

4月から赴任しました野瀬です。18年ぶりの芸西病院です。前回は平成13年1月から14年4月まで勤務しておりました。その後、四万十市(当時は中村市)の渡川病院へ転職となり、18年勤めました。平成14年の2月だったでしょうが、中村への転職が決まった頃のことを私はよく覚えて




新任のあいさつ—幡多地域の紹介も交えて—
副院長 精神科医師 **野瀬 清一郎**




発行所
安芸郡芸西村
芸西病院
TEL 0887(33)3833
発行責任者
岩村 久
http://okura-kai.com/geisei/

ここで中村の紹介をさせていただきます。特に高知県東部の方にとっては馴染みのない土地かもしれません。室町時代、応仁の乱で荒れた京都を避け、前関白大臣一条教房は自分の荘園があった土佐中村へ来ました。1468年の

います。冬の空気の澄んだ朝には芸西病院からはるか足摺半島が見えるのですが、当直明けに双眼鏡でよく眺めていました。縁もゆかりもない、知人の一人もない中村へ行くのが嫌でたまりませんでした。平成14年5月(当時私たちの異動は5月でした)、軽四に詰めるだけの荷物を積んで中村へと向かいました。あの頃は高速道路も須崎まで、久礼坂を上り、片坂を下りとなかなか遠かったです。その頃、私は中村についてほとんど知りませんでした。

規模は違いますが、たしかに京都と中村は地理的に似ています。東、西、北の三方を山に囲まれ南が開いた盆地です。四万十川(渡川)と後川が合流するさまは桂川と鴨川の合流と似ており、この地形を見て一条教房は驚いたことでしょう。後川のことを鴨川と呼ばせ、今も鴨川という地

ことです。この当時の土佐は安芸氏、山田氏、長宗我部氏、本山氏、津野氏などの豪族が覇を競っていた時代でしたが、幡多も混沌としており、土着の豪族が小競り合いを繰り返していたようです。そのような中、関白大臣という天皇の次の位にあった人物の登場は幡多の歴史に影響を与え、中村も大きく変わることになります。一条教房は豪族を従え「土佐の小京都」といわれる中村の街を築き土佐の国司となります。

名が残っています。街の東には東山が連なります(ただ、大文字はここにはなく、別の理由でかなり離れたところにあるのです。この理由も郷土史的には面白いのですが紙面の都合上省略します)。この四万十川と後川に挟まれた平野部に中村御所をつくり、町筋は碁盤状にして京都の地名を移しました。現在、中村御所跡は残っていませんが、街の中心部の小高い丘の上に一条神社が残っています。



上記のように、一条教房は応仁の乱を避けて中村へ来たといわれていますが、この地で中国との貿易(遣明貿易)を行い巨額の利益を得ます。遣明船の通常ルートは瀬戸内海から関門海峡を通り東シナ海へ抜けるルートでしたが、

当時は乱世、瀬戸内海には別勢力の海賊も出没します。そこで一条教房は九州の南を回り、土佐清水や下田(四万十川河口にある中村の外港)へ入り、室戸を回るコースで貿易を行いました。応仁の乱を避けつつ、幡多の地で遣明貿易を行うという計画を当初から持って中村へ来たという説があります。むしろこの説のほうが正しいのではないかと思います。

外來診察担当医
令和2年7月1日～

	月		火		水		木		金		土	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
内科	山崎(第1)	岩崎(第3)	八木	清藤(第1-3) 八木(第2-4-5)	山崎	八木	大西(第1) 八木(第2-5)	山崎	山崎	山崎	麻生	休診
	八木(第2-4-5)											
精神科	野瀬	岩村	岩村		藤戸良輔	野瀬	三宅	西本	交代制(第1-3-5) 村上(第2)		休診	

幡多の地で大いに栄えた一条家でしたが、4代目の一条兼定の時に長宗我部元親によって滅ぼされます。最後は1575年、渡川の戦いでした。渡川（現四万十川）に架かる通称赤鉄橋のあたりが古戦場です。今年NHKの大河ドラマ「麒麟が来る」を放送しています。先日、斎藤道三の死を放送していましたが、ちょうどこの頃が土佐一条家の末期にあたります。中央では織田信長、豊臣秀吉と戦国時代の中でも激動の時代へ突入しますが、土佐では一条家滅亡後、長宗我部氏が台頭し、幡多もその勢力下に入るようになります。程なく徳川の時代となり、高知へ山之内一豊が入りました。高知城を築き城下町が発展していくわけです。高知の街は中村の街に遅れること約150年ということになります。

