な時間を取れる医師はそれほど多くないと思います。一方で、ハードを担当する営利団体の建設業者からすると、住民から満足され、評価を受ける建物を提供したいでしょうから、そのすり合わせは本当に大変だろうなあと、思っPFIのお話を聞いていたことを思い出しました。医療界も大きく変わっていかざるを得ない変革期の中におかれていることだけは間違いないようです。



レセプト請求オンライン化

2009年7月14日（火）

当院もついに、レセプトオンライン請求に向けて、保険医療機関へ出された請求省令に従い、オンライン請求となる予定です。すでに400床以上の病院は終了していますが、順次段階的に、遅くも平成23年度からは、一部の例外を除きすべての保険医療機関等にオンライン化が義務化されます。これにより、情報分析が進み、例えば、地域性や、年齢別、入院期間など、診療内容とそのコストが一目瞭然でわかるので、様々な統計分析が進み、更に透明性が高まることになるでしょう。それはそれで、必要なことだと思いますし、高度化した医療と経済が視覚化されることを意味するので、医療の効率化を推し進めていくはずで、行政が義務化にあたって17億円かけて開発したレセスタ（レセプト文字データ変換ソフト）を利用できるという前提条件で進められたとは思いますが、残念ながら、レセコン関連販売業者にとっては、問題が発生した時に責任が取れないということや、様々な理由があり、なかなか導入には非協力的であったことも事実としてあります。実際にレセスタ導入実績をみるとかなり低いので、税金をかけてせっかく行政主導で開発したレセスタが生かされていないことが分かります。当院も導入にあたり、多額の設備投資と維持費がかかることになりました。オンライン請求は60%を越えているということなので、これで100%電子化が進むと、今まで紙レセプトを目視確認していた作業が、機械的にチェックでき効率化が進むので、せめて2ヶ月遅れの診療報酬の支払いを1ヶ月早くすることはできないものでしょうか？仕事を早くして下さるだけでも、民間病院をはじめとする医療機関にとって、様々な手を打てるので、それは医療サービスの質の向上にもつながるので、ありがたいことなのですが・・・。（電子媒体で提出したデータを、もう一度紙ベースで出しているというわさも聞きました。それでは医療機関で出していた紙レセプトが場所を変え、審査機関で出しているだけなので、エコにもならず、全くの無駄仕事だと思い、まさかそんなことはしていないだろうと反論しておきました。）

2009年7月17日（金）

『「儂い」とは『人の夢と書いて、はかないと言うけれど、だからこそ人は夢を次々に追い求める』『辛い字に一本横棒をつければ幸せ、だから幸せになる途中が辛いという字』。どうでしょう？こんなに粋な一転語を会話の中で読んだら、気持ちが切り替わりませんか？25歳の『耳の聞こえない青森一の不良娘が筆談だけで銀座NO1ホステスになった』と帯に書かれた「筆談ホステス」齊藤里恵著からの紹介です。テレビにも出ていた方なので知っている人は多いかと思います。読んでいて、人魚姫のストーリーを思い出しました。人魚姫は声を失うのですが、彼女は1歳ちょっとで聴覚を失ったので、正確な発音もできず、音のない世界で生きていて、その大変さは文章の行間から伝わってくるのですが、同情心をそそるような弱さはありません。ご両親の愛情深さも分かりました。同じ人間でも厳しい環境におかれると、それだけで世間や親を恨み、自律的な生き方を放棄して、本来の人間としての尊厳さえも捨ててしまう人がいる中で、夢を持ち、その夢の実現のために努力している姿が、難聴者だけでなく、健常者にとっても生きるエネルギーを与えてくれるような気がしました。会話の中で、筆談を通して、相手を励ます言葉を出しているのですが、相手を知り、相手の心をつかめないと適切な言葉が出てこないのも、情報を集めたり、文学に親しみ、勉強量も相当なもののように感じました。彼女の夢は「美容室もあるエステサロンで、美容師の親友と共に、難聴者などの障害を持つスタッフや、健常者が一緒に笑顔で生き生きと働いている職場」だそうです。かなりリアルに光景が浮かんでくると書かれているので、きっと努力していくことによって現実のものとなることなのでしょう。私自身は、「その人に超えられない問題集は与えられない」と信じている者なので、自分自身を励ますと共に、彼女の夢が叶うことを応援したいと思いました。



2009年7月21日（火）

イブニング信州で中小企業の経営者が親父ロックバンドを率いてロックを歌い、不況にあえぐ中小企業を応援していた映像を見ました。普通のおじさんに見えるのですが、サングラスに革ジャンでバンドを率いている時とのギャップが妙に記憶に残り、こんなに元気で夢を語る人がいるのだろうか、とっていたところ偶然に、親交の深い会社社長の紹介でお逢いする機会を頂きました。『立ち上げれ中小零細企業』の著者でもある小林社長からは、静かにお話される中にも秘めたる闘志が伝わってきました。お人柄が分かる文章をこの本から抜粋して紹介します。①難題課題のある仕事に直面した時、我々は決して「できません」とは言わない。できるかどうか分からないときは『どうにか考えて見ましょう！』と言って帰ってくる②夢がなければ目的が定まらない。目的があって初めて計画を立てることができ、それに向かって行動を起こすことができる。行動の果てに成果が生まれる。すべての元になるものは、夢であり、希望であり、目標、目的である。――元気が出る言葉ですよ！

部屋の壁には長野県では知らない人はいないT社の創業者であるお父様の、威厳のある、柔和で温厚な肖像画が飾ってありました。何度も眺めていると、戦後の日本の復興を牽引し、繁栄をもたらして下さった創業者独特の強い意志力と、地上を去られても経営者を見守ってくださっているような慈眼を感じました。御著書の中にお父様の言葉が語られていますが、私も好きな言葉なので、さらに紹介させていただきます。『まず、人に与えることである。自分も必ず与えられる。まず、人を栄えさせることである。自分も必ず栄える。利益は人が得させてくれるものであり、繁栄は人が与えてくれるものである。自分だけを考える者には、人が与えない』縁の不思議さを感じた一日でした。



千曲荘病院 51周年 8月1日院長挨拶

2009年8月3日（月）

本日は千曲荘病院開院51周年という大変おめでたい日であります。創立者の遠藤利治が、毎年、8月1日は必ず晴れる、雨の日は無いのだという挨拶をしていたことを思い出します。今日は例年と違い午後、雨が降ってしまいました。これまで8月1日は大変暑いことが多く、創立の時の精神医療に対する熱い想いと重ね合わせて、病院の設立の原点に想いを馳せる事が、私の勤めであると思っております。本日は、残念ながら全身を使って熱い想いを語ってくれていた創立者遠藤利治は体調の関係で、出席できませんが、みんなですべて設立時の熱い想いをもう一度思い起こしたいと思っております。また今日は来られていない職員の方々やこれまで病院で就労され、またさまざま面で応援してくれた方々にも改めて感謝申し上げたいと思っております。

昨年度は50周年の記念の年ということであり、職員一同大変忙しく走った年でした。今年は、後の楽しみの企画であった、海外旅行が新型インフルエンザの影響もあり延期になり残念です。私としましては、4月より理事長という役職を拝命し、100周年に向けての折り返しに向かう船頭の役目を負っています。今年の前半の印象としては、3回目の病院祭に向けて新実行委員長の下、準備が着々と進められて成果が楽しみにしています。それに関連して緑化委員会が中心となり病院内外には草花があふれており、患者さん、ご家族の目を楽しませており、治療にも大いに役立っていると思っております。一方で当院のこの15年ほどの間の拡大・発展は素晴らしいものでしたが、患者さん、ご家族の求めている内容が多様化し、診療サービスの質の向上がより求められているとひしひしと感じています。また医療費の無駄を減らすという名目で診療報酬上の指導が厳しくなっていく感じもします。担当者をはじめ、みんなで勉強し、適切な対応ができるようにしていく必要性が高まっています。

理事長としては不慣れな点はまだあるかと思っておりますが、着実に成長していくつもりおりますので、職員の皆様も一緒に地域に貢献できる精神科医療の理想を目指して歩んでいきましょう。

最後になりますが、今日はお祝いの日であり、明日は休みの人も多いでしょうから、大いに飲んで食べて、日頃なかなか話し機会のない他部門の仲間とも交流を深めていただき、なごやかで楽しい時間を過ごしていただければと思います。簡単ではありますが、51周年の開院記念日にあたり、私からのご挨拶とさせていただきます。『永年勤続30年者（検査室主任）の挨拶』

開院記念日おめでとうございます。今日のめでたき開院記念日の日に、私ども6名に対し、栄えある表彰をしていただき、まことにありがとうございます。私どもが毎日積み重ねてきたことに対し、評価を受けたことを大変嬉しく思っております。また多少なりとも、病院の発展に貢献できたことを誇りに感じております。今回表彰を受けた私どもですが、これも諸先生や職員皆様

のご指導及び協力の賜物で、すべての皆様にこの場をお借りしまして、心からお礼申し上げます。

今後も表彰を励みにして、一層努力を重ねてまいりますので、今まで以上に皆様方には、ご鞭撻のほど、お願いいたします。最後に、院長先生も、医師、理事長、医師会と激務の中に、体には充分留意していただき、私ども一同をよい方向に導いてくだされば幸いと思います。本日は誠にありがとうございました。

『副院長先生挨拶』

今日は開院記念日おめでとうございます。この一年はあっという間に過ぎてしまった感じがします。世の中の社会情勢はいろいろ不安定でしたが、その中で安定した状況で一年過ごせたのは、職員の皆様のご努力の賜物だと私は思います。職員の皆様はそれぞれに心の力を発揮されているわけですが、千曲荘病院のいいところは、それが一つになるということです。病院祭を過去2回やっていますが、そのまとまりというのは素晴らしいもので、それはトップである新理事長の力、院長の力がすごくあるかと思えます。院長は、とにかくまじめですし、研究熱心で、いろいろなことに、どんどん何でも首を突っ込んでがんばるので、ちょっと心配なんですけど、リーダーが一生懸命やるから、みんながついていくのだと思います。ちょっと喩えはおかしいかもしれませんが、ニーチェが結婚について、こう言っています。結婚するまでは、それぞれの方向を向いていた二人が、結婚したら、同じ方向を見つめていくのだというのを読んだことがあるのですが、やはり病院の仕事も同じで、皆さんが同じ方向に向かって一緒になって、やっていくことが大事なのではないかと思えます。今の体制が続く限りどんどん発展していくとます。あまり長くなるとせっかく、冷えたビールがぬるくなるといけないので、これで終わります。乾杯！



2009年8月11日（火）

わが国屈指の脳外科分野の名医と評された元昭和大学医学部助教授岩田さんが、1997,1月に悪性脳腫瘍と分かってから1998,12月に亡くなられるまで、3回の手術に耐えて闘った記録です。医師の立場から180度変わり、患者の立場になって分かったことが、切々と述べられています。『患者の痛みを知識としては理解できているつもりでしたが、実はほとんど分かっていなかったこと。医者の何気ない一言やしぐさで、どれほど患者さんの心が揺らぐものなのかということ、病院の医療がいかにか医療サイドの都合で決められているかということ』が書かれていました。脳の手術の場合、視覚障害以上に味覚嗅覚障害に苦しんだことは、専門書に全く触れられてもいなかったことも述べられていました。自分の専門分野なので、現代進行形で自分の状態がわかるということは、何も知らず医師に全托している患者よりシビアなものがあるとリアルに分かりました。中でも『どんな状況が悪くなっても、嘘でもいいから「大丈夫だよ」という言葉を聞きたいものなのです。そして、自分が患者の立場に立ってしまった私の場合も同様でした』という言葉はハッとさせるものがありました。希望を与え続けることの大切さと、希望という光を信じられるからこそ、目の前の困難を乗り越えようとする意志が生まれることも分かりました。自らの心に希望・使命という消えることのない光を常に掲げ、それに向かって生きたいと願うと共に、希望を与えられる医療者であり続けたいと思いました。

また第八章に『悪平等の日本医療』という項目がありました。『日本人は水と空気と医療と安全はタダという考え方がありますが、その点が欧米諸国とは根本的に違っています』と相違点が紹介され日本の医療と比較され意見が述べられていました。最終章に載っている価値は大きく感じましたので、アドバイスとして受け止め紹介させていただきます。

+++++++ 引用ここから ++++++

ほとんどの人が、とにかく病院に行けば、なんでも医療保険の中で済むと考えています。もちろん、平等に医療が受けられるということは非常に素晴らしいことに違いありません。しかし、そのために不必要な医療が行われているという側面も見逃すことはできません。前述したがんの末期医療にしてもそうですが、もはやどうしようもない段階になってからも膨大な費用をかけて、延命治療が行われています。それは医療費を増大させるばかりか、患者本人の苦痛も増大させているのです。そのとき患者は、十分な説明も受けず、患者の家族もよく説明を聞こうともせず、とにかくできることは何でもやってくれた方がいいという傾向があります。結局医師と患者双方が一緒になって、無意味な治療に無駄な金をつぎ込むことになるのです。あたかも平等に見える日本の医療ですが、その一方で不平等が拡がりつつあるのです。つまり自由診療の部分ももっと増やすべきだと思うのです。自分に必要だと思ったら自費で高度医療を受けるようにすればいいのです。そうしないと平等に受けられるべき保険診療の部分も経済的に成り立たなくなってガタガタになってしまいます。現在、日本の医療費増大は大きな問題となっていますが、よりよい医療制度を確立するためには、もっとその辺りの整備をしていく必要があるでしょう。

+++++++ 引用ここまで ++++++



2009年8月21日（金）

8 / 30日に向け、暑い夏に合わせたかのように、選挙カーが走り始めました。「政」とはよく言ったもので、まさに祭り事なのが選挙の喧騒なのかもしれません。朝のニュースでは就職難で、就活を一言で表すと『苦』という言葉であることが映像を交えて報道されていました。これだけ就職活動が厳しいということは、雇用創出を作り出すべく、新たな価値を生み出す企業家の輩出と、現在頑張って日本経済リードして下さっている大企業、中小企業が元気になることだと思います。そのために何ができるかを考えることが政治家の仕事になると思いますが、票集めのためのバラ撒き政策が多いように思えて、少し残念です 日本書紀によると、仁徳天皇は、高殿から人々の生活を視察し、その困窮ぶりに胸を痛めて三年間税を免除したという話は有名で、自らも質素儉約を旨とし、雨漏りがする屋根で過ごし、やがて各家から煙が立ち上がるのを見、国力が回復するのを待ってから、課税を再開したと記録されていますが、それだけ国民を愛した仁のある天皇だから、徳が発生し、日本最大の仁徳稜として今も残っているのだと思います。そう考えると、まず「税金ありき」という考え方は、おかしい考え方であると思います。売上を上げるために、価格を上げれば、その分収入が増えるというのは、安易な考え方で、逆に高くなることによって買わなくなり、お客は安いお店に流れて収入は更に減るのは当然のことです。高くても買うのは、そのものが他では売っていない価値を含む場合だけです。そう考えると、経済政策に経営感覚を取り込んでいただいたほうが良いように思いますが一



生命とは『動的平衡』である

2009年8月25日（火）

メディカルASAHI 2009 8月号に福岡伸一さんという分子生物学者のお話がありました。『生命は機械ではなく、常に絶え間なく流れている一種の均衡である』というドイツ生まれの生物学者シェーンハイマーの唱えた動的平衡という考えの紹介があり、生命操作には慎重でありたいと話されていました。何かにとられるのは、動的平衡にとって最もよくないことだという部分を読みながら、人間の本質というのは流れる川のようなもので、何かにとられてしまうと、そこに淀みができて、様々なものがそこに集まってきて健康状態を害しているのではないかと、思いました。毎日毎日食事をエネルギーとして取り込み、いらぬものは排出し、そのエネルギーを使って、様々な出会い、課題をクリアしながら、喜び、悲しみ、苦しみ成長し、トータルで見ると個性という川は流れていきます。川の水が常に同じものでないように、人間の体も動的平衡を保ちながらも入れ替わっていると考えるならば、ここに一つの希望があります。それは、どんなに悪い状態でも、とられぬ希望を持って生きていくなれば、本来のその人に合った個性の音色が奏でられる川に戻るといったことだと思います。『不足に対する強迫観念はストレスとなり、免疫系など様々な流れを阻害することが原因になります。気にしないことが私の一番の健康法です』と言っておられますが、医療に通じる一番の道は、川の水の流れのように自分を思っ、さらさらと何かにとられることなく、反省すべき点は反省し元の流れに戻り、未来を信じて生きていくことかも知れないと思いました。



2009年9月8日（火）

日経新聞で『富を生む主役は企業』という西條編集委員の論評がありました。社会の最小単位の家族であっても、収入より支出が多い生活は破綻するので、無駄を省き、空いている時間を利用して収入を増やすという工夫をされている方も多いと思います。中小企業も大企業も基本は同じです。民主党のマニフェストで全国共通の最低賃金水準を800円としていることについて【青森県の最低賃金は630円。800円に上がれば、不況のさなかに一気に最大26%の賃上げとなる。厚生労働省によると同県で時給800円未満の人は2万人以上。全員に賃上げの恩恵が及ぶとは限らない。人員縮小や廃業を迫られる職場もあるだろう】と書かれていました。「正社員の既得権益にメスを入れる覚悟があるだろうか」「経済を活性化して家計を支える富を生み出す主役は、やはり企業である」と書かれているように、パイの取り合いにならないよう配慮し、日本経済を支えている企業が潰れることで、家庭に流れる富という水源を壊してしまうことのない対策をしていただきたいと思います。企業家たちが、思う存分活躍してくれることが、雇用の創出を促し、富を社会へ広げていきます。規制は、交通ルールと同じく、人身事故を起こさないために、繁栄という流れを止めないために必要なものであって、自助努力の精神を持ち、企業家としての責任を果たし、社会に貢献しようとする志ある人々の活躍を止めるような過剰な規制の介入は逆効果になると思います。平等が行き過ぎて、悪平等にならないよう、また同時に自由の中から生まれる価値の大きさに期待したいと思います。もちろん自由といっても、放縦ではなくて、責任を伴う自由であることは言うまでもありません。



病院祭にむけて

2009年9月26日（土）

来週の日曜日は、病院祭が開催されます。去年の感動を思い出し、職員の皆様の熱心な活躍と、患者さんとのコラボでつくりあげつつある病院祭の取り組みを眺めながら、時には応援しつつ、成功を祈っています。みんなで作り上げることは、本当に素晴らしいことだと思っています。今年も多くの方々に見ていただき、楽しんでいただけたらと思います。



第三回病院祭無事終了

2009年10月5日（月）

インフルエンザで病院祭を中止している病院もある中で、天候にも恵まれ無事開催できたことは、感謝です。昨年は50周年記念病院祭ということで、プレッシャーの中での開催だったように記憶していますが、今年は、昨年ほどの力みもなく、千曲荘病院らしい成功だったと、総師長が喜んでいました。私も同様に思い、また自然体での成功だったと思いました。これも前委員長より引き継がれ積み重なった、組織力、企画力という当日に至るまでの用意周到な準備がなされていたことによると思います。招待客の方から、『千曲荘病院の職員の皆様は、みんな明るくて、対応がよく、笑顔ですね。どうしたらそうなるのでしょうか』と聞かれ、また『スタッフの方がお一人お一人親切で丁寧な接客をして下さり好印象を受けました』とメールも頂きました。すでに退職された職員も数多く駆けつけてくださり、懐かしい顔を拝見し、お話をすると今も一緒に働いているような感覚になりました。他の方からも病院の職員に対してお褒めの言葉をたくさん頂きました。

種から育った花々は、一番似合う場所に、美しく飾られました。患者さんと職員で作ったさまざまな小物は、バザーで売られました。ボランティアの方々の応援を受けて、多くの方々と自然体の交流があり、数年経つと千曲荘病院の病院祭は地域の方々の交流の場、憩いの場、楽しみの一つとなって、精神科偏見の壁を取り去る役割を果たしてくれることでしょう。職員の生き生きとした働きを眺めながら、千曲荘病院の職員は私にとって誇りであり、様々な才能を持った人たちの集団であるということ再認識いたしました。当院の職員であることを一人ひとりが、誇りに感じていただけるような病院作りをしてゆきたいと決意新たにしました。地域の皆様、職員の皆様、ボランティアの皆様、本当にありがとうございました。



病院祭を終えて三役の挨拶から

2009年10月22日（木）

K実行委員長

何が正しいのか？何が間違っているのか？そんな事ばかり考えていたような気がします。今回は3回目の病院祭であり、病院祭を今後も継続していくといった目標もあった中で、どのくらいの規模で開催したらよいのか...最後まで先頭立っていけるのか...色々悩んだ時期もありました。本来自分は先頭に立って色々やるのが苦手で言動などにも自信がありませんでしたが、今回唯一自信を持って言える事は3役含め実行委員の選任は間違いなかったということです。そこから各係員、1人1役として職員全員に広がり本当に助けてもらい、楽をさせてもらいました。過去2回の病院祭の意思を踏襲しつつ今回の3回目からまた4回、5回と続いていくであろう病院祭をまた来年皆で盛り上げられればと思っています。病院祭通信もこれで最後となります。この場を借りご協力していただいた皆様に感謝申し上げます。

K副委員長

3回目の病院祭が無事に終了しました。病院祭前日に3役で準備の状況を含め、展示物などを見せていただきました。手作りで、動線に配慮し、興味関心を寄せていただけるコーナーがあふれておりました。これらは、職員の皆様が1人1人の役割を担っていただいた賜物と、ありがたく感じながら拝見致しました。

何回か役員として病院祭を作る部分に携わらせていただいた中では、今年度も実行委員の皆様には多大な協力をいただきました。当初から役員を快くお引き受けくださり、当日に向け、きめ細かい配慮と創意工夫をしてくださりスムーズに運営できたことは1000人を超える来場者の皆様が暖かい言葉をかけてくださった結果にも現れていることと思います。

毎回皆様に手助けと多大な協力をいただき、役目を終えられたことを深く感謝申し上げます。ありがとうございました。

T副実行委員長

「何事も無く無事に終わって良かった...」というのが正直なところです。今回、副実行委員長としては初めて病院祭に携わらせて頂いたのですが、右も左も分からずご迷惑をかけてしまったところもあると感じています。また、病院の全スタッフの力がなければやり遂げられない事だという事も実感したので準備段階から携わって頂いた方、それらを影から支えてくださった方々など本当に感謝している所です。ありがとうございました。



実りの秋

2009年11月5日（木）

スーパーに行くと、大きく、赤い信州リンゴが箱で並び、秋到来という感覚になります。信州リンゴは、水々しくて蜜が多く、シャキッとしていて美味しく感じるのは、信州人だからかもしれません。春は白い花が雪が積もったように咲き乱れていたのに、ひと夏が終わり秋の気配を感じる頃には、赤い実が重たそうに、ぶら下がっています。特に秋は、自然の恵みを感じます。栽培の中で一番難しい果物がリンゴで、農薬と肥料で大事に守られて育てられるのだそうです。虫がつかないように、傷つかないように、大切に手入れをされて、育てられるリンゴは、箱入り娘のように思えなくもありません。そう思って、食べていると農家の方々の努力や愛情が伝わってきて、デザートとしてのリンゴがいっそう美味しく感じられるのではないのでしょうか。ところが、プロジェクトXにも出たことのある木村秋則さんは、無農薬で奇跡のリンゴ（腐らないで、枯れていく）を作りました。本を買って読みましたが、壮絶な努力と信念を感じて、生きていることの喜びが顔面の写真から伝わってくるようでした。木村さんのような人に愛情を注がれて、リンゴが本来もっている生命力を引き出され、育ちやすい環境の中で、リンゴ自身がリンゴ本来の姿となったという一切れを食べてみたいものだと思います。木村さんは果物づくりを通して、【作物は作物自身が自分で作る】と言い、人間は米粒一つ作ることはできないのだから、あたかも自分が作っているという思い込みや、感覚を捨てたらどうかと問いかけてきます。本当にそのとおりだと思いました。「皆さんが私の話を聞いて感動しても皆さん自身に実りをもたらすのはやはり皆さん自身なのです」と、信念を貫いて成功をつかんだ人特有の確信ある言葉は深いものがあります。人間は自らの意志の力で自分自身を変えていくことができるのですから、幸せなことだと思います。



☆上田の星☆西澤ヨシノリは挑戦者魂

2009年11月9日（月）

上田の星☆西澤ヨシノリのお話を聞く機会を頂きました。上田では知っている方も多いと思いますが、ストイックで、自己鍛錬で自分を鍛え、挑戦者魂を持ち、夢を現実に変えようと努力し続ける男らしい男です。彼は「夢を叶えるとは言わない。夢として終わらせたくないので、世界一を目標として実現する」と言い切っていたので、必ず実現されるのだろうかあと確信に似たものを感じました。帰りに本を買ってきたので、その中から紹介いたします。

+++++++ 引用ここから ++++++++

どんな人にも壁があって、そこで辞めていく人は多い。でもその壁は越えていくものだと思信している、その壁を打ち破ったからこそ今の自分がある。夢はかなえるためにある、掴むためにあると固く信じている。20代の頃は他人と話をしても、自分のことを話すのが精一杯だった。今はそれが、相手の気持ちを考えようという素直さ、出会う人すべてに感謝しようという気持ちが持てるようになった。挫折を乗り越えて、自分を見つめ直したときから、人間として変わってきたのではないか。自分の人生はボクシングに限らず挑戦の一言に尽きると言える。チャレンジを続け前に前にと進んでいくことで、充実して完全燃焼してきたのだと思う。『もう無理だよ』と思うとき、一歩踏み出すことによって、人生観というものは変わってくる。視野も広がってくる。『ああ、自分というのはこういう人間だったんだ。こういう気持ちにもなれるのだ』と自己開拓できる。『自分はこういう人間だから、このようにしか進めない』と多くの方は自分を決め付けてしまっているのではないだろうか。そう思うことで、自分の可能性や、自分の道を塞いでしまっているのではないだろうか。今までの生き方を通して言いたいのは、積極的に生きるということだ。一歩を踏み出すことによって価値観も変わってくる。自分自身を俯瞰してみることができて、余裕にもつながる。そのようなことを多くの人に伝えたい。諦めたらいけない、最後まで一生懸命頑張る。自分にとって、これからが本当の意味での勝負の時だ。自分自身が頑張らなくてはいけないのはもちろんだけれど、多くの人たちと一緒に、それぞれの人がそれぞれの人生を、精一杯頑張ってもらいたいと心から願っている。そして、自分の本当の闘いもこれから始まる。Never Say can't.

