

### 病院短信

三病棟 看護師長

船津 栄

#### 『一生懸命に生きる』

院庭の桜もすっかり葉桜となり、初夏の兆し、風香る美しい季節となりました。この緑芽吹く季節を迎え、皆様はどのような時に自然を感じていらつしやるでしょうか？私は毎日の昼食時、社員食堂で感じています。当院の社員食堂は、庭側一面に足元から大きくガラスがはめこんであり、食事を頂きながら雨や風でゆれる枝葉や移り行く季節を大型画面で見ているように感じる事ができる、すてきなギャラリーとなっています。

昨今、どこへ行ってもスマホホシか見ていなかったり、歩きスマホで周囲の様子に気づかず事故を起こしたり周囲の方に迷惑をかけたたり、そんな報道を耳にします。外にいてもスマホホシか見ていなかったら寒さに耐えて草が芽吹き花を咲かせていたとしてもその美しさに気付かないでしょうし、月が出ていても空を見上げる事は無いのではないのでしょうか。このままでは俗に言う「スマホ首」で若くてもいづれは身体

のあちこちに不具合が出てくるのは必須ですね。先日機会があつて宇都宮の先、二両のワンマンカーが走る鳥山線の鳥山から滝駅まで「駅からハイキング」に友人と行ってきました。もうすっかり桜は過ぎていきましたが家々の庭先や田んぼの畔に咲く小さな花が迎えてくれました。そして帰りの駅へと通り過ぎようとした時、狭いけど日当たりのよい道端でそのタンポポと出会いました。花は大きく茎も太くて葉も立派でした。なぜかその一生懸命に咲く姿に思わず「すごい、何て立派なタンポポ」と声が出てしまいました。

私達が普段気に留める事のない雑草でも街路樹でも、季節が巡れば芽吹いたり花を咲かせたり葉を落したりと、様々な姿を見せてくれます。しかし彼らは、決してきれいだと思われたくて花を咲かせているわけではありませぬ。月も美しいと思われたくて輝いているわけではありませぬ。只々、それぞれの本分を全うしているだけ、その姿が美しいのです。

「一生懸命に生きる。それを続けるのが人の道」曹洞宗徳雄山建功寺住職、柘野俊明氏がある雑誌に書かれていました。悩み迷う日々が続く中で出会った一節です。「人も本来は花や月と同じです。これをやったら喜んでもらえるだろうと目論んで取り組むのではなく、あれをやったら得するだろうと企むのではなく、ただひたすら行なっていくことが大切」と。

当院に入院される患者さんには当然ながら、その患者さんを長年支えていらした配偶者、ご兄弟、あるいは親族の方がいらつしやいます。当院長は、その方たちの支えを決して忘れてはいけなないと口を酸っぱくして言います。「よく頑張りましたね」「よく逃げずに頑張りましたね」「後は私達に任せて頂

けますか？」この言葉こそが医療の原点であると。懸命に生き、支えてこられた方々に、私も心からそう言えるよう一生懸命日々の看護介護に、これからも精進していきたいと思ひます。



### 3病棟 介護福祉士 松田 純子

### いきいき介護

夕方になると、もう亡くなられている義父母の食事を心配し「帰りたい」と車椅子から立ち上がり、落ち着かなくなる女性の患者さんがいます。いわゆる“たそがれ症候群”です。そんな時は隣に座り、色々とお話を聞いてみます。

ある日、今日の食事は何をやるのか聞いてみました。「飼っている鶏が年を取って卵を産まなくなったから今日はそれを食べるんだ。熱湯に鶏を入れると産毛がきれいに取れて…頭と足を持って思いっきり捻って、それから…(生々しいので一部省略)。うまいぞ！鶏は年を取ってもこうして人様の役に立つのに、私は何の役にも立たないなあ」と。そんなことありませんよ。いつも楽しいお話で笑わせて頂いて、私はたくさんの元気をもらっていますよ。そして最後に一言「私が死んだら食べてみつか？きつとうまいぞ」とニヤリ。

私たち職員は、毎日患者さんとの会話を楽しみながら、たくさんの元気を患者さんから頂いています。



### 2病棟 看護師 千葉 理絵

### 看護のひろば

5月の連休も目前に迫りレジャーや旅行の予定を立てている方も少なくないと思いますが、連休中はくれぐれも疲れを残さないで過ごした方が良さそうです。連休明けからはメンタルヘルスの要注意の時期に突入するので『五月病』が発生しやすくなります。五月病とは正式な名称ではなく、医学的には『抑うつ状態(気分が落ち込んで気力や行動力が乏しくなった状態)』というものです。

#### 五月病の症状

- ・ネガティブ思考・不眠・疲労感・胃痛・吐き気・倦怠感

#### こんな人がなりやすい

- ・真面目・几帳面・完璧主義・責任感が強い
- ・感情を表に出すのが苦手

五月病になってしまった時は、悩みを話す(コミュニケーション)、規則正しい生活(睡眠)、栄養バランスを意識する(食事)、趣味に打ち込む・体を動かすなどリフレッシュする(リラクセス)、を試してみてください。



### 事務屋の独り言

常務理事 事務局長

瓦井 洋

#### 『医療費の自己負担』

平成三十年度の医療保険法と介護保険法の同時改定が四月に行われることは既にお知らせしましたけど、その中身についてはまだお話ししていませんでしたね。今回はその改定にまつわるお話です。

さて、この度の同時改定では、医療施設も介護施設も、そのどちらかが厳しい改定になることは、関係者ならある程度は予想もし、覚悟もしていたと思いますが、幸か不幸か当院ではその期待？程マイナス改定はありませんでした。私の改定前の予想では、医療よりも介護の方がかなり厳しいだろうなと、思っていました。やはり介護施設やその事業者にとっては厳しい改定でしたね。

