



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/>



新任のあいさつ

精神科医師

山田 眞子



はじめまして、山田眞子と申します。高知大学医学部附属病院精神科からの派遣にて、2022年4月より週に1度、火曜日にこちらで勤務させていただきます。実は4月に1度来てから、コロナの影響で大学の方針により5月まで勤務がストップしてしまいました。そのため、まだお会いしたことのない方、ご挨拶できていない方も多く、私自身勤務に慣れていない状況ですが、何卒よろしくお願ひ申し上げます。ぜひお気軽に話しかけていただければ嬉しいです。

さてここからは私のことについて少し書いてみようと思います。私は広島県出身で、大学から高知県に引っ越してきました。高知県に来た当初は、そんなに広島から遠くないしそうは変わらないだろう、と思っていました。1番初めに違いに気が付いたのは5月頃のこと、日差しについてでした。気温は涼しいのに随分とじりじりしています。広島島の7月くらいの太陽のじりじり感で、この時期になると高知すごいなああと未だに感じます。2番目は、ご飯が美味しいことです。どこのお店も大体美味しいので、食いしん坊な私としては嬉しい限りでした。以降、よさこいに参加して炎天下の中1日中踊つてみたり、下から降る雨に泣かされたり、広島弁に高知弁がミックスされた方言を喋るようになったり、飲み会で日

本酒の美味しさに驚いてみたり(時にはつぶれてみたり)、部活でオーケストラをしたり、楽しく大学生活を送りました。オーケストラではヴィオラ、という楽器を担当していました。バイオリンの一回り大きいサイズの楽器で、低音の深い音色が特徴の楽器です。おそらく、皆さんが人生でバイオリンと思ったものの中に1本くらいヴィオラが混じっていても気付かないくらいバイオリンと似ていますし、ヴィオラ弾きも遠目からでは判断できません。オーケストラの中ではトップクラスで知名度の低い楽器ですので、覚えていただけたらと思います。高知大卒業後は初期臨床研修を国立高知病院で終え、この4月に高知大学医学部附属病院精神科に入局

いたしました。まだまだ若輩者で、ご迷惑をおかけすることも多いかと思いますが、毎日励んでまいりますので、今後ともどうぞよろしくお願いいたします。



芸西病院
ある日の景色

おさんぽに行きました
健やかに大きくなあれ

院内託児所
チャイルドルームむつき

外来診察担当医 令和4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)	山崎	八木	清藤(第1・3)	八木	大西(第1)	山崎	山崎	麻生	休診	休診
	八木(第2・4・5)				八木(第2・4・5)		八木(第2~5)					
精神科	大崎	岩村	岩村	岩村	藤戸良輔	大崎	廣瀬	内野	内野	廣瀬	休診	休診
											(第1) 廣瀬 (第2) 村上 (第3) 廣瀬 (第4) 高橋 (第5) 交代制	

芸西病院

発達障がい児のリハビリテーションを始めて10年になりました！

リハビリテーション部 部長 理学療法士 加賀野井 聖二

言語聴覚士 森 貴水香

当院では平成23年より発達障がい児のリハビリテーション(以下リハビリ)を開始しました。県下でリハビリを実践している病院が少なく、高知県立療育福祉センターより「地域在住の子どもさんを受け入れてほしい」との依頼を受け平成24年9月より本格的に受入れを開始しました。発達障がいとは、生まれつきの脳機能の発達の偏りによる障がいです。得意・不得意の特性と、その人が過ごす環境や周囲の人との関わりがミスマッチから社会生活に困難が発生します。さらに外見からは分かりにくく、その症状や困りごととは十人十色です。そのため、その特性を「自分勝手」「わがまま」「困った子」などと捉えられ「怠けている」「親の育て方が悪い」などと批判されることも少なくありません。



理解した上で、その子に合ったサポートをしていくことが大切です。当院では現在多くの関係医療機関からの紹介を受け、現在250名以上の子どもさんが通院しております。以下当院リハビリの受診方法を含め、取組みについて少しご紹介させていただきます。