中村にとって土佐一条家の約100年間は、京都から公家文化が入ってきた時代でした。しかも突然に。同じ高知県でも幡多と高知は文化が違うと言われま



す。一条家の下向から約50年経ちますが、一条家の影響は今も残っているのだと思います。よく幡多美人といわれます。私もそう思うのですが、たぶん京美人の血が入っているのだろうと思います。

中村で18年暮らし、変化を見てきたのですが、田舎はどこも同じで、少しずつ活気がなくなっています。中村はスナックが多いです。私が中村へ行った頃は店の中に客がワンサカ座っていました。徐々に静かになってきていたように感じます。私も歳をとり、結婚もしましたので、昔、栗坂先生（カラオケの先生）と飲み歩いた頃のような元

気もお金もなくなっていきました。スナックはともかく、自然豊かな高知県の中でもひととき素晴らしい幡多は、観光客をひきつけています。

お話は芸西病院に戻りますが、入職して2か月が経ちました。精神科業務としては前職と同じことをしているわけですが、お作法が違いますので当惑しております。初めての患者に注意を向けながら、芸西病院の作法でカルテ書きや処方などをしてく。あちこちに注意を向けながらの作業です。61歳の老化現象の出てきた頭ではミスが出やすいようです。渡川病院の作法は長年私たちが作ってきたものです。スムーズに仕事ができたしストレスも無かったわけです。私も新人に教示する立場であったわけですがそれが一転、私が新人。悪戦苦闘です。

今回の芸西病院への異動について、医局からは、「最後は義理と人情で（芸西病院へ）行ってほしい」と言われました。もとより



義理と人情で動いております。最終的には、対医局というよりは「芸西病院への義理、人情」で来させていただくことにしましたが、今回の異動で私も渡川病院で18年積み上げてきたものを捨てることになりました。妻子と離れ離れの生活になっていきます。若いうちとはともかく、歳をとったらこのようなストレスは避けたいものです。芸西病院の職員の皆さんには関係のないことですが、芸西病院に限らず関連病院は医局員の痛みの上に成り立っているという側面があることもご理解ください。宜しくお願ひ致します。

看護師 准看護師 介護福祉士 ヘルパー2級



☆院内研修が充実しており、未経験の方も歓迎です。



☆24時間院内保育もあり、子育てしながら勤務可能。

☆勤務は2交代制で、働きやすい環境が整っています。

☆高齢者ケア、精神科看護、地域保健福祉に関心のある意欲的な方、応募をお待ちしています。

現場栄養士 調理師 調理員 急募 !!

料理に興味のある方、



未経験者の方も大歓迎!!

新人職員研修を終えて

今年も新しい仲間を当法人に迎えることができました。4/16、18、2日半に及んだ研修を受講した新人職員の皆さんには法人の在り方をはじめ、各部署の紹介、接遇など沢山の気づきや学びがあったのではないかと思います。職域を越えてのチーム医療の大切さや自らの役割、それらを考え、学び、法人内で活躍して頂きたいと思えます。ここでは3名の感想をご紹介します。

1階内科病棟

看護師 小松 紅貴

初日のオリエンテーションで配布された日程表に数十分刻みで組まれた研修内容が書かれていて、自分はどうやってやるのだろうかと心配でした。初日にはおくらの会の現状や経営方針、医療に関する法律などの説明を受け、2日目は各部署の役割や連携を、そこで実際に働く所属長・主任さんなどに紹介してもらいました。研修内容は座学がほとんどでしたが、ひとつひとつの講義を丁寧に説明をしてもう一度理解することができまし



た。今年看護学校を卒業したばかりの私にとっては3日目の接遇マナーは社会人として大切なことを学ぶことができて、誤って覚えていたり初めて知ることも多くありました。この研修の中で、リゾートヒルやわらぎの「その人らしさを尊重し人と人とのつながりを大切に明日につながるケアを目指す」という運営理念は強く印象に残っています。