+++++++ 引用ここまで ++++++++

本当の勇者は、真実の優しさを心に秘め、自分の人生を大切に生きていたことを感じました。上田のヒーローに出会えて、刺激を受けた一日でした。



2009年11月26日（木）

病院の三階の部屋からは、上田市の市街地が見渡せます。夕暮れ時のオレンジ色の空になる頃、街の光がだんだんと灯って、函館の夜景までの豪華さはありませんが、小さなダイヤモンドが七色の光を発して煌き始めるような美しさで、しばし見とれて眺めることがあります。山々に囲まれた盆地の、平凡な小さな街の風景であると思うのですが、この美しさを見続けている自分にとっては、愛おしい風景となっています。当院の職員が一日の仕事を終えてサーッと帰ってゆくと、病院の中は静けさが残ります。「今日も無事一日が終わった」ことを感謝して、朝からの出来事を振り返り、様々なことをもう一度思い出しながら、改善すべき点を確認しながら、「明日もまた病院が平穏な一日でありますように」「職員みんなが元気で病院に来られますように」と祈るような気持ちで、真っ暗になった階段を降り、家路につきます。私にとっての幸せな時間とも言えるでしょう。最近もう一つ幸せな時の過ごし方を体験しました。それはドライブに出かけ、美しい景色を前に、しばし車を止めて、少しずつ変化する雲の動きや、空の輝きを眺めながら、クラシック音楽を聴くことです。モーツアルトのキラキラと散乱する光のような曲を聴くとき、バッハの荘厳で神々しい曲を聴くとき、ベートーベンの苦しみから歓喜に変わる曲を聴くとき、ショパンのピアノの奏でる旋律の美しさを聴くとき、別世界に入るような、心地良さに時間を忘れてしまうことがありました。ささやかなる芳醇な時間、心が癒される時間とは、そういう時間を言うのかもしれませんが、長い時間を必要としませんが、確かに切り替わる心の波動に、我ながら驚きました。疲れたとき、試してみてください。特に空と雲の動きをゆっくり眺めているのがミソです。



平山郁夫氏死去

2009年12月3日（木）

日経の12/3の春秋にも載っていましたが、まだまだ生きて活躍してほしかった方です。はじめての出会い（出会いとは、平山画伯の絵のことです）長聖高校の文化祭に行ったとき、部屋の一角に飾られていて、あまりの静謐な美しさに目が止まり、これほどの絵を描く人はどんな人だろうかと興味を持ってからです。「仏教伝来」「入涅槃幻想」は目を閉じると、目に浮かんでくるほど強烈な印象の絵です。平山画伯の生き方そのものも、「仏教伝来」の一枚の絵のように思います。幾多の苦しみを乗り越え、その苦しみから真珠を生み出した人特有の美しさとするがすがしさを感じます。仏陀を求めてシルクロードを旅する求道者は平山画伯ご自身だったのではないのでしょうか。バーミヤンの石仏を守ろうとされていたことや、様々な文化を守ろうとされる姿勢は、私たちに大切なもの何なのかを伝え続けようとしていたのではないかと思います。原爆投下を体験し、死と生が隣り合わせの修羅の世界を通り抜け、「広島生変図」をやっとの思いで描いたのは、戦後30年以上経ってからだったと知りました。この絵を描くためには、原爆投下後の、苦しみや悲しみを再体験される勇気や意志の力がなければできなかつたはずなので、私のような凡人には理解することもできない、深い念いが込められている絵だと思います。仏陀を求め、三蔵法師の来た道をたどり、シルクロードを旅した平山画伯は、三法印である諸行無常・諸法無我を通り越け、きっと涅槃寂靜の境地へ入られたことでしょう。願わくば、この世の求道者としての旅が終わり、あの世で三蔵法師と出会い、共に仏陀に向かう新しい旅のスタートを始めているといいだろうなあ、と応援団として想像しています。私は、まだまだ悩みの中にあり、七転八倒することも多い人生ではあるのですが、それでもいつか、透き通った湖を静かに眺めるような涅槃寂靜の境地で、あの世に向かう人生の後半を過ごしたいと欲のあること?!を考えています。清しい生き方をされてお亡くなりになる方は、風のように通り過ぎて、私たちに様々な心地良い、悟りの香りを残して下さっているかのように思います。平山画伯ありがとうございました。



2009仕事納め

2009年12月29日（火）

2009年も静かに終わりそうでほっとしています。さすがにこの時間になると職員は帰ってしまい、当直体制に変わっています。今年は前理事長から理事長を受け継ぎ、トップの責任の重さを実感した年でした。発展は喜びでもあるのですが、同時に苦しみでもあり、器が発展に比例して大きくなると、舵取りが難しくなるので、器作りは終わることのない課題だと思っています。来年は今年より厳しい年になるだろうと予測しているのですが、そんな中においても選ばれる病院になれるよう、職員と共に努力していきたいと思っています。今年も様々な人に支えられ、様々な出会いがありました。来年も新しい出会いがあり、新しい体験をして器を広げ、キラリと光る思い出を、職員と共につくっていきたいと思っています。HPもリニューアルしました。来年の千曲荘病院もよろしくお願いいたします。



2010年1月7日（木）

新年あけまして、おめでとうございます。昨年9月に民主党政権が誕生し、「コンクリートから人への」スローガンの下、社会保障制度への財政シフトが予想されアップが期待されていましたが、今年4月の診療報酬改定は本体で1.55%のアップにとどまりました。一方、日本全体が不況にあえぎ、収入が減る中であって外来の治療費を工面するのにもままたず、入院治療を受けたくとも費用の面で困難な人が増えてきました。これからは、地域で生活する精神障害者のサポート、救急医療的対応の必要性が増し、外来機能、地域生活支援機能は質が問われ、社会の変化に対応して病院も変化していくことになると思っています。今年の目標は3つです。まず、『人財の育成・強化』です。今後5年、10年の健全な発展のために、過去十数年で倍増したスタッフ人員の育成、強化に重点をおきます。笑顔で挨拶がしっかりできる良き伝統を引き継ぎ、精神科診療サービス・治療の成績の向上に向けて結果を出せる人材になれよう努力していきましょう。新人、中途採用者および中間管理職向けの教育システムを考え、当院を支える人材が輩出されるように教育カリキュラムを考えていきたいと思えます。昨年度の厚生局の監査に耐えうるような、診療報酬制度の中身を知り、専門知識を持った集団へ変わってください。また伝達講習発表に加えて、当院で応用できる部分は取り入れていきましょう。『2番目に外来治療と障害者の地域生活支援の充実が継続目標』となります。患者さんの待ち時間を減らし、満足度、治療成績のアップが常に求められていますし、自殺等の事故の減少も私たちの仕事の時代的要請となっています。救急医療で迷うことが無いように対応マニュアルを熟知し、適切・機敏な対応ができる病院でありたいものです。『3つめに、入院治療の満足度の向上』です。入院して良かったと思える診療サービスと結果が求められています。食事内容の満足度を上げる努力もお願いします。最後に、今年は、新卒の大学生の4人に1人が就職の内定が決まらないという不況の中で、春に市議・市長選、夏には参議院、知事選挙が予定され激変、激動の年になりそうです。長野県のリーディングホスピタルを目指して頑張ってきましたが、これからは、県内の精神科病院のお手本になることが求められています。厳しい時代環境にありますが、愛・信頼・奉仕という当院の理念に立ち返り、理想の病院作りに一致協力して頑張ってください。



2010新年会・職員友愛会会長挨拶

2010年1月18日（月）

明けましておめでとうございます。

この席をお借りして今年度の友愛会の活動の報告をさせていただきたいと思います。

4月に131名の参加をいただいた新人歓迎会をはじめとして、6月に上川原柳ソフトボール大会、7月には祇園祭、同じく7月に、大井さんを実行委員長として62名が参加した上田ワッショイ、10月には、天火山においてマレットゴルフなどを行いました。病院祭、花係などもあり、忙しいなか会員間の親睦を深めて参りました。また出産祝い、病気のお見舞い、ご香典、餞別など31件ありました。本日の新年会は参加会員数が今までで最多の137名です。ご協力ありがとうございました。

この後、ボーリング大会が予定されています。参加をお待ちしています。さて、めまぐるしく変わる社会情勢の中で、こうして皆が笑顔で顔を合わせられることを、有り難く、理事長先生に感謝申し上げます。昔のことを話すと年齢がわかりますが、私がこの病院に就職した年は、今の理事長先生も着任された年でした。当時、職員は八十数名でした。それから19年が過ぎました。その間に職員数は約3倍の2百数十名に達しました。ここに至るまで理事長先生は様々な業務改革の先頭にたって、今の病院を導いてきてくださいました。新年の仕事始めのお話のとおり、これからも理事長先生のリーダーシップの基で社会の変化に伴い、より柔軟に、よりスピーディに進化し続けることが求められます。

今、毎日総務部長さんが、各部署にメールを送ってくださっています。それは、私たちにいろいろな学びを与えてくださいます。自分を見つめ直すよすがとなり、これから歩み、進む、希望と勇気を与えてくださいます。IT化、合理化、変革など、追求されますが、その礎となるのは、やはり人の心と心のふれあいによる信頼関係であると思います。友愛会の活動を通し、職員間の絆をよりいっそう深めていただきたいと思います。最後に皆さまの幸せと病院のますますの発展を祈願して私の挨拶とさせていただきます。



映画撮影ロケ地の上田

2010年2月4日（木）

新年の誓いを新たに、1月は気合を入れて、一生懸命仕事に没頭していたところ、気づいたら2月4日になっていました。グラウンドに残る雪を見つめながら、サアーツと積もって、一日で半分まで溶けてしまい、黒い土が広がっていくのを見て、本格的な冬は終わって、これからは一日一日と、春が近づいて来るのかなと感じています。話は変わり、本日の日経長野経済版で「映画に賭ける町おこし」と題して上田の紹介がありました。上田市は、「姿三四郎」「犬神家の一族」「たそがれ清兵衛」最近では「ゼロの焦点」「ヴィヨンの妻」のロケ地に選ばれていることを知りました。確かにお寺や、町並み（特に柳町）、上田城跡公園、温泉、千曲川、山々に囲まれた自然など、歴史や文化などぎゅっと凝縮してあるのが上田です。少し車に乗って30分もすれば、美しい高原への道があり、温泉があり、湖があり、お寺があり、興味を惹くものがたくさん溢れている町なのかもしれません。新聞紙上でも書かれていましたが、「市内でロケされていても、上田の地名が紹介されることは少ない」とありましたので、ここで宣伝もかねて、紹介させていただきました。この町に憧れて、当院で働いてみたいという医師が増えてくれたら、もっと有り難いことだと思っています。



冬季オリンピックに想う

2010年2月27日（土）

フィギュアスケートで銀メダルを獲得した浅田真央と宿命の対決相手キム・ヨナの戦いは、多くの日本の国民に感動を与えてくれました。安藤美姫も鈴木明子も、日本の選手の奮闘ぶりは、見ていて伝わってくるものがありました。それぞれがそれぞれに全力を出し切り、自己との戦いにおいて負けることなく、そのプレッシャーを乗り越えて、楽しんでいる姿は、美しくあり、爽やかでもあり、見ている私たちにも清涼感を与えてくれました。たった数分間の与えられた時間の中に、どれだけの念いが込められているのかと想像すると、その数分間の永遠とも感じられる時間、あっという間であったという時間、心から楽しめたという時間、幸せを感じたという時間が、どれだけ尊い珠玉の価値を含んだ時間であったかが分かります。それぞれの選手が、どれだけの経験をし、挫折に耐え、厳しい練習に耐えて、目標に向かってひたむきに努力してきたことでしょう。その結果が、4分間の結晶となって開花しているように思います。彼女たちの美しさを引き出したものは一体何だったのかと考えると、自分の内面を深く見つめることによってつかんだ己の個性の輝きを、厳しい練習を重ねることで磨きだしているように思うのです。世界中の国々で何万人の人たちが、固唾を吞んで、彼女たちの氷上での戦いを見ていたことでしょう。競争することは、厳しい戦いの中におかれて大変なことであると思うのですが、ライバルがいるからこそ切磋琢磨することができ、お互いに成長できるありがたい存在でもあることがよくわかります。競争のない世界の方が、気ままで、ストレスもなく、楽でいいようにも思えるのですが、人間は何か志がなければ、甘えが生まれ停滞や墮落の道へ入ることも多いのではないのでしょうか。もちろん競争において、嫉妬心から人を蹴落としたり、陥れて勝ちにこだわるのは問題外ですが、オリンピックという競争の世界で、互いに切磋琢磨し、自己の限界突破に挑戦し、努力を重ねた姿は、美しく輝いていました。目標を持ち、夢に向かって努力することの尊さ、ライバルのいることのありがたさや切磋琢磨による輝きを教えてくれ、感動を与えてくれた氷上の女神たちに「ありがとう」と、感謝の言葉を伝えたいと思います。



春分の日

2010年3月19日（金）

小学生の頃は、外で遊ぶのが好きで太陽が出ている限り、家に入りたくなかったことを思い出します。大人になっても、冬が近づくにつれて日が短くなるので、自然の摂理と知りつつも寂しい気持ちがして、早く春分の日が来ないかなと思うことが多くなりました。「暑さ寒さも彼岸まで」の春分の日（3月21日）がもうすぐ来ます。この日を境に、今度は少しずつ日が長くなるので、心なしかうれしくなってきます。一年で一番好きな日は夏至で、昼間の時間が長いので、少し得をした気分になります。「此岸」から「彼岸」へと、いずれすべての人が死を迎えたときに、渡るようになります。太陽は東から昇り西に沈むので、東が現世の此岸で、西が極楽浄土に当たる彼岸ということになるわけです。特に春分の日は、太陽がほぼ真西に沈むので、西方浄土に最も近いと考えられて、供養祭などの仏事が行われるようになったと知りました。もう半世紀生きている（多分生かされているのですが）ので、そろそろ恩返し的人生をどう送るかを考えていかないといけないかなと思っています。この地球という美しい星で、多くの人々が生まれては死に、生まれては死に、さまざまな時代を創り、さまざまな文化を残してきました。後世の人々から、「20世紀から21世紀に生きた人々が残してくれた文化遺産は大したものではなかった、戦争と災害の大変な時代だった」と言われるのではなく、「新しい時代への希望に満ち、今までなかった高度な文化が生まれ、地球の人々が最も輝いた時代」と言われたら、どれほど誇らしいことでしょう。まあ、そんなことを考えているのはかなり楽観的と言われてしまうかもしれませんが――――。



女神湖の樹氷

2010年3月29日（月）

春近く、新入社員の入社式を三日後に控えているにもかかわらず、外では雪が舞っています。太陽の光は高く、陽の光はあるのですが、雪が舞っていると、病院の梅林の花びらが散っているかのようにも見えます。道路沿いの梅林の白い花びらが、例年よりしっかり咲いているのですが、樹木にとっても、厳しい春を迎えているかのように思います。たまたま先日女神湖に行く機会がありました。白樺湖に向かう道の両側の木々は、しっかり氷が絡まって樹氷となり、太陽の光を浴びてキラキラと七色に輝いていました。木々がまるで宝石でできているような美しさに、思わず降りてシャッターを切りました。写真には、残念ながら七色の光に乱反射する樹氷の美しさが出ていないのが残念です。ちょっと想像して写真を見つめてみてください。

六本木ヒルズのLEDで創られた美しさより、自然が作り出す美しさは、二度と同じものがないだけに、変わり行くものの美しさでした。雪が溶けて水になり、そして急激な寒さで氷にならない限り見ることはできないわけですから、自然の力が生み出す美に脱帽です。感動されたい方は、来年のチャンスを待っていてください。



2010年4月1日（木）

新入職員の皆様、千曲荘病院への就職おめでとうございます。

当院は、今年で52周年を迎える伝統ある精神科の病院です。精神科の数名のパートの医師と面談しましたが、外来治療、急性期、回復期、慢性期の入院治療から、精神障害者の社会参加への一連の取り組みをしている当院はトータルバランスが良いと高く評価し、職員が前向きで働き者が多いことを褒めてくれました。私も院長として光栄に思い、その言葉に恥じないように、更にこの地域の精神保健から治療、福祉活動を総合的に取り組んで行きたいと考えています。

最近新たなグループホームを増設する計画で地域の方と交渉を始めましたが、精神障害の方が事故を起こさないか、保障はどうするのか、と言った質問があり根深い偏見を感じました。私たち自ら地域に溶け込みながら少しでも精神科に対する理解が深まるように努力を続けて行きたいと思います。

さて、当院では創業者、遠藤利治が培ってきた伝統がいくつかあります。まずは明るい挨拶です。先輩の皆さんも大きな声で新人の皆さんに挨拶をしますから、皆さんも自分から率先して挨拶ができるようになってください。挨拶は人間関係を良くする基本中の基本です。次に時間を厳守することです。時間を守らないとチャンスは目の前を通り過ぎていきます。前理事長は遅刻してきた面接者とは会いませんでしたが、そのくらい、時間を大切にされていました。私たちも人を待たせて人の時間を奪わないように気を付けましょう。会議などは、事前準備をして有意義な時間、価値ある時間としたいものです。そして、第3に創意工夫や無駄を無くすことが当院の伝統となっています。新人の皆さんは、新しい職場で戸惑う事もあるかと思いますが、疑問に思った事や不思議に思ったことは先輩に教えてもらって下さい。それが新しい創意工夫につながることもあると思いますし、新鮮な感覚が無駄な仕事の排除につながるかもしれません。

今年当院で重視しているのは、職員教育です。患者さん、ご家族に優しく接し、専門の知識、技術を身につけて、千曲荘で診てもらって良かった、千曲荘のスタッフに出会えて良かったという喜びの声を多くもらえるような職員に切磋琢磨して成長を続けて行きましょう。自ら学び続ける姿勢を忘れることなく、院内研修会も充実してきているので数多くの職員が参加することを望みます。

少子高齢化社会に入り、日本の人口は減り続け、時代は大きな曲がり角に来ているように思います。医療分野もその波の中にあります。社会の動静に敏感でありながら、その時代にマッチした医療サービスを展開していかないと病院は生き残れないと危機感をもっています。考えて知恵

を出しあい、自ら動いて汗をかいていきましょう。

最後に私事で恐縮ですが、本日より長野県精神科病院協会の会長となり、当院は協会事務局を担うこととなります。県の代表病院として、モデルになれるように頑張っていきたいと思えます。今日の新人を迎える日に職員一同心新たに、理想の病院に向かって努力していきましょう。



桜前線 病院の庭に

2010年4月12日（月）

桜の美しい季節が来ました。つい二、三日前は固い蕾だった桜が次から次へと咲き出しました。母を連れて上田城址公園へ行くと、見事に満開で、県外の観光客も多く来て楽しんでいました。今年も一緒に桜並木の下を歩き、景色を楽しめることができ感謝しました。いつまで親子で、いつまで夫婦で、一緒に眺めていられるのか分かりませんが、毎年美しさの違う桜の姿に感動し、来年も同じように眺めることができますようにと、心の中で祈ります。眺めながら、昨年を思い出し、一昨年を思い出し、一年毎の思い出を一つ一つ辿りながら、一緒に生きていることのありがたさをしみじみと感じる一瞬でした。この時期日本列島は、到る所に桜の名所があるので、薄桃色の桜の木々が帯のように出現し、飛行機の上から眺めて見たら、どれほど美しいかと想像してみたり、ひとひらの花びらの美しさを目に焼き付けたりしながら、静かで、満ち足りた時を過ごしました。

西行法師の辞世の句より【願はくは花のしたにて春死なんそのきさらぎの望月のころ】



桜前線 病院の庭に 1



桜前線 病院の庭に 2



桜前線 病院の庭に 3



桜前線 病院の庭に 4



桜前線 病院の庭に 5



桜前線 病院の庭に 6

いきがいの創出

2010年4月21日（水）

信濃毎日新聞4.19で堀田力さんの月曜評論に興味深いことが書かれていました。医療・介護などのケアの体系に「いきがい」の体系を組み合わせる仕組みを作ってほしいと願っているということでした。「生きがいについて」は、精神科医でもある神谷美恵子が書いていますが、私も堀田さん提案に同感です。ケアされて、ありがたいことは確かですが、一方、自分でできないことが悔しい、情けない、という気持ちがあることを強く感じます。人は、ケアされながらも、人のお役に立ちたい、人に喜ばれたい、自分がしたいことがしたい、人に認められたいと思っています。私が歳を重ねて老齢化しても、この気持ちは変わることはないと思います。私だけでなく、千曲荘病院で働いてくださる職員の皆様のほとんども、多分そう思われていると思います。だからこそ、私たち医療者は、ケアされる方々が生きている喜びを実感することができるようにと、いつも心に留めていたいものです。81歳の母が『私にできることがあれば手伝いたい』といつも言ってくれます。父を支えて働き続け、働く喜びを心底知っている母は、人のお役に立てることを、死ぬまで人の喜ぶことをやり続けていきたいのだなと分かります。86歳の父にしても、誰よりも病院のことを愛していると思いますが、足のむくみがあろうと、体調が悪くてしんどい日も、歳をとり仲間が一人ひとりこの世を去っていくのを悲しく眺めながらも、自分のこと以上に病院の未来を心配しない日はありません。本当にありがたいことだと頭が下がります。この評論を読み、「その人が生きていてくださるお蔭で、喜びが生まれる」そんな医療提供ができれば、千曲荘病院の存在価値はもっと高まると思いました。



20110年5月24日（月）

インフルエンザによって延期されていた50周年記念研修旅行の第一陣で行って来ました。時差がないので、体が疲れることもなく、信州上田に近い気候のせいか親しみを感じました。高台にある緑に囲まれたソウルタワーから見える景色は、ソウルの高層ビルが立ち並び、未来都市かと思うほどでした。流暢な日本語を話すガイドさんを通じて、日本人が忘れていた愛国心や勤勉さや自助努力の精神を肌で感じてきました。徴兵制のある国なので、町を歩くと軍人さんに出会ったのですが、60年以上戦争を経験していない日本には感じられない緊張感が漂っていたように思います。韓国の歴史や文化に対しても誇りをもっていてお話をしてくださるので、逆に日本人としての自分を見つめる機会を与えてもらったような気がします。サッカー、野球においても日本と競っているのですが、スポーツだけでなく日本の繁栄に対しても、日本に追いつき追い越せという気持ちがあって、韓国にとって日本の存在と言うのはよきライバルであり、発展を牽引する刺激剤にもなっているのかと思いました。NHKの大河ドラマは一年遅れて放映されていますし、NHKは常時見ることができるので、ホテルにいと日本にいるような気になってきます。また治安がいいので、安心して買い物もできますし、日本では味わえない、買い物での駆け引きがあり、楽しませてもらいました。物価は日本の三分の二くらいなので、ソウルの人たちは生活しやすいようです。ちなみに、ヨン様がロッテのチョコレートの宣伝をしています。ロッテは日本の会社ではなく、韓国が本社です。レストランで食事をするとき、野菜やキムチは食べ放題であるのも特徴です。職員と思う存分、本場のキムチを食べてきたので、かなり臭かったと思いますが、みんなが食べているので、臭いは感じなくなるということも分かりました。もう一つ韓国のあかすりは、迫力があります。自分がマグロになったような感覚で取り扱っていただき、少しひりひりとしていたのですが、翌日になって触ってみるとすべすべした肌になっていました。

ソウル中央病院の見学においては、最新医療設備を惜しみなく見せていただき、丁寧な対応をしてくださったことをここに感謝したいと思います。日本の大学病院もいくつか見っていますが、光が燦燦と入ってくるガラスをふんだんに使って、まるでホテルにいるかのような錯覚になる病院でした。これからの未来においても、韓国と日本の友好状態が末永く続くことを、共に繁栄発展していけることを日本人の一人として心から願っています。



サッカーワールドカップ

2010年6月30日（水）

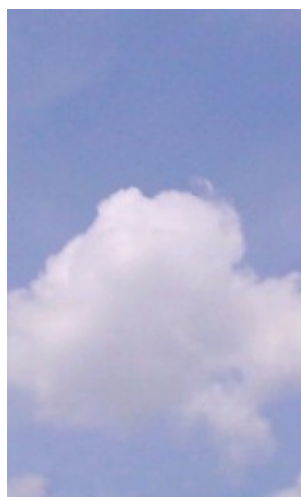
昨日の夜から始まったパラグアイとの一進一退の攻防戦を観戦し、応援していた人はどのくらいいたのでしょうか？小休止で、二階から家の外に目を向けると、いつもなら暗くなっている隣家の窓が明るく、きっと応援しているのかなと思うと、共有時間を過ごしているような気持ちになりました。さて4大会連続の4度目の出場で2002年の日韓大会を上回る成績を目指す岡田ジャパンは命がけの戦いに挑んでいました。この最後の戦いは、日本人に多くの感動を与えてくれました。朝のニュースで【感動しました、愛国心のようなものが生まれました】と若者がコメントしていたのを見ました。私たちは見る側ですがプレイする側の選手や監督の重圧はどれほどの大きなものだったでしょう。サッカーは好きでよく見ますが、ゴールにいたるまでのシナリオを書ける人、それも変化していく情勢に応じ、勝つためのシナリオに変えることのできる監督は、天才ではないかと思ってみています。負ければ、ぼろくそに叩かれますが、それだけ熱狂的なファンが多いということでもあるのでしょうか。1997年の初のW杯で好結果が出なかった時、脅迫電話は止まらず、自宅はパトカーに警備してもらい、父親をののしる報道に子供たちは涙を流し、岡田監督は八重子夫人に【勝てなかったら日本に住めない、覚悟してくれ】とまで言ったことが、信毎に書かれていました。極限まで追い詰められて、無心になることは誰でもできるわけではなく、極限に追い詰められると精神的に崩れてしまうのが凡人です。岡田監督の人生における苦難の体験の上に、今があることを知りました。マスコミも、視聴率を上げる記事、部数を伸ばせる記事を書くことを優先しているので、むごいところがあると思いますが、その叩かれても崩れない精神によって勝利が生まれることも私たちが学ぶべきことであると思いました。何はさておき、力を出し切った選手から、日本人の誇りと勇気、力を頂いたので、私たちも誇りを持って仕事をしていきたいと思えます。岡田ジャパン、ありがとう！



心のスイッチを切り替える

2010年7月2日（金）

梅雨の合間に、緑の大地を背にして大の字になって、寝転んで青空に目を向けると、真っ白い雲が様々な形で、青空にゆったりと浮かんでいるのが見えます。小学校の頃から、空を眺めるのが好きだったのですが、短い時間でも静かに眺めていると、さまざまな思いが浮かんで消え、人間の心は常に何かを考えているのだなということが分かります。その泡のように出てくる思いに耳を傾けて、しばし一人の宇宙空間でリラックスしていると、だんだんと日常の雑事から離れて心が軽くなっていくのを感じます。不思議です。空を眺めていると宇宙に繋がった広大な世界があるのを無意識の内に感じ取るのか、気持ちが大きくなって、どうしてもいい悩みは消えていきます。普段は仕事をしている時間が長いので、立っているか、座っているかは別として、見えているものは、どうしても近視眼的な見方になってしまいます。歩けば、転ばないように足元を見ますから、石ころが見えたり、噛み終わったガムのゴミが見えたり、たまにお金が落ちているかもしれないませんが、常に気持ちは今に引き戻され、時間を気にして、せわしく生きている自分を発見します。仕事に没頭し、仕事ができるといわれる人ほど、口を動かし、手足を動かし頭を使って考えているはずですから、ベータ波状態になっていると思います。時にはアルファ波状態にしておかないと、心までせわしく、イライラしてしまうこともあるので注意が必要かなと思いました。何も仕事をしなくてもよくて、生活の心配もなく、のんびり毎日をくらせるだけのお金に余裕があったら、心が乱れることもなく、くつろげるわけですが、人間はわがままなもので、あまりその状態が続くと、「何かをしたい、仕事をして働きたい」という気持ちがムクムクと出てきます。それで仕事をするわけですが、今度は忙しさや人間関係で心が乱れ、心の平安という大切な精神状態を維持できなくなってきました。空を眺めながら、「現代人ほど心の切り替えをうまくやって、時折自分の心を見つめる時間をとらないと大切なものを失っていく危険性もあるのではないか」と、心に浮かんだことを書いてみました。



映画『告白』

2010年7月8日（木）

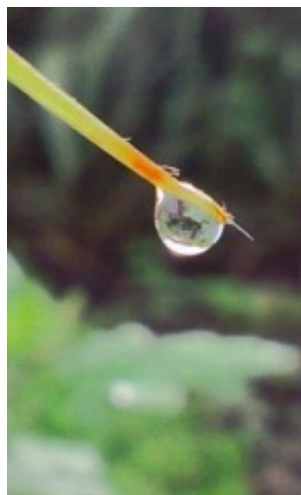
【あなたの尊敬する人、理想とする人は誰ですか?】と聞くと【一番尊敬(理想)とする人は、父(母)です】とはっきりと明言される方々に出会います。それだけ家族の絆が強く、両親の愛に包まれて育てられたのでしょうか。ほほえましく感じます。様々な理由があって、自分の両親を敬うことができない人もいます。つい最近【告白】という映画を見ました。ストーリーは『我が子を校内で亡くした女性教師が、終業式のHRで犯人である少年を指し示す。ひとつの事件をモノログ形式で「級友」「犯人」「犯人の家族」から、それぞれ語らせ真相に迫る』というものでしたが、答えが見えない、光が見えない重苦しさだけが残る、後味の悪い映画でした。映画を見終わった後に普通は感想を伝えたくなるのですが、衝撃的な結末に、何も話をしたくない状態になりました。第29回小説推理新人賞受賞、「本屋大賞2009」受賞作品を映画化したのだそうです。松たか子の熱演には驚きましたが、それにしてもこんなに暗い映画を若いカップルがたくさん見ていることに驚きました。映画を見る前はポップコーンと飲み物をもって笑顔で入り口から入っていったのですが、映画館を出る時は、私のフィルターがかかっているせいか、元気がなくなっているような感じにも思えました。家族関係を見直す時期が来ているということでしょうか。親に愛されることを求める心、それを求めているのに満たされない心、満たされない心を満たすための方法論が分からずに、自己破壊的な方向に向かっている姿、愛するものを失った苦しみ悲しみを、苦しみに消そうとする復讐劇・・・、心の闇の描写は、フィクションの世界だけでなく、現実のいじめの世界に通じるものがあるかもしれません。小学校、中学校、高校と人生の基礎を創る大切な時期を、未来への希望に満ちて過ごせる若者が増えることを、願って止みません。



2010年7月14日（水）

国立新美術館に初めて行きました。オルセー美術館が全面改装工事のため、空前のコレクションの貸し出しが行なわれているのだそうです。その恩恵を受けて、日本の美術館で鑑賞できるということですから、飛行機代をかけなくても名画を見ることが出来る豊かな時代に感謝です。印象派のファンにとっては、きっと、待ちに待った展覧会であったのでしょう。会場は長蛇の列が続き、私たち夫婦は末尾に並びました。順番を待ち、誘導されて、エスカレーターを上り、ガラス張りの光溢れる美術館から会場へと入ると、人、人、人、の混雑振りで前に進むことが至難の業でした。絵画を見ようとしても、人の頭ばかりで、人の頭の上から半分だけ見るような状態でした。まるでラッシュ時の山手線に乗って、名画を眺める迷宮美術館に招待されたかのような錯覚になりました。少しでも人が少ないところへ移動して、じっと眺めているとまた人がすぐそばに集まってくるので、横を向いた瞬間に人の顔にぶつかりそうで、人の息がかかる場所で絵を見るという新しい体験で、本当に疲れて帰ってきました。それでも、その人混みと熱気に負けないで強烈な個性を放っていたのが、初来日の「アンリ・ルソー」の「蛇使いの女」でした。誠に不思議な絵で厚みがあって、メルヘンチックで幻想的でした。また、ゴッホの「星降る夜」は、一瞬見ただけでも、心に深く残りました。モネ、ドガ、セザンヌ、ゴッホ、ゴーギャン、一枚だけピカソがあったと思いますが、これだけ名だたる芸術家が揃っていても、やはりピカソだけは別格という雰囲気漂っていました。

絵画を見るのが楽しみなだけの素人鑑賞家ですが、素人には、ゆったりとした時間と、ゆったりとした空間がある中で、じっくりと眺めさせていただけると、それだけで、満ち足りた気分になってくるのですが……。時間が限られ、一人でも多くのファンに見ていただきたいと思うと、それなりの負荷を覚悟しないといけないのは当然かもしれません。