【当院への受診方法】

当院は小児科がないため、他院小児科などの主治医の先生からの「紹介状」が必要です。当院医療福祉部の窓口にて紹介状を持参していることをお伝えください。日程調整を行い、当日のリハビリ開始となります。

【発達障がい児へのリハビリテーション】

●理学療法士は、基本動作能力(座る、立つ、歩くなど)の発達を促し自立した日常生活が送れるよう支援する医学的リハビリテーションの専門職です。運動発達の遅れがある子どもに対して、遊びなども取り入れ楽しみながら運動発達の促進を目標に行っています。また運動時における身体の不器用さを軽減するアプローチも行っていきます。子どもの成長を手伝うのに、どのような方法がよいか共に考えます。

環境設定はどうかすれば適切なかを共に考え、本人が家や学校、園で具体的なやり方や状態を作れるよう練習や提案を行います。

●言語聴覚士は、ことばによるコミュニケーションに問題がある方に専門的サービスを提供し、自分らしい生活を構築できるよう支援する専門職です。主にことばの発達の遅れや社会性、読み書き等に遅れのある子どもを対象に発達を促す関わりや支援方法の提案を行います。

【当院の取組み】

①保育園、小学校へ訪問し、学習現場における子どもさんの弱みの発見と対応

リハビリ開始から1〜2か月の間に可能な範囲内で同意を頂けたケースに対し、各教育現場へ出向き対象児の学習状況などを見学させていた

だいています。それにより対象児

の強みと弱みを発見し、リハビリプログラムの作成に反映させています。またリハビリで獲得されたことは学校や自宅で活かせるよう関わっています。

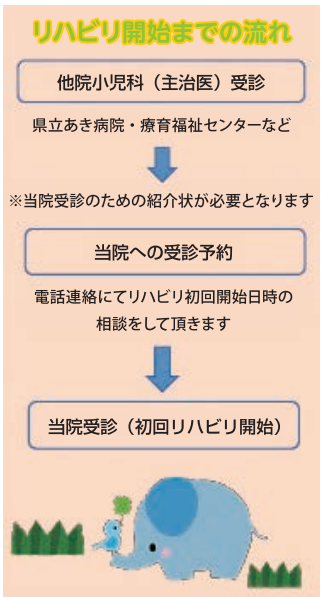
②より良い発達を促進するための治療プログラムの実践

③保護者、主治医、担任教員、認定心理師、保健師、セラピストによる支援会議の開催

基本的には年2回程度の支援会議を行い(必要性の高いケースでは毎月実施の場合もあります)それにより対象児の情報共有が可能となります。支援者の役割分担を明確化し、子どもや保護者が安心して活動できるように支援しています。

④保護者に対する支援(ペアレントトレーニング、カウンセリングなど)

「子どもへの対応の仕方が



わからない「不安が強い」などの訴えが聞かれる場合があります。そのため、そのような保護者に対してはペアレントトレーニングを実施し、子どもへの対応の仕方について学ぶ機会を提供しています。また不安が強い保護者に対しては個別にカウンセリングを実施し相談に応じています。

⑤発達障がい児に対する災害支援を目的とした調査研究の実施

東北や熊本震災では多くの発達障がい児がその症状特性から避難所に行けず、崩落の危険のある自宅や車中泊を余儀なくされたことが報道されました。高知県では今後30年以内に南海トラフ大震災が確実に起こるといわれています。そのためアンケート調査を行い障がいの特性や災害への備えと知識の確認などを実施しています。今後は結果をもとに特性を考慮した災害対策を実践していく予定です。

⑥病院での就労支援の実施

安芸市の「絆ファーム」北村氏にご協力いただき、毎年6月に「茄子の収穫体験事業」を通じて就労につなげるための支援事業を実施しています。適切なサポートのもとで小学校高学年や中高生が「働

いて賃金を得る」という経験を早期から体験することで、働くことへの意識や意義を身につけることができると考えています。現在までに1名がアルバイトにつながりました。

その他、親子教室へのセラピスト派遣（地域で実施されている発達障がいを持つ親子の教室、南国市・香美市・東洋町の運動発達健診への理学療法士派遣、日高村児童生徒発達支援事業への言語聴覚士派遣など多くの事業に参加させていただいております。今後はさらに医療サービス提供の質を向上できるようにスタッフ一同頑張っていきたいと思っております。どうぞよろしくお願いいたします。