まだまだ不安なことは多いですが、日々勉強をして学びを深めながら人として看護師として成長していきたいと思えます。今年は新型コロナウイルス感染症の影響により2日半という例年よりも1日短い日程となりましたが、とても充実した研修となりました。

2B病棟

看護師 公文 愛子

今年の新人職員研修は新型コロナウイルスの影響でレクリエーションなどはありませんでしたが、とても内容の濃い研修になりました。私が印象に残っていることは二つあります。一つ目は藤戸理事長のお話です。この芸西病院は藤戸せつ先生の精神医療に関する熱い思いが詰まってできた病院だということを知りました。

看護学生時代からアルバイトでお世話になっていましたが、病院の成り立ちについては全く知りませんでした。改めて芸西病院についての話を聞くことができ、自分も職員の一人として藤戸せつ先生の思いを受け継いでいきたいと考えようになりました。

二つ目は接遇についての話です。ここでは自分の接遇次第で相手に不快感を与えてしまうこともあるということに改めて実感しました。日々の業務をこなす中で、言葉遣いや態度がおざなりになってしまうこともあるかもしれませんが、その時はこの研修のことを思い出して、自分の接遇

を振り返りたいと思います。最後に、私はアルバイト期間を含めるとこの病院でお世話になって3年になります。

今年夢であった看護師になることができました。アルバイト期間中に学んだ事が実習や国家試験に役に立ち、充実した学生生活を送ることができたので、芸西病院にはとても感謝しています。研修を受け、自分も職員の一人になったのだと実感し、これから看護師としてこの病院に貢献していきたいと思っています。そして次の目標である認定看護師・専門看護師といった資格取得に向けて努力していきたいです。

リハビリテーション部

言語聴覚士 堀川 悠莉杏

今年の4月に入職し、4月16日、18日、2日半の新人研修に参加させて頂きました。初めて参加する研修ということもあり、とても緊張しましたが無事に終えることができました。

1日目は、おくらの会の経営方針や医療情勢、精神科医療などの説明を受け、前半は難しい話も多くありましたが、1日の終わりに同期メンバー全員で自己紹介を考えながら屋外を散歩し、満開の桜や海

など芸西病院ならではの美しい自然も楽しむことができました。

2日目は、おくらの会の施設や各部署の役割、連携の取り方について説明を受け、どんな小さなことにも沢山の部署が関わり合い、連携し初めて患者様に医療を提供することができていることを改めて実感しました。

最終日は、前半に藤戸良輔理事長から芸西病院設立の歴史やおくらの会の理念についてお話を伺い、後半は接遇マナーについて説明を受けました。なかでも私が印象に残っているのは、藤戸せつ前理事長の「患者さんが興奮したときや、大きな声を出したときや、思ったときに思うままに出来る環境づくりをしたい」という思いや、「閉鎖的な病棟にはしない」という強い意志を持って、芸西病院の設立に至ったことです。患者様のことを第一に考える気持ちは、誰もが持つと思いますが、「思うだけではなく、行動に移していく」ということの大切さを強く感じ、私も患者様のためを思うだけでなく、行動していくことができるセラピストに成長していきたいと思いました。

新型コロナウイルスの感染予防 対策期間を振り返って

看護部長 角谷 広子



20人近く感染が拡大しており、このウイルスの脅威を再認識させられました。

新型コロナウイルスは、発症2日前から感染力を持ち感染力は強いですが、大半は軽度の風邪症状で特異症状が少なく味覚や嗅覚の消失が目立つ。しかし、免疫力が低下していると急激に呼吸困難、多臓器不全となり短期間で死に至り、フェイントをかけられる怖さがあります。

そのため、免疫力の低い高齢者や代謝性疾患の方が多い病院や施設では、この未知のウイルスの侵入を警戒しています。感染経路は不明な点もありますが、一般的には飛沫感染、接触感染です。食事

この原稿を書いている本日5月14日、国は新型コロナウイルスを39県に対して解除しました。幸い、高知県はゴールデンウィーク中に感染の沈静化を認め、7日から飲食業者も含めて「密閉・密集・密接」の3密回避とソーシャル・ディスタンスの原則を守ることによって営業活動を緩和し始めました。