熱中症

2010年7月28日（水）

「熱中症9400人搬送57人死亡」と【日経7/27】に出ていました。家にいても暑さで死亡するくらいの猛暑ですから、日中の外出は気をつけていただき、特に高齢者がいらっしゃるご家族は、「水分と塩分」の補給を忘れないようご注意ください。外気が39度となると、自分の体より熱いわけですから、体力の消耗も相当なものだと思います。寒すぎれば凍死しますし、暑すぎれば熱中症になります。かつて地球上に徘徊していた恐竜たちは、氷河期に入って絶滅したわけですが、もっと小さな人間は火山の爆発や津波、地震で簡単に死んでしまう儂い存在です。それでも、人間の偉大さは、悲しみに包まれながらも、立ち上がり、過酷な自然環境と共存できるように、智慧を働かせ、快適な空調を整備し、耐震化を進め、高層ビルを作り、農作物は改良を重ね、通信網は発達し、飛行機は飛び、宇宙ステーションが出来るまで進化してきました。そう考えると、文明の利器に囲まれて快適な生活を享受できる現代はなんとありがたいことかと、感謝したくなります。感謝の気持ちが出てくると、恩返ししたいなという気持ちが出てきます。お礼は、未来の人類に恩返しできるような自分になることだと思っています。人は長く生きても100年という短く儂い存在ですが、それぞれの人生のストーリーの違いや、出演人物の違いはあっても、主人公は自分であり、どう生きるかは自由です。『自分はどんな生き方をしたいのだろう』と思い描いてみると、人生で出会った方々に、もしも「あなたに出会えてよかった」と言われたら、少しはお役に立ててよかったと、きっと死ぬ間際にうれしく思える気がします。人はあまりに苦しいと、そのシナリオを恨み、破り捨てたくなることもあるかと思います。ただ、人生の転換が起きるのは、自分だけの、そのオリジナルの人生を心から愛し始めたときだと気づきました。もしかすると、すべての人に「自分の人生を最高に輝かせて生きていきたい」という強い意志【遺伝子】が組み込まれているような気がします。だから、人類は、地球という人類を育んでくれる星の中で、幾世代を超えて、鍛えられ、学び、向上し、成長し、進化していくのではないかと熱中症状態にはまって、大きな口マンを夢想していました。



2010年8月3日（火）

著者は、自閉症の長男を持ち、肝臓病で入退院を繰り返えし、うつ病になり何度か自殺未遂をし、入院を43回した妻を支え、一番の理解者であった長女が自殺未遂をしたどん底にあっても、すべての育児、家事、看病をこなしつつ、仕事を手抜きすることなく、最後は東レ経営研究所社長になられた逆境からの脱出に見事成功された方です。その強靱な精神力はどこからくるのでしょうか？決して諦めない、どんな環境におかれても、前向きに捉え、一途なまでに全力で生き抜くという著者の生き方だと思いました。その諦めないで家族を支える力が養分となり、長い苦しみの年月をかけて、再び家族を蘇らせました。蘇った家族は、以前より一回りも大きくなり、家族の絆は強くなり、まるで家族が大輪のひまわりの花のようにさえ思えました。お会いしたこともありませんが、文面を読み続けていると、著者の誠実な人柄、写真から伝わってくる慈眼の奥にある優しさが伝わってくるようでした。本書の中から、印象的な文面を紹介します。

+++++++ 引用ここから ++++++

母浩子の言葉から

逆説的になるかもしれませんが、私たちにとって人生最大のプレゼントは自閉症の俊介かもしれません。俊介の存在は、生きるとはどういうことなのか、私と家族に教えてくれました。当たり前であることの素晴らしさ、尊さ、人が生きるということは、人を愛することはどういうことなのかを教えてくれました。私はこうした様々な触れ合いがなかったならば、これほどまでに感謝気持ちを持つことはなかったのではないかと思います。

+++++++ 引用ここまで ++++++

（本人の苦しみは、この入退院の回数を聞くだけでも必死だったと思いますし、不安と絶望の中からの脱出だったと思います。どんな状態になっても諦めることなく支え続けた家族の存在は、ご本人の誇りでもありましょう・・・）

+++++++ 引用ここから ++++++

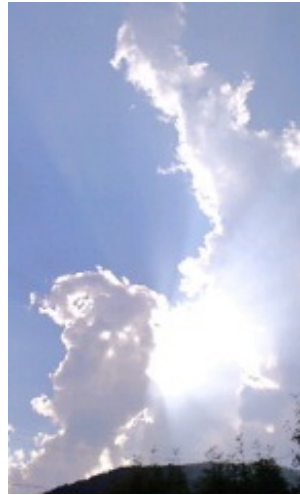
著者から

私が家族で大変だった時に私を支えてくれたのは仕事だったのです。家族のことで苦勞している時、むしろ仕事をすることによって、私は救われていたのかもしれませんが。この世の中の出来事は、人間の力を越えた別の力が働くことがありますし、不幸なことも続きません。現実の私の場合多くの苦勞をしましたが、今そうしたものを越えて幸せをつかんでいるのは神様のおかげではないかと思います。人は、家族や仕事に対してみな責任を果たしたいと持っているし、懸命にその努力をしている。人は自分

の境涯を嘆きながらも、強く生きたいと思っている。すべての人たちは、愛情を求め、愛情を与え、助け合おうとしている。しかし、そのような中で壁にぶつかりもがき、苦しみ、愛し、喜び悲しみ、疲れていく。私自身もそうであった。私は、自分自身以外の大きな力を感じている。

+++++++ 引用ここまで ++++++

（強い意志の力、著者が言うところの人間の力を越えた別の力が働いたことだと思いますが、それにしても、人の何倍もの重荷に耐え、希望を失うことなく、未来の幸せな家族像を信じて、実践された信念の力に脱帽です・・・）。他にも何冊か本を書いておられるようでしたので、読んでみたいと思いました。



平成22年度高校生の一日看護師体験者からの感想

2010年8月9日（月）

高校生の一日体験看護師コースを千曲荘病院では実施しています。少しでも精神科の偏見が減り、同時に精神科医療に興味を持って看護師になってくれる方が増えることを願って始めたのですが、その中から嬉しい感想を頂きました。最初は、患者さんとどう接したらいいのだろうか・・・、怖いのではないかと・・・何よりも患者さんとコミュニケーション不安を抱えて、スタートした生徒たちが、最後の終わりの時には、皆さんがこの体験ができたことを嬉しく感じて、将来に生かそうと頑張っていることが分かりほっとしました。この感想は、高校生の感想でもありますが、精神科医療について偏見を持っている数多くの方が体験した場合に感じるものでもあるかと思います。今日は、精神科患者さんへの偏見が減ることを祈って、体験談の感想を紹介させていただきます。

☆看護師の皆さんは、常に忙しくて大変なのに患者さんと接する時は、笑顔でとても印象が良かったです。

☆もっと看護師について知りたいと思い、看護師になるという夢を一層実現してやるという気持ちにもなりました。

☆この体験を将来に生かせるよう精一杯頑張ります。

☆看護師と患者さんの信頼関係を見たり、看護師さんのコミュニケーションのとり方は本当に勉強になるものでした。

☆この病院で看護師体験できて本当によかったです。

☆最初は不安でしたが、開放的なこの千曲荘病院は精神科に対する「閉鎖的」という偏見を大きく覆してくれました。古い考え方を、精神障害者への誤った見方が、私も含め現代人には根づいてしまったのではないのでしょうか。今回の体験を通して、人の温かさを看護師さんたち、患者さんたちから学びました。そして、精神障害に対する誤った考え方を反省し改めたいと思います。

☆精神科ということで少し怖いイメージがあったけれど全く、そんなことはありませんでした。相手の気持ちを考え、それに適した対応することが大切なのだということが、この一日を通して思ったことです。そして人間関係を上手く築き上げることも大切だと思いました。

☆この体験をして、改めて、人のために何か役立つことをして感謝される仕事がしたいなと思いました。

この感想を読んで私たちも励まされますし、これからも頑張ろうという気力が湧いてきました。



2010年8月10日（火）

皆さん、こんばんは。今日は日曜日ということで、私の記憶ではこの開院記念式典が日曜日になることはあまりないですね。カレンダーを見ると来年は月曜日、その次は火曜日になるかと思ったら水曜日でしたね。今日は休みで病院に行かないでこちらに駆けつけていただいた方もいて、103名ということで100名を割ると寂しいと感じていたのですが、100名以上の方がお祝いに駆けつけていただいて、本当に有難いと思っております。今日はたまたま面白いカラーシャツというのを着てきました。娘が旅行に行った時に買ってきたのを思い出して、今日着ようかなと思って着てきました。たまたま、大学6年生の娘が夏休みということで、参加してくれました。小学生位までは参加していたのですが、それ以来の参加です。今日は鬱病やPTSDの提携サミットに参加して、ずっと東京のホテルの中にいたのですが、こちらに帰ってきて聞いてみたら、やはり今日も暑い日だったようですね。クーラーが壊れていて、水曜日にならないと修理されないのですが、やはり汗がだくだくと出てきます。

これは、8月1日の開院記念日の度に言っているのですが、遠藤利治がある思いを持って病院を建てました。一昨年まではこちらで挨拶をして、去年からは顔を出していないのですが...元気で、今日のことにも気にしています。精神科医療を通じて地域に貢献していこうという熱い思いでこの病院がスタートしたことは間違いありません。最初は「患者さんは一人も来ないんじゃないだろうか」と心配していたそうです。精神科の患者さん、障害者に対してのなんらかの壁や偏見は、遠藤利治も悩みながら50年やってきたと思います。提携サミットで、オーストラリアで少しでも精神疾患を理解してもらおうと先頭に立っている先生のお話をお聞きしたのですが、皆で協力して運動を続けていけば理解が深まるとおっしゃっていました。多くの国民の方に精神疾患を理解してもらおう運動をしていくこと、鬱病を乗り越えて大きな運動を行っている話も聞いて、参考になりました。この中にテーマがありまして、精神科の医者と一般の方との mismatch です。お互いの理解がうまくいかないと私たち自身や、ご家族、患者さん本人との間にズレが生じてしまう。コミュニケーションはお互いのことを理解し、お互いが協力関係を作ることがコミュニケーションの定義です。私たちのやっていることは、簡単に言うとコレを手探りで行っています。そして、一般の方々に広く精神治療を提供し、遠藤利治が最初に持った念のまま少しずつ進んでいくのかなと思います。今、患者さんの満足度調査という、退院した患者さんが入院中にどんなこと不満に思い、そして満足に思ったのかを知る調査をしています。当たり前のことなんですけど、遠藤利治が「優しく接すること」とよく言っていました。満足度調査の中に、「スタッフの方が優しく接してくれた」という言葉を見ます。また、東病棟なんかだと「明るい病院である」という言葉も良く見ますね。「スタッフの人が明るくて、環境の面では快適だった」という言葉も多く見ます。もうちょっと頑張ってくださいという意見もありますけどね。お風呂の回数を増やしてほしいといった意見が上げられますが、なかなか実行するのは難しい意見です。実際に

結構辛いクレームが来ることもあります。しかし、私たちがやっていることは、創業者が掲げた形に少しずつ向かっているのかな、と感じています。あと、上田わっしょいは本当にお疲れ様でした。詳しいお話を後ほどお聞きしたいと思います。

今年は50周年記念旅行が二年遅れて始まりました。5月スタートで私が1班で、大体10～12名ほどで韓国旅行を行っています。楽しい旅行になっているようですが、私たちも楽しかったです。韓国では、ワールドカップのように、敵意むき出しで戦うのかなという思いもあったのですが、そんな事はなく、隣国同士、同じアジア同士ということでむしろ通じあうことが多かったです。私たちをガイドしてくれたのは張さんという方だったのですが、とても良い方で、最後は別れるのが辛いと涙を流してくれました。とても心に残る最後でした。旅行の後半の方も期待してください。

最後になりますが、今52週年、次が55周年、60周年、70周年...と、なんとか100周年までは見届けたいと思っております。こんな所で、挨拶の言葉とさせていただきます。ありがとうございました。

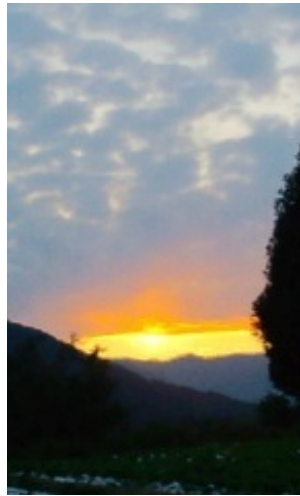
第52回開院記念日永年勤続代表挨拶

本日は第52回目の開院記念日をお迎え、本当におめでとうございませう。私達7名は10年間無事、勤めることができ、ここに表彰状と勤続賞を頂くことができました。これも、ひとえに先輩方のご指導と皆様の暖かいまでのご厚意のおかげと心よりお礼を申し上げます。これまで医療法人友愛会に勤務し、働かせていただいたことは私達の誇りです。今後も初心を忘れる事無く、さらに一生懸命頑張りたいと思ひます。医療法人友愛会千曲荘病院の益々のご発展をお祈りし、御礼の言葉とさせていただきます。平成22年8月1日 勤続者代表・●●恵子。

開院記念式典 ――― 喜多川先生挨拶 ―――

喜多川先生：こんばんは。52周年記念本当におめでとうございませう。創立された先生がまだ現役で診療していらっしゃるこれは慶事ではないかと思ひます。52年前の昭和33年、4月に読売ジャイアンツに立教大学から長嶋茂雄という選手が非常に期待されて入団しました。その翌年には王貞治選手が入団し、「ONコンビ」として十数年間プロ野球の人気を支える中心人物になりました。王と長嶋を比べると、成績では王の方が上なんですね。国民栄誉賞第1号も王貞治選手が貰っています。しかし、人気は長嶋茂雄が上を走っている。それがなぜかと思ひますが、彼はどうプレーしたらファンが喜ぶのか。オーバーアクションもそうですが、彼は常にファンの気持ちを

考えながらプレーしていた。それから、「ここ！」と、ファンが期待したときは全てといえる確率でその期待に応えてヒットを打つ。そういう選手だったから、引退して三十数年経った今でも「ミスタープロ野球」というと、長嶋茂雄。「ミスター」だけでも長嶋茂雄という風に、人々にイメージがついた。千曲荘病院も、この地域になくてもならない期待された病院になったと思います。これからも患者さんや、関係者の方々が何を期待しているのか。病院が何をすれば、患者さん、地域の方々が喜ぶのかを考えながら日々努力していけば、千曲荘病院がますます発展していけると思います。そういう風になることを期待して、お祝いの言葉とさせていただきます。



2010年8月31日（火）

今年は例年になく、猛暑で、暑い日が続いています。私もバテ気味であったのですが、実習生から、清涼飲料水のようなエネルギーをいただきました。嬉しかったので、ブログで紹介させていただきます。

この病院はゆっくりと静かに時間が流れていて（もっと精神科病院は騒がしいと思っていた）穏やかで和やかで落ち着いた雰囲気でした。一方職員の皆さんは、きびきびとして、手が空けば互いに自分他の人をフォローし、仕事中に私語をする人がひとりもおらず、とても清々しい雰囲気でした。それは社会人・職業人としての意識の高さからなのか、一人ひとりの自律性の高さを感じ、又経営参加意識（光熱費、消耗品など経費削減）も大変高いと感じました。患者さんへの対応は、押し付けがましくなく、無理強いせず、自主性を尊重しており、柔軟な対応がなされており、その理由は、職員一人ひとりが自立性が高く、義務と責任を果たしているからではないかと推察しました。実習生にとって、とても自由な雰囲気であり、これは職員の皆様に自信と責任感があるからこそできることなのだろうと思いました。最後に、実習を終え、職場に戻ってから、千曲荘病院で働いている職員の清々しさは、謙虚さだと気づきました。私は、その謙虚さを学んだように思っております。

と締められていました。嬉しい感想を頂きました。これも一重に、職員一人ひとりの活動における愛の総量が現われた結果であろうと思います。慢心することなく、謙虚に受け止め、この実習生を裏切らないためにも、更なる成長を目指したいと思います。「謙虚さ」は、『自分一人で人は生きていくことはできず、多くの人々の力を受けて生きていることを知っていること、そのことを自らに言い聞かせ、自らの慢心を防ぐことによって生まれる』のではないのでしょうか。謙虚さがあるから、感謝の気持ちが生まれてきます。感謝が生まれると謙虚さが他の人への愛の実践になって現われていく・・・この循環で、更なる高みを目指していければと思います。働ける場があり、こういった感想をいただけることはとてもありがたいことだと感謝しています。今日も、暑さに負けず、謙虚さを忘れることなく、お役に立てる一日となりますように・・・。



10月3日病院祭がもうすぐです！

2010年9月29日（水）

急に寒くなってきました。今年の暑さは格別でした。温度の急激な変化で体調変調をきたすことのないよう、十分にご配慮ください。

10月3日は必ず晴れることを信じて皆様のお越しをお待ち申し上げます。



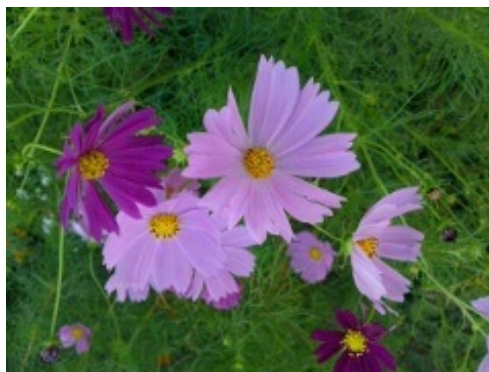
エコたわしと、手作りにおい袋です！



センターで作られた芸術作品の紹介です



病院祭がもうすぐです 1



病院祭がもうすぐです 2

第4回病院祭が無事終了しました！

2010年10月4日（月）

心配していた天気にも恵まれ、千曲荘病院の第4回病院祭が無事終了しました。回を重ねる度に、来場者の皆様や患者さん、当院の職員も、自然体で楽しんで下さっているようでした。イベント会場を回りながら、皆さんの様子を眺めているだけで、なんともいえないしみじみとした幸福感で満たされました。蓼科高校のジャズバンドは知る人ぞ知るバンドで、聴いている観客を魅了していました。CDが販売されていたので、何人もの方が購入されていました。（私も、購入しました）。秋風のそよぐ中、寒くも暑くもない、柔らかい日差しの中で、家族連れや、患者さん、地域の方々、ボランティアの方々が、病院の中ということをも多分意識していないのではないか、と思えるほど、それぞれの場所で、それぞれの時間を味わっておられました。私たち職員も、初めて病院祭をスタートした時の緊張感や、肩に力を入れてがんばっていた時と違い、何回かの経験を経て自然体で対応できるようになったような気がします。午後1時からのメインイベントの比田井和孝先生のお話は、100名以上の方々の心を掴み、私たちに大切なことを思い起こさせてくれました。私も何度か涙が出そうになりました。こんなに熱血漢の、情熱的な先生に人生のあり方を教えてもらった生徒たちはきっと幸せだろうなあと思います。私自身が教育者として最高峰と思っているのは、吉田松陰先生ですが、教育者に必要な資質は、サラリーマン化した先生ではなく、真理に対する真摯な生き方と、真理を伝えずに入られない熱い情熱、子供たちの幸せを願う心なのではないかと思いました。講演内容は、先生の講演会でお聞きしていただきたいので、書きません。『人を幸せにしたい!』この熱い思いで、北海道から九州沖縄まで、日本中を飛び回っておられます。『私が受けたココロの授業』という本は、どこの本屋さんに行っても必ずおいてありますから、お手にとって読んでみてください。元気がでます。上田の人なら是非一度は講演会に足を運んで、会場で、その感動を味わっていただけたいいなあと思います。

『第4回病院祭通信（最7号）』

『病院祭を終えて...』

病院祭が終わって数日が経ちました。まだ余韻に浸っていますが、徐々にはですがお祭りは終わってしまったんだと実感しています。当日は天候等心配もありましたが、大きな混乱や事故もなく開催できたことは、長らく準備してきた皆様のおかげだと思い大変感謝しています。大きな混乱や事故がなく、皆で力を合わせて目標に向かって病院祭を終わらせることができたことは成功と言って良いのではないのでしょうか。

また病院祭慰労会の参加のほうもありがとうございました。へトヘトな状態ではありましたが

、楽しく参加させていただき、おもてなしするのをすっかりと忘れてしまう程でした。来週14日（木）15:00～16:00には意見交換会もありますが、今後病院祭を続けていくうえでの貴重な意見の場となります。是非皆様からも意見をいただきたく思いますので遠慮なく各係りまでお伝えください。

病院祭当日は大変お疲れ様でした。そしてありがとうございました。第4回病院祭実行委員一同



第4回病院祭 1



第4回病院祭 2



第4回病院祭 3



第4回病院祭 4



第4回病院祭 5



蓼科高校ジャズバンド



第4回病院祭 6



おもてなしの心でお掃除しています

2010年10月26日（火）

知る人ぞ知る全盲のピアニスト辻井伸行さんのお母さんの本です。テレビで見て知ってはいたのですが、改めて母の大きな愛情に育まれて伸行さんの才能が開花したのだと思いました。小さな変化に気づく観察力の鋭さは、私たち医療者にとっても必要なのではないかと感じました。愛情あるところに、相手への関心が生まれ、少しの変化も見逃さない気づきの力で、新たな発見(価値ある発見)が生まれることが分かります。『私はある日気づいたのです。ひとたび泣き始めると手に負えない感の強い子供と困り果てていたその原因が、掃除機をかける音、スーパーのレジの音など様々な生活雑音なのだと。その音に耐えられない良質の耳を持っているからに違いないと。そして、時を経て、この子は特別な才能をもっているのだと思うようになりました。』この発見の根底にある愛情の力には感動しました。また『社会に適合させる為にしつけるのではなく、本人のもっている何かをのばす方向で育てていけばいいんだ、そう自分なりに覚悟ができたのです。』『子供が幼いときは、何が好きで何をやりたいか本人にも分かりません。注意深く子供を観察し、子供が興味関心を示したことをすばやく見つけ、後押ししてあげましょう。子供がすぐに飽きてしまうかもしれません。試行錯誤を重ねる事が大事なのです。そのうち【本物】に必ず出会えます。親ばかになって常に愛情を持って子供を見つめ、ほんの小さな反応や変化を見逃さないこと。そして子供が興味を持ったら、親はすぐサポートしてあげることです。』『親がネガティブな言葉を使わないことは大変重要です。自分でも意識しないうちに、できない、無理、早すぎるなどといった消極的な言葉を使いがち。子供が好んでやっていることを親が否定してしまえば、親が子供の才能の芽を摘んでしまっていることと同じです。』医療者としての行動指針として読んでも、参考になることがたくさん書かれていました。逆境は辛く苦しいものですが、同時に人を成長させ、次の扉を開き、新たなステージに人を運ぶスプリングボードの役割なのかもしれません。それにしても、どんな人間の中にもある、成長していこうとする潜在能力を引き出すことができれば、世界は個性の輝きでもっと美しく、豊かな繁栄する社会を迎えるような気がします。



比田井先生と、中村文昭氏のコラボ講演

2010年11月4日（木）

昨日千曲荘病院病院祭でお話を頂いた比田井先生と、中村文昭氏のコラボ講演を上田市民会館で聞いてきました。中村氏のCDや本を読んでいたのを知ってはいたのですが、直のお話は間接情報を遥かに超えていました。中村さんは体験談を私たちに伝えつつ、自分の考え方が変わったことにより自分の人生が変わったことを、涙あり笑いありで、切々と訴えておられました。素直な心で、人の喜ぶことをしようとそれだけを考えて生きてきたら、夢の全くなかった自分に役割が与えられたと言いました。今こうして上田市民会館で講演活動を行なっているのも、ある人との出会いから始まっていることを語られました。現在は、【クロフネ】という手作りの結婚式をプロデュースするオリジナルレストランウエディングを運営されているそうです。聞きながら、「豊かになろうと自分のための努力をしている内は豊かになれず、自分のことを忘れるくらい人の喜びのために生きようとしていると豊かさが訪れるのではないか」と感じました。『過去の苦渋や悲しみをできない理由にするのではなく、今を輝かせてくれた砥石の役割だったことを正々堂々と人様にオープンにし、これがあったから自分が成功できたと、感謝に変える』活動を、自分の人生を賭けて証明している人であることを知りました。頭だけでなく、実践を通した人の凄さがそこにはありました。また、生きる力を失っている若者に、生きる力を与えようと、北海道で『耕せニッポン!』と題し農業人材育成活動をしていることもお話されました。リストカットだらけの腕を堂々と見せ、「私はこの苦しみがあったから今の喜びがある」と自信を持って言える若者を育てたいそうです。苦しみの中を生きる若者へ、生きる力を与える中村氏の言葉は私の心に響きました。それにしても一人の愛溢れる、情熱溢れる人材が登場すると、周りの磁場を変え、人の心を再生させる力に感動しました。また私より若い中村さんですから、更に大きな仕事をされることでしょう。彼の勇気ある生き方、素直なまでに正直に人生を生きている中村さんの講演を聞こうと上田市民会館に集っている多くの人々の顔を眺めながら、上田の町の人たちは、優しい人が多いことを嬉しく思いました。



秋の空と病院のグラウンド



秋の空と病院の入り口

2010年11月12日（金）

「心療内科からの47の物語」

前書き『人生に偶然の出会いはない』から始まり、再び、あとがきで『「人生に偶然の出会いはない」出会いは広がりを見せながら深まっていきます』で閉じています。読み終わった後の、温かいぬくもりは、どこからくるのでしょうか。春の章から始まって冬の章で終るのですが、循環する四季の中に、人間の一生におけるそれぞれの場面を織り交せて、一枚の絵になったような本です。一章ずつ味わいながらゆっくりと読ませていただきました。特に冬の章は、今の心境とシンクロしたので、少し長いですが、紹介します。

+++++++ ここから引用 ++++++

四季には、それぞれの序奏がある。冬は晩秋と言う序曲によって始まる。きびしく辛い季節が訪れる。寒さが身にしみ、時には絶望と悲しみと孤独だけが一日を支配することもある。死に近づくのではなく、死が向こうから戸をたたき始めるのだ。冬が訪れる。それが老年期に始まりである。私が経験したことのない「人生の季節」である。私は老いた母と老人の患者を通してだけしか冬を感じるができない。いずれ来るだろう私の冬。そのとき、老化と闘うのをやめ、死の不安を克服することを諦めているだろう。目に見えるもののはかなさと、何かをすることの愚かさを知り尽くしているだろう。未来への夢は確実に消えうせ、きっと死と隣り合わせになって、一日だけを愛して生きているだろう。普遍的な何かに導かれ、生かされて生きてきた私をしみじみ味わっているだろう。若かった時の苦い経験や甘美な思い出は、豊かな絵となり音楽となり詩となって、なおいっそう私の中に完全な形で生き続けているだろう。多くの人たちとの出会い、それもマイナスだった出会いにもっとも感謝しているだろう。やがて生と死の間を行き来し、生と死が同じものの一方の側面であることを悟るだろう。・・・略・・・中年期は祈りの次元であった。秋の季節に内面の世界に目を向け、普遍的な世界につながっていることの喜びを知った者だけに豊かな権利が与えられる。銀世界の中の一軒の家から洩れる灯明の温もりのように、老年期には内面の世界が豊かな広がりを見せる。それは老年期だけに与えられた特権ではなかろうか。「なにかをすること」から「あること」に存在の重みに移る・・・略・・・四季はそれぞれ固有の美しさを魅力を価値を持つが、固有の悲しみと苦痛をともなうものだ。その長い試練に耐えた老人は多くの力や能力を失うにつれ、深い知恵と、沈黙の偉大さと、たえることの味わいと、日々の中に無限に拡大する内面の多様な広がりを獲得する。

+++++++ ここまで引用 ++++++

諸行無常の世界に生きている私たちですが、目で見える変化していく姿にとらわれすぎず、本質をつかんで生きていきたいものです。釈尊の説かれた「諸行無常と諸法無我」や「色即是空、空即是色」の意味が、心に沁みてきました。



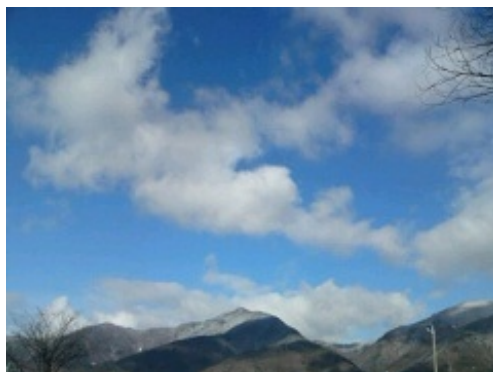
2010年12月10日（金）

1月はお葬式が多く別れの悲しみを感じた月でした。月間保団連12月号に【母を看取って】武田一士氏（歯科医）の投稿があり、心に響いた部分が多かったので、抜粋して紹介します。

「自宅にて愛する母を看取りました。享年89歳。略、今の医学は「病気」を治しているが、結果として「患者」を増やしているのかもしれませんが。病気に対する攻めの姿勢が強く、守りの姿勢には不慣れなように思います。病を見て人を見ないことが多いのか、忙しくてゆとりがないのか……。日に日に母がマイナス成長していくのが分かりました。独り歩きが、つかまり歩きになり、支え歩きになり、3歳児が2歳児になり、1歳児になり、新生児になっていくのです。体重が25キログラムを割り、自力でトイレにも行けない、入浴もできない、目の前のものが取れない……。といった状態になりました。軟食が流動食になり、水差しやスプーンで口元までもっていかねばなりません。これでいいのかと日々思いましたが、かく言う私も、昔は赤ん坊でお世話になりました。……。衰えて赤ん坊に戻っていくのは命あるもの、天地宇宙、森羅万象の法則だと思えます。生命あるものの悠久の昔から死を自然として受容し、やがて99%ではなく100%、永遠の国に旅立つのです。……。最後の息を吸い込み吐かずに息を引き取りました。赤ん坊が母の胎内で吸い込んだ空気をこの世に吐き出すときに産声を上げますが、呼気は死を、吸気は生を意味するのでしょうか。……。仏前でケアマネージャーに、赤ちゃんが生まれる時に助産婦さんがいるように、永久に旅立つ人のための【助死者】になってほしいといいました。【死の受容】を助け、家族の【死の受容】を助けるような、まだ残された家族に対するグリーンケア、人を喪った悲しみ、心痛を癒すような役割の一部をしっかりとってほしいと思えます。