当院ホームページ
リハビリテーション科
紹介はこちら↓



令和3年度下半期優秀スタッフ表彰を終えて

リハビリテーション部



優秀スタッフ表彰
タツフ 彰は日頃の頑張り
を「同僚からの推薦」で評価し表彰するもので昨年度からリハビリテ

宇田 知代
精神科作業療法室 作業療法士
この度、「丁寧な心配りができたで賞」を頂きました。



これは、自分らしく安心して働ける環境を作ってくださる周囲の方々のおかげだと思っています。今後も、日々接する方々の気持ちに寄り添える関わりをしたいと思っています。

橋本 玉姫
やわらぎ機能訓練室 理学療法士
丁寧な対応とフォロワーができたで賞を頂き、大変驚きました。



ましたが、最近では部署全体が良くなる事を私の密かな目標としていたため、このように評価して頂いた事をとてもありがたく光栄に思います。賞に恥じないよう、今後も気を引き締めてまいりたいと思います。

中村 璃久
言語療法室 言語療法士
今回、リハビリテーション部優秀スタッフ賞として「細やかな気づき」ができたで賞をいただきました。自分が賞を頂けたことにすごく驚きました。今後も細かなことに気付けるように広い視野を持って業務に臨みたいと思います。



栗林 瞳
身体作業療法室 作業療法士
この度は栄えある賞にお選びいただき、誠にありがとうございます。このような栄誉は自分に縁のないものと思っておりますので、授賞の通知を受けて唯々驚いております。今後も、多くの人たちとの絆を大切に、仕事に邁進していきたいと思っております。



繁谷 美穂
音楽療法室 音楽療法士
リハスタッフからの大変光栄な賞をありがとうございます。



大坪 章子
事務 大坪 章子
今回リハビリテーション部で表彰を頂き、改めて自分自身を見つめ直す機会を与えていただいたと大変感謝しております。コロナ過で様々な制限が多い中、利用者様の笑顔が見られるよう日々努めていきたいと思っております。



精神保健福祉法の勉強会を行いました



5月19日に、岩村院長を講師に精神保健福祉法の勉強会を行いました。

精神科診療において非常に大事な法律である精神保健福祉法の理解を通して、日々の患者さんへの関わり方を再確認し、また深く考える時間となりました。



A棟 A棟主任
看護師 西山 恵

精神科に異動になり2カ月、法律など自己学習にも限界を感じていた時の研修だったので、タイムリーに参加でき本当に良かったです。以前受講した時はイメージが掴みづらく苦労しましたが今回は

多少なりとも勤務中に経験したことを当てはめながら受講でき、理解が深まりました。

日々のケアの中ではあまり法律を意識することなく働いていたため、他科に比べて患者さんの人権や意志の尊重などを考える機会が多い科だということを再認識しました。

大昔の時代から、精神を病んでしまった方がどれだけ辛い立場におかれていたか、法律改正を繰り返して、人権を尊重する社会に変わりつつあるけれどまだまだ偏見があること。院長先生の講義を聞きながら思いを巡らせました。

時にユーモアのある院長先生の話し方に触れ、患者さんの事をどこかで少し怖がっていた自分が恥ずかしくなりました。客観的な情報だけで見がちになっていたことに看護師者として襟を正さなければと感じました。

これまで認知症の方をケアさせて頂く機会が多かったため、精神科の患者さんに対しても無意識に高齢者という位置付けで接している自分がいました。精神科の患者さんはい意見もはっきり言われます。

私自身も患者さんご本人の意思を尊重し、自己決定を促すように丁寧に関わっていく事が大事と痛感しました。



その後の研修は、患者さんへの「こんな時にどうする」という対応の仕方のグループワークを行いました。閉鎖病棟が具体的にはどんな病棟なのかなど初めて知ること多かったです。閉鎖ということ閉ざされた環境で、逆に精神を乱してしまいうような気がしていました。閉ざされた環境だからこそその居心地の良さや、患者さんが落ち着いて自分と向き合える場所でもあると感じました。だからこそ身近にいる看護師の私達は、患者さんの健康な面を探り、回

