



岡村病院
院内報

歩 (あゆみ)

第 47 号

発行 岡村病院
編集 歩(あゆみ)
編集委員会
平成18年9月1日

岡村病院 基本理念

私たちは、患者さん本位を第一に考え
高度な専門医療技術をもって
地域社会に貢献することを目指します。



「鷺草 (さぎそう)」

ラン科の多年草です。日当たりのよい山野の湿地に自生し、今の季節、白鷺(しらさぎ)の飛ぶ姿に似た白い花を咲かせます。

高松内科クリニック

院長 高松 和永先生 写

今月のことば

「黄金律」 (おうごんりつ)

キリストが弟子達に教えられた教えの中に、「何事でも、人からしてほしいと思うことは、人にもそのとおりにしなさい。」というのがあります。これは「黄金律」(Golden Rule)と言われています。人が守るべき特に大切なきまりという意味でしょう。

また孔子は弟子の子貢が「一言で生涯これを守り行っていたらよい言葉がありますか。」と問うたのに対して、「それは恕(じょ=おもいやり)だろう。自分がされたくないことは人にもするな。」と答えておられます。

どちらも簡単で解りやすい言葉です。要は毎日の仕事や生活の中で、それを、どのように実践するかという事です。

アメリカのJ・C・ベニー(1875~1971)は、「黄金律」を基本理念として小売店を経営し、世界の百貨店王になったと言われています。

相手の立場に立ってものを考え、実践する。それは何時の時代でも、また誰に対しても大切なことです。特に私共医療にたずさわる者にとっては忘れてはならないことと思います。

消化器のおはなし

消化器内科医長 植村 信隆



「おなかが痛い・・・」

みなさん、年に1度や2度はそういうことがありますか。毎日痛い方もいらっしゃるでしょう。何でもどんどん食べられるし、快調そのものという方も今までにおなかが痛くなったことがない方はいないはずですよ。

消化器科というのは、主としてそういったおなかの病気を診る科です。

胃潰瘍、肝臓病、がんといった病気のことテレビでも雑誌でもたくさん出ていますし、みなさんもご存じのことと思います。

気が付きにくいですが、実はおなかにない消化器もあります。今回はちょっと気が付きにくい「おくち」のおはなしをしましょう。

消化器のはじまりは食道ではなくて「くち」から始まります。口は食べものの消化を最初にするところなのです。唾液（つば）がごはんなどの炭水化物やデンプンを分解し、菌ですりつぶします。口の調子が悪いとそれ以降の胃や腸に負担をかけることとなります。唾液は口の中を清潔にし、バイ菌を減らす働きもしています。年をとると唾液が減ってきてどうしてもお口の中が不潔になってきます。虫歯、歯周病など口にもいつもバイ菌がさわぐような炎症があると、生活習慣病、心臓病など身体全体の病気のきっかけになるといわれています。

お口のくさいことはありませんか？若い人でも気にする人と気にしない人がいるような気がします。お口のおいはいろいろな病気のはじまりかもしれません。菌の悪い人は歯医者さんできちんと治療しましょう。そうでないひとでも口を清潔に。唾液の分泌の減る夜、寝る前にはきちんと歯をみがき、できれば「糸ようじ」などのデンタルフロスで掃除しましょう。タバコはやめましょう。

年とともに唾液の分泌は減ってきます。こまめに水分をとるようにしましょう。またガムは現代生活で弱りがちなあごの力、飲み込むのどの動きをきたえ、唾液をよび、お口を清潔にするとてもよいものです。虫歯になりにくいガムが売られています。昔の方にはクチャクチャと「みっともない」とおっしゃる方もおられますが、一人でこっそりとても結構、（入れ歯でなければ）健康のために毎日お試しになってみてください。