すべての人が迎える死に対する教育、これができる学校がほしいですし、まさに助死者の役割を担える病院になればいいなあと思えます。老いていく両親の姿を見ているので、ここに書かれていることがリアルに分かります。どんな人も赤ちゃんの時は何一つできず、泣くことでしか表現できません。両親や祖父母など、誰かがいつもそばにいて下さり、あたたかく愛情を注いでくださったおかげで成人となったのに、忘れ去り、全部自分でやって生きてきたような錯覚に陥り慢心していた時期もあったように思います。親となり子供を育ててはじめて親の無償の愛を知り、更に年老いて、赤ちゃんを育てているお母さんの姿を眺めて、自分もまた赤ちゃんだった頃のことを思い出し、愛は円環していることに気づきます。歳をとると、人に頼らざるを得なくなり、申し訳なく思うのですが、だからこそ、今のうちにできる限りの恩返しをしておこうという気持ちになります。武田先生のお母様は、大正、昭和、平成と生き、上海、南京で住み、人として答えようのない問いにも力を尽くし、答えようとした偉大な母であったことも書かれていました。人の一生は、「世界に一つの物語り」であると思っています。私の物語りは、自分が主人公ですから、紆余曲折あれど、最後は感謝で満ちた、美しいエンディングストーリーになること

を内心願いながら、今日も新しいシナリオを演じています。



12月17日

2010年12月17日（金）

12月17日、今日は千曲荘病院の忘年会です。朝の寒さは厳しくなってきましたが、その冷たさを頬に感じつつ空を眺めると白い雪で浮き上がったアルプスが出現しているのを発見して、嬉しくなりました。外来のロビーには、職員が自主的に作成してくれたクリスマスボックスが置かれて、クリスマスの雰囲気が漂ってきます。Xmasが終ると片付けられてしまうので、病院に来られた際は、是非見てください。長期に入院されている患者さんにとって年に一度のXmasや、お正月、お盆など季節感を感じ取ってもらうことは大切なことだと思っています。そんなことを思いながら廊下を歩いていると、毎日当たり前のように職場で顔を合わす職員、毎日出会う家族、平凡な毎日の中で、一緒に時間を過ごしている人たちと共に生きていることが、実はとてつもなく恵まれているのではないかと思えてきます。平凡な毎日、平凡な人間関係の中で仕事を続けていくには、忍耐力や持久力や持続する愛の力が必要なのだとつくづく思います。今日は忘年会という節目の一日ですので、職員の皆様に感謝し、明日からの平凡な毎日の積み重ねを更に大切にしたいと思えます。



2010仕事納めの日

2010年12月29日（水）

仕事納めの最後の日、職員が帰った後の病院は静寂に包まれます。同じ眺めなのですが、上田市街地の光がいつもより静かで、輝いているような気がします。家族が集まって年末年始を迎え、団欒のひと時を過ごしておられるのでしょうか。2010年を振り返ると、様々なことがあり、一つ一つをこなすことに全力であったような気がします。ドラッカーの著書でイノベーション「体系的破棄」という言葉が出てきますが、「捨てる」ことの大切さを教えてくれます。成功体験であれば、捨てると言われても、捨て去ることは難しいものです。ところが、捨てることによって、違うものが見えてくることを知りました。先日テレビでなかなか洋服を捨てられなくて、プロに頼んで指導してもらっている映像を見ました。その結果『心が楽になった』というようなコメントがありましたが、捨てるということは執着を去ることにつながるので、一種の心地良さを運んでくるのだと思います。執着を去ることの大切さを説いたのは釈迦ですが、現代人は文明の利器に恵まれすぎていて、欲望が肥大化し、自ら執着を引き寄せ、何枚も何十枚も洋服を重ね着て、自由な動きや、軽やかさを失っているのかもしれない。我が身振り返り、執着と思えることを一つずつ消し去って、青空に羽ばたく鳥のように自由自在な心になってみたいものだと思っています。・・・と言っても、生きている以上、煩惱は尽きないわけです。せめて年末くらいは、心の雑草を取り去り、心の手入れをして、気持ちよく新年を迎えたいと思います。一年間、千曲荘病院で愛と信頼と奉仕の精神の下、働いて下さりありがとうございました。心ある愛すべき職員の皆様に恵まれて一緒に仕事ができ、大過なく過ごすことができ、今年も幸せな一年間でした。地域の方々、様々な人々の応援を得て、こうして病院が続いていくことに感謝です。よいお年をお迎えください。



2011年仕事は始めの院長あいさつ（2011. 1. 4）

2011年1月4日（火）

新年あけましておめでとうございます。昨年は、当院にとりましては大過無く着実に成長できた年となりました。特に韓国旅行は多くの方から喜びの声を頂き私としても大変嬉しく思います。50周年記念誌も当院の軌跡を綴った宝となるでしょう。ただ、日本は世界で経験していない人口減少、高齢社会への対応を迫られ、政治の混迷は続き、医療界は振り回され、経済的に厳しい状況が今年も続くことは確実でしょう。本年も国の制度変更の情報をみんなで確実につかみ、社会情勢、地域情報に敏感でなくては当院のリーディングホスピタルとしての役割は果たせません。

今年は、4月のクリニック移転、病院の改修、増築工事プランの立案などハード面の強化、発展を目指します。改修、増築ではまず管理棟の1階から3階までの増築による機能強化を図るプランを作成します。主として外来部門、3病棟、デイケアの機能強化が目的となります。併せて1、2病棟の今後の全面改修に向けたプラン作りのスタートにしたいと思います。

ソフト面では今年も人材の育成、強化を継続目標とします。看護部中心に新人、初期、中期、管理職等の教育プログラムの体系化を進めリーダーは率先垂範となり、皆さん全員が学び続ける集団になってゆきましょう。

大きく変動する時代にあっては、その変化に柔軟に対応できる組織なくして勝ち残れません。昨年明治の日本を描いた「坂の上の雲」をテレビで見ましたが、強い組織と適材適所の必要性を強く感じました。今年も適材、適所の組織作り、そして人材の登用を行っていきます。

また高齢精神障害者の治療、ケアの向上、本人、家族、ケアするスタッフの満足度を高める治療体系作りを目指します。中でも認知症患者さんの東3階病棟と東2階病棟の連携のあり方、住み分けについて研究を進めたいと思います。

まとめますと、今年の目標は3つであります。一つは人材教育、二つ目はクリニックを含めた外来部門の強化、3つ目は各部門の連携の強化です。

最後になりますが、干支のウサギに因んで真に当院が歴史的飛躍の年になることを祈念いたしまして、私からの新年のご挨拶といたします。



「人生悪くなかった」

2011年1月31日（月）

【希望の作り方】弦田有史著の中に子供がずっと引きこもり状態にあるお母さんのお話が紹介されていました。ずっと不安が続き、自分が死んだ後子供はどうなるのか心配で涙が止まらなくなる夜もあると・・・お母さんの言葉を引用します。

+++++++ ここから引用 ++++++

『ただ、あるときから私は考え方を変えたんです。最初は子供が引きこもりになって、なんて自分は不幸なんだろうと思っていました。でも、よく考えてみると、そうではないんじゃないか。子供がひきこもりになってから、お父さんもはじめて本気で家族に向かおうとしてくれるようになったと思う。それにひきこもりの親の会に入ってから、辛さを共有してくれる、同じような立場の人たちとたくさん知り合いになった。人生で一番大事な友達もできた。そうだ、自分は決して不幸ではないんだ。この先、子どもにどんなことがあっても、自分は幸せになるんだ、なれるんだ。そして人生悪くなかったと思って死んでいきたい』

+++++++ ここまで引用 ++++++

現実の状況は変わっていないのに、自分の苦しさだけにとらわれることを止めて、この苦しさの中で気づいた幸せに目を向けたことで、全く違った道を歩みだそうとされています。応援したくなりました。

もう一本紹介したいのは、2011のジャミックジャーナル2月号の記事で、年収が10分の1になって米国の大学病院から日本の大学に戻られた大木隆生氏のコメントです。

+++++++ ここから引用 ++++++

『お金は衣食住のために必要ですが、それ以上は高い車や服、豪邸などのトキメキを買うツールでしかありません。そのトキメキの極みが、人に感謝されることです。ビルゲイツをはじめ、富豪と呼ばれる人は物で得られるトキメキに飽きて必ず慈善事業に行き着く。外科医であれば、患者、特に母国の患者に喜ばれることが何よりも人生を豊かにします。略 外科学講座も求心力を失い退局者が続出していましたので、迷わず人肌脱ぎたいと思いました。仲間のいる医局を再生し、母校の発展に貢献できることは、お金で変えないトキメキだからです』とあり、さらに「・・・もし、現状に不満を感じる医師がいるとしたら、その不満をもう一度見つめなおしてください。本当に求めているものは、お金ではなくて、トキメキかもしれません」

+++++++ ここまで引用 ++++++

と締めくくられていました。お二人共に立派です。共通しているのは、自分の内に目を向け『こ

ころ』の存在を感じ取っておられることだと思えます。私もこのお二人のように、成熟した心を育てていきたいと思っています。

今年は特に寒さが厳しく感じましたが、明日からは二月になります。少しずつ、春が近づいていることをトキメキながら、生命の不思議を感じています。



2011年2月7日（月）

ベテルの家は北海道の浦河にあります。千歳空港から三時間バスに乗ってやっとたどり着くので、本当に遠いところへ来てしまったと思いました。浦河は襟裳岬に近い太平洋に面した美しいメルヘンな町です。昨年11月の寒い冬に研修の機会を頂きました。それから感動が今なお続いていてベテルに関する本を読み続けています。まだまだ深く学んでゆきたいのですが、記憶が旬なうちに残しておかないと、薄れてしまっただけが外れた話になっては申し訳ないと思い、感謝の気持ちをこめて、紹介させていただきます。

街全体が福祉の町のような感じでした。当事者研究やSST、昆布作業などを通して、一番心に残った言葉は【苦勞する権利を取り上げないで下さい】でした。私たちでも言える言葉ではありません。グループホームの壁には『病気が治りませんように・・・』という願いも書かれていました。当事者本人が苦しんでいる中であっても、研究しています。自分の人生を大切に正直に生きている姿には感動がありました。当事者研究では、自分の心の状態を、言葉で表現される力にも驚きました。三度の食事よりコミュニケーションを大切にしている、人との絆、場の力、これらを使って、一人一起業を目指しているそうです。患者さんだから・・・はないと思いました。ベテルの家の中心人物である向谷地さんの精神的タフさはただのものではなく、卓越したユーモアのセンスは、場の緊張感を一瞬にしてほぐれてしまうほどの力を持っていました。説明の中で、あの有名な「奇跡のリンゴ」の著者である木村さんをベテルに呼んで講演会をしてもらった話がありました。「雑草の中に植えられたりんごの木の前で、『私は育てない。手助けするだけ』と柔和な表情で語る木村さんの一言は『べてるの家の非援助論・・・助けないという助け方』が、当事者研究に似ていると・・・非援助論の考え方が、この奇跡のリンゴと共通しているというわけです。ベテルには「自分の荷物を自分で持つ」というテーマがあります。本来持っている人間の力を引き出す、これは子育てでも使えますし、部下の育成でも使える観点だと思います。様々な学びをいただいたベテルの研修会は、私の人生においても大きな影響を与えてくれました。更に、カフェぶらぶらで購入した『べてるの家の恋愛大研究』の中で書かれていた『自分との付き合い方、パートナーとの付き合い方の研究』の研究成果は、人間関係を円滑にするエキスのようにも思えたので、ここで紹介させていただきます。

+++++++ ここから引用 ++++++

- ①ミラー効果：鏡のように自分に不満があると相手にも不満を持ったり自分を許せなくなり、自分に完璧を求めていると相手にも完璧を求めてしまう。自分にもOKが出せると相手にもOKだと思えるようになる。
- ②仮面効果：自分が本当に言いたいことを隠して、上っ面の仮面をつけて話していると、一時的には安心するが、心が通じなくなったり疲れやすくなるのですぐダウンする。仮面を外すと心が触れ合って良くなる。
- ③積極的諦め効果：相手のことを責めずに放っておくと、お互いの弱さを無理に直し

たり話さずにすみ、無理に問題点について考えることを一時保留して先送りできるようになる。自分たちの認知の仕方には癖や特徴があることが分かったので、自分の弱さを受け入れ向き合っていくことで、相手とも向き合えるようになったことに気づいた。早寝早起き・食事に気をつけて身体を活性化したり、自分をコツコツほめることを積み重ね、小さな幸せに気づけるようになり、普段の会話やミーティングを大事にして人間関係や社会活動に参加していくことなどが大事だと気づきました。何でも自分ひとりでやれると思ひ込み、仲間に感謝することを忘れると失敗します。 p172

+++++++ ここまで引用 ++++++

どうでしょうか？病気を通じて、これだけのことを発見された当人にエールを送りたくなりました。小さな幸せに気づくことや、自然体に任せるとマイナス思考になりやすい現代人に、大切なことを教えてくださっています。私も小さな幸せを発見し続けられる自分でありたいと願いました。



ペテルの家 1



ペテルの家 2



華麗に舞うカレー



浦賀の穏やかな海

対面式（2011. 4. 1）院長挨拶

2011年4月4日（月）

3月11日の東日本大震災で、復興に向けて日本の底力が試されています。当院でもこころのケア・千曲荘病院チームが安藤医局長をリーダーとして宮城県に支援に行く予定です。

さて本日の対面式は、新人が6名と少数精鋭ですが、4月、5月入職内定者の数名います。皆さんには、当院の目指す医療を担える人財になって欲しいと思います。当院の目指す医療とは、第一にメンタルヘルス全般に及ぶ高い水準の医療の提供です。そのためには知識や専門技術が必要ですので、自ら勉強に励むと共に、先輩からのアドバイスや技術をしっかりと学んでください。2番目は、地域全体に精神科疾患、精神障がいに対する理解を深める啓発活動を推進しています。啓発活動とは分かりにくいと思いますが、頭から精神障害は怖い、近寄りたくないといった偏った見かた、偏見を減らす活動です。

そして障害者も現在はそうで無い人も共に地域で安心して暮らせる街創りを目指しています。

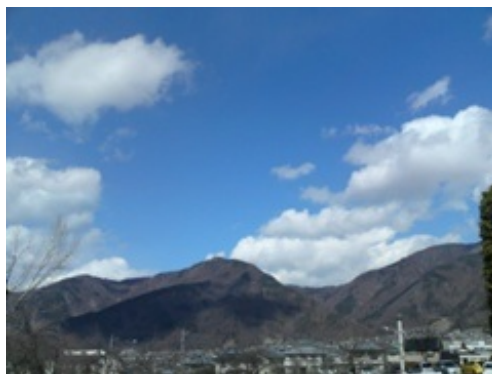
これらの2つの目標を達成するために、一番簡単で威力を発揮するのが、「明るい挨拶と笑顔」です。今日元気な挨拶ができたでしょうか？笑顔で皆様とお話できたでしょうか？この二つが当院のスタッフとして認められるための登竜門であり「いろはのい」です。気づいたら、明るい挨拶を自分から率先してください。その相手とはスタッフは勿論、患者さん、御家族、当院への訪問者みんなが対象になります。

笑顔と明るい挨拶で患者さん、御家族との信頼関係を作りながら、同時に、さまざまな職種とチームで医療サービスを行っています。チーム医療とは、自分の部門だけでなく、他部門とも協力し合ってより良いサービスを患者さんに提供することです。コミュニケーション力は、とても大事です。言わなくても分かってくれるだろうとは思わない事です。分からないことは先輩に率直に聞いてください。「自分ではこう解釈したけれど、これで良いですか？」と上司に確認してください。そうやって上司や仲間との双方向のコミュニケーションを行ってズレを無くす努力をしてみてください。コミュニケーションとは相手の気持ち、考え方を理解し、相手と調和し、連携できる力を指します。これは職場で訓練を受けると、日常生活、家庭生活の中でもレベルアップが期待されます。併せて自らの健康を保つように気をつけてください。体調が悪いと、良いコミュニケーションがなかなか出来ないものです。また、患者さんの気持ちや仲間の気持ちが分かるという共感する力を育てましょう。

今回はコミュニケーションの大切さについて話しましたが、その他、当院には、時間を正確に守る、約束をきちんと果たすなどの伝統があります。

最後に、当院では障害者の希望する文化活動、雇用創出にも力を入れています。今日新規オープンするサテライトクリニックには喫茶店を併設し、障害者中心に働いていただく予定です。秋の病院祭では障害者の方の音楽、絵画、詩集などの芸術も発表、展示を考えています。

これらの良き伝統を私たちも新人職員も引き継ぎながら、新旧のスタッフの力を合わせて、当院の理念、目標を達成していきたいと思えます。



新しく移転したメンタルクリニックの様子

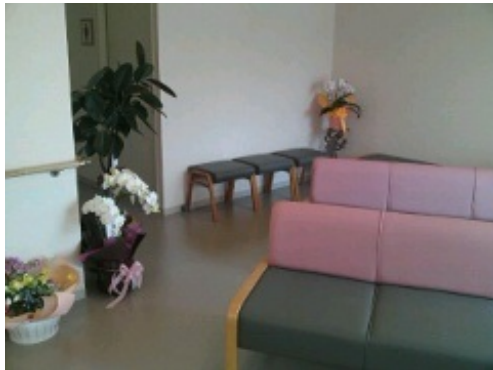
2011年4月4日（月）

4/1より、上田駅温泉口の近くにあったメンタルクリニック上田が、移転しました。新しい場所で、広くなりました。どんな様子か、興味ある方もおられると思いますので、写真を撮ってきました。

職員一同、気持ち新たに出発しています。

初心に戻り、スタート地点に立ったつもりで、今日より明日、明日より明後日を目指して、職員一同で頑張ります。よろしくお願いいたします。

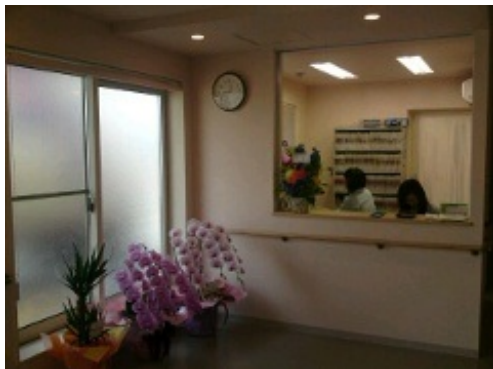
なお、喫茶店はただ今オープンに向けて準備中です。皆さんに愛されて、ココロから友と語り合える場になればいいなあと思っております。



待合室



診察室



受付



相談室



喫茶店



お祝いのお花です！

千曲荘病院の桜が満開です！

2011年4月19日（火）

また桜の季節となりました。千曲荘病院の桜が散り始めたところもありますが、今が最高の見ごろです。毎年この季節は、新しい始まりの時だと思い、再び一年が与えられたことを再確認し、感謝でスタートします。

今年のはじめて高遠の桜を見ました。どこの桜よりも赤い色が強いのが特徴でした。日本のお城には桜の木々が多く植えられていて、私たちを楽しませてくれます。千曲荘病院に、もっと桜の花を植えて、地域の隠れた名所になったら嬉しいなあと思いました。



千曲荘グラウンドの桜1



千曲荘グラウンドの桜2



千曲荘病院の玄関の桜



高藤の桜



千曲荘グラウンドの桜3



千曲荘の桜

5月の病院の花

2011年5月14日（土）

5月の風が心地良く流れています。青空の下で、職員の緑化委員の方々によって植えられた花々が美しく咲き出しました。花の美しさを愛でる時間は、「幸せなひととき」です。

特に植物は、永遠の時の流れの中の微かな一瞬にかけて、自分の最高の美しさを表現しようと、けなげに咲いているようにも思えて、たんぽぽのタンポポや、野草にも心打たれる時があります。そんなことを考えると、人間は動植物より長寿ですが、同じく「はかない存在」のようにも思えてきます。けれど、違うところは、過去の人類の歴史に学び、叡智を土台として、更に進化してゆけることでしょう。東北大震災で、多くの尊い命が奪われました。突然のことに、戸惑い、もっと生きたかったであろう人々のためにも、残された私たちが、更に素晴らしい日本築くべく新生していくことだと思えます。決して悲観論や、厭世主義に流されることなく、未来の日本人がこの時代を振り返り「私たちもこの時代に生きてみたかった」と言われるような、希望の時代を創り上げてゆきたいと願っています。

毎年藤棚の側を通る時、漂ってくるこの懐かしい、何ともいえない、凜とした香りが好きです。

皆様はどんな香りが好きですか？香りは、はるか彼方の過去の記憶に繋がっていると聞いたことがあります。香りを楽しみながら、はるか彼方の時代にどんなロマンがあったのだろうと、想像しているだけで、心は時間を越えて自由に解き放たれる気がします。

花の香りを楽しむ時間や、アロマで癒される時間を取るのも、ストレス社会には必要かもしれません。



たんぽぽ



やまぶき

2011年5月28日（土）

腰塚勇人さんの講演会の録画ビデオを拝見いたしました。その後インターネットで動画があったので見ていたら、純粋なまでにひたむきな生き方に涙が流れて止まりませんでした。彼のプロフィールは、【1965年神奈川県生まれで、元・体育教師・養護教員。スキーでの大事故をきっかけに、全身マヒの体に。その後、懸命のリハビリにより社会復帰できるまでに回復し、事故をきっかけに人生も人生観も大きく変化。2010年3月 教職を辞し、現在は「命の授業」の講演を通して命の大切さを訴えている。

2002年3月、スキー事故で首の骨を折り、一瞬にして首から下が全く動かない状態に。この事故が私の人生を大きく変えたのです・・・】

とありました。録画の中で、佐久病院の名が出てきて、長野県の車山の名前が出てきて、長野県にも縁のある方だなあと思いました。見るからに腰塚勇人さんは、この奇跡の体験の前は「熱血教師」として情熱的に活躍されておられたらうなあ・・・と想像することができましたが、言葉の一言一言が、言葉を発する時の一瞬の時間に顕れるなんともいえない優しい表情が、包み込むような表現力が、どれだけ内面的な変化をされたか充分推測できました。素晴らしいお話でした。彼の苦しみを救った中に、病院のお医者さんや看護師さん、PTの存在など、病院スタッフの方々がいました。素直な心で、彼らに助けを求め、心を開いて、自分の中に眠っていた使命を目覚めさせていった尊い時間を感じました。インターネットで動画を見ることが出来ますから、「生きることに疲れている」人がいたら、開いて見てください！感動します。

「腰塚さんの五つの誓い」は、私たち医療人としての誓いとしたいくらいだ

と思いました。紹介いたします。

+++++++ ここから引用+++++++

- ①【手足】は・・・人を助けるために使おう・・・
- ②【口】は・・・人を励ます言葉や、感謝の言葉を言うために使おう・・・
- ③【目】は・・・人のよいところを見るために使おう・・・
- ④【耳】は・・・人の言葉を最後まで聞いてあげるために使おう・・・
- ⑤【心】は・・・人の痛みがわかるために使おう・・・

+++++++ ここまで引用+++++++



恵みの梅雨

2011年6月7日（火）

夜、ツタヤへ本を買いに出かけると通り道で、例年の如く蛙の大合唱が響いてきました。5月末から6月初旬にこの道を夜歩くと、昨年と同じように、蛙の大合唱が聴けるので、心なしか楽しみにしている自分がいます。ある時は、「あんまり頑張ってるので、疲れなかな」と思ったり、「田んぼに水が並々と張られて、よっぽど嬉しいのかな」と思ったり、自分の心の状態に合わせて感じ方が違うのですが、そのあと、心に浮かんでくるのは「命の不思議」です。この声を聞くと、今年も田植えが終ったことを知り、小さな苗がだんだんと成長し、暑い夏には深い緑の田んぼになって、秋には、黄金の実りがたわわに垂れ下がっている状態をイメージします。農耕民族である日本人にとっては、なじみの深い田植えの景色なのですが、私はこの時期、小さな、幼い苗が、田んぼの並々とした水面からやっと顔を出しているのを眺めるのが大好きです。特に思い出すのは、新潟の穀倉地帯の田んぼの景色です。植えられたばかりの苗が、「今年もがんばります」という感じで、ゆらゆら風に揺れながら、赤ちゃんの巻毛の先がチョココンと水面から出ているように見えるので、なんとも幸せな気持ちになります。この景色を眺めていたのが、子育ての時期と重なっていたせいかもしれませんが、私の心に焼きついていて、「新しい出発」「新しい実り」という未来への期待感が生まれてきます。ということで、今年の田植えの後の写真を紹介いたします。

青い空、風と水と苗、この景色も、愛情込めてお米作りをされている農家の人たちの愛情なくして見ることはできません。それも今回限りではなくて、毎年毎年とお米作りに愛情を注いでいるから、楽しめる風景であるわけです。風が吹きぬけていかないと風でなくなるように、愛も持続を伴わなければ愛でなくなる・・・そんなことを思いました。



脱皮できない蛇は死ぬ

2011年6月16日（木）

この言葉の意味は深いなあと、時々思うことがあります。医療タイムズ6/10にA病院が組織再編をした記事が載っていました。法人事務局を発展的に解消し、大きくなった組織の独自性と機動性を高めることが狙いだそうです。まさに大きく成長するために脱皮する状態に見えます。脱皮する時は苦しみが伴いますし、脱皮している間に他の動物に襲われて死ぬ危険もあります。それでも脱皮し続けなければ生きていけないことを自然界は教えてくれますし、人間の成長にとっても同じことがいえると思うのです。これをイノベーションというわけですが、『脱皮できない蛇は死ぬ』とは、諸行無常と同義のようにも思えます。長野県を代表するA病院が、更に大きく成長するための変革を勇気を持って行っていることは、かなり大変なことだと想像しますが、病院の職員の方々や、地域の方々にとっては最終的には恩恵を受けられることになるのかと思います。トップの決断力は、どれだけ大変か・・・そんなことを感じて読んでいました。千曲荘病院でも病棟再編や、ニュークックチルを導入、院内ランを入れた時など、小さなイノベーションを越えてきましたが、新しいことを始める場合は古いやり方を捨てていくので、痛み(苦しみ)を伴うことも経験しました。けれど時代と共に、発展を続けるためには、どこかで脱皮が必要で、規模相応に考え方を変えていくことの重要性を学びました。当院も60人くらいの時は家族的雰囲気は漂っていて、どことなく暖かく、意志の疎通も速やかでした。職員が200人を過ぎたあたりから、情報伝達が隅々まで正確に流れることが難しいことに気づきました。また、外来・入院の延べ患者数が多くなると、公的な度合いが大きくなり、影響力も増してゆきます。それは多くの人々に対する責任を負うことでもあり、覚悟しております。

先日、松本にいく機会があり、ついでにA病院の周りを歩き、地域を密着した活動を肌で感じてきました。A病院の玄関には「365日24時間」という社会的責任を負う意志のあることを伝えるかのような大きな看板が掛かっていて、トップの気概が伝わってきました。年を重ねてくると楽をしたい気持ちが先にたち、いつまでもこのままでいたいと思うわけですが、それは淘汰されていく側に回ってしまうことを知っています。現状維持となって安住しないように、自分に言い聞かせています。経営環境が早いスピードで変化しているのに、医療提供サイドが十年一日の如く、何も変わらず同じ方法でやっているわけにはいきません。ここは、諸行無常を受け入れて、古いものは捨て去り、新しいものを取り入れイノベーションし続けることしかありません。もしかすると、変化するこの世というのは、人間が倦むことがないよう、人間を成長させる揺籃かもしれません。

A病院の庭に咲いているバラの花が美しかったので、下記に紹介します。



「アブクマの会」のご紹介:小諸高原美術館へどうぞ! 7/3~7/17

2011年6月27日(月)

「アブクマの会」のご紹介(藺田医師より)

この度、福島県より避難している最中に、たまたま訪れた小諸高原美術館のご配慮により、【アブクマの会】の展示が7月3日より2週間可能となったことを感謝しております。私は福島県のいわき市で開業医をしていますが、3月11日の大地震と原発問題により長野県にやってきました。今は、仕事上、いわき市と長野県の半分半分ですが、家族は、こちら長野県に在住しています。10年位前より、何となく絵を描くようになり、以来毎年地元の医師会、チャールズ会などに、拙作を展示していました。去年は、双葉郡川内村の「人の駅」(今はムラ全体が避難している)にて個展を開き、又昨年末には、意を同じくする人たちといわき「静香の会」を開催しました。今は、福島県内において、芸術的意味合いのある展示をすることは不可能な状況です。

福島県の「アブクマ」は、地域の名称であり、アイヌ語で女性がゆったりと横たわる姿を意味するのですが、全体的で見れば東側にあり、端は太平洋に面し、いわき市よりのところに原子力発電所があり、地震と津波により甚大なる被害を受けた場所です。「アブクマ」山域の川内村で、詩作活動をしていた、いわき市出身の草野心平氏が、「信濃」地方の学校の校歌を多数創られたのも何かの縁とっております。

今回の展示品は、油絵と書道と木工です。大体は抽象的表現の色合いが強いのので、分かりづらいと思いますが、興味ある方が是非とも観賞されることを切に望んでおります。

以下に作家の方の簡単な紹介です。

■ 藺田 巖 (今千曲荘病院で内科医としてパートで勤務してくださっております)