復へと導いていけるようなケアの提供が大事と考えます。まず何よりも話を聞くこと、患者さんに心を寄せる事から始めてみようと思います。

3B病棟 看護師 中井 雄介

本研修は看護師などの医療スタッフとして精神科で働く新人やまだ経験の浅い人に対する研修でした。内容として、精神保健福祉法の成立の歴史、精神科病棟での患者様の持つ権利や医師・看護師が患者に対して行える行為などを

院長先生に、入院形態の違いや芸西病院で行われる実際の入院の仕方やその違いをソーシャルワーカーの方に講義していただき「患者様に対する一時的な拘束や隔離などの行動制限を行なうことは治療行為の一部であること」など、精神科で行われるケアについて、根拠を明らかにしながら説明していただきました。

その後、講義の内容を踏まえての事例検討を2つのチームに分かれて行いました。入職して約1か月半、精神科病棟にて勤務していますが、日常での先輩看護師の患者様への対応や、他病棟へ転棟する患者様がいる場合に、医師に対応してもらう必要がある事

柄や理由など、普段何気なく病棟で見ていることの1つ1つが、すべて根拠に基づいて行われているということがわかりました。また、講義を受けた後の事例検討では、自分の考えた良し悪しではなく、あくまでも法に基づき患者様の人権尊重を優先した対応が必要であることを学ぶことができました。

今回の研修に参加して、日常業務や今後の研修で勉強を重ねていく必要性や、日々の状態や情報共有の重要性を感じる事ができました。今後も研修への参加や先輩方を見習うことで精神科看護について学び、患者様の人権に配慮しながらより良い看護を提供できるように努力をしていきます。



1年間をふりかえって

精神科医 清水 敏幸

皆様こんにちは。新任のあいさつを書いたことがつい昨日のこのようですが、この1年の高知県ライフを振り返り書いていきます。是非読んでください。

1 芸西病院編

私が芸西病院に向かった時期は新型コロナウイルス第2波の始まりの時期であり、大阪では連日多くの患者さんが搬送されていました。しかし

ここでは救急車のサイレンはあまり聞こえず穏やかだったことが印象的でした。病院までの道のりは太平洋やお遍路さん、手結港可動橋を眺めるのが楽しみで国道を使用していました。そんな風景の中、自動車を使うのは勿体無いと5回ぐらい自転車で通勤しましたが、歳には勝てず1度だけ自転車を途中のコンビニに置いてタクシーで帰ったことがあります。病院に着いてからも医局の窓から見える景色、夜空一面の星空は時を忘れさせてくれました。また、大阪にいる時から聞いていた給食は確かに美味しかったです。患者さんが給食の献立表

を見て笑顔で話をしている光景は和みました。残念なことに令和3年12月から給食システムが変更になりましたが、私は、2種類の給食を食べることができて幸せと思うことにしました。ここまで仕事のこと

が、岩村院長や山崎副院長をはじめ各先生方、病棟のスタッフの方々には沢山ご指導いただき成長できたと感じています。

2 フライベイト編

近所の焼鳥屋に、高知県に来た直後から一人でよく食事に行っていました。そこではコロナ対策のために実際に見ることはできませんでしたが献杯・返杯を教えてもらいました。しかし、そのような宴席遊びがなくても高知の人は優しく、一緒にゴルフをしたり、誕生日のお祝いをしてもらいました。カツオの塩たたきなど食は大満足でしたが、ただチキン南蛮にオーロラソース、ブリのお造りに葉にんにくのぬた、の組み合わせ

だけは苦手でした。2回目からは、わがままを言ってタルタルソースと醤油にかえてもらいました。

足摺や梶原、室戸などを観光したことにしても書きたかったですが、文字数がオーバーしてしまいますので聞きたい方はお電話ください。

3 最後に

私は、これまで1年間不在にしていた「ひらパー兄さん」に戻らないといけません。(ひらパー兄さんについて少しは皆様にも分かってもらえたかな?) 今、1年前に大阪を離れた時の気持ちと同じ寂しい気持ちになっており、高知はもう第2の故郷のようです。