消化器のみならず口は身体の調子を表すことも多く、身体の病気のサインが出ることもあります。東洋医学の世界でも口を診ることは大切にされています。

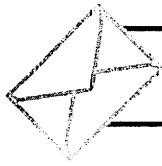
病院に診察に行ったとき、おなかが痛いのに「口」を診られることもよくあります。おなかの医者にとっては「目は口ほどにものを言い」ではなくて「（黙っていても）口は身体の調子を言い」なのです。

ハワイ大学医大生、日本の臨床現場を体験

ハワイ大学医学部2年生3名



7月4日、高知大学医学部と交流のある、ハワイ大学医学部2年生の学生さん3名が「日本の医療制度を学び、臨床現場を見学する」という目的で、当院で研修されました。岡村院長の指導のもと、診察の見学や、心臓CT撮影の見学、また血管造影検査の見学など、短い時間の中、沢山のことを学んで帰られました。ハワイに帰られてからも、さらなる勉学、研究に励まれ、立派なお医者さんになられると思います。



患者さんからのご便り HOPE 希望

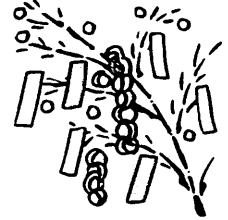
匿名希望

今回は二度目の当院への入院でした。入院当日は、いつもの通りの生活が始まると思いきや、急な入院しかも心臓！さまざまな不安を胸にベッドの中へ……。

頭の中は、さまざまな思いがメリーゴーランドのように回転していました。24時間の点滴、吐き気、高血圧の続く毎日、数を増やしていく薬。検査を2回。やはり悪い私の心臓の血管、その時に思いました。早く見つけられて私はラッキーだったのだと思いを切り換えたのです。

入院してみて今まで何とも思わず生活していた人のやさしさ、家族への感謝。日々不安の中にいる私に大丈夫よ、がんばって、具合はどうですかと声をかけてくださる看護師さんの美しい笑顔、お食事をゆっくりと食べてネと言って毎回回んで下さるヘルパーの方々、毎日来て下さる高松内科クリニックの高松先生、七月七日の七夕、お昼のお弁当をおしくいただきました。その中のピンクの短冊のやさしい栄養士の方々の思いやり、さ

みしい入院生活の中のものらしい思い出です。その短冊を七夕の夜は窓辺に立てて、残念ながら曇り空でお星様は見えませんでした。



七月七日は、私の中ではもう一つの思いがありました。息子の誕生日でしたので心の中でCongratulations！

ある梅雨の中の一、美しい夕日が山に沈んでいくのも最後まで見て感じてきました。命の大切さ、思いやり、人って本当に素晴らしいと思ひ、又私の出来る事を少しずつ生活の中にかかそうと思ひます。

最も私に希望を与えてもらったのは岡村院長先生の「悪いことばかりじゃないよ、きっと良い事もあるよ。」と言って下さった一言です。希望をもって、又日常生活を送って行きたいと思ひます。

Greeting

看護部長 下山 美知

かつて挨拶が出来ない部下がいた。「何故出来ないの？」と尋ねると、「恥ずかしい。」と答える。更に続けて、「それに、よく知らない人に挨拶することは出来ない。」と言う。

私が、「自分から挨拶するのは、自分が負けたみたいで嫌だからじゃないの？」と尋ねると、それもあつたと言う。実際、私もそんな風に突っ張る方だつた。だが、挨拶をしなかつた日の淋しさは年経る毎に気が減入る。

「挨拶とは何だろう。」殆どの方が、「挨拶とは何だろう。」と考えて、ふと困り果て立ち止まってしまう。確かに、挨拶をするなつた事はない。

先日、野生鳥類研究家の講演を聴いた。彼は、鴨にもリーダーが居ると言う。その第一の資格は、挨拶が良く出来る事らしい。首をかがげて大きく挨拶をする。すると相手も大きく挨拶を返す。小さい挨拶には小さい挨拶を返す。それが、付き合いの第一歩と言うのである。