いわき市出身、油絵、「鳥海山」変形80号、「浄連の滝」変形80号、「古代」変形80号、「糸車」50号、「カダンマスター」60号、「春のリズム」60号「夏のリズム」60号、「御齊所街道」60号、「シンメトリー」30号、「テンランカイの絵」25号、「浄土庭園」25号、「雑木林」20号

■ 鈴木恵子 油絵

■ 古田佐恵子 油絵

■ 豊田雲圭 油絵

■ 佐藤守昭 陶芸

■ 川島大佳 書道

■ 齊藤昭蔵 木工、絵の額装



エコ緑のカーテン

2011年7月12日（火）

病院の花係の情熱的な活動によって、陽射しの強い場所が緑のゴーヤカーテンで、涼しさを運び始めそうです！

汗だくの作業に熱中症で倒れる方が出ないように、心配しながらその成長を眺めています。

植物の持つエネルギーは格別で、病院が緑に覆われたら、病室内は森林浴になってきっと患者さんも喜ぶだろうなあ・・・と今から楽しみです。

暑い夏になりそうですが、何とかこの夏を越えて更に力強く成長できる私たちでありたいものです。



グリーンカーテン成長中



エコ緑のカーテン 1



エコ緑のカーテン 2



エコ緑のカーテン 3

未来都市

2011年7月12日（火）

日曜日は大阪のコスモタワーの展望台に登りました。ガラス張りの最上階から見える景色はまるで未来都市を眺めているようでした。ガラスの窓から体を乗り出すと空に舞い降りることができそうな感覚もあるのですが、やはり最初は少し怖い気が致しました。そばにATCという貿易センターがあるのですが、東京でいうとビッグサイトに当たるのかもしれませんが。巨大な建物で、内部構造も見たことがない設計で、カラフルに色分けされていました。大阪人の心意気のようなものを感じました。海に面した、埋立地に建築されているわけですが、こういった施設が建設されるのも、日本に経済力があるからなのだろう…と思いつつも、このまま日本政府のダッチロールが続くと、日本経済はどうなるのだろうと、360度眼下に広がる美しい景色を眺めながら、日本の未来を思いました。



コスモタワーからの景色



コスモタワーからの景色



管理棟から見える上田市街地



夏の太郎山と上田市街地

緑のカーテンから生まれたゴーヤです

2011年8月18日（木）

今年の暑さは普通ではありません！緑のカーテンを作るために、毎日水やりを欠かすことなく、職員の皆様や、患者さんが手伝ってくださったお蔭で、立派なゴーヤができました。天ぷらで食べたのも美味しかったです、梅ミソとあえて食べた一品もおつまみものでした。写真で紹介します。



2011年8月24日（水）

千曲荘病院も53周年を迎えました。53年という歴史は長いようにも、短いようにも感じます。皆さんはどう感じますか？

3年前に迎えた50周年を折り返し地点と考え、私自身もなんとか100周年を見届けられれば、嬉しいなあと思っています。先日、非常勤で来て頂いている、元鹿教湯病院の理事長だった藤田先生に『老化』、年を取るということについて、お話を聞かせていただきました。老化とは何なのか、どう付き合っていけばいいのかというのを教えていただきました。人間は普通に健康ならば120歳くらいまで生きられるのではないかという説があります。病院は間違いなく、紆余曲折はあると思いますが、これからも持続していくと信じています。ただ、どんな山や谷があるかはわかりません。私たちがどんな病院作りをしていきたいか。私達一人一人が心に留めて、一つの方向に向けて取り組んでいくことが大事だと感じています。

今日は、8月1日にはあまり暑くありませんでしたね。例年はネクタイをするのも辛いと感じるような暑い日になっていたように覚えています。やはり地球に異変が起こっているのでしょうか？しかし、遠藤利治の思いも宿っている医療法人友愛会の思いは熱いままで続いていくと信じています。8月1日は皆でその思いを確かめあう日になると良いと

思います。おそらく、遠藤利治が最初に掲げた思いというのも、振り返ってみると、新潟大学で精神医学を学んでいた頃から、自ら新しい病院を作り患者さんが少しでも良くなっていく、そういう医療施設を作りたいという思いだと思います。当時もそうですが、精神疾患はなかなか認められない、病気になったとも言い辛い、ましてや、入院するとは言えない、入院しても、「内緒にしてください」と言う方もいらっしやっした。せめて、少しでも早く来ていただけるようにしたい。そして、千曲荘病院に掛かって「少しでも良くなった」と言っていただけにならないといけない。そうでないと、次のステップにつながらない。精神医療にとっては、尚更それが言えるんですよね。多分、このステップの積み重ねなんだと思います。患者さんに「千曲荘病院に来て良かった」と思ってもらえるような治療をする事が、この病院の目的だと思っています。薬も、良い作用もあるけど、悪い効果もある。本当にその方にとって良い物なのか、悪い物であれば、適切に変えて対応していく。私達も時には辛いことを経験しますが、常に前向きに考えることが重要です。これは、藤田先生にお話をお聞きした時に改めて思いました。

話は変わりますが、なでしこジャパンの優勝と同じくらい、千曲荘病院にとって嬉しいお知らせがありましたので、発表させていただきます。先日の『上田わっしょい』へ湯田委員長を始め59名が参加してくれました。お疲れ様でした。今年は、正調踊り部門でわっしょい賞を頂いた

そうです。ありがとうございました。湯田君は本当にお祭りが大好きで、そして千曲荘病院の理念を持っていると前理事長先生から言われています。湯田君が頑張ってくれて、踊りのビデオを見せてもらうのを私たちも楽しみにしています。今日は湯田君に頼んで賞状を持ってきてもらいました。皆さんも是非見せてもらってください。本当におめでとうございました。改めて、お祝いと感謝を述べたいと思います。



映画『神様のカルテ』

2011年8月29日（月）

公開された「神様のカルテ」見てきました。本で読んだときより感動したのは、映画に流れるテーマ曲が『辻井伸行』さんによるものだったせいなのか、それとも信州の松本が舞台で、慣れ親しんでいる景色を映像として見て、親近感を感じたからなのか、よく分かりませんが、見終わった後、同じく医療現場にいるものとして感じるものがありました。人がこの世に生まれてくるとき、見守られ、多くの人に祝福されて生まれてくることが多いと思いますが、一方、この世を去るときには、一人暮らしであったり、療養生活をしていたりすると、なかなか家族に見守られて送られるという光景は少なくなってしまう気がします。オギャーと生まれてより後、人はそれぞれ固有の様々な経験を経て、喜怒哀楽を味わいます。失敗や挫折で悩み苦しみ、成功で喜び、人の優しさに感動し、未知なる出会いにトキメキます。出会いの喜びと別れの悲しさを味わい、悩みや苦しみに魂を鍛えられ、年老いて去っていきます。櫻井翔演じる『医師栗原一止』が、末期がん患者さんの最期を送り、御嶽荘の玄関先に座り泣いているシーンは、医師として多くの患者さんを見送っている人に特有の深い悲しみ、無力感でもあり、同時に、末期がんの患者さんから頂いた手紙に込められた感謝の思いに、報われた思いと安堵感による涙だったのかもしいないと思いました。

医療がどんなに頑張っても、生老病死というこの法則の元に、死と対決することはできません。できることは、生命がある限り、その生命が最期まで光を失うことなく小さな光でも輝いていられるようにすることが、医療者がとるべき立場なのかもしれません。この映画には消化器系の患者さんが出てきますが、当院のように精神科における認知症病棟に入院している患者さんの苦しみとは違うように思います。認知症の患者さんは、自分の年齢が分からなくなります。今日何日か分からなくなります。毎日家族が会いに行ったとしても、来たことを忘れていきます。家族は、以前の姿を知っているので、そのギャップに苦しみ悲しみます。コミュニケーションがスムーズにできることは、認知症の家族をもって初めて、幸せなことだったと気づきます。家族は、老いの意味を知ります。家族は悲しむのですが、患者さんにとっては、自分の役割がなくなり、仕事がなくなり、自分の存在意義が不明確になった悲しみを「忘れる」ということで自己防衛しているのかも知れません。それでも、家族は一緒に共に過ごした記憶の引き出しから、共感できる時間を作り出そうと努力します。わずかな時間に、甦った記憶を元に会話を楽しみ、一緒に過ごした時間に感謝をします。患者さんと関わる看護師の対応は、患者さんの心の安定にどれだけ影響を与えることでしょうか。緩やかに流れる最期の時間が少しでも穏やかであるように、祈りにも似た気持ちで接しています。

医師夏川草介さんの小説ですが、患者さんにとっての幸せって何だろうと考えるきっかけを与えてくれた映画でした。時間があったら、是非見に行ってください。ちなみに、夏川草介という

名前はどっかで聞いたことがあるなあ…とっていたら、某総合病院の院長先生のお名前から取ったと知りました。縁のある映画を見させていただきました。



ひだクリニックキャラバン隊

2011年8月30日（火）

ひだクリニックよりキャラバン隊が到着しました。12:30から当院の大会議室で講演と心理教育をしていただきました。

当院の職員の皆様の真剣なまなざしで、会場はいつになく盛り上がりました。

何よりこの写真にあるキャラバン隊が全国を走り回って活動を展開していることに脱帽です。

精神科への偏見が減ってゆくことでしょうか。勇気ある活動を応援したいと思います。

病気であっても、社会と関わって生きゆくことは、何と素晴らしいことでしょうか！

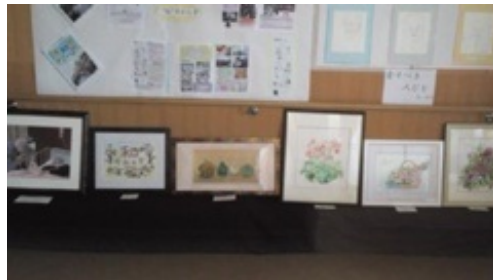


病院祭近づく！

2011年9月29日（木）

病院祭まで後2日となりました。職員一同、心から皆様のご来場をお待ち申し上げます。今回は様々な催し物が開催されていて、多くの方々に楽しんでいただけるような趣向を凝らしています。

晴れることを願っておりますが、雨天でもやっていますので、お越してください。廊下もピカピカになりましたし、玄関には豪華な胡蝶蘭の花も飾られました。どうぞ、遠慮なくお越してください！



第5回病院祭大成功！

2011年10月2日（日）

2011年10月2日、雨が予想されていたことが嘘のように、秋晴れの空の下、第5回病院祭が開催されました。会場には1500名を越えた方々が病院祭を愉しんでおられました。笑顔が溢れて、嬉しい盛り上がりでした！私たちはおもてなしの心でお迎えする喜びを頂きましたが、来場者の皆様からは、心のこもったおもてなしを頂いたと、何人もの方々からお礼を言われました。知人から、「駐車場係りの方々から、入車と退車の際、『ありがとうございます』と心のこもった、丁寧な挨拶を受けて、嬉しかった」と言われました。招待客からは、『お招きいただきありがとうございます』とお世辞とは思えない言葉も頂きました。小さな子供たちのかわいらしい踊りや、新老人の会のお年を感じない、サングラス姿、皮ジャンでばっちり決まったロックンロールはしびれました。手作りのしょうゆ饅頭、たこやき、豚汁、クッキーに、パン、・・・のど自慢に、千曲荘病院の医師による講演会は、入りきらないほど来場客あり、どこに行っても、おいしい食べ物あり、新鮮な野菜あり、お菓子あり、バザーありと、どの場所を眺めてみてもみんな活気がありました。職員の皆様は、本当にご苦労さまでした。当院の職員の対応に多くの来場者の方々が、感動されていました。委員長の謙虚さもよかったです。何よりも当院の素晴らしさはチームワークにあると思えました。用意も素晴らしいですが、片付けも協力し合って、さーっと終わります。毎年、毎年、地域の方々の楽しみの行事には必ず入っている病院祭に成長していくことでしょう。上田市民の楽しみの場になり、精神科病院への偏見が減ることが私たちの夢です！一年ごとに更によくなる、病院祭でありますように！ごくろうさまでした！そしてありがとうございました。ご協力いただきましたすべての皆様へ、感謝もうしあげます！





落ち葉

2011年11月10日（木）

秋の気配がするこの頃です。病院のプラタナスの葉も落ちてきました。ポプラの茂っていた緑の葉も、茶色に退色し、落ち始めました。落ち葉が道に積み重なるので、お掃除は大変ですが、その景色を眺めて、いよいよ冬が近づくことを知ります。今年の気候は異常で、作業療法を担当している方が、「土の下にある、ジャガイモなどは大きく育ったけれど、今年は天候が暑くて、寒くて、梅やプルーンがいつもの何分の一も収穫できない」と言っておられました。ジャガイモやチューリップの球根を眺めていると「植物は人に言われなくても永續性を保つために自己資本を蓄えて、次の開花に備えていること」の不思議を感じます。人間に何かを教えてくれている気がします。



2011年12月14日（水）

早いものでもう12月の半ばになりました。師走の忙しさも加わり、11月最後の週から12月の第一週は精神的にしんどい一週間でした。苦しいときや何か変化があるときは、いつも思うのですが、「今何を学べと天は教えて下さっているのか」と自分に問いかけ、自分なりの教訓をつかむようにしています。そうすれば、次回に生かすことができますし、失敗を未然に防げるようになると思うからです。病院を運営するということは、患者さんや、職員、地域の方々への責任が生じているので、思いつきで経営できるような甘さはありません。創立者の遠藤利治が、【経営者はどこに逃げても、その責任から逃れられることはできない。逃げずに、苦しんで、答えを出し続けることだ】と言った言葉の意味の重さが、分かるような気がしますが、同時に意識を切り替える大切さも感じます。時折、映画を見たり、本を読んだり、歌を歌ったり、移り変わる景色を眺めたり、旅行をして場所を変え、意識を切り替えるようにしてます。同じ状況の中にあっても、意識を切り替えることができると、何とか切り抜けていけることも体験から学びました。今の時代のように、不況で不景気が続いていると、経営者の方々は、その大きさにかかわりなく、責任の重さに耐え、変化する環境に対応すべく、日々考え、飯の種が尽きないように必死に努力されていることと思います。

ある知人から、夜空の星を眺めていると、「小さな地球の、小さな日本の、小さな町に生きている自分を知り、大きな問題と見えて、悩んでいたことが、ちっぽけなことに見えてくる」というお話を聞きました。私も、時々夜空を眺めますが、夜空に光る星を眺めていると、現実の問題から少し離れ始めるので、近視眼的な囚われた心が解放されるような気がしています。

せっかくいただいた命ですから、漫然と過ごすのではなくて、小さな発見や感動を大切にしていって、心を柔軟に保ちたいと思って、眺めていると、小さな花や、小さな虫、雲の動きや、鳥のさえずり、...今まで気づかずに通り過ぎていた景色が、優しい感動を伴って目に映ってきます。

職員が飾ってくれる花に癒されましたので、写真をつけました。





2011年仕事収め

2011年12月30日（金）

2011年今年は、さまざまな経験を積み、学びを得ました。課題に取り組んでいるときは、必死なのですが、振り返ってみると、苦しいながらも何と充実した日々であったかと思えます。年を重ねる度に、昔の記憶が薄れていきますが、エキスだけは残っているようです。来年は一体どんな年になるのでしょうか？日野原先生は今年100歳で、来年は上田市に来て下さると約束されています。普通では考えられない行動力と信念の力に、希望の光を見ます。日野原先生から見ると、私はまだ半分ちょっとで、可能性に満ちているわけですから、やれることを、できることを一つずつ増やし、それをみんなの喜びにつなげていきたいと思っています。2012年を日本人にとっても、千曲荘病院にとっても、飛躍の年となりますことを祈念して今年のブログを終えたいと思います。



2012年1月6日（金）

院長挨拶

皆さん、今年も1年お疲れ様でした。

来年は、診療報酬と介護報酬の改定が一緒に行われますが、必ずしも良い改定にはなりにくいという情報が流れています。私たちも、研究をして患者さんが満足する医療を目指しつつ、情報を集めながら次の改定に備えていきたいと思えます。今までは連携というと、病院同士、診療の連携が主でした。これからは福祉、介護を含めた地域の中での連携がキーワードになるでしょう。精神科療養としては、ここ数年、当院が頑張ってきた認知症の連携、特に合併症になった患者さんが出た時、地域の他医療機関との連携が重要になってくることでしょう。今日、私達がこうやって忘年会を行えるのも、夜勤や当直をして病院を守ってくれている仲間がいるからです。地域で24時間、365日、なんらかの形で医療機関が動いています。そこには当然、救急も含まれています。これは、私たちの法人も当てはまると思えます。東棟を建築した時に、個室を多く作ったつもりでしたが、まだ足りないという意見が多いので、新しい棟を作るときには個室をもっと多く作りたと思います。皆さんの知恵をお借りしたいと思っています。管理職レポートでも、意見を募集しています。一般の職員の方も参加していただけると嬉しいです。常勤医師の不足に関しても、新しい棟が完成しても医師がいないということにならないように私が中心となって、努力していきたいと思えます。

今年1年間、皆さんには頑張ってくださいましたので、今日はたくさん飲んで、食べていってください。今日は、チクマンジャーも登場するようですので、大いに盛り上がってください。今日は楽しみましょう。



2012年 院長新年のあいさつ

2012年1月17日（火）

あけましておめでとうございます。昨年は、3.11東日本大震災など世相は暗く悲観的な年でしたが、当院は比較的穏やかな中で診療が出来ました。昨年は、医療の質の向上を目指して、外部の研修会で学ぶ機会を増やしました。研修出席者が、仲間にフィードバックしてくれたおかげで全体の実力が上がったと思っています。引き続きこの流れを強めていきたいと思っています。

私は、年末年始はのんびり過ごすことが出来ましたが、2つのドラマと映画が印象に残りました。

1つは、3年越しにTVで年末に放映された「坂の上の雲」で、もう一つは正月に見た新作映画、山本五十六です。いずれも、日本の今後を考える上で参考になるものでした。「坂の上の雲」は明治の日露戦争、特に東郷平八郎を大将とする日本の未来をかける戦い、日本海海戦を描いていました。小さな国・日本が、大国ロシアと戦うという無謀にも思える戦いに勝利したのです。ドラマを通じて、日本人が一つになって、リーダーたちも自分の力を高めるべく日夜努力を惜しまず任務を果たし、列強の属国にならないという日本人の気概や必死さが伺えました。ところが、昭和初期となる山本五十六の太平洋戦争では、日本は官僚主義に陥り、日本の進むべき方向性に一致点が見出せず、リーダー達も協力関係にギクシャクした面が伺えました。当院を運営する上でも組織の大切さを感じ、大変勉強になりました。

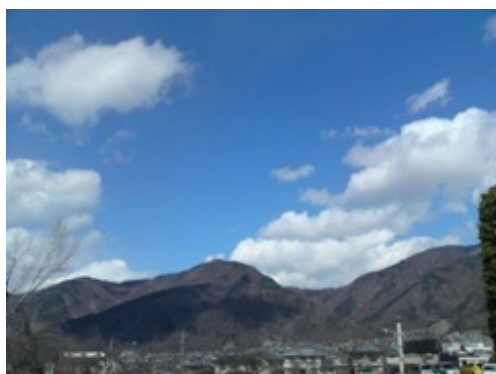
さて、今年は、アメリカ、中国、ロシアを始め、日本の近隣諸国のトップの選挙や交代が相次ぎ、日本も総選挙が近づきつつあります。今年も激動の年になることは間違いありません。当院にとっても、超高齢化社会のピーク2025年を見据えた制度改革に直面していく正念場でありましょう。まずは、4月に迎える診療報酬、介護報酬のダブル改定を理解し対応への準備をしていしましょう。また、当院の55周年に向けた準備の年にもなります。

今年目標

前年度の継続が2つ、新規が2つになります。 前年度からの継続目標 1) 人財の育成、強化 2) 外来、地域生活支援の充実 3) 今年の新規目標 これらについては別途詳細は別紙参照してください。 超高齢化社会を迎えるに当って、いかに満足した最期を看取れるかの研究に繋がります。御本人、御家族、そして私たち医療スタッフが一定の満足した形で看取ることが出来る死、これを3者満足死と呼びますが、当院では、この3者満足死を目指したいと思っています。お一人、お一人に丁寧に対応し、三者満足死に向けたノウハウを研究し、ターミナルケアの質の向上につなげましょう。

終わりに

我が千曲荘病院は、少数精鋭で頑張ってきましたが、大所帯となったので、より人数に見合った組織作りが必要となっていると感じます。事務管理企画部門の充実も視野に納めて行きたいと思います。最後になりますが、当院の基本である明るい笑顔と気持ちの良い挨拶の習慣を励行して、みんなで方向性を再確認して、強い組織力で激動の時代を乗り越えてまいりましょう。



2012年2月1日（水）

今年の冬の寒さは、例年になく堪えます。ここにきて、葬儀が多く、お年寄りにとっては寒さは厳しいものがあるので心配しています。もう少しで節分ですから、春が来るのを楽しみに待つ気持ちで、この寒さを乗り越えていただきたいと思います。出勤して、病院に入ると、外の冷気がわからないほど、暖かさがあります。子供のころは、夏は暑く、冬は寒いのは当たり前でしたが、近年は空調が整備され、デパートや、大都市のビル、ホテルに入ると、冬でも薄着であったり、夏でも上着が必要であったりします。外気との差を空調が補ってくれるので、幸せなことである一方、肉体的には弱くなってきたように思います。何が幸いするかわかりませんが、便利になった分、人はあまり動かなくなったので、肉体を鍛える必要が出てきました。生活習慣病という病名は日野原重明先生が命名したと記憶していますが、悪い習慣があれば自分自身で修正をかけていくことで、大病を未然に防ぐことができるようになるかと心得ております。

今年も緑化委員の活躍で、この写真にあるように、ヒヤシンスの球根から次から次へと花が咲きだしました。各部署で【綺麗な花を咲かせてください】と配られた球根に水を注ぎ、光のある場所において、どのくらい伸びたかと、毎日眺めていると、静かなる幸せな気持ちになります。植物は聖なる静謐なる美しさで、人を一瞬にして釘づけにする力があるので、すごいことだなあと思うことがあります。





啓蟄（けいちつ）

2012年3月6日（火）

日経3/6の春秋に出ていた言葉です。冬籠りしていた虫がはい出してくる姿は春を迎える喜びを感じさせてくれます。「もうすぐ夏野菜の苗が並ぶのもそう遠くはない」と書かれていましたが、私も春の新しい出発や希望を胸に秘めた時間が好きです。紋白蝶がヒラヒラを花から花へと飛んでいる姿を思い浮かべると、なんともうれしそうで、人間にはない喜びがあるのだろうなと思うことがあります。草花の種だけを見ても、これがそれぞれ違う花を咲かせることは咲くまでわかりません。ひまわりの種を見て、真夏に自分の背丈を越える大輪の花を咲かせるとは、不思議です。それぞれの種に込められた設計図を人間が作ったわけではないので、自然界の神秘に時々心を打たれます。人間はそういった自然が提供してくれる美しい景色を眼で見て感動し、美しい音を耳で聴いて癒されて、美しい花の香りにトキメいて、美味しいものを食べて舌を満足させ、優しい肌触りに温かさを感じています。仏教でいうところの、眼・耳・鼻・舌・身・意という感覚器官が与えられているからこそ、感じ取れる人間の喜びです。そう考えると、なんて人間は幸せな生き物なのか...と、思うことがあります。赤ちゃんが生まれると、将来実業家になるか、科学者になるか、作家になるのか、医師になるのか、世界的なスポーツ選手になるのか、それとも大悪党になるのか、予測もつきません。が、年月を経て、学問の好きな人は学者になり、スポーツの好きな人はスポーツの選手になり、音楽の好きな人は、音楽家の道に進んでいきます。草花の種とは違いますが、人間もきっとそれぞれの使命が組み込まれていて、それを思い出すとその方向に花開いていくのかもしれないと思うことがあります。世の中よくできていて、先に生まれた先輩たちの姿を見て、自分の興味や関心がどこにあるか見えるようになっています。ありがたいことです。それで人を羨ましく思って人の人生を歩んでしまっただけでは、苦しくなると思いますが、そうではなく、自分の中にある種がどんな種なのかを探究することもできます。時間はかかりますが、「これが自分の種なのだろうなあ」と気付いたら、あとは大切に育てて大きくしていくことで、きっと「いい人生だったなあ」と思うような気がします。半世紀過ぎ、残りの人生何があるかわかりませんが、蝶が蛹から飛び立つような「羽化登仙」に学びたいと思います。



サクラ満開！

2012年4月23日（月）

今年は例年より遅く、病院のグラウンドの桜が満開になりました。薄桃色の花びらが広がって、豪華絢爛の景色です。上田城跡公園の桜もまた見事で、毎年家族と共にお堀を一周して一年が無事過ぎたことを喜びます。この美しいサクラを眺めたという事実が、これから来る今年の夏も、秋も、そして寒い冬も越えて、家族と共に来年を迎えることができるという、根拠のない確信となって、安堵感が生まれることを感じます。上田城跡公園に向かう途中、買い物で利用した西武百貨店が駐車場になっているのを横で眺めました。上田駅前にあった、日本で一番目に造られたという、イトーヨーカー一堂も影も形もなくなって、ただ広い宅地が広がっているのを眺めると、寂しさが出てきます。あれほど頑丈で、多くの買い物客が利用し、窓からは食事を楽しむ家族の姿が見えたのに、諸行無常で今はきれいさっぱり消え去って、幻だったのか、不思議な感覚になりました。少し感傷的になったのですが、ふと、「建物は壊されて消えてしまっても、親が子の幸せを願う気持ちや、子が親を大切に思う気持ちは全然消えない。というより時を経るほどに感謝に変わってゆくのだなあ」と思い、「変わらずにあるのは外の景色ではなくて、その景色の中で育まれる、愛とか、勇気とか、美とか、目に見えない人と人をつなぐエネルギーなのではないか。世の中のものはすべて変転して移り変わっていくのだから、それに囚われて感傷的になっているより、自分の中にある、大切だと思える資質を磨いて、大切にしていこう。変化する世界の中で、揺れない心や、平安の境地を保てるようになってみたい。その安定感がきっと人のお役にたてるかもしれない」と思えてきました。そんなことを考えて景色を眺めていたら、気分が切り替わってきました。サクラの花びらが散っていく寂しさを思うより、二度と来ぬこの一日を大切に生きて、未来へつながる仕事ができたら幸せだなと思いました。毎日時間に追われて仕事をしているのですが、清涼な風を感じた瞬間でした。





マーガレット・サッチャー「鉄の女」

2012年6月13日（水）

映画を観ました。イギリス初の女性保守党党首、英国首相として11年間勤め上げたその激動の時代の映像を見ながら、どこから鉄のような信念が出てくるのだろうと思いました。敬虔なメソジストとしての宗教的バックグラウンドを持ち、「質素儉約」「自己責任・自助努力」の精神が政治を通して体現されていました。フォークランド紛争における決断の苦しみの場面は、「領土を守ることは国家そのものであり、その国家なくして国民の生命・財産の存在根拠は失われる」と考え勇断しています。その結果、戦争終結後の総選挙における圧倒的勝利につながっていました。映画の後半では、認知症が進み、夫が死亡したことすら忘れ、過去と現在とが交差している状態で描かれていました。政治家の大変さ、タフさは映画を見て他の国でも変わらないのだなと思いました。今の時代に、マーガレット・サッチャーの映画がつくられたこと自体、日本人に必要な何かを訴えているような気がします。

千曲荘病院の敷地に花が次から次と咲き始めました。病院内にも飾られています。環境整備委員の総力で美しい病院になりつつあります。6月の初夏の風と共に、その美しい景色を楽しんで下さい。





2012年8月27日（月）

本日は約120名の方が、54周年を祝いに集まってくださいました。ありがとうございます。現在、250名以上の方が何らかの形で、この医療法人を手伝ってくれています。伝統のある病院に理事長・院長として勤められることを大変誇らしく思います。

5月20日に創立者である遠藤利治がこの世を旅立ちました。利治の希望で最期はこの病院で療養させていただきました。特に、関係病棟の方、サポートしていただいたスタッフの皆様、利治に代わり心より感謝申し上げます。私も声が聞きたくて、よく通ったのですが、少し耳が遠いほうだったので、上手くコミュニケーションが取れていたかは自信がありません。ただ、間違いなく良い人生を送りました。最期も自分の作った病院のスタッフに囲まれて、応援していただいて旅立てた事は幸せだったと思います。家族としても、色々な形で応援できたかなと思います。7月8日の病院葬の際には、多くの方に御会葬いただき、ありがとうございました。利治の遺志を尊重し、できるだけ質素にやったつもりではありますが、色々な方達がお花を出していただいたりして、私としては満足のいく病院葬だったのではないかと思います。沢山の方にお手伝いいただいたことを大変感謝しています。8月1日の、この日はいつも利治を思い出して、意志をつないでいかなければと思っています。50周年記念誌を最近読み返したのですが、昭和33年に花園に30床で開院して昭和36年に現在の地に移転しました。当時について、触れている部分がありました。1年間にわたって、精神病院が来ることで地元から大反対を受けました。やっと地域の了解を得て、大借金もしまして移転しました。当時はやはり、精神疾患への偏見はすごかったんです。利治は、「こういう反対があったことで地域の身近な方達と触れ合い、皆さんのお役に立っている病院だと知ってもらうことが特に大事なことだ。反対されて良かった。」というようなことが書いてありました。私は、少し違う流れではありますが、精神疾患への偏見を少しでも減らしていく事が私の人生の目標になっています。その点は利治と一緒に。偏見を少なくして、自分が病気になるでも千曲荘病院に抵抗無く来ていただいて、もし障害が残っても私達に出会えてよかったと思っていただける病院にするため努力していくことが、私の仕事であり、遠藤利治の意志と同じだと思っています。これは、医師を始め、スタッフの皆さんも同じ思いの方がいらっしゃると思います。これからも偏見と戦いつつ、常に良い精神医療を心がけようと、毎年この日に皆さんに宣言するとともに、改めて決意しています。