最後になりましたが、芸西病院関係者皆様のご健康とご多幸を祈念し、1年間の感謝を申し上げます。ありがとうございました。いつか、大阪にもお越しください。



「私の愛犬」

リレーエッセイ No.70

2B病棟 看護師 下司 伊吹



私は、4歳のころから犬を飼っています。小型犬のチワワとプードルの交配種です。今回は、大好きな私の愛犬を紹介したいと思います。

愛犬はオスで、名前は「ぎんじ」と言います。母の知り合いから譲り受けた犬で、私は当時まだ幼かったのですが、それでもとても嬉しかったことを昨日のこのように覚えていきます。ぎんじが家に来たばかりの頃は、夕方に兄弟と一緒に散歩に行き、公園でボール遊びをするのが日課でした。お風呂と一緒に入ったら、身体をブルブルとふるわせて水を散らされ、母と笑い合いながらシャンプーをしたのも楽しい思い出です。

しかし、中学、高校になる



と、勉強や部活、遊び、バイト等々と私はとても忙しくなりました。ぎんじと散歩に行つてボール遊びをすることも減っていきました。外に行く時間がゆつくり取れない分、家で遊ぼうと、私はおもちゃを買いました。音の鳴るおもちゃがぎんじは大好きで、それを持って鳴らすとすぐに近くに飛んできて「投げて」とでも言うようにワンワンと吠えてきます。投げて、取ってきて遊ぶ、そんな時間はとてもリラックスできる幸せな時間です。

今年でぎんじも16歳です。犬の16歳は人間の80歳に相当するので随分おじいちゃんになりましたが、これからも沢山遊び、まだまだ楽しい思い出を作っていきたいです。

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

やわらぎ通所リハビリ遂にやりました!!

通所リハビリ職員一同

苦節数十年、通所リハビリが利用者の皆さんと共に取り組んできた、オールドパワー作品展への出品作品「やわらぎ葡萄農園」が、遂に「努力賞」を頂きました。

毎年様々な、趣向を凝らし利用者の皆さんと作業してきました。今回の作品は、「コロナ禍と言つこともあり、個々で折り紙のセミ・朝顔を折る、葡萄や朝顔の葉をちぎる、折り紙の輪っかを繋げて葡萄を作るなどの様々な作業に取り組んでいただきました。細かな作業がたくさんあり悪戦苦闘の連続でしたが、とても個性的な葡萄がたくさん出来ました。セミ、朝顔、葡萄を貼り合わせて仕上がった作品は、一人一人の思いが、たわわに実った素敵な葡萄農園になりました。様々な作業提供に、快く引き受けていただいた利用者の皆様には感謝の気持ちでいっぱいです。

「良かった」「ええー。本当に「嬉しい」とのお声をいただき、私たちの嬉しさもひとしおでした。

今回の受賞を、バネに更にワンランク上を目指して利用者の皆様と共に、頑張っていきたいと思えます。と、言うことで、現在次の作品に向けて、あれこれと頭を悩ませています。より良い作品を作ります!「つぎの期待」と言っておきます。



【災害対策情報コーナー】

新年度となり、新たなメンバーも加わり5月10日(火)午後、地震火災訓練を行いました。3月に実施しました訓練とほぼ同様のプログラムにて実施し、前回の反省点の1つ一つを確認しながら災害時初動対応レベルの向上を図りました。避難訓練後には、玄関前にて新人職員を対象とした消火器による消火訓練を行いました。また、防災対策グッズとして、防災頭巾の追加購入(デイ・シヨート・入所者全員分が完備)及びポータブル発電機でも有効利用できる消費電力の少ないLED照明器具を購入しました。



歌唱を含まない音楽療法

音楽療法士 繁谷 美穂

感染予防のため、「歌唱を含まない音楽療法」にチャレンジしています。そもそも歌唱活動は、口腔嚥下機能の維持やストレスの発散、記憶への刺激などと効果が多岐に渡ります。その大事な歌唱を控えてかつ楽しんでいただける内容を・・・と正直頭を抱えました(笑)。