当院も、高知県が緊急事態制限中はテントを設営して外来者の健康チェックを行い、感染予防対策を強化してまいりましたので、39県解除のニュースに安堵しています。一方、愛媛県では昨日、病院職員1名に陽性が確認され、本日は

そのための、免疫力の低い高齢者や代謝性疾患の方が多い病院や施設では、この未知のウイルスの侵入を警戒しています。感染経路は不明な点もありますが、一般的には飛沫感染、接触感染です。食事



業療法では療法士がマスク着用中でも声が通るように、イヤフォンマイク・ヘッド型を導入しました。これは難聴のある参加者には好評です。外来では、受付や診察室でアクリル板等を導入しました。面会制限は徐々に解除すると思いますが、今後の感染症や災害時にテレビ電話で面会ができるようタブレットを準備しました。



国は「新しい生活様式」を推奨しており、職場環境は外部会議や研修、学会等でWEB開催が進み、当院も時代の流れから研修室にWiFiを整備しました。私自身、休日にはステイ・ホームで家事や読書の時間等が増え、不自由な中で束の間のゆとりを感じています。コロナ・パンデミック後の新しい時代の「価値観」は情報技術の駆使だけではなく、「豊かな人間性の追求と共有」。そのようなものであることを期待しています。

精神保健福祉法の研修での学び

3B病棟 看護師

今宮 葵

今回精神保健福祉法の研修に参加することにより、昨年新卒1年目に感じた時とは違った学びを得ることが出来ました。昨年、研修を受けた時は精神科で働いた経験が浅く、自分の中の精神疾患を抱えた患者さんへの関わり方を見い出すことが出来ていなかったからです。しかし、1年間精神科で働いて強く感じたことがあります。倫理的配慮や法的根拠を看護に結び付けなければ、適切な精神科看護・医療は提供できないということです。これらを学んだ上で今日の研修を受けると、精神科看護を行うためには精神保健福祉法を深く理解する必要のあることを更に強く感じました。

1年前、精神疾患を抱えた患者さんと深く接していない私は、患者さんに対して恐怖心や不安感を強く抱いていました。看護学生時代に経験した看護実習では、現在と同様の閉鎖病棟で実習を行いました。患者さんが看護師や職員に対して病状の悪化から荒々しく声をあげたり、また苛々して暴力や衝動的な行為に至

っている方々を目の当たりにし、その当時感じた恐怖心や不安感が強く残っていたからです。しかし、いざ入職すると患者さんたちは純粋で素直な方が多く驚きました。私が感じた恐怖心や不安感は、患者さんの一部分しか見ていなかったためだったということを感じました。日々患者さんと関わる中で精神看護の難しさを実感していますが、今では、患者さんと関わる楽しさも感じるようになりました。患者さんの心に寄り添い、患者さんを理解し個別性のある看護を行いたいという思いを抱くようになりました。この思いは精神科看護だけではなく、一般科でも通じる必要なことだと思ひ、日々勉強になります。

精神科の看護観を見い出すことはまだまだ出来ていませんが、日々の患者さんとの関わりや先輩看護師からの学び、そして院内・院外研修を受けることで、少しずつでも看護観を見い出すことができると努めたいと思ひます。

リレーエッセイ No.62
「着物と私」
 支援事業所 橋田 二美

私の趣味の一つである着物について、その魅力を語らせていただきます。若い時はそれほど感じてはいませんでしたが、10年くらい前から、着物の外見の華やかさだけでなく内面の美しさに心奪われるようになり、友人と一緒に、着付けを習い始めました。日本の伝統的な衣装である着物を着用すると、洋服に比べ、帯で締め付けるので不自由さはありませんが、身が引き締まる思いがします。

着物には「格」という観点から様々な種類があります。最も格の高い着物は、女性では、黒紋付・黒留袖・色留袖・振袖です。華やかな場所でも着用する着物は訪問着・付け下げ・色無地・お召などで、カジュアルな場面でも着用する着物は、江戸小紋・小紋・紬・浴衣などです。そして帯にも格があり、着物とのバランスを考えることが大事です。また、季節によって着用する着物や帯も決まっています。着用する際はTPOに合わせる必要があります。現代では、着物は結婚式や

式典などで着用されるのみで、ほとんどが洋服です。私は、友人とカジュアルな着物を自装して、美術館に行ったり、和の雰囲気を感じずお店のランチに行くのが楽しみで、以前は京都へ旅行をし、着物でお寺を巡ったこともあります。