挨拶は卑屈な行為ではなく、自分の存在を知らしめる偉大な所為と言うのである。そういえば、映画でワンマン社長が手を上げて「こんちわ！」を連発するシーンがあつた。

挨拶を卑屈にしたのは、封建主義の階級社会かもしれない。ふと、挨拶について考えてみる。

「挨拶を先にするほど大きな自己主張なのよ。」

頭が低ければ低いほどそれは大きな挨拶なのよ。」と諭してやれば良かった。むきになった自分が恥ずかしい。

今日一日感謝をこめて、挨拶から始めてみよう
と深く思った。

私の看護観

3F看護師 西尾 由香里



私が看護師を目指した理由は、高校3年の時に進路に悩み、今までの自分を振り返った時に、「今までの私が色々な事に悩み、挫折した時に家族や友人の言葉・支えがあり助けられたな。」と改めて思い、次は私が誰かの役に立てるような仕事に就きたいと思い、真っ先に思いついたのが看護師でした。准看護師の免許取得後に、看護学校へと進学し、初めての2年間は昼間病院に勤め、夜間の学校へ行くという忙しい日々を過ごしていました。この頃は、看護とは何かと深く考える間もなく、指示された事を行うだけで、患者様の内面的な部分まで見えていませんでした。患者様の表面的な事、訴えなどを聞き、時間内に仕事を終わらせ、夜間の学校へ行くという毎日を過ごしていました。しかし、3年次の実習でたくさんの患者様に関わせていただき、自分の未熟さ、欠けているものに気付かされました。大切なことは、患者様にとって、今何が一番問題なのか、

そしてどのような援助が必要なのか、日々の関わりを大切に、状態を把握する事だと思いました。

岡村病院に勤務し、もうすぐで1年になるうとしています。これまでに、たくさんの患者様と関わらせていただきましたが、改めて感じることは、患者様は、いつも傍にいる看護師を必要としており、その看護師である私が患者様の気持ちを理解し、援助していかなければ患者様は言いたい事も言えず、ただ病院で過ごすだけになると思います。その為に、コミュニケーションが必要であり、信頼関係を築くといっても簡単にはできることではないと思いますが、話を傾聴し、いつも傍で関わっていくうちに、患者様にとって苦痛となっている事を少しでも理解してあげられるのではないかと思います。また、患者様にとっても会話しやすい環境を提供することができるのではないかと思います。専門的立場で、正確な知識・技術を安楽な方法で提供し、その患者様にとって最良の援助ができるようにこれからもがんばっていきたくて考えています。思いやりの心・笑顔を大切にし、責任のもてる看護師を目指したいと思っています。

可愛い「医療従事者」さん達、がんばる

城北中生職場体験実習

7月12日～14日の3日間、城北中学校の生徒さん2名が職場体験実習で当院に来られました。「人々の働く姿や生き様を通して、職業に関わる人々の苦楽を知り、自分の将来の職業選択に活かせる資質や能力を身につける」という目的のもと、病棟での食事介助や、看護業務の見学、また検査や手術の見学など、沢山のことを研修していただきました。当院の看護師用の制服を身につけた、可愛

い「医療従事者」さんたちでしたが、はきはきした受け答えと一生懸命な姿はとても清々しく、彼女達の近い将来を頼もしく思いました。そして、同時に、自分たちの日々の業務に対する姿勢を、いま一度見直すきっかけになったようにも思います。研修後、感想文を寄せていただきましたので、次に紹介させていただきます。

岡村病院に来て

3年 山形 采



職場体験学習に岡村病院を選んだ理由は、将来医者になりたいかも、という少し軽い気持ちと、病院をぐるぐる回って色々な機材などそういったものを見るのに興味があったからでした。つまり、職場体験が楽しみでした。三日間、私がいて仕事に支障が出たのではと心配です。迷惑をかけてす