そこで、楽器演奏をしたり、脳トレのために歌詞の穴埋めをしたり、旗揚げ式のイントロクイズをしたり、スクリーンになじみの歌手の映像を投影して鑑賞したりなどと、新たなステージとして取り組んでいます。この日は利用者さんからのリクエストで、美空ひばりの「愛燦燦」や、千昌夫の「味噌汁の歌」を鑑賞しました。音楽の力で記憶と感情が結びつきやすくなり、ご家族のことを思い出して涙を流す方、千昌夫のセリフで大笑いする方・・・音楽に合わせて身体でリズムをとる方々・・・この鑑賞活動が好評で、「楽しかった!」や「あの曲が聴きたい!」との声も多くあがっています。コロナに見通しが立たない日々となりますが、利用者さんの楽しみや癒しの一助となるようこれからも励んでいきたいと思えます。



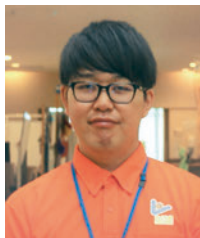
はじめまして

支援相談員 小笠原 規真

初めまして、5月1日よりやわらぎ相談室の相談員として働かせてもらっています小笠原規真(おがさわらのりまこと)と言います。

私はいの町出身で特別養護老人ホームの生活相談員として働いていました。芸西村はまだ慣れない環境です。やわらぎでは上司の相談員さんに教えられ、そして利用者さんには人生の大先輩としてたくさんの方の事を学ばせていただきました。

まずは利用者さんを覚えることを目標に掲げ、利用者さんにとって安心して信頼される相談員となれますよう頑張っていきます。よろしくお願います。



令和3年度福祉サービズ第三者委員会 ブロック別研修会に参加して

支援相談員 山本 彩加

3月17日(木)にのいちふれあいセンターにて行われた「令和3年度福祉サービズ第三者委員会ブロック別研修会」に参加してきました。第三者委員とは、施設職員以外の第三者で施設職員へ直接言いにくいことや苦情・要望・相談事などを受付、その解決や施設サービスの改善に向けてお手伝いをする人のことです。サービズ提供に関する相談、苦情の申し出があった際、事業所の苦情受付担当者、苦情解決責任者が回答等対応を行います。事業所、当事者間の解決が難しい場合、第三者委員が間に入って双方の主張を聞き、客観的に双方の是非を判断したり、解決案を示したりするのが役割となっています。事業所に相談等言い出しにくい等の場合には直接第三者委員に解決を依頼することもできます。やわらぎでは、月に1度、第三木曜日の午後に第三者介護相談員の方が施設内にて巡回相談を行っています。相談や要望などありましたら、直接お声掛けいただくか、事前に相談室へお申し出ください。また、日頃の生活の中で気になることや相談、要望などごんな些細なことでも構いませんので、お声を聞かせていただきたいと思います。ご利用者、ご家族、関係機関等のご意見をもとにサービズ向上につなげていけるよう、施設全体で取り組んでいきたいと思います。

褥瘡対策委員会研修

「褥瘡予防ケア」基礎編に参加して

看護師 有澤 知佐

私は、これまでも褥瘡についての学習会に参加してきましたが、どちらかというと創傷についての学習会でした。最近は、「スキン・テアの予防」等の学習会の案内も多くなっており、老健施設で活かせる褥瘡予防について、多職種で学ぶ機会を得たいと考え、上司に相談して今回の研修企画に繋がりました。

講師には、高知赤十字病院の皮膚・排泄ケア認定看護師である田村收代先生をご紹介いただきました。テーマは「褥瘡予防ケア基礎編」として、コロナ禍でありますのでリモートによる講義になりました。