利治は物事をはっきり言う人だったので、私自身、心の中で反発したりした時もありました。しかし、「自分が正しいと思ったことはなんらかの形で表現したほうが悔いは無いぞ。」と私にはよく言っていました。利治のその言葉に近づけているか、違う個性なので難しいですが、皆さんにも利治の言葉や様々な思い出が残っていると思います。良い思い出となっていれば、嬉しく思います。

現在、新棟の設計が進んでいます。皆さんにもアイデアを出していただける機会を設けたいと思っています。来年1月から、着工予定で、約1年かけて現在のものより少し大きな物になると思います。患者さんに「この病院で治療して良くなりたい」と思っていただけ病院にしたいと思っていますので、皆さんにも御協力をお願いします。

永年勤続代表者 謝辞

平成24年8月1日 3病棟 阿藤 満

本日は、私たち永年勤続者のために表彰して頂きまして、誠にありがとうございます。代表してあいさつをさせていただきます。

30年目の今年、大先生がお亡くなりになり、忘れられない年となりました。入職当時全職員で67名でした。看護学校を卒業と同時に、師長補佐になり、学生のころから大先生は私の硬式テニスの先生であり、精神科の先生でありました。大先生は当時長野県テニス協会会長をしておられ、58歳でしたが、毎週テニスを教えて頂き、負けてばかりでした。テニスの休憩中に、精神科医療が発展してほしいという話をしきりにされていました。

当時の外来は、古くて小さな平屋建てで、精神科の患者さんは毎日10名ほど位、70名外来に来れば大忙しでした。新患はほとんどなく、往診でよく入院患者さんを迎えに行きました。大先生は、厳格な方でユーモアがあり、よく笑わせていただきました。現在の管理棟が平成3年に竣工した時、初めは5階建てを建てると言っていたのですが、平成2年にバブルが崩壊直前で、株が暴落し不景気を読み、3階建てにしますと判断し正直に話していたのを覚えています。患者さんの診察の時もよく『それは良かったな一』と患者さんを笑顔でほめていることがとても印象的でした。

私には遺言だと思っていますが「将来看護職員を集め、定着させられるようになってほしい」と言っておられました。30年後の現在、職員は250名を超え、まさかこんな大きな病院になるとは思いませんでした。

私たちは、大先生が築いた病院の遺志を継ぎ、理事長先生を中心にますます精神科医療の発展に寄与する為、強い使命感を持って仕事をしていかなければならないと思っています。2年後の新館建築という「大きな夢」を理事長先生に与えていただき大変ありがたく思っています。これで精神科病棟のハード面はほとんど完成形に近づくとおもいます。あとはソフト面の育成です。組織が大きくなると自分の部署が中心になりがちです。満床時やすごく忙しい時は、一呼吸して、

感情的にならず、よく話し合っておくことが大事だと思います。新館ができれば個室の数が現在の何倍にもなり、いまの苦労はかなり減ると思います。また患者さんをよくするため、患者さんと自分たちの幸せや喜び、笑顔のために仕事をしているんだと思い出して、仕事をしていくとうまくいくのではないかと思います。

最後に私が30年勤めて、あくまでも個人的な意見ですが、当院の最も良いところは、今回の永年勤続賞をはじめ、常に新しい建物に勤められること、外の世界、社会情勢がどうなっているか、他の病院や精神科病院を見に行ったり、海外、東京、京都、松本等に研修に行かせて頂けることだと思っています。これらの体験をもとに当院の全職員が勉強し一致団結して2年後の新館オープンに備えられれば「いいなー」と思います。

本日は私たちのため表彰して頂き本当にありがとうございました。理事長先生を中心に千曲荘病院がさらに発展できるように最善を尽くしていく次第です。ありがとうございました。



金木犀の香り

2012年10月3日（水）

風に乗って金木犀の香りが漂ってきます。これが楽しみで庭に金木犀を植えました。自然の恵みに癒される瞬間です。今年5/20に他界した父の家にも金木犀があり、近づくにつれて香りが強くなります。ブログも止まっていたいましたが、この香で生前の父の姿を思い出しました。

八十を過ぎて毎日同じ時間に寝て、同じ時間に起き、同じ時間に、病院に行き、病院に着くと、手すりを握りしめ、一歩ずつハアハアと息切れをしながら3階まで階段を上りきる。一息大きな呼吸をして、やっと自分の部屋の机に座る。帰宅する前に「頑張っているなあ！先に帰るぞ」と言って、転げ落ちそうになりながらも、手すりを頼りに、一歩ずつ降りる。孤独に強く、逆境に強く、忍耐強かった。病院の未来を誰よりも心配し、その発展と繁栄を望んでいた。「迷った時は、俺だったらどう考えるかと考えろよ」と。

今回の病院祭では【遠藤イズムの継承】と称してコーナーが設置されました。創立者を慕う職員の皆様の一言が飾られました。もし、この場所で本人がこれを読んだら、赤面し、照れて、恥ずかしかるだろうなあと思いながら、代わって読ませていただきました。近くには、囲碁のスペースや机と椅子が並べられました。お世話になった東2階病棟の堀内師長が、創立者の一言と絵のコラボでポスターを作って下さったので、それをもとに一冊の本が出来ました。表紙は当院の総師長が描いてくれました。創立者として、職員の皆様に慕われて人生を終えられたので、幸せな人生だったと思います。これも皆様のおかげであり、一人でなせることは何もないので、遠藤利治と出会った全ての方々、皆様へ感謝申し上げます！お世話になりました。そして、ありがとうございました。

厳しく険しい道を選んで生きた父でしたが、人を愛する器は大きかったと今になって分かります。恩返しは、仕事を通じてさせて頂きます。とても難しいことなのですが、人は人のために生きるとき人生を燃焼させることができるのかもしれないと思いました。





「日野原重明先生」上田市民会館で講演会

2012年11月15日（木）

千曲荘病院の40周年では、長野県で知らない人はいない「ギターの本ジケン」の会長・横内祐一郎氏による【輝いて生きる】を病院の大会議室でお話をいただきました。45周年記念講演会では日野原先生をお迎えし【患者と医療従事者との新しい人間関係づくり】という演題でお話をいただきました。今は54周年ですから、もう9年前になるのでしょうか。その日野原先生が「新老人の会」信州支部フォーラム主催で上田市民会館で講演会をされました。不思議なご縁を感じ、再び出会えたことを感謝いたしました。上田市民会館が溢れるほどで、立ち席も多く、日野原先生の元気で明るいパワーに押されっぱなしでした。書籍はほとんど完売の状態、3回にわたるサイン会は長蛇の列でした。二部に入ってもお帰りになる方は少なく、ハーブの演奏あり、美しいコーラスをするゴスペルやゆずり葉コーラスというグループのハーモニーに心が満たされ、おやじバンドにカサバランカという65歳平均のバンド演奏で、楽しめたと思います。ふるさとを歌いながら、日野原先生が101歳で指揮をとる姿は圧巻でした。会場からは「かわいい！抱きしめたい」という声も聞こえてきました。ほぼ1時間の講演会では座ることはなく、101歳になられても、ニコニコで、健康で先生にエネルギーをいただきました。素晴らしい、思い出に残る一日となりました。この話は101歳で、夢をもって、人の幸せのために生きている日野原先生の本当の話です。脱帽です。



2012年仕事納め

2012年12月28日（金）

2012年が終わろうとしています。外はもう真っ暗ですが、静かに雪が降っています。例年窓から上田の街の灯りを眺めていると、それぞれの明かりを灯した家庭では、一年間を無事過ぎたことを安堵して、一家団欒の時を迎えているのだろうと想像します。毎年仕事納めのこの日は、最後まで病院に残って、一年を振り返ります。今年は、様々な感情を味わい、様々な学びを得た記憶に残る一年間でした。たくさんの課題をクリアしてきたような気がするのですが、時間は止まることなく、サラサラと流れて、何事もなかったかのようです。この幸せな時間がもっと続けばいいなあ...と思っても、川に竿をさしているのと同じで、時間の流れは止まりません。こんな問題だけは起きて欲しくないと思っても、起きるべき問題は起きて、悩んでいるときは、時間は過ぎていくのに、心は止まっています。映像的に表現すると、棒に紐で縛られた犬が同心円でぐるぐる回っているような状態かもしれません。・・・そうか・・・悩みの中にあるときは思考が停止している状態なんだな・・・と気づきます。衝撃的な事件が起きたりすると、感情が大きく揺れるので、なかなか抜け出すのが難しくなります。そんな時に有効なのは、身体を動かすという行動を起こすことによって、意識が切り替わっていることに気づくことがあります。水泳をしたり、散歩したり、旅行をしたり、映画を見たりと、何かをやってみれば、見える景色も変わりますし、心が止まっても、目から刺激が入るので、一つの脱出のきっかけになるのかもしれない。来年は、でっかい精神科医療の理想を、当院が進むべき精神科医療の姿を自由に心のキャンパスに描き(これは自由なので・・・)、どうしたらそれが実現できるのが、その具体的方法論を考えるという、心が止まらない状態にしたいと思います。来年は受け身の姿勢で問題を解決するのではなく、問題が起きる前に対処できるくらいの余裕を持てるように成長したいと思っています。

皆様も希望の未来を心に描いて、よいお年をお迎えください。



2012、12月19日忘年会挨拶

2013年1月4日（金）

本日もお仕事ご苦労様でした。今年も多勢の方にご参加いただき、ありがとうございます。例年だと、雪が舞うこともありましたが今年は、天気も比較的良く、路面もいい状態です。忘年会は例年、創立者である遠藤利治の誕生日に行っています。利治が亡くなった後も、多少の前後はあるかと思いますが、変わらず12月19日に忘年会を行っていきますので、毎年その頃は予定を空けてご参加頂けるとありがたいです。

今年も振り返ると様々なことがありましたが、やはり、創立者の死が一番大きかったです。50周年を過ぎ、利治が理事長職を辞してからは皆さんの前でお話する機会も少なかったと思います。利治について少しお話させて頂くと、病院の階段を毎日息をきらしながら上がっていました。利治にとっては登山と同じように、相当苦しかったことと思います。「自分で経験してみなければ、老いるというのは分からないよ。」私によくそう言っていました。老いる事、病気になる事、そして亡くなる事。利治は身近で教えてくれました。最後まで、この医療法人の役に立てるように、立派な最期を私たちに見せてくれたとも思います。この病院も、超高齢化社会に向けて、先ほどの3点について患者さんや地域の皆さんに、どれだけ満足していただけるか、喜んでいただけるかというのを中心に運営が進んでいくと思います。創立者の最期の数年間の生き様を心に留めて、病院に報いていきたいと思っています。来年度で開院55周年を迎えます。新棟の建設も控え、患者さん達にも大分知れ渡っているようです。利治もなんらかの形で見守ってくれることと思います。理事長室に、病院葬で使った写真が飾ってあります。理事長室に居る時は利治に見守ってもらっているように感じます。そんな風を感じられる形に今後していければとも思っています。医局からは、上平先生と小暮先生が参加してくれています。常勤医師数は、利治が亡くなり、佐藤先生も退職されましたが、小暮先生が赴任され、上平先生も常勤へ復帰してくれました。お二人には大変感謝しております。これからも常勤の医師を確保出来るように努めていきます。今年も、ナース、コメディカル、事務、療食など、様々な職種の方々が1年間、自分の持分を生かし活躍してくれました。病院祭や環境整備、新棟の設計まで、様々なことに関わって下さり、尽力していただきました。

来年度は、先に言ったように55周年や新棟の建設が控えています。今年以上に良い年になることを祈願し、忘年会の挨拶とさせていただきます。



2013年1月4日（金）

新年あけましておめでとうございます。昨年は病院祭のすばらしい成功と今後10年間の新しい出発の基礎となる新棟の基本設計が終わり、そして今年は55周年という記念すべき年となります。この記念すべき年を次の5年、10年の大きな飛躍への出発点としましょう。新棟は、来年3月には完成となりますので、これから徐々にその姿が現れてくるのを見ることとなります。

今年の目標の第一は、この新棟の完成に合わせてソフト面での診療サービスの充実、強化を再スタートすることです。ハード面の完成に合わせて、ソフト面の再構築を図ります。新しい外来、病棟体制をどのような形にしていくのか、診療サービスの質はそれによってどうしたら上げるのかを考えなければなりません。まずは、優先的に医師と看護師の人員確保を考えております。同時に昨年末からスタートしているオーダリングから電子カルテを現実化に向けての期間となります。医事課を初めとして関係部署には新しい学習と経験が必要とされますが、今までも徐々にPCに慣れてこられた皆様ですので、きっとクリアできるものと信じております。

次に継続目標となりますが、外来、地域生活支援面での充実であります。国は長期療養患者さんの地域移行を推進しています。この3月までに重度かつ慢性の基準を国が作成するための調査が各病院で成される予定ですが、個々の患者さんの評価をきちんとすることは当然として、更に今後地域移行された患者さんたちのフォローアップも考えなければならなくなるでしょう。大きく変化する時代に入りました。当院で取り組むべき課題は一つ一つ丁寧にクリアしていきたいと思っております。

第3の目標も継続となりますが、教育を含む人材の育成強化です。私たち、千曲荘病院は患者さん、ご家族への働きかけはもちろんの事、治療的な環境を整えることを精神科病院として重要視しています。花と緑の手作りの環境は関係者に好評であり、癒しの治療空間を創り出しています。環境整備委員会で創られた千曲荘の庭作り、花作り、蕎麦作りは将来病院の入院環境整備を構成する重要な役割を果たすことになるでしょう。

それぞれの役割、それぞれ個人の能力、持ち味によって病院の目標へ向けての時間の使い方は違ってきます。狭い個人の価値観、見方で批評、批判をすることは止め、お互いの良い点を褒めたたえ、認め合うことで、補完しあえる関係作りをしていきましょう。

病院の理念、方針を心に留め、ベクトルを合わせて目標に向けて皆の智慧を結集しましょう。仲間が生き生きと元気で働いていることは私たちにとっても、力となります。調和を保ちながら進化する組織でありたいものです。また私たちは、常に学習を怠らず、この仕事を通じて自己を

知り、自己の変革を目指し、各人が成長し学習し続ける集団でなければいけません。また今年の55周年記念行事として地域の方に喜んでいただき、人生を深めていけるお話をしてくれる講師を検討しています。皆さんの方でも推薦できる方がいれば教えてください。最後になりますが、この記念すべき年がみんなの力で輝かしいものとするをお願いして新年のご挨拶といたします。



2013年3月30日（土）

本日開催された「やすらぎセミナー」は2001年より、毎年一回開催している法人の大切な行事です。当法人の支援センターが担当し、精神保健福祉関係において牽引的役割を果たされておられる先生方を毎回お迎えしております。今回は3/30（土曜日）13時30分から、清泉女学院大学学長で精神科医の吉川武彦先生をお迎えして、ご講演いただきました。【生活から考えるメンタルヘルス】について、具体的で平易な言葉を選んで説明してくださるので、分かりやすく、先生の体験を通して掴まれた哲学というか、エキスが素直に伝わってきました。【こころの三角錐】もわかりやすく図式化して下さい【自分らしさ】という底辺を広げながら、知・情・意のバランスを保つことが大切なことだとわかりました。

人生経験豊かな大先輩のお話をお聞きできることは幸せなことです。私も人生後半に入りましたが、まだまだ自己発見の旅をしている途中です。個性をもって生きているということは、自分自身の人生を究めることだと思っています。4/1には新しい入職者を迎え、新しい年度が始まります。素晴らしい方々と出会って、これからもっといろいろ教えて頂こうと楽しみにしていたところ「仕事の関係で転勤となりました」と今月になってご挨拶を受けた方が数人います。残念な気持ちになりましたが、更に多くの人々へ貢献される場への栄転ということなので、これは、離れても遠くから応援させていただこうと思いました。仕事のできる方の器が大きくなると、周りを見ていて、その方にふさわしい場へと場面が切り替わることがあるように思います。本人にとっては苦労は多くなり、悩みも深くなるのですが、同時に鍛えられ、更に磨きがかかって、その人の本来の力が発揮されてくることになるのでしょうか。そう考えると、何年か先にお会いできる時が楽しみになります。人生の川は止まることなく流れています。

本日の先生との出会いに感謝しつつ、4/1から始まる新年度の新たな出会いを楽しみにこれからも仕事に励みたいと思いました。



新棟建設が始まって・・・

2013年4月3日（水）

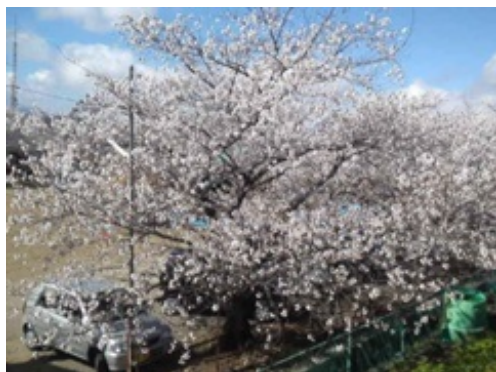
1991年5月に管理棟が完成し、10月からデイケアが開始されました。もう22年前となります。1994年には社会復帰支援施設が完成し、退院後の生活をサポートする場が生まれました。2000年には千曲荘病院の名前では敷居が高く、受診できない患者さんのために、小さいながらも「メンタルクリニック上田」を駅前にオープンしました。そして、2003年には東棟が完成し新しく認知症病棟と急性期治療病棟がスタートし、同時に認知症デイケアもその4か月後にはスタートしました。グループホームも少しずつ増えて、退院した後のフォロー体制も、地域の方々のご理解とご支援を受けて頑張っております。そして、今、新しい病棟の建設が始まっております。振り返ってみると、よくここまでやってこれたなあ・・・とその時々の大変さを思い出して、不思議な気持ちになると同時に、これからが本当の意味でのスタートではないのかという期待と不安が入り混じっています。分かっていることは、地域の方々をはじめ病院に関係する人々、何よりも私たちが信じてついてきて下さる職員の皆様の力強い応援、支援して下さる多くの方々があってこそ医療であり、病院を選んで下さる患者さんがいて、ここまでの道程を歩んでこれたのだと、感慨深いものがあります。来春からスタートする新棟が成功する必要条件は医師と看護師の確保なくして成立しないので、これが医療経営者にとって一番頭を悩ませる問題です。いつも楽な道を選ぶことなく、厳しい道を選んできたように思います。来春現れてくる新棟の中で、患者さんが安心して療養される姿を心に描き、そこで生き生きと働く私たちの姿を描き、必ず地域の方々に喜ばれる素晴らしい病院となることを誓って、今日も日々変化する工事現場を眺めています。大変なことの方が多いのは事実ですが、私たちの未来を信じる心と努力で精神科医療への貢献度を上げることができたらと願っています。



2013年の桜

2013年4月12日（金）

今年も待ちに待って桜が咲きました。グラウンドに建築の関係で土が盛られ、今までにはない風景です。昨日は昼休みに上田城址公園の千本桜祭りを見てきましたが、写真を撮りながら、桜の美しさに見とれていました。「花より団子」で、桜の屋根の下で食事をしている方がも、おられました。春の心に残る風景です。写真を撮りましたので、桜の姿を楽しんでください。





2013年6月30日（日）

療養環境は大切だと常々考えていますが、病院祭を契機に花や緑を増やす活動が盛んになってきていて、うれしく思います。花が次々と咲いていくと、四季を感じますし、患者さんにとっても、私たち職員にとっても、ふと目にしたとき、ほっとする瞬間なのではないでしょうか。病棟の廊下や階段にも、花瓶に花が飾られはじめました。通過したときに、【あれ、昨日と違う！】と気づいて下さる患者さんがいます。それは心に余裕が生まれた証拠なのではないでしょうか。今、夏に向かって、成長していくエネルギーが満ちてゆくうれしい季節です。新病棟の建築も、着実に毎日変化して進んでいます。良き変化は期待感を生み、創造性を高めてくれます。病院の周りの景色も、毎年のことではあるのですが、田植えが終わったばかりの、初々しい田んぼの姿が広がっていて、散歩していても気持ちがよくて、風が心地いいです。小さな変化、小さな喜びでもあるのですが、これが以外と幸福感を運んでくれて、何となく元気が出てくるから不思議です。

解説はこのくらいにして、写真でご紹介いたします。





2013年今年の仕事納め

2013年12月28日（土）

2013年は、いろいろな仕事が同時進行で進んで、前に進むための決断力の修行をしていたような気が致します。基準は、「病院の未来の発展につながる方向が同時に社会にお役に立つ方向を両立させるもの」と考えて判断しているつもりですが、それが本当にそうなるかどうかは不確定要素がとても多く、極めて厳しい選択の連続が続くことを感じています。政府の方針や社会情勢や人口動態によっても変化していくので、様々な情報を集めて、未来を予測しながらの舵取りをしているというのが実際のところですが。来年は消費税が上がり、診療報酬改定もあり、医療界にとって厳しい時代に突入していく分岐点になるのではないかと感じております。その中で、病院として存続していくためには「社会から必要とされる病院」「千曲荘病院でなくてはならない存在理由」がなければならないと考えています。これは病院だけでなく、中小企業でも大企業でも同じ公案が与えられていて、その答えを知って努力している会社が、社会の変化の中にあっても、姿かたちを変えて存続していることを知ります。ユニクロでなければいけない理由や、トヨタでなければいけない理由がなければ、他のお店で購入しますので、そのお店でなければ買えない価値や、サービスを追求していかないとお客様から飽きられて離れられてしまうわけです。自由主義経済で生き残っていくためには、常にイノベーションが求められているのだなあと感じます。...けれどお客様の立場に立てば、新しいモノや、新しい価値に触れたり、利便性が高まったり、質が向上したりと、会社やお店が切磋琢磨して進化してゆくことで満足度が上がる訳ですから、結果的には私たち自身にとっても、この厳しい競争社会というのは、「いいものを残していく」という篩の役割を果たしていることに気づきます。医療者であっても患者さんに立場が変わることはあるわけで、最終的には患者さんの立場に立った医療を提供していくことが大切なことなのだと分かってきます。

めまぐるしく変化する社会というのは、刺激的で躍動感がありスピードがあって、封建時代のようなゆったりと一日が過ぎるといった感じはないので、ストレスフルであるのですが、単位時間当たりの人間が学ぶことのできる密度はかなり高い恵まれた時代なのかもしれないと思って、プラスに考えています。来年はうま年で、きっと千曲荘病院にとって飛躍的な年になることを期待したいと思います。来春4月には新棟が道路沿いに現れます。東信地区にとってなくてはならない病院、長野県にとってなくてはならない病院を目指して、来年も職員と共に努力精進してゆくつもりです。

今年は、緑化委員の皆様の活躍で、ついに病院独自の手作りカレンダーが出来上がりました。種から花を育てたり、至る所に植物が飾られ始めて、患者さんの心を癒してくれました。(写真を見てください) 仕事部屋から見える上田市街地の灯りがぼつぼつとつき始めました。眺めているとぬくもりが伝わってきます。仕事納めに見る景色はまた格別な幸せな瞬間です。来年もよろしくお願ひいたします。



2013年12月28日（土）

皆さん、1年間本当にご苦労様でした。今年も良い1年だったと感じています。55周年という記念すべき年でしたが、新病棟建築の関係もあり、田中恒孝先生の講演会以外、華々しい式典はあまり出来ませんでした。

講演会では、田中先生がご自分のうつ病体験を話して頂きました。地域の先輩のお話は、私たちの進む方向性は一緒なのだという事を実感することもでき、とても良い講演だったと思います。精神科の医療、病院、疾患に対する偏見については、度々私も口にしていますが、自分の病気の体験について語って頂く、特に、田中先生は信大の教授候補にもなった優秀な医師であり、研究者でもある方の体験は偏見を取るうえでも大変貴重で、有意義なものでした。私も、日本精神神経科学会で、アンチスティグマ委員会に入っています。委員会へは様々な年代の先生方が参加し、偏見の払拭に向けて議論し、活動しています。偏見に関しては様々な取り組みが行われていますが、私は語る事でも多くの方に理解してもらえないのではないかと考えています。例えば、今、風邪が流行っていますね。風邪は沢山の人が罹ります。肺炎に罹ったことがある人は、風邪よりも少なくなります。肺炎だと思っていたら、肺癌だったという人の数はもっと少なくなるでしょう。精神疾患も同じです。気が滅入る等の軽度のことは誰にでもある事です。重篤になると、精神科の病院で入院する必要が出てきたり、場合によっては障害と認定される事もあります。風邪の様に誰もが罹る状態もあれば、癌の様に入院して治療する必要がある状態もあります。肺炎は完治すれば元気になります。ですが、そうではない病気もあります。そう考えれば、私たちが向き合っている精神科の病気も同じなのです。精神科疾患は特別なものではありません。それを多くの方に理解してもらいたいと思っています。しかし、一番具合が悪いときを見聞きすると、とても恐ろしい病気を感じられ、絶対に自分はいんな状態になりたくないという偏見が出てきてしまうのです。その辺りに気を付けて活動して行かないといけないと思っています。

今年は病院祭を止めて、山崎実行委員長に相談して2年がかりで開催しても良いかなと思っていたのですが「1年で頑張って開催したい」と言ってくれたので、今年も開催する事が出来ました。工事で会場は少々手狭になってしまいましたが、結果は大成功でしたね。実行委員長を始めとしたスタッフの皆さんのおかげです。また、県精協の職員研修会でも、藤沢PSWを実行委員長に、とても良い研修会となりました。時期が例年よりもずれた為、会員病院からの演題は少なかったのですが、座長のおかげもあり、とても良いディスカッションができていました。池淵恵美先生の講演は残念ながら聞く事が出来なかったのですが、池淵先生から「千曲荘病院の皆さんは本当におもてなしの精神がある方たちばかりで感動しました。」というメッセージをいただいたと聞いています。緑化委員の皆さんにもとても頑張ってもらいました。

当院では、退院された患者さんに満足度調査を実施していますが、東棟が完成してからのここ10年程で「ここに来て良かった」「優しく接してもらえて良かった」という声が増えてきました。私たちの対応の質が高くなってきているのだと思います。本日は欠席されているのですが、約2年

ぶりに帰ってきた牛島先生から「千曲荘病院は本当に底力のある病院ですね。前よりずっと質が良くなっています。」と、言って頂き、名指しで職員の成長を褒めてくれました。他にも、上げればキリがない程、良い話は私の所に届いています。今年は少々心配なこともありましたが、大きな事故も今のところは無く、過ごせました。来年はいよいよ新病棟が完成します。新しい病棟で、皆さんと一緒に良い診療を行っていければと思っています。救急病棟の立ち上げにはまだ数字が足りないのですが、医局の先生方と協力して4月にはスタートできる様にしたいと思っています。医師の人数も、契約途中なのですが牛島先生以外にも常勤医があともう1人増える予定で、期待しています。他にも、千曲荘に見学を希望される先生や、研修中でも千曲荘へ勤めることは出来ますか？という話を聞きました。千曲荘病院の名前が知れ渡っているのを実感しました。皆さんが真剣に聞いてくれるので、ついつい長くなってしまいました。今日は美味しい料理を食べて、アルコールが好きな方は飲んでもらって、楽しい会になることを願ってご挨拶とさせていただきます。

今年1年、本当にありがとうございました。

安藤診療部長 乾杯の挨拶

新しい病棟と共に、電子カルテの話が立ち上がりました。電子カルテになることで、カルテの字が読みやすくなる事はとても良いと思います。しかし、やはり無機質だとか、冷たく感じるといった感想も聞こえてくると思います。私は、他の病院で電子カルテを使っていますが、電子カルテになっても、それを使う医師や看護師の個性や、診察を受ける患者さんの個性は変わらないと感じています。電子カルテになっても、一人一人違う所は出てきます。電子化されても、人というのは変わらないと思います。来年、新しい建物や、システムになっても、人が大事なことは変わりません。昔、「コンクリートから人へ」という言葉がありましたが、やはり、変わらず人が大事だという事です。来年も皆さんと協力して良い病院を作れればと思います。今年一年、お疲れ様でした。



2014年仕事始め式での院長の言葉

2014年1月22日（水）

仕事初めの式（2014. 1. 6）

昨年は、55周年と言う記念すべき年でした。ご存知の通り新病棟建設が今春落成を目指して順調に工事が進んでいます。10年前の東棟に次いで今回をもって一応の完成形という事になります。仏作って魂入れずという言葉がありますが、今年は新棟に魂を入れる年と言えます。魂とは正に建物のハードに対して私たちの診療サービスの総体であるソフトの面を指すことになります。新しいソフトのスクリューになるのが電子カルテであり、救急病棟であると考えています。

今年目標の柱は3つです。

第1に病棟の再編成の成功、救急病棟立ち上げです。

ここ3年ほど苦しんできた常勤医師の減少は、この4月からの増員で解消しそうです。成功のポイントは看護師の確保、増員です。スタッフ、病院全体で努力して、救急病棟はもちろんその他の病棟も人員に余裕をもった病棟再編成をしたいと思えます。