さて、介護保険は十八年前に発足した当時から不都合だらけが目についていましたけど、それを承知での見切り発車みたいなものでしたし、三年ごとの改定を重ねてきても、抜本的な改定には程遠いものでしたから、今回の改定が厳しいのも仕方ないと思いますよ。しかし四十歳以上の国民から徴収している保険料が、たった十六年で当初の二倍以上になったにも拘わらず、いまだに財政難から抜け出せないとは…。結局、国は介護費の財政難と介護保険とを各地方自治体に丸ごと投げ出してしまおうという前代未聞の醜態をさらしてしまいました。社会保障費の財政難は、医療保険もかなりのピンチですが、それ以上に介護保険もピンチの連続なのです。

さて、介護保険はさておき、他人事ではない当院の医療保険の改定。急性期病院はともかく当院のような認知症の専門病院に於ける改定は、それほどにはないだろうとは思っていましたが、それでもプラス・マイナスの改定は幾つかありました。もっとも、前述しましたようにびつくりするようなマイナス改定はありませんでしたので、私自身ほっとしているところですが、ただ、病院にはなかったものの、ご入院中の患者さんにとっては非常に厳しい、と言っている改定が一つだけありました。それをお知らせしておきます。

それは入院患者さんが、ご入院中に毎日食べている給食費が一食三百六十円だったところ、今度の改定で一食あたり百円増額され、一食四百六十円になったのです。つまり、月の給食費が九千円から九千三百円も増えてしまうことになったのです。当院としては、ご家族の支払いが増えた分、保険点数がマイナスになりますので、収入としては増額にも減額にもならないのですが、ご家族にとっては大変な負担となってしまうのです。

もともと厚労省は、医療費の削減に躍起になっていて、特に高齢者の病院への入院を目的にしていますから、簡単には入院をさせない、入院したら早く退院させ、そのためには個人負担を徐々に増額して入院させずに家庭で看ることを余儀なくさせる。こんな方策を改定の度に行っています。

受益者負担の原則は理解できなくもありませんが、こんな姑息な深慮遠謀を巡らせて高齢の弱者を困らせるこの国の政治は一体どうなっているのでしょうか。何年前かに、消費税が五%から八%に上がった時、当院は何か病院内部のやりくりで、入院にかかる費用から三%の増額分をマイナスにし、患者さんの負担増にならないようにしてきました。

でも、今回はひと月に九千円です。とても病院内でのやりくりで何とかできる金額ではありません。

それでも二つの病院の経営を預かる私としては、全額とはいかないまでも、たとえ何割かでもご家族の負担が減るように、もう一度全職員で院内を見まわし、省ける無駄がないか精査し、と同時に取引のある業者さん、特に患者さんが利用されているリース物品等の業者さんに値下げが可能かどうか、頭を下げてみるところです。たとえ半分でも何とかかなるといいのですが…。





# さくら祭り



セントノア桜満開です♥  
患者さんも見事な桜を満喫しました

# 一姫会の皆さんによる

## 詩吟の会



詩吟から童謡、  
替え歌や踊り  
まで多彩に演  
じていただき  
ました。

美しい音色の尺八  
や詩吟の合唱は圧  
巻でしたね。  
童謡の「ふるさと」  
は患者さんも一緒  
に合唱しました。



庭の桜、キレイだったわね。  
特にさくら祭りの時は最高！  
満開の桜を見ると自然と笑顔になっちゃうのは  
日本人犬もだけなのかしら？  
あ、日本に生まれて良かったわ。  
クワンクン、何やら甘い香り...  
甘酒におしるこ？  
く、日本に生まれて本当に良かったわ！  
サラも、お一つ頂こうかしら。

### さくらコーナー



## 相談室だより

医療福祉相談室  
広瀬 君子

5月と言うと、景色は新緑になり、ゴールデンウィークがあり、楽しい事がたくさんある季節です。その反面、4月からの新しい環境に慣れようと頑張り過ぎて、疲れが出てくる季節でもあります。これは俗に五月病と呼ばれ、重症化するとうつ病になるそうです。五月病は新入学・新社会人などだけではなく、誰でも陥りやすいそうです。家族や自分の事などの日常生活に不安や心配事がある時は、一人で悩まずに相談できる人や場所があると安心でき心強いですね。

人の悩みは、他人にはなかなか理解してもらえませんが、ご家族が当院に入院され、その事で何か心配な事や分からない事などがありましたら、私たちに遠慮なくご相談下さい。少しでも皆様のお力になれば嬉しいです。



入職して3年目が過ぎましたがまだまだ新人、精進を重ねる毎日ですが、今回は自分の趣味をご紹介します。  
驚く方が多いのですが料理が趣味です。男が料理？とお思いの方もいるとは思いますが、材料があれば煮物やサラダ等をよく作ります。先日友人が遊びに来たので、鶏肉を使った料理を振舞いました。結果は上々で、帰り際に友人が「ラップに包んでくれるかな？」と。持って帰って食べると言っていました。  
これからも毎日が楽しくなるような料理を作りたいと思っています。

## スタッフ紹介

3病棟 介護福祉士

あんざい ゆうた  
安西 勇太



星 座 : おひつじ座  
年 齢 : 35歳  
好きな食べ物 : 甘い物



## 5月の予定

### ◆おやつパーティー

21日(月) 14:45～ 各病棟デールームにて



### ◆誕生日会&母の日

14:00～ 各病棟デールームにて

1病棟 11日(金)

2病棟 18日(金)

3病棟 9日(水)



5月人形(兜)も飾ってあります♥



### ◆院庭ハイク(カラオケ・ゲーム)

13:30～15:00 院庭にて

1病棟 6月6日(水)

2病棟 5月25日(金)

3病棟 5月23日(水)