みません。様々な所でお世話になりました。優しくご指導下さりありがとうございました。

病院にいて感じたことは、一人一人に仕事がたくさんあって「大変そう」と思ったこと、人の命を預かる仕事に対する「真剣さ」や「努力」や「誇り」が空気のように伝わってきたことです。すごいなあと感じました。

これで「楽しみ」とか思って病院に来た自分が恥ずかしく思いました。そういったことで私は真剣・努力・本気を直に目にすることができました。皆さんからはとても仕事に対する熱意が感じられました。しかし、私はどうでしょう？将来医者になりたい理由はないというか、仕事に対する「思い」が欠けている、自分には欠けていることに気が付いたのです。だから私は、これを基にもう一度、自分の本当にしたい職業について考えていきたいです。

チャレンジする事・めげない事

3年 山根 彩友美

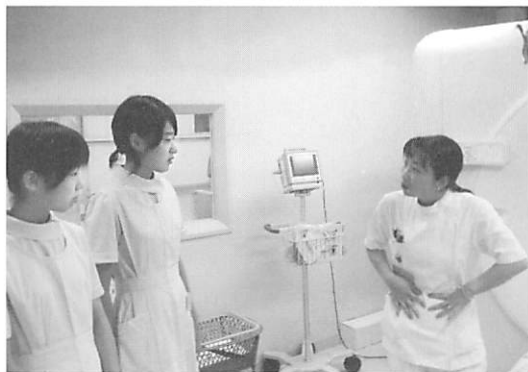
学校の総合的な学習の時間をつかって、岡村病院に体験学習に行きました。

幼い頃から看護師という職業に憧れていたのでもっと楽しみにしていました。

病院のなかでは、看護師さんやお医者さん方が忙しそうに動きまわっていました。いろんなところを見てまわっていると、どの場所でも共通していることがありました。それは、誰もが自分からすすんで仕事をやっている事でした。自分の手が空いている時は、忙しい人にかわって仕事をやるなど、常に自分から仕事を探していました。

どんなことにも共通していえる事だと思うけれど、自分からすすんでいくことが大切だと思いました。また、今は学校だけど、大人になったら職場というところへ変わるので、どんな事にもめげない強い心をこの時期に養っておく事が大切だと思いました。

『チャレンジする事』『めげない事』この二つは、これからの私の課題でもあり、大人になって仕事をしていく上でも重要な土台となるものだと思います。体験学習の三日間で得たものをこれからの生活に活かしていきたいです。三日間ありがとうございました。



● ニューフェイス ●



高村 加奈子 さん
准看護師（4F病棟）
趣味：ドライブ・旅行



刈谷 江里 さん
医療事務
趣味：楽器演奏（サクソ）・
スキー



清水 和恵 さん
医療事務
趣味：バレーボール



赤松 伴子 さん
看護師
趣味：ガーデニング

よろしくお願ひします。



今年もパワフル！よさこい祭りがやってきた

サボタージュbyパトス踊り子隊

今年は炎天下のもと開催されたよさこい祭りでしたが、8月10日、「サボタージュbyパトス」の踊り子さんたちが、今年もすばらしい踊りを披露してくださいました。当院正面玄関前に作られた即席観覧席には、沢山の入院患者さんたちが集まって来られ、車椅子から身を乗り出して見入る姿や、若いパワーとエネルギーに声援を送る様子がみられました。



RKC高知放送 生活情報番組「ごじでぱ」にて当院医師による健康アドバイスをを行っています。

“くらしのミカタ”の「今日の健康」コーナーにて健康アドバイス及び健康相談を行います。

放送時間 第2・4金曜日 午後5:00～5:35

放送された「健康アドバイス」収録ビデオを受付で無料配布しています。
毎日の健康づくりにぜひご利用下さい。（病院ホームページでも動画配信中）

■ URL : <http://www.okamura-hp.or.jp> ■ E-mail : info@okamura-hp.or.jp