第2に電子カルテ導入と異文化との調和を通じてのチーム医療の質の向上です。電カルの情報共有の利点を生かして、救急病棟では医師を含む多職種で毎週1回程度のカンファレンスを行う事を検討したいと思います。電カル導入に際しては不安を感じるスタッフも多いのかもしれませんが、電カルのサポート部門に選出されたあるスタッフはレポートで「今まで触るのも嫌だと思っていた人が少しでも出来るようになったとき絶対に嬉しくなって、さらに頑張ろうと変化すると思う。まじめで一生懸命な人が多い千曲荘だからこそ、その前向きな気持ちの変化の方に期待している。まずは自分が頑張ることはもちろんだが、苦手としている人たちの嬉しく楽しくなる気持ちを引出し、伸ばせるように教えていきたい」と述べています。すばらしい教育者ですね。また、4月には中国から看護師予定者が入職してきます。前向きで勉強熱心な人たちです。生まれ、育ちの全く異なる異文化との交流を通じて異なる意見を尊重しつつサービスの向上にまとめ上げていく過程にチーム医療の進化が求められ、期待されます。

第3に当院の特徴である学習する集団の中で、教育できる人材の層を厚くしていくことです。さまざまな研修機会を増やしてきましたが、組織が発展していくには人を養成できる人材が必要です。教育できる人材は自ら学び続けている人でもあるわけですが、知識と経験がチームのレベルを上げるために使われていくことを望みます。

当院には悪意をもって患者さんに対するスタッフはいないと思いますが、どんな時も平常心で前向きな姿勢を失うことなく、病院の理念、基本方針を遂行できる人たちでありたいということです。

最後になりますが、今年は、千曲壮病院の今後、100周年に向けての大きな分岐点を迎える年になるかと感じています。今年も出会った多くの患者さん、ご家族に喜んで貰える診療サービスの向上に向けて、みんなで力を合わせていきましょう。



シャドウボックス

2014年1月29日（水）

現在進行形の新棟建築完成お祝いとして、まだ早いのですが、シャドウボックスという絵画を親しい方より頂きました。

生まれて初めて見たシャドウボックスの現物を真近に見て、驚きました。

立体感があって、遠近法が使われていて、じっと見つめていると場面が浮き出してくるようです。

「シャドウボックスとは17世紀のヨーロッパで流行したデコパージュの技法の1つで、その後アメリカに伝わり、立体的に発展して出来たハンドクラフトで

紙に描かれた模様や絵の切り抜きを貼って物の表面を飾り、コーティング剤を塗り重ねていく工芸、17世紀中頃、ヨーロッパで広まり、フランス上流階級の婦人の間で流行していた」ことを知りました。

絵画と違って、作者が一枚一枚を、パーツに分けて、重ねて貼り付けてゆく手法だということなので、

一つの作品が完成に至るまでにはかなりの時間がかかっているはずで

その時間の中に完成を待ち望みながら楽しんだ時間と、作者の気持ちが込められているから、気ぜわしく動いている私たちに

見ているだけでも、豊かな、温かい気持ちが伝わってくるかなと思いました。

新棟の地域交流スペースに飾る予定ですので楽しみにしててください！

芸術作品というのは、作品に作者の念いと情熱と時間が込められているから、価値があるのだと思いました。

もっぱら鑑賞する側の人間ですが、絵画を見たり、音楽を聴くことができる時間は大切にしたいと思っております。



新病棟（南棟）完成近づく...経過報告

2014年3月13日（木）

上田市では100年ぶり的大雪だと噂された2/14の大雪で工事が遅れ気味ですが、国道沿いに完成間近の姿が現れてきています。予想以上の美しさに（手前味噌ですみません・・・）、毎週現場を巡回しながら完成に近づく喜びを味わっております。病室はどの部屋にも大きな窓があり、光が燦々と差し込んで風が流れる構造になっていますし、高台にあるという好条件も重なって、上田市街地が見渡せる絶景?!で、入院生活中には夜景までも楽しめるという付加価値がつきました。現在は引っ越し委員会や病棟再編と同時に電子カルテ委員会と次のステージに移行するための準備が進められています。東棟から11年ぶりの建物になります。千曲荘病院創立から、何度目のイノベーションにあたるのかわかりませんが、これからの未来を牽引する大きなイノベーションの一つに当たることに間違いはありません。これも、建設的で前向きなリーダーに恵まれた当院の職員の皆様のおかげと病院を支えて下さる患者さんやご家族、地域の方の応援なくして実現することはありませんでした。当院の職員に対して、「勤勉ですね」とか、「明るく優しい対応でした」とか、「気持ち良い挨拶です」とお褒めの言葉をいただくことがあります。その言葉に恥ないように、これからも職員一丸となって理想の病院づくりを目指したいと思います。本格的に医療が厳しい時代に入りましたが、大変だとマイナス面ばかりに目を向けるのではなく、チャンス到来と思ってさらに飛躍できる私たちでありたいと願っています。職員の中には、毎日設計図を眺め、動線を考えている人、新しい病棟で働くことを楽しみにしてわくわくしている方もたくさんおられます。これからも様々な経験を積んで成長し続けられる私たちでありたいと思います。完成後は、地域の皆様と喜びを共有してゆきたいと願っています。桜の花が満開の頃には、皆様の目の前に白とブルーのタイルでちょっと洒落た建物が見えるはずですよ。写真は最近の新棟の工事現場の様子です。



《統合失調症がやってきた》松本ハウスというお笑いコンビ

2014年3月13日（木）

松本ハウスというお笑いコンビの加賀谷さんが、統合失調症になり自ら苦しんだ体験を赤裸々に語った本を読みました。精神科病院での入院生活の意味が医療者目線ではなくて、当事者からリアルに語られています。勇気があって誠実な方なのだと思います。本の中から紹介します。

+++++++ ここから引用+++++++

【社会の偏見は根深く、なかなかなくなる。だけど、僕は、偏見がなくなること
を期待するより、自分がどう生きるかが大事だと考えているんだ。みんなに感謝しながら、無理をしすぎないで、やっていくよ。年をとっても、みんなを笑わせ、みんなと笑ってられるといいね】

【同じ病気で苦しんでいる人たちへ、焦ることはない、ただ、絶対に諦めちゃいけない。「こんな病気にかかってしまったからしょうがない」と言いたくないと思って
過ごしてきたので、諦めないで欲しい】

+++++++ ここまで引用+++++++

本を読んだ後、いつかライブを見たいと願っていたら、その願いが数か月経たずに叶いました。お二人の本音トークも聴くことができ、精神科医療の原点を振り返る、いい機会を頂いたことを感謝しました。その中で印象に残った言葉は・・・『患者は、先生と信頼関係を築きたいと思っている』『ケアと言いつつ、患者の自立の芽を阻んでいることもあって、自分は自分のできることを増やしたい』『あまり先回りしないでほしい』と加賀谷さんの言葉・・・相方の松本さんが『彼は「昔の自分に戻りたいと思っていたので、復活した後も、『あの頃はできたのに今はできない』と焦り、失敗を繰り返していた。「今の加賀谷は今の加賀谷でいいんだよ」と言い続けても、体に沁み込むのには3年かかった』『彼は「失敗の経験を積み重ねることで徐々に強くなってきた』』です。・・・加賀谷さんも素晴らしいと思いましたが、松本キックさんの自然体の対応や、決して見捨てることなく相手を待つことや、本人の回復する力を邪魔しないように配慮しながらも、無理はしないパートナーシップの成熟さを感じました。話の端々から二人が越えてきた苦難や困難は、私たちの想像をはるかに超えるものだと思いますが、『いばらの道もまた楽し』と思えるような心境に人間力の凄さを垣間見ました。相手を信じて支える力は、キックさんの愛の大きさなのかなと思いました。加賀谷さんにとっては松本キックさんという相棒の偏見の全くない対応は、どれだけ心の支えとなったことでしょうか。病気があってもなくても、大好きなことを続けられる幸せを知っている人は輝いています。先回りしてやりすぎることは、精神科ケアにおいて自立心を損なうことを気づかせていただきました。



対面式院長挨拶

2014年4月1日（火）

平成26年新人職員との対面式（2014.4.1） 新入職員の皆様、千曲荘病院への就職おめでとうございます。また今日は私にとり、病院にとり近年の対面式の中で最高に嬉しい日です。ここ数年、ずっと医師の不足に悩まされてきましたが、何とか充足され、精神的にほっと致しました。また、昇格の6名の方、おめでとうございます。更に精進してそれぞれの持ち場で活躍してくれるのを期待しています。新准看護師の4名の方本当におめでとうございます。働きながらの合格は努力の賜物でしょう。いずれも看護師取得を目指し進学したのは心強い限りです。当院は今年で56周年を迎える上小地区、東信精神医療の中核病院であります。本年度は当院の長い歴史の中でも大きな転機となる年です。大きく変化する一つ目は、初めて病床規模が減ることです。昭和33年に上田市花園で30床の小さな精神病院として開院した当院は地域のニーズに合わせて病床規模を拡大し、74床、140床を経て昭和55年に現在の1,2病棟の落成で250床となりました。ところが新棟開設の5月1日より初めて病床が減り、239床となります。今世紀に入り精神科医療は早期退院、地域生活支援が大きくなうねりとなり、地域の中では精神科病院も一資源となる包括的精神科医療の時代になりつつあります。長期入院が当たり前だった精神病院が1年以上の入院は「重度かつ慢性」という特別な患者さんだけという制度となりました。昨年、グループホームが1つ増えて5つになりましたが、ますます地域での受け皿が必要となり訪問系のサービスが求められてきます。2つめは、外国籍、中国人の新人が4名入職する事です。四川省の医学院大学看護学部卒業の4人が4月16日から当院で働きながら日本語学校に通い、来年の日本の看護師資格取得を目指します。4人の面接を一昨年に行いましたが、非常に努力家で理想の高い彼らの生き方に私たちは刺激を受けることになると思います。また文化や慣習の違う彼らときちんと言語を通じて相互理解を深める努力が必要になるかと思いますが、異文化との交流を通じて、私たち自身も人間的成長が出来ることを願っています。最後に当院の伝統を確認しておきたいと思います。一つは明るい挨拶です。2つめは時間を守る事です。3つめは無駄を廃して常に創意工夫をすることです。新人の方は当院の伝統を継承しつつ、各人の持ち味を生かし、当院の目指す「愛・信頼・奉仕」の理念に基づいた理想の精神科医療に向かって共に歩んでいきましょう。



千曲荘病院内覧会2014.4.20

2014年4月19日（土）

次々と祝福の花や植物が届いております。祝福して下さる皆様の気持ちに心から感謝して、明日の内覧会の成功を祈念したいと思います。

花系の皆様が、美しいフラワーアレンジメントを何十個も作って下さっています。2階の地域交流スペースにピアノが設置されて、その演奏者の奏でる音と花が南棟全体に広がって、とても美しい癒しの空間が出現する内覧会になると思います。庭には、当院で50年近くかけて育った木々が移し替えられて、再び庭を創り出してくれました。歩道拡張工事の際に、病院の敷地を飾る木々を処分する案もありましたが、千曲荘病院を愛した父をはじめとする創業期の職員によって植えられた木々を大切に思う気持ちが強く、ひとつ残らず植え替えていただきました。同じ土に植え替えられたので、私たちの期待を受けて、この地で50年100年と花を咲かせてくれることでしょう。

今年は、病院のグラウンドの周りの桜の木々が、例年になく見事に咲き誇っています。ハラリ、ハラリと散り始めましたが、花卉が昨年以上に大きくて、この二、三日、桜の花のあまりの美しさに見とれて恍惚感を味わっています。明日の内覧会の時にも、まだ桜を鑑賞できると思います。桜満開と、南棟の竣工内覧会が重なって、きっと前理事長が天国から喜んで眺めていてくれるかなと思っています。

私たちは、『花と緑に囲まれた癒しの力のある病院』を目指しています。明日は晴れて、地域の方々が喜んでお越しになられることをイメージしたいと思います。花係の方々が飾って下さっている花々も、南棟の写真と共にご紹介します。





2014年6月23日（月）

本日は、蒸し暑く、ご多忙の中、またご遠方から、そして休日にも関わらず、私ども千曲荘病院南棟竣工式典にご参列頂き、本当にありがとうございます。

慣例により、千曲荘病院での開催としたため限られた方しかお招きできなかったことをお詫び申し上げます。

まず南棟完成までの簡単な経緯を私からご説明させていただきます。

振り返りますと「共同建築設計事務所様」におかれましては、平成13年5月の東棟設計コンペ以来のお付き合いですから、まる13年が経ちました。井上社長様とは当初からのお付き合いで本日も遠方よりご列席頂きました事に感謝申し上げます。平成15年2月に落成した東病棟は、総病床の約半分の104床を新築しました。その時に既に今回の南棟の計画はあったのですが、時代がどのように変化するか、分からず、最初に半分を完成させて時代のニーズを見極めてから残りを判断すると、二段階で考えました。東棟完成で急性期病棟、認知症病棟を立ち上げ、有難いことに何とか軌道に乗ることが出来ました結果、1昨年度に南棟建築に向けての決断をした次第です。今回は設計士が変わり、鈴木専務・小島千知室長チームと3年ほど前から職員と共に基本コンセプトについて協議を重ねました。鈴木・小島チームは精神科医療建築に経験豊富で強い信念を持ち、当初より信頼し仕事を任せることができました。1昨年前からは「東棟を基本として、明るく、光に溢れ、シンプルで機能重視」のコンセプトの下、設計内容の詳細について定例会を重ね、当院の各現場フロア担当者とのすり合わせに努めて参りました。

これからの精神科医療にはチーム医療が大切であり、そのツールとして情報の共有に力を発揮する電子カルテの導入も昨年度決めました。精神科病院に特化したベータソフトの「アルファ」は6月2日にやっと稼働したばかりですが、チーム医療の向上に大いに力を発揮してくれそうです。後ほどDVDで当院の前向きな取り組みの姿勢が上映されると思います。本日は「ベータソフト」の創業者・社長の森下代表も福岡よりかけつけてくれましたことを感謝致します。また平成24年度から近代化整備事業の補助金等では部長様をはじめ行政の各医療福祉関係者の皆様にお手数をお掛けしました。いつも丁寧な対応をして頂きありがとうございました。ベッド利用率が比較的高い当院としては、開設以来のベッドの削減については悩んだ末の選択でしたが、この5月より11床減、239床で診療しています。

建築は、1昨年末のコンペを経て北野建設様にお願いすることになりました。北野美術館等、芸術活動でも異彩を放っており、また冬のオリンピックで大活躍した選手を擁する会社であることはご存じの通りです。私たちの意中の建築会社の一つであり、当初より期待は大きかったわけです。昨年2月から始まった工事は、人手不足の中、暑い夏に熱中症の方が出たり、大変だったと思います。

町田工事所長の指揮の下、吉葉、中畑次長の協力体制は見事でした。特に2月という追い込みの大切な時期に襲った想定外のあの大雪も乗り切り、何とか4月落成にこぎ着けました。関係業者

として協力頂いた、浅間設備様、トーエネック様、宮原酸素様ありがとうございました。大雪の際にはご列席の皆様にもご心配して頂いた事を改めて感謝申し上げます。4月20日に行われた内覧会には520名以上の方が来られ、「明るくてすばらしい、精神科病院らしからぬ、ホテルみたい、内科で入院できませんか」等のご評価を頂いています。種々の悪条件もあったと思いますが、見事な建物に仕上げ頂き感謝の念に堪えません。先日は、本日出席できないとの事で社長の北野貴裕様が病院を表敬訪問して頂き、縷々近しく交流して頂きました。事業には「信頼」の積み重ねが大切という点で共通の理念を感じました。

更に5月に使用開始後は患者さんから、お祝い、喜びの声を頂き、嬉しい限りです。他の精神科病院で全面新築したが、長期入院者に住み慣れたところが良かったと言われ、がっかりしたという病院理事長の話聞いた事がありました。私も心配で何人かの長期療養の患者さんに聞いてみましたが、生活空間が広くなりおおむね好評でほっとしています。

今回建築した南棟の特徴は病院ではまだ珍しい「外断熱工法」を取り入れた事です。地熱を生かしたクール、ウォームチューブが使われ、今の所、病院内は比較的涼しさを保てています。エコでありながら冬暖かく、夏涼しい病院になることを期待しています。

前回の東棟の新築の時は、患者満足度が高く、アメニティーを上げることの重要性を再認識しました。これほど建物の構造が入院治療に影響を与えるのかと驚きをもったものですが、今回の南棟の建築構造は東棟を進化させた形となりました。喜びも大きいのですが、どんなに建物が良くても、そこで働く私たちが力不足では患者さん、ご家族、地域の方々に貢献できません。これからの目標は人材育成であり、人間力、チーム力の進歩を続け、診療サービスの向上に努めたいと思います。



今回の建築の完成に合わせて、法人の理念も一部変更し、基本理念である「愛」「信頼」「奉仕」に加えて、「希望」を付け加えました。ともすれば悲観的になりがちな超高齢化社会を迎える地域に、灯りをともす役割を演じ、精神科医療の理想を目指す当法人の基本方針達成に寄与してくれるものと信じています。

当法人はこの地域でこころの専門医療機関としての役割を果たし続けるとともに、高齢者の心身の健康、生きがいに貢献します。また家族、地域社会の支える力が低下している昨今にあって、病院から地域の絆を再構築できる基地的存在を目指して今後も職員一同努力していく所存であります。

今日の良き日に大切な皆様にご臨席を賜り、竣工式を行える事に改めて感謝申し上げます。本日

は本当にありがとうございます。



希望

2014年7月25日（金）

新しく新築された南棟の竣工式に伴って、病院の理念に「希望」を加えました。今まで、愛と信頼と奉仕の3つの理念の基で病院の運営を進めていましたが、南棟の設計が始まった頃から病院の理念に何か足りないという気持ちが強くなってきて、それは何なのかを模索し続けていました。「病気になっても人として幸せに生きていく」ために必要なもの・・・、「暗く、苦しく、寂しい、悲しい、辛い、こんな状況のどん底に入ったとき、人はどうやって脱出していくことができるのか？」とイメージした時、「希望」という言葉が浮かびました。現実がたとえどんなに苦しくても『希望』さえあればそれに向かって人は前進していけます。『希望』を光としてイメージすると、闇夜の大海を照らす灯台の光のように、船が座礁せずに岸に辿りつける力を与えてくれます。「夜と霧」の作者であるフランクがアウシュビッツ収容所の絶望と隣り合わせの中で生き延びられたのは、心の中に希望を失わなかったからです。「希望」という言葉は、パンドラの箱から出てきた最後の言葉ですが、あらゆる苦しみを教訓という光に変える魔法の言葉のようにも感じます。ウォルトディズニーの大成功の前には、ド貧乏でネズミが出たり入ったりするような部屋に住んでいて、そのネズミを見てミッキーマウスというキャラクターが生まれたと聞いていますが、鼠を毎日見ているような極貧生活がなければ、世界も魅了するミッキーというキャラクターが生まれなかったわけです。与えられた場所からプラスを生み出すか、マイナスを生み出すかの違いは大きいと思いました。奇跡のリンゴの木村さんも絶望の中であって、希望を失うことはありませんでした。そう考えると、簡単に絶望しないことは大切だと思えてきます。

私たちの病院で、患者さんの心の中に灯る希望の光を妨げている、心の障害物を取り除くお手伝いが出来たら、これほどうれしいことはありません。自分が致命傷だと思っていたことが、実は「かすり傷」だったと思えたら、力強く歩き出すこともできるでしょう。そんなきっかけを与えられる病院になりたいと思っております。愛と信頼と奉仕に「希望」が加わって、更にチーム力をアップして、私達職員一人一人も希望を胸に新しい出発をしていこうと思えます。



2014年8月1日（金）

本日は、華々しく迎えていただき、ありがとうございます。

本日は56回目の医療法人友愛会が開設した記念すべき日です。昭和33年遠藤利治の志の下、上田の地で医療法人友愛会は始まりました。最初は5人でスタートしたようです。開院の前日から、患者さんは本当に来てくれるのかな、と不安だったそうです。お金もなく、借金をしてのスタートだったので、切迫した状態だったと聞いています。実際に患者さんが来てくれない状態がしばらく続いたそうです。

しかし、翌年には入院患者さんに廊下で寝泊まりしていただかなければならないくらいになったようです。昭和33年は私もまだ3歳くらいの頃ですが、日本が少しずつ豊かになっていく時代でした。そして人と人の繋がりは、今よりも密だったのではないかと思います。つい最近70代位の患者さんが診察に訪れた時、『当時は鶏も飼っていて、家庭的でしたね。皆私たちのことを大事にしてくれました。』とおっしゃっていました。

私が赴任したのは平成3年ですが、スタッフの人数は60～70名だったと思います。家庭的な雰囲気は残っていて、医者は私を含めて3人程だったので、医者の希少価値が高い時期だったと思います。私に来て、鴫田先生が来て、医者がどんどん増えて一時期は8人か9人程になり、あっという間に充実していきました。職員も100人を経て、今は260人を超えています。23年前の平成3年は250床で外来患者さんも普通に診ていましたので、今は当時に比して診療サービスの面だけを見ても、マンパワーとして4倍以上の濃さになるかと思います。5年毎の記念写真を見ていただくと、徐々に人が増えていく姿がわかり驚くかと思います。

毎年、8月1日は暑い日が多いのですが、今年も暑かったものの珍しく夕方に雨が降りました。色々な年があって、色々な時期をこの法人も過ごしていくのでしょうか。最近を振り返ってみますと、一年半前から南棟を着工し、5月に新しい外来棟としてスタートすることができました。様々な部署の担当者に意見を出してもらい、本当に良い建物ができました。研修医のレポートによると、「過去に行ったことのある精神科病院と全く違うので、イメージが変わった」と書かれていました。大きな変化だと思います。「光があふれて明るい」とも言っていましたが、精神科医療も変わってきているということが、病院に来てもらえれば伝わる、とてもありがたいことだと感じています。

電子カルテもほぼ一緒に立ち上がりました。委員の方、本当にありがとうございました。大きな問題もなく、稼働を迎えました。皆で私たちの大事な診療サービスを上げる為のツールとして、活かしていきたいと思います。4月の内覧会には500名ほどの方が来られました。6月には記念式典を行い、おもてなしの心でお迎えでき、お越し下さった方々にはとても喜んでいただきました。今日、こんなにもうれしい気持ちでこの場所に立っていただけるのは、運に恵まれ、4月に3名の常勤の医師が赴任して下さったからです。先生方に赴任して頂いたおかげと、多くの方の尽力を経て、私が考えていた一番早い時期の6月から救急病棟をスタートすることが出来ました。

満足度調査というのをやっています。私も必ず目を通してありますが、これを見ると患者さんが良かったというのが直に感じられます。スタッフの方が優しく丁寧に接してくれたというコメントがとても多いです。もちろん、建物が明るく清潔で気持ちよく過ごせたという意見もあります。皆さんの診療サービスが少しずつ上がってきているのを感じます。10月には日精協の通信教育の実習病院として、来年の秋には日精協のPSWの研修会があります。私たちがやっていることを様々な方に見ていただき、意見を聞かしていただいて、またより良くなる機会になると期待しています。近々、佐久大学の高看の学生が当院で実習を行います。来年からは上田の高看の学生の実習も始まる予定です。建物の効果もあり、何人かの方に働きたいと思ってもらえればと期待しています。

少し長くなってしまいました。また、創業者に「話が長いぞ。」と、言われてしまいそうです。今日の日、創立の原点です。「精神疾患になっても、ちゃんと治療して、良くなって、社会の中でもう一度その人らしい人生を生きてほしい。」と、遠藤利治があのに時代に思っていたことは確かです。様々な変化はありますが、その思いを私たちは受け継いで、この地で診療を続けていきたいと思ひます。8月1日の創立者の思いを、皆さんと共有し、より良い病院になることを願って、挨拶とさせていただきます。



第八回病院祭カウントダウン

2014年9月26日（金）

今年は南棟が完成したので、昨年とは違った景色の中での病院祭が開催されます。一人一役で職員の皆様が生き生きとしてエネルギーを注いでおられます。当日お越しになれる皆様が少しでも喜んでいただき、身近に感じて頂けたら嬉しいですし、少しでも精神科に対する偏見が減ったら活動の意義がありますし、少しでも千曲荘病院を通して地域の皆様のお役に立てたら幸せに思います。南棟の新しい玄関で、ハロウィーン用の大きなカボチャが皆さまを迎えてくれます。庭の花々は種から育て美しく病院を演出してくれています。白いベンチを見つけたら腰を下ろして下さい。緑化環境部のメンバーによる手作りの世界に一つのベンチです。(当院は手作りを基本としているので世界に一つ...がたくさんあります!) 天気予報によると28日は晴天の可能性大だということですから、希望を持って当日の成功を祈りたいと思います。チクマンジャーも待っています。





坂元薫先生による講演会「現代日本の躁うつ病を解剖する」

2014年11月3日（月）

千曲荘病院職員向けにNHK教育テレビにでもおなじみの「坂元薫」先生から「現代日本の躁うつ病を解剖する」と題してお話を頂きました。音楽あり、映像ありで、当院の職員の心を捉え、分かり易くお話しして下さいだったので、職員の皆様から「感動した」という感想が多くありました。全国で講演活動をされてお忙しい中にあるにもかかわらず、夕方5時過ぎに当院に着いたと思ったら、休む暇もなく、17:40から一時間の講演時間を頂きました。当院の職員にとって、このように恵まれた機会を頂いたことを有り難く思いました。最後に「ストレスを減らす方法」や「うつ病にならないための7つのストップ」をユーモアを交えて話して下さいだったので、職員の皆様の心にも自然体で浸み込んできました。ありがとうございました。

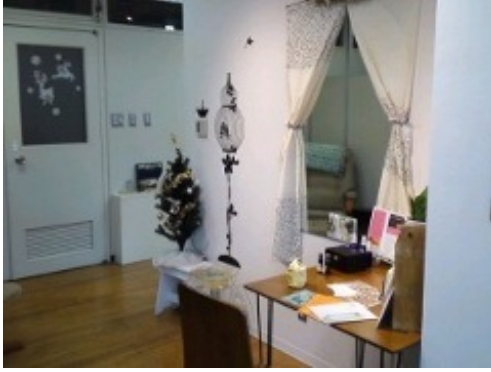
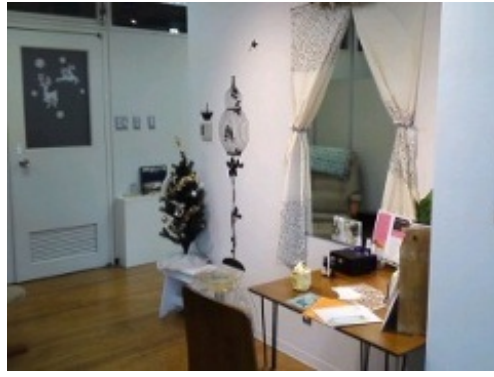


美容室「クレ」西棟にオープンしました！

2014年12月12日（金）

念願の美容室がオープンしました。プロの美容師にシャンプーしてもらって、その人に合った髪型にカットしてくれる美容室があったら、患者さんはきっと喜ぶだろうなあと思っていたところ、夢が叶いました！人は髪型で雰囲気が変わります。精神科病院の療養環境に、『美』という調和のエネルギーがあると、心が癒される効果があると思ひ、花と緑が目に入るよう、光が病室に差し込むように、工夫されて建築されているのが当院の特徴です。更に、美容師という美の専門家が患者さんの心に働きかけて、医療とコラボできたら相乗効果が起きるのではないかと期待しています。

友人を通して紹介された店長は養護学校や老人施設で自らボランティアをされている方です。彼もまた、精神科の患者さんのお役にしたいというピュアな気持ちの持ち主です。お店の名前は【relaxationsalon clef リラクス-ションサロンクレ】という名で、店長は【今までにない、美容室の形態から一歩前進した癒しの空間を提供したい】という志を持っておられます。自分たちの利益のみを考える美容室ではなく、患者さんの立場を理解しようと努力して下さる心ある店長に恵まれた縁に感謝したいと思います。本店は長野市にある「フレア」という名の美容室です。「クレ」がスタートして2か月目が過ぎようとしています、患者さんが喜んで下さり、入院生活に潤いが生まれつつあることを感じています。最近の満足度調査では「美容室が病院にあったことの驚きと、うれしさ」が書かれていました。Tさんは、退院間際に美容室クレできれいに髪を整えてられて、美しくなって退院されました。病院だから、病人らしくしているのではなく、おしゃれをして気分転換できたら幸せなことです。特に、女性にとっては心が軽やかになる瞬間だと思います。男性の患者さんの中には、ベリーショートでバシッと短時間で終わるケースあり、と様々ですが、何より有り難いのは、相手の要望に耳を傾け対応して下さることです。今年は職員と共に南棟の竣工、病棟・デイケアの引っ越し、電カル稼働、病院祭の大成功、西棟の改修そして、西棟への引っ越し、目まぐるしく動いた強烈な一年間でした。が、こうしたほっとする空間が出現したことは、私達職員にとっても、幸せな気持ちになります。かつての管理棟が西棟と名前を変え、西棟の空いた空間が有効利用され、実習生の研修室になったり、会議室になって、様々な方々が利用されるようになりました。多くの皆様のお力をお借りして、ささやかな願いが叶ったことを心から感謝しています。播かれた種がどんな大きな花を咲かせてくれるのか、期待しながら応援したいと思います。