今は、コロナウイルスの流行により、ステイホームで自粛生活ですが、また、着物を着てお食事会や外出ができる日を楽しみにしています。



**みずき研究大会
中止のお知らせ**

十月二十四日(土)に開催を予定していましたが、新型コロナウイルス研究大会ですが、新型コロナウイルスへの感染防止、健康・安全の確保を最優先に考えた結果、中止といたします。



第2回 「夏の1冊」 銀の猫
 著者 朝井まかて
 発行：2017年 文藝春秋
 1階内科病棟 看護師 角谷 由美子



少し身体を動かすだけで汗ばむ季節になってきました。皆さま、いかがお過ごしでしょうか？

新型コロナウイルス対策として、今や日常的となったマスク着用ですが、仕事中はマスクの中がサウナ状態になることも多く、私は初夏の厳しさを例年より一層感じている今日この頃です。

今回ご紹介する作品の主人公、お咲きは江戸の町でお年寄りの介護をする「介抱人」という仕事をしています。現代のホームヘルパーさんのような職業です。江戸時代という平均寿命が約五十歳で寿命が短いというイメージでしたが、じつはそうでもなかったようです。「江戸の町は、

長寿の町だ。子供はふとした病であっけなく亡くなるけれど、五十過ぎまで生き延びればたいしては長生きで、七十、八十の年寄りばざら、百歳を過ぎた者もいる…(抜粋)」
 いまの世の中ほどではないにしても、江戸時代は高齢者の介護問題を内包した時代だったようです。□入屋の「鳩屋」の主人、五郎蔵とお徳夫婦に見守られ、誠心誠意働くお咲きは引っぱりだこですが、彼女は身内の金銭問題に振り回されており、決して恵まれた身の上ではありません。身を粉にして働かないと生きていけない立場です。お咲きはそんなことを考えて少し気持ちが塞ぐこともあります。けれど、彼女はいつまでも引きずってはいません。介抱人の仕事も他人からは、「あんた、何で介抱人なんぞしてんの。年寄りの世話なんて、辛気臭いだろ」と、介抱にかかわっていない者に限って無遠慮な問いを投げってきます。こんな時、お咲きは「そりゃあ、住み込みの女中奉公よりいい稼ぎになるからですよ。あたし、



やわらぎ通信

リゾートビルやわらぎ
運営理念
その人らしさを尊重し
人と人とのつながりを大切に
明日につなげるケアをめざす

はじめまして

総師長 野町 清佳

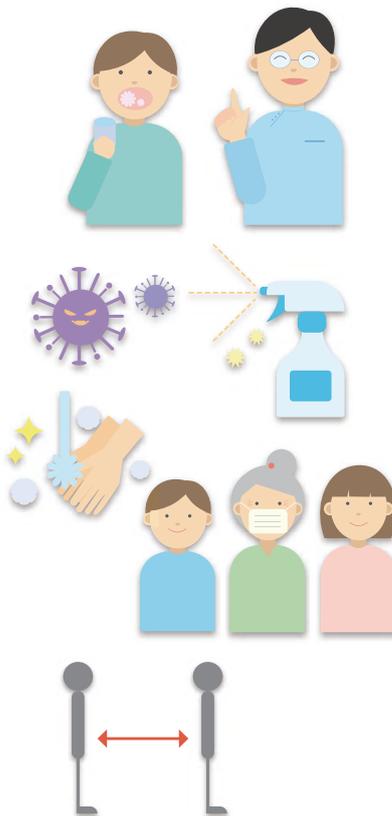
はじめまして、4月から桑原前総師長の後任として総師長を勤めさせていただいている野町です。私は、芸西病院で26年間、そのうち「やわらぎ」でも通算4年半、看護師として勤務させていただいております。

さて、新型コロナウイルスの世界的な感染拡大は、日本の社会、そして、私たち「やわらぎ」にとってもかつて無い脅威となっています。日本では、4月16日に緊急事態宣言が全国に拡大されました。その後5月25日には、解除宣言が出されたもののまだまだ予断を許さない状況が続いております。現在、県からは感染防止の3つの基本である①距離の確保(1〜2mは空ける)②マスクの着用③手洗い、手指消毒の徹底が示され、3密の回避や他県への移動の自粛なども引き続き呼びかけられています。また、ウィズ・コロナ社会での新しい生活様式の実践では、買い物や娯楽、スポーツでの距離の取り方、また、食事場面でも大皿は避けて料理は個々に分けておくことや対面での食事を避け、おしゃべりは控えることなどの実践例が示されています。