講義内容は、高齢者施設に多いスキン・テアの予防も含めて、基本である皮膚の清潔・保湿の必要性など、どの職種がスタッフも聴いても分かりやすいものでした。あら



喫茶



運動会



祝 100歳



ためて基礎を学び、スキン・テアならずとも、スキン・ケアのポイントやトラブル防止のためには、個々に応じた状態、取り巻く状況を把握することが大事であることを痛感しました。そして、情報収集・アクセスメント等、チームで取り組むためにはカンファレンスが如何に大事であるかということを考えさせられました。褥瘡、スキン・テア、あるいは排泄によるもの、または皮膚疾患によるもの等、取り巻く状況を見極め、今後のケアに活かしていきたいです。研修を終えた後のアンケートから思った以上に施設スタッフの関心度は高く、今後のケアに活かしていきたいという意見が述べられていたことから、この研修を企画した褥瘡対策委員会のメンバーとして嬉しく思いました。今後も、研修で学んだことを継続していけるように日々努めていきたいと思います。

無我夢中

37

ピアノの楽しみ方



やわらぎE-1F
介護福祉士
西岡 薫

私は、以前ピアノ調律師という仕事をしていました。静岡県のピアノメーカーの専門学校で調律を学び、卒業後は神奈川県川崎市の支店に配属され一般家庭や音大、コンサートホールなどのピアノを調律していました。現在は、趣味の一つとなっています。音楽としてのピアノに興味を持っていらっしゃる方は、多いと思いますが、ピアノという楽器そのものに興味を持って楽しんでいらっしゃる方はあまりおられないと思います。ピアノの構造や歴史を知るとまた違った楽しみ方ができると思います。ピアノという名称は、そもそも正式なものではありません。正式名称を「クラヴィチェンバロ・コル・ピアノ・エ・フォルテ」と言います。ピアノが誕生したのは今から300年以上前の1709年。イタリアのバルトロメオ・クリストフォリという人が発明しました。初めから今のようないくつかの鍵盤数もなく、ペダルなどもついていませんでした。時代と共に改良され鋼鉄製の弦や鉄骨フレームの構造に変わり今のようないくつかの鍵盤数も少なくある質問に絶対音感ですか？と聞かれますが、私は絶対音感を持っていません。絶対音感をつけるには幼少時の適切なトレーニングが必要です。ピアノの調律をする際は、どちらかと言えば絶対音感を使います。基準の音に対して他の音がどのような響きをするか聞き分けれます。調律では単純に音程をとるのではなく倍音を揃えていきます。倍音とは、基本周波数に対し整数倍の周波数を持つ音を言います。例えば、基音を「ラ(440Hz)」とした場合、第2倍音は、440Hz×2=880Hzで1オクターブ上の「ミ」になります。第3倍音は、440Hz×3=1320Hzとなり、1オクターブ5度上の「ミ」になります。さらに同じ計算で第4倍音は、2オクターブ上の「ラ」。第5倍音は、2オクターブ長3度上の「ド#」になります。つまり「ミ」という音を鳴らした時にこれらの複数の音が同時に出てくるという事です。基になる音階を作っていく際



に4度と5度の和音を使いますが、そこには共通する倍音が存在します。倍音がぴったり合えば、音は伸びますが少しでもずれば唸りが生じます。現在使われているドレミファソラシドという音階は平均律で調律されています。平均律では、和音にわざと唸りを生じさせます。その唸りの回数を聞き分けるようにすることがピアノ調律師になる為の勉強になります。決して特別な耳を持っていないとできないわけではありません。音が狂っているかどうかは、倍音を聞けば分かります。皆さんも試してみてください。

釣りクラブに参加して

通所リハビリ介護助手 中西 愛菜

初めて釣りクラブに同行させていただきました。利用者の皆様は到着するなり、ライフジャケットを着用し、竿を垂らして真剣な眼差しで取り組んでいました。始めはなかなか針にかかりませんでしたが、海面に餌を撒きしばらくすると浮き動き出し、魚がかかっていきました。その後、次から次へと魚がかかり、利用者の方も真剣な顔から嬉しそうな笑顔が増えていきました。

釣りには、竿を操作する時の重心移動や、リールを巻く時の手先の動き、視線や集中力など様々な効果があると思うので今後も釣りクラブの活躍に期待しています。何より、利用者の皆様が楽しんでいる姿に私自身も楽しませていただき、貴重な経験になりました。



園芸クラブ