2014年12月26日（金）

平成26年度 忘年会 院長挨拶

皆さん、本日はお忙しい中、大勢の方にお集まりいただき、ありがとうございます。

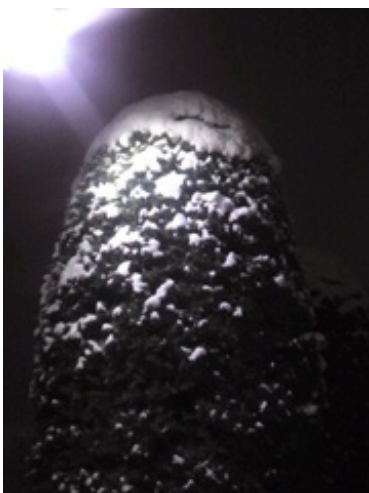
1年間、皆さん、本当にありがとうございました。今年は良いことが沢山ありましたね。南棟、素晴らしい建物が完成しました。皆さんの知恵が結集した建物だと思います。今年の1月にもご挨拶しましたが、「建物は良いものが建つだろう。しかし、それを動かすソフト、そして、ツールが重要だ」というお話をしました。そちらも見事に各人が努力され、この1年過ぎていったと思います。一番大変だった医局も、一時期、私も急性期病棟で22名以上の患者さんを抱える状況で、スタッフの人にも迷惑を掛けていました。時間の隙間も作れない程、かなり無理な体制だったなと思います。今年は、新しい先生方が、いづれも予想に違わず大活躍してくれて、本当に良い診療体制になったと、大変ありがたく思っています。また、4月から入ったメディカルスタッフも、素晴らしい方が沢山いて、新人ながら私達に良い影響を与えてくれ、私達のソフトの力が上がったと感じています。もう一つ、電子カルテですが、去年の暮頃にキックオフミーティングをした時、本当は心配もしていました。キーボードが辛いという人もいたのかとも思いますが、電子カルテで落伍した人はいないと信じています。今も苦勞している人はいるかもしれませんが、選んだベータソフトの『アルファ』は良いソフトだと思います。他の病院では、別のメーカーで苦勞しているという話を多く聞いていましたが、当院ではスムーズに移行でき情報の共有がスムーズに出来ていたと思います。今日、皆で見た『ゴール』という映画でも、チーム医療が話題になっていました。私達は間違いなく、電子カルテをツールとして、チーム力が上がったと思います。私も出張等が多いですが、電子カルテを鞆に入れて持っていき、病院から連絡が入ると電子カルテを確認し、的確な判断が出来ています。とても便利なツールですので、まだまだ2年くらいかけて進化していくことを期待しています。あと、今年はお客さんがとても多かったですね。家族会を始め、沢山の方にお越しいただきました。お世辞も多少は入っていると思いますが、皆さんに「良い病院ですね。」と言ってもらえると、院長としてとても嬉しく感じています。特に、日精協の通信教育の基礎講座でのコメントでは、花などの環境に配慮しているとのコメントが多く寄せられました。花係を始めとし、おそらく環境に関しては全ての職員が関わっていると思います。花や緑の多い、良い環境になってきました。関係者の方々には感謝しています。もう一つ、今年の特徴を振り返ると、人によって様々な感情があると思いますが、当院で看取って旅立たれる方が増えてきました。数年前から『三者満足死』という、御本人も、御家族も、関わった私達医療関係者も、三者が良かったと思えるような看取りをしたいと皆さんにお伝えしてきました。今年はそのような方々が、増えた年だったと思います。東2階病棟が中心だったと思います。予定通り決めたプロセスで行かないことは確かですが、三者が良かったなと思える死が多かったと聞いています。それをさらに進歩していければなと思っています。12月の始めの日

曜に、96歳でK. Yさんが旅立たれました。当院の象徴のような人でした。「第一病棟は何年の何月何日に出来あがったんだ。」と、お客さんが来るたびに説明してくれていました。最期、スタッフの人が、「当直の先生が朝6時に出かけてしまうので、先生の時間帯になるかもしれませんが。」と連絡をくれました。東京から帰ってきてから、事務局長と一緒に顔を見ることが出来ました。その数時間後に亡くなられているのですが、良い顔でしたね。穏やかな顔で、喜んで、長かったけどこの病院で良い人生だったと思って頂けているような顔だったと私は感じました。関係者の皆さんも、ありがとうございます。来年も、私達の病院で看取ってほしいという人は増えてくると思います。大事な柱の一つにしていきたいとします。最後に、学習する集団というのはいつも言っていますが、信大の先端医療や日精看の研修などに行ってもらっていますが、レポートが前向きでとても良くなってきましたね。私も読んでいて感動するレポートが増えてきました。ある熟年の看護師さんが書いたレポートでも、「基本をもう一度見直されて、他の熟年の看護師にもぜひ研修に行ってもらいたい。」と書かれていて、私達も企画して良かったと関係者も感じたのではないのでしょうか。更に質を上げていってほしいとします。将来的には、超高齢化社会と人口の減少と、決して楽観できる状況では無いかもしれません。今年は、『希望』という理念を高らかに上げ、病院の理念が4つに増えました。希望という火は絶対に消さない様に、いろんな仕事の中で、皆で頑張っていきたいとします。

本当に、今年1年間ありがとうございました。お互いの労をねぎらう良い宴になる事を願って、私の挨拶とさせていただきます。

乾杯挨拶 安藤先生

今日は、珍しく時間があつたので、忘年会を辞書で調べてみました。辞書には「一年の労苦を忘れる会」と書かれていました。私は年そのものを忘れる会だと思っていましたので、ちょっと違いました。皆さん、いろんな苦勞をされて、大きな成果を得ているとします。まだ苦勞されている方も、これから苦勞される方も、今日は忘れて楽しく過ごしましょう。今年1年お疲れ様でした。来年も、千曲荘病院の発展と皆さんの発展と健康を祈念します。



2014仕事納め

2014年12月29日（月）

2014年はめまぐるしく変化した、私の記憶に残る一年間でした。2/14の大雪では大変な苦勞をしたので、緊急時の連絡網を見直し、指示命令系統を明確にし、除雪車を購入したお蔭で、今のところ問題もなく進んでいます。困難は嫌なことです、教訓を与えてくれます。振り返ってみると、2014年は南棟の完成、南棟の見学会、南棟への引っ越し、電カル稼働、南棟の竣工式、病院祭、西棟の改修と引っ越しと看護実習生の受け入れなど、職員が一丸となって目標に向かって進み、今までになく大きく成長した一年だったと思います。「追憶」という映画のように、目を瞑れば、2014年の仲間の笑顔と汗と掛け声と走り抜けた日々が思い出されます。今年は、変革の時期に合わせてか、有り難いことに天の計らいで、前向きで積極性のある素晴らしい人材が集まってきました。モノは壊れていずれは消えていきますが、ヒトが生み出す価値は無限です。ヒトからは創意工夫の力で様々なものが生み出され、それは次の世代へと受け継がれていきます。過去の時代を生きた人々の努力と智慧の結晶を受け継いで今の私たちの生活があるので、私も次の世代へ何か遺産を残せるような、役に立つ生き方をしたいと願っています。目の前に目標があるということは幸せなことです。今年ほど、大きいけれどみんなと共通の目標を持つことが大切だと感じたことはありません。小さな悩みが生まれても、それに埋没しているわけにいかないで、集中して仕事を仕上げることができました。目標は私たちが理想に向かうときに現れてくる課題の一つですが、丁寧に乗り越えていくうちに、全体のステージが少しずつ上がっているのを感じます。

今年は南棟5階から上田市の全景を眺めながら書いています。前年は旧管理棟（西棟）3階からでしたが、今年は昨年より高いところにあるので、以前より上田市街地の光が小さく遠く広く見えますが、美しい街だと思える気持ちは変わりません。来年はどんな年になるのでしょうか？このお正月休みに、じっくりと来年の計画を立て、少しでも千曲荘病院が地域に貢献できるような病院となれるよう努力したいと思います。今年も様々な方々にお世話になりました。来年も幸せを感じられることが多い年となりますように・・・祈念しています。よいお年をお迎えください。



平成27年新人職員との対面式（2015.4.1）

2015年4月3日（金）

新入職員の皆様、千曲荘病院への就職おめでとうございます。今年は桜が早く、上田市内でも開花し、春爛漫の対面式となりました。

昨年度は、常勤医師3名の就職にも恵まれ、念願の新棟のオープンとほぼ同時に精神科救急病棟が立ち上がり、電子カルテが稼働した大きな節目の年度でした。昨年度に続いて、本日は病院にとって輝かしい報告があります。新人の看護師が8名誕生し、当院で全員が常勤職員となったことです。8名の新人看護師が正規の職員としてスタートするのは創立以来の快挙であろうと思います。特に中国、四川省から来た4人は、祖国を離れ、言語の壁を克服しての一発合格は見事でした。当人および応援してきた関係者の方がたに感謝申し上げます。

そして6名の新准看護師の方、おめでとうございます。ほとんどの方が看護学校に進学し、更にも上を目指しているのは頼もしい限りです。

当院のカルチャーはいくつかありますが、千曲荘病院はチーム医療を旗印とする学習する集団であり、一人一人が仕事を通して心の成長を目指しています。成功をほめたたえ、嫉妬心や妬みを克服しようとする集団でもあります。

今日は、昨日、届いたある通院患者さんの手紙を披露します。「私は先日、感激したことがあったので書かせてもらいます。早朝、8時頃診察待ちでロビーでコーヒーを飲んでいる時、ワイシャツにネクタイ、ゴム手袋をして清掃をしている職員の方を目にしました。時間からして自主的にしているのか、業務の一部として行っているのかわかりませんが、とても丁寧にそして一生懸命にされている姿に感激したのです。自分も清掃業務が半分を占める仕事をしているので、見習いたいと思いました。またやる気も上がりました。他にも階段清掃をしている方の姿や、受付担当の対応の良さ、診察の看護婦さんの安らげる感じの接し方なども目にとまります。とにかく職員の皆様が素晴らしいと感じています。」

当院の良き伝統をおさらいしておきます。第一に明るい挨拶です。第二に時間を守ること。第三に無駄を排して、常に創意工夫をすることです。新人は早く千曲荘チームの一員になって下さい。そして全員一丸となって当院の良き伝統を継承しつつ、「愛・信頼・奉仕・希望」の基本理念に基づいた理想の精神科医療を創造していきましょう。



「大志を抱いて」丸山大司著

2015年5月22日（金）

丸子中央病院の創立者の丸山大司先生がお亡くなりになり、その葬儀で先生の自伝「大志を抱いて」を頂きました。ご著書を読ませていただき、千曲荘病院の創立者である遠藤利治と似た価値観で生きておられたことを知りました。生前はいい意味でのライバルであり、距離があったように見えたのですが、実は潜在的に似ていて、あの世ではお互いのやってきた仕事が理解できて話が弾んでいるのではないかと思います。満蒙開拓義勇団として志願して満蒙の大地に渡ったこと、ハルピン大学の医学生になるべく必死の勉強をしたこと、終戦から避難民として逃げる中で、言葉にはできない悲惨な体験や見聞、故郷に帰ってからの放心から立ち上がり、焼け野原の東京で再び医学生となったこと、丸山医院を開院した経緯、365日24時間無休で働き、いつ病院から呼ばれてもすぐに駆けつけられるように患者さんを大切にしたこと、「医者には患者に奉仕するもの」と言い切る精神性の高さは凡人をはるかに超えておられました。年をとられてからも「老兵はただ消え去るのみ」と思うのではなく、残された人生を【生涯一医師】として、天命であの世に向かい入れられるまで、同じ老兵の力になって使命を果たしたいと願って最期まで生きようとする姿に、志を持って生きるとは丸山先生のような人を言うのだなと思いました。人の人生はそれぞれ固有で違っているのですが、時代の波に翻弄されず、自分の意志で生き抜いた男らしさも感じました。家族は寂しい思いや、つらい思いをされたことを行間から感じましたが、過ぎ去ってみると、それは大きな仕事を成し遂げられた先生を支えられた誇りとなっていることと思います。

最後に私の感動した文章を紹介します。

+++++++ ここから引用 ++++++

「患者の声に真摯に耳を傾け、患者一人一人の顔が見える医業。そして身体だけでなく、心の痛みまでわかる医療。私は医というのは、5つの徳目の最高位にある仁、すなわち仁愛、慈愛、慈悲の心であると信じて疑わないし、医者は仁を施すものでありたい、そうあらねばならないと思っている」

+++++++ ここまで引用 ++++++

先生、素晴らしい人生を、その教訓を私達にも分けて下さってありがとうございました。

先生の、ご冥福を心よりお祈りいたします。



2015年5月22日（金）

東田さんは重度の自閉症者でありながら文字盤を指しながら言葉を発していく【文字盤ポインティング】やPCを利用して、13歳の時に【自閉症の僕が跳びはねる理由】を執筆しました。20か国以上で翻訳されて注目されています。彼の、外から見えない心の内的宇宙の大きさに驚き、繊細で感受性の高い文章に、感動しました。どの文章も心に沁みる内容でした。目に見えない心の動きを観察することの大切さを知る精神科に従事する人間として、参考になる本でした。紹介しますので、興味のある方は本屋さんで購入してください。

「障害があるから不幸ではないのです。けれども、自閉症だから、普通の人にはない感性が僕に備わっているのは事実でしょう」「人は本来、動いていたい動物ではないかと考えています。いろいろなものを見て聞いて思考し、進化しようとするのです」「もし僕が死んで魂だけが残るとしたら、風のように世界中を、移動するでしょう。人であることから解き放たれた瞬間、進化を超えて、本当の自由を手に入れるのだと思います」「自分がどう見られているか気になった瞬間から、そっと、相手を観察しています」『僕にとっての現実世界は、ふわふわした雲の上から、人間界をみているような感覚です。怒ったり泣いたりしている人たちを、別世界の出来事のようにのぞいています。一人では寂しくせに、地上に降りていく勇気がありません。どんなところにも行けるのに、どこへ行けばいいのかわからない感じです』『善い人間に近づくために、僕は今日を積み重ねていくつもりです』「幸せな大人になれたのは、家族のおかげです。僕が流した涙と同じくらい、家族も泣いてくれたことを僕は忘れません」『僕のことを、誰かが待っていてくれると思うだけで幸せな気分になれるのが不思議です。みんな絆で結ばれています。人は、一人では生きられないということを、生まれながらに知っているのではないのでしょうか」...まだまだ続きます・・・



2015年7月9日（木）

一年に一度開催される千曲荘病院祭の会場づくりは花系の活躍で毎年来場者の目を楽しませてくれます。今年はちなみに10月4日開催予定です。療養環境の美しさは、癒しの力を患者さんのみならず、私たち医療者にも力を与えてくれることを感じております。人間と同じく生命を持った植物は動物のようなダイナミックな動きはしませんが、24時間カメラを回したら確実に変化していることが分かります。静かに変化する「儚さ」が「永遠」と対比されて心動かされるのかもしれない。

当院では、愛情をかけて緑化委員の花係の方たちが様々な植物を育て、病院に飾って下さっています。「真・善・美」のどれも大切な要素だと思いますが、特に「美」は調和のエネルギーがあるので、穏やかな気持ちや清々しい気持ちになれるのではないかと考えています。軽井沢タリアセンの美しさに魅了された花係りのメンバーの報告を聞きながら、「心と身体の病院」としての使命を果たすためにも「美」の要素を取り入れた療養環境づくりが続けられるといいなあと思いました。タリアセンの庭園造りは、豊かな心で美しさを保っているのだらうと思いました。花係のコメントを添えます。

『本日軽井沢塩沢湖タリアセンに行ってきました。藤のツルを使ったダイナミックなアレンジに感動し、10月4日の千曲荘病院祭のフラワーアレンジメントへの具体的なイメージが膨らんできました。』

苔むした庭園や花々は、時を忘れさせてくれ、心も体も癒されます。皆さんも一度足を運んでみてください...千曲荘病院花係』



第9回病院祭前の風景

2015年10月3日（土）

今日も爽やかな風と秋空の下で、明日の準備が着々と進んでいます。それぞれのポジションでそれぞれの方々が、力いっぱい準備をされている姿に、明日はきっと多くの方々が来場されて、賑わっているのではないかとイメージしています。ある職員さんのご紹介でフラワーアレンジメントボランティアが数名お手伝いされていました。数多くのボランティアの皆様を支えられて、こうして毎年、病院祭を重ねられることを感謝しております。

一年に一度の病院祭を通じて、来場者の心に、元気を与え、生きる喜びを与え、楽しい時間を過ごせてよかったと、心に残る一日を過ごしていただけたら幸いです。そして私たちの活動を通じて、少しでも精神科医療に対する偏見が減ることを祈念しています。皆様のお越しをお待ちしております！

病院祭前日の風景を写真で紹介します。





第9回病院祭は大盛況でした！

2015年10月13日（火）

病院祭は秋の晴れ渡った空の下、昨年以上に、多くの来場者には喜びの笑顔が溢れていました。にしおか保育園の園児たちによるオープニングセレモニーに始まる病院祭は、未来の日本を作り上げていくエンジェルたちなので、見ているだけで微笑みたくなる、とても幸せな時間です。9時からの一番早いメニューなのですが、朝の光の中で、きらきらとする動きは、周りの方々に温かくしてくれました。本当にありがとうございました。今年は、全体をラウンドしていて、子供たちやボランティアの数を含めて昨年より多い気がしました。

初めて病院祭にお越しになられる方々が一番驚くのは、花の飾り付けです。至る所に草花が飾られていて、会場全体を美しく盛り上げてくれます。

外部の事業所さんが数多く参加されることも特徴の一つだと思いますし、何よりも、子供たちに人気があるのがチクマンジャージョーです。これを毎年楽しみに来られるお子様とご家族が多いので、嬉しく思っております。毎回、シナリオが変化していくというより、進化?!するように、メンバーが創意工夫を凝らし、互いに磨きをかけて努力しております。今回はストレッサーが、まるでセーラームーンの「タキシード仮面様」のようにカッコよかったので、ドキドキ、ハラハラしながら見ていた方もいたようです。最後の閉めのオリジナル曲の熱唱は千曲荘病院専属の歌手の方にお願ひしました！サングラスに茶髪の長い髪が魅力的だったとの声も聞きました。毎年レベルアップしていて、来年はどうなるのでしょうか？という嬉しい質問も受けました。

昨年完成した南棟でのお抹茶席では、美しい着物姿でお抹茶を運ぶその姿に、お抹茶席から立ち去りたくない気持ちになられた方々もいらしたようです。そして南棟全体に流れる生演奏はピアノだけではありません。ちょっとした音楽会は心が洗われる時間を提供してくれました。バーチャル体験は毎年開催しているのですが、並ばなければならないほど混んでいたようです。

医師講話が2本あり、上田の歴史に詳しい「別所線 歴史散歩」と「ほほつと歩けば・・・」の著者の講演や、「桃太郎対金太郎」の朗読会あり・・・と、メインステージ以外の場所でも楽しめる企画が盛りだくさんあった病院祭でした！多くのボランティアの方々に支えられ、多くの地域の皆様に支えられ、こうして千曲荘病院が精神科医療における使命を果たしてゆける幸せに、職員一同で感謝いたします。



本日貴山流日本舞踊が「なごみ」で初披露！

2015年12月9日（水）

貴山流プロ4人による日本舞踊が「なごみ」で披露されました。現在、様々な病院や施設やグループホームでボランティア活動をされているそうです。なごみのステージが初めて本格的に利用され(設計図の段階でイメージしていた通り)笑顔で鑑賞されているメンバーさんの姿を見て、幸せな気持ちになりました。人の縁を通して「優しさ」に触れることができ、多くの方々によって病院が支えられていることを感じております。御礼は私たちの医療の質を上げて、地域に必要とされる病院となることだと思いました。

日本舞踊の優美にして優雅な踊を初めて目の前で見ました。膝をつけるか、つけないかで女踊りと男踊りに分けられることも知りました。年齢をとっても知らないことがあって勉強になります。黄色の着物を着て踊っておられるのは 師範「貴山観桜み」さんです。凛としていて心を打つ舞踊でした。最後は炭鉾節をみんなと踊って下さって、心温まる一時を過ごせたと思います。ありがとうございました！



2015年12月29日（火）

今年の誕生日で還暦となりました。12月19日の忘年会では職員の手作りの赤い「ちゃんちゃんこ」と「帽子」をプレゼントして頂きました。職員に祝福していただき、本当に還暦になったことを悟りました。後で、何か月も前からデザインし、一針一針縫って下さったと聞きました。有り難いことです。赤い色は魔除けの意味があるそうです。昔は生まれてすぐに赤ちゃんが亡くなるが多かったので「赤いちゃんちゃんこ」を着せたわけですが、再び60歳になると、生まれた時に戻ってくるという意味があって、赤いものを身につけるのだそうです。そう言われてみると確かに新しく生まれ変わったような気がします。今年一年を振り返るのではなく、人生を振り返って生まれ変わるのが今日からだと思うと、未来は、なんだか希望に満ちているような気がしてきます。

昨年南棟が完成して、病院の理念に「希望」を入れたのは、希望ある未来に向かっていくという方向性をつけたかったからですが、愛・信頼・奉仕・希望と4つ並ぶとバランスがとれたように感じます。パンドラの箱の最後から出てきたのも「希望」だったので、たとえどんな状況になろうとも、「希望」を強く心に描いて、来年から新しい気持ちでスタートしたいと思います。毎年仕事納めの夜はじっくりと、千曲荘病院を育てて下さった上田市街地を眺めるのですが、静かな夜の中で、小さな光がキラキラと輝いていて、宝石箱のような美しさを感じます。それぞれの人が一年の終わりをそれぞれの幸せを感じて過ごしている光だろうなあと思います。今年も多くの仲間を支えられ、皆様と共に仕事ができただけに感謝して仕事を終えたいと思います。今年もありがとうございました。そして還暦になるまで関わって下さったすべての皆様に感謝します。来年もよろしくお願いいたします。



12月19日院長忘年会の挨拶から

2015年12月30日（水）

本日はお休みの中97名の方にお集まり頂き、ありがとうございます。今年を振り返ってみますと、良い年だったと思います。一番は大きな事故が無かった事です。これも、皆さんのケアの賜だと感じ、感謝申し上げます。病院の見学を始め、多くの方が外部からお見えになりますが、皆さん、環境整備の点、特に育てた草花たちを喜ばれます。関係者の方々には感謝申し上げます。地域に参加する事が当院の方針の一つですが、地域の行事には多くの方にご参加して頂いています。特に、上田わっしょいには100名近い方にご参加頂きました。病院祭も、2000人に近づいてきました。UCVで放映されている事もあり、医師会等で「今年も盛大でしたね」と声を掛けてもらおうと、私も誇らしい気持ちになります。小さなお子さんのいる方に「今年は塗り絵に参加させてもらいました。」といった、実際に参加された方々の感想もお聞きし、嬉しい限りです。全国規模の研修も当院が事務局で開催され、皆さんの心のこもったおもてなしのお蔭で、盛況に終わることが出来、感謝しています。私自身を振り返りますと、武重先生、櫻井先生、牛島先生が来てくれたおかげで、医局の体制も安定して一人の医師に負担のかからない診療ができ、満足度も高まり、感謝しています。今年は看護師さんも多く入ってくれたのが嬉しかったです。中国から来てくれた4人が皆国家試験に合格してくれた事を始め、他の病院で活躍していた方が帰ってきてくれたりと、嬉しく思います。皆さんが今後も力を発揮してくれる事を大いに期待しています。

来年には認知症型グループホーム「アルテミス」が開設予定です。18名の方を受入、24時間体制でサポートしていく事になります。多くの方が入職され、研修されていると思います。早く当院に馴染んで、力を発揮してくれることを願っています。個人的になりますが、毎年12月19日が忘年会の日と決まっていますが、理由をご存知でしょうか？前から勤めている方は知っていると思いますが、創業者 遠藤利治先生の誕生日です。その為、土曜日でしたが今年も開催させて頂きました。伝統を繋いでいく事は大事な事だと思っています。今年57周年を迎えましたが、60周年、70周年を迎える中で、伝統を繋いでいきたいと思っています。私がこの病院に現在の群馬県の医療センターからパートとして来始めたのが、今から30年ほど前になると思います。今年、還暦を迎えました。60歳になると、後の事を考えないといけない年代になってきます。私は、皆さんに安心してもらえればと思ってお伝えしますが、とあるスポーツジムでは筋肉や脂肪量等、理想的な体型だと言われました。まだまだ元気にやっていけると思っています。これから10年、20年先をどうやって繋いでいくか考えています。4、5年前になると思いますが、次女が大学6年生の時にこの忘年会に参加させて頂きました。彼女は今神戸にいますが、来年の4月に長野県の病院に戻ってくる事が決まりました。精神科を今の所選んでいませんが、合併症等で皆さんのお役にたてるのではないかと考えています。この病院にも少しずつ馴染んでいけるように、4月からパートでの勤務を調整中です。そういった形で、良き伝統を繋いでいきたいと思っています。最後になりますが、今日の忘年会が皆さんの労を労い、楽しみあう会になりますことを祈念し、ご挨拶とさせて頂き

ます。



2016.4.1対面式

2016年4月9日（土）

新入職員の皆様、千曲荘病院への就職おめでとうございます。今年は例年と比べて4月1日付けでの新入職者は少ない年となりました。ただ昨日落成したグループホームアルテミスのスタッフはこの半年前から研修のために前倒しで採用されていますので10数名は、新人あるいは準新人であります。今回は異色の新人、古澤先生について簡単に紹介いたします。先生は長野市生まれで、平成4年信州大学医学部を卒業され、同大学で心臓血管外科医を専攻され、その後13年ほど心臓外科医として診療に従事され、平成17年4月から長野日赤病院の救急部長に転身されこの3月まで救急の現場で働いておりました。最近は災害医療の仕事も多く手掛けているようです。先生との出会いは昨年信州精神神経学会でした。来年度千曲荘病院で精神科の研修をしたいとの事で、即良いですよとの事で本日の運びになりました。先生のお考えは本日またはおいおい先生の口から語られると思います。私どもは精神医療の知識、技術等の提供が可能であり、先生からは救急を中心とした身体病変の知識、技術等を学べるのではないかと期待しています。期限付きの赴任の予定ですが、当院が気に入れば長期になることも期待してもいます。

病院の発展に伴い、本日より医局の体制が変わります。副院長に安藤先生が昇格し、武重先生が医局長となります。頼もしい体制で大いに期待しております。

さて当院は今年で58周年を迎えます。千曲荘病院は、「愛・信頼・奉仕・そして希望」の基本理念の下、「心の健康、心の病気に関する」日本一の病院を目指しています。また「精神障がい」は治らない、怖い、といった偏見と戦っています。まだまだ根深く精神科への偏見は残っていますが、私たちは仕事を通じて、心の病気になっても安心して治療を受け、障害が残っても幸せに暮らせる地域社会を目標としています。

最近、高齢化社会、多死社会も踏まえ、三者満足死を旗印としてエンドオブライフサポートの研究・実践も進めています。この5月には認知症グループホーム「アルテミス」が開設されます。当法人としては初めて介護保険事業に参入し、地域包括ケアシステムの中核事業体を目指します。

最期に、恒例ですが当院の伝統を再確認しておきます。まずは明るい挨拶と笑顔です。常に自分から率先して気持ちの良い挨拶を実行してください。自分から先に挨拶することで相手の心が開きます。笑顔は、人の心を和やかにしてコミュニケーションを良好にします。これは、当院のスタッフになる「登龍門」と心得てください。二番目は時間を守ることです。時間を守る人は人に信頼されます。また創立者の遠藤利治が常に言っていたことは「創意工夫」という言葉です。常に良いアイデアを考え続け、改善を継続しなさいという意味です。更に教育の重視です。今、総師長を中心にして教育システムが完成されつつあります。学び続ける組織が千曲荘の特徴です。結びになりますが、今日の対面式を期に、気持ちを新たにして良き伝統を継承しつつ、新人と共にみんなで精神科医療の理想を目指してベクトルを合わせてまいりましょう。



第10回病院祭大成功！

2016年9月29日（木）

昨日は病院祭2364名の来場者がお越し下さりました。職員、入院患者さん、ボランティアの方を入れずにこの人数となっていますので、実際の頭数は3000人に近づいたのではないかと思います。まさに10回目にしてティッピングポイントを越えたのではないかと考えております。職員の「オ・モ・テ・ナ・シ」の気持ちが会場に溢れておりました。企画それぞれが素晴らしく、どの会場も活気に満ちておりました。チクマンジャーが定着してきたのか？、子供たちが前方にずらーっと並んでいましたし、駐車場が満車になって、道路がしばし渋滞になっていました。大変さはいかばかりだったことでしょうか。ポップコーンがポンポンと音を立てて作られています。会場を飾る花達はどこも美しく調和のエネルギーを出しておりました。南棟でのミニコンサートはまるで別世界空間になっていて、バイオリンとピアノのハーモニーに酔いしれている方々がたくさんいました。（私もその一人です）アロマ講座はいままでになかった大盛況でしたし、サクスのアンディファンも増えたと思います。今年初めて「アルクマ」を設置して、小さな子供たちが楽しんでいましたし、暑い一日でかき氷の列は長ーく続いて、簡単にたどりつけないほどでした。ビックリハウスで楽しんだ後、バザー会場に入って10円でお買い物が山ほどできたと思いますし、スターバックスは今までになかった売上だったとお聞きしています。南棟では地域交流スペースに杉村俊明氏の絵画展が開催され、隣では美しい女性によるお抹茶席が設けられて、一息つけました。リベルテの展示販売あり、バルーンアート体験あり、どの会場も人、人、人で、溢れておりました。・・・書きたりないほどの沢山の感動をありがとうございました。来場者もきっと同じように感じられたことと思います。

素晴らしい思い出をありがとうございました！皆様の心に残る一日であったことを、ボランティアの方々、地域の方々、職員の皆様に感謝するだけでなく、年に一度の行事が天候に恵まれ晴天の一日の中で健やかに行われたことを天に感謝したいと思います。

病院祭が終わった後は、あっという間に撤収が終わるのも、当院の職員の皆様の結束力の凄さですし、翌日からは、何事もなかったのように、診療を始め、平常業務が始まるのが当院の特徴です。

来年は更にレベルアップして、地域の皆様たちと共に喜びを分かち合いたいと思います。楽しみにお待ちください！