「やわらぎ」の職員にとりましては、ご利用者様との密着は業務上避けられませんので、マスク着用や手指消毒をより徹底して業務に当たっております。ご利用者様をはじめ関係者全員を守るためには、1人1人が新しい生活様式の励行をしっかりと心がけることが大切です。一方で、施設が実践する対策によっては、ご利用

者様にもご負担をおかけすることもありますが、是非ともご協力をお願いいたします。私たち職員は、今こそ一丸となつてこの難局を乗り越え、今後ともより良いサービスの提供に励みたいと思っております。

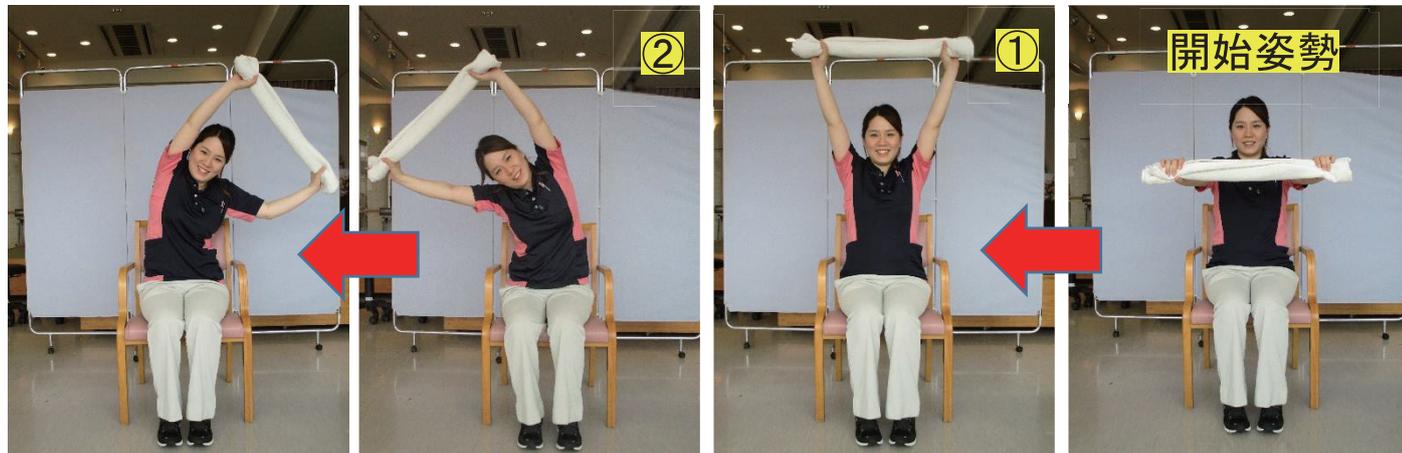
まだまだ未熟で至らないことばかりの私ですが、尊敬してやまない桑原前総師長の背中から学び、「やわらぎ」で働く職員の1人として、ご利用者様やご家族様の声をこれまで以上に大切にしながら精進して参ります。どうぞよろしくお願いいたします。



「自宅で簡単ストレッチ」

理学療法士 宮地 隆史

みなさん、この数ヶ月コロナウィルスの影響で、外出制限によって活動することが減ったのではないのでしょうか。あつ、前よりも体が硬くなったな、体がなんか重たいなと感じることありませんか？かといって、積極的に運動するのも億劫になるな～と思います。そこで、自宅でテレビをながらでもできるタオル体操(ストレッチ)を今回ご紹介しようと思います。

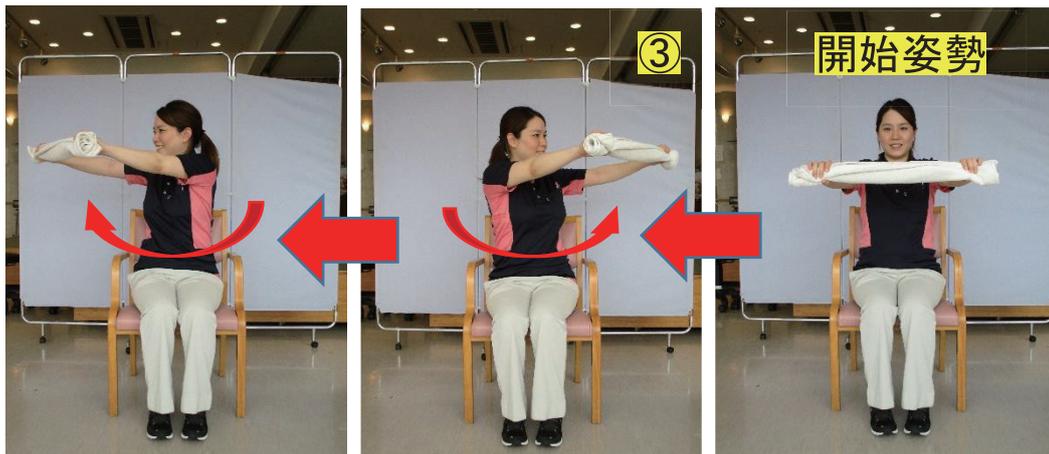


今度は右側に傾けて、同様のことを行います。

バンザイの姿勢から左側へ体を傾けて止めます。10数えましょう。

ゆっくりとバンザイをして、背中の筋を伸ばします。そのまま10数えましょう。

タオルを肩幅くらいに保ちましょう。



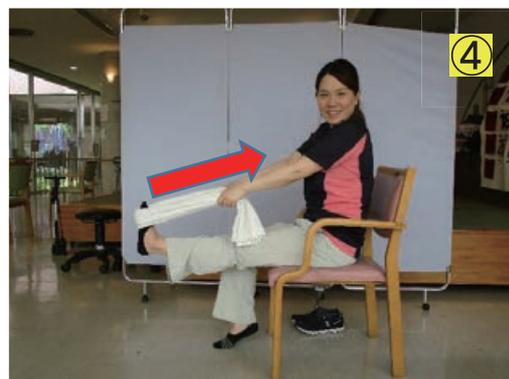
身体を回します。このとき、腕だけを回さないように注意しましょう。その姿勢のまま10数えます。左回しが終われば、次は右へ回して同様のことをします。



体操後は、水分補給も忘れずにね！！



※各体操は左右5回くらいを目安に行いましょう。
運動はゆっくりと行い、姿勢を保持したまま10数えましょう。呼吸は止めませんよ！！
体を傷めないように無理のない程度に体操は行って下さい。



タオルをつま先にかけて、ふくらはぎの筋をのばします。

たこ焼きパーティー

5月



喫茶



「人生102年の心のこもった刺繍マスク」

当施設通所リハビリをご利用されている松村緑様の刺繍入り手作りマスクです。松村様はこの5月28日には102歳を迎え、やわらぎの全サービスご利用者の中でも現役最高齢！感染症も寄せ付けずの健康長寿のマスクです！



無我夢中

30

やわらぎ一階 介護助手

小笠原 考洋

私が今、無我夢中になっているのは、ウエイトトレーニングです。週3〜4回程ジムに通い、ダンベルやバーベルを用いて日常生活ではかからない負荷を筋肉にかけて鍛えています。

私がウエイトトレーニングを始めたきっかけは腰痛からでした。腰痛で通っていた整骨院の先生から足・腰を強化するために勧められたからです。しかし、初心者の中には、どのように鍛えたらいいのかもわからず、もうやめようかと考え始めた時、ガッチャンガッチャンと音を鳴り響かせ、1人黙々とトレーニングをしているガタイのいい強面の男性に出会いました。「僕にも筋トレを教えてください。」と恐る恐る声をかけると、優しい表情になって引き受けてくれました。

その方との出会いからウエイトトレーニングの素晴らしさを学ぶことができました。目に見える筋肉の大きさではなく、長く続けていくことでいつの間にか体の中が変わっていつの間にか肌で感じます。そして、その嬉しさからよりトレーニングに力がはいっていきます。

今現在は、新型コロナウイルス等の感染対策として、3密をさげマスクを必ず着用して、ウエイトトレーニングに日々奮闘しています。

