

# うえなえ

Vol.407 2022.4

ココロと心

20年の歴史に幕

2001年11月発行162号より続いていた「ココロと心」が今月号で終了します。連載開始時の担当者と共に、今までの歴史を振り返ります。

2001年11月に発行された162号より続く「ココロと心」は2004年12月199号まで毎月掲載され、2005年からは病棟看護師が持ち回りでの隔月掲載となり、現在に至ります。新型コロナウイルス感染症の影響でのお休みなどもありましたが、20年以上にわたって141回続いた歴史のある連載が今号で終了する事を受けて、連載を立ち上げた忠村一看護師と一緒に今までの歴史を振り返りたいと思います。

広報委員：よろしくお願いいたします。まず最初の質問は「ココロと心」の連載のきっかけは忠村看護師の持ち込みの企画とのことですが、こういった思いで連載を始めたのでしょうか？

忠村さん：精神科の病院で働いていると病気で悩んだり、偏見の目で見られて辛そうにしている人、投げやりな気持ちとか自信を無くしている人をよく見かけます。でも、僕は患者さんから学ばせてもらったり、暖かい気持ちにしてもらったりすることが沢山あったので、自分の経験したことを書いて読んでもらって、励まされている人もいるのだから、あまり落ち込んだり、悩んだりしないで欲しい！！という気持ちを伝えたくて、この連載を始めました。

広報委員：思い出に残っている事はありますか？



『ココロと心』連載開始時の紙面

忠村さん：思い出は、書ききれないくらいあります（笑）

広報委員：退職をする2005年まではおひとりで担当されていたと思うのですが、毎月締め切りがくるのはどうでしたか？

忠村さん：「ココロと心」の締め切りは大変とかは思わなかった気がします、精神保健福祉士や医局秘書と一緒にしていた編集作業は、記事がまとまらなくて困ったことはありました。

広報委員：忠村さん退職後はリレー形式になりましたが、その経緯を知っていただけませんか。

忠村さん：1人だとネタが尽きるとか、マンネリするとかで、残った広報委員がそういう仕組みにしたのではないかな。

広報委員：忠村さん、色々質問に答えてくださり、ありがとうございました。連載開始時の事を知る職員が少なくなり、久しぶりに懐かしい思い出話ができ、とても楽しかったです。また、3面に掲載されている最終回も快く引き受けてくださり、こちらもありがとうございます。

今月号で「ココロと心」は終了となります。お付き合いくださった読者の皆様、ご協力いただいた看護職員の皆様、誠にありがとうございました。



江別すずらん病院  
看護部 急性期2階病棟課長  
田中 昭男さん

先月号に続き、「北海道アルコール看護研究会」で共に活動をしている当院看護師の土居師長と江別すずらん病院看護師の田中昭男さんとの三者会談をお送りいたします。

広報委員：アル研に参加されたことでご自身としても職場内でも大きな変化があったんですね。アル研は、職能団体とはまた違った「連携」のかたちだと思うのですが、田中さんはどのように考えられていますか？



三者会談の様子

田中さん：病院と病院の敷居が低く、協力したいと思わせてくれます。また、アルコール関連の情報収集もし合えたり、「病院でできること」を後押ししてくれたり、何より自分自身のメンタルヘルスに欠かせないものになっています。

広報委員：今後どのような活動ができればいいとお考えですか？

田中さん：私がつながれたように他の病院さんにも声掛けをしてもっと輪を広げていきたいと思っています。また、発信する機会をもっと増やしていければと考えています。やはりこれからも私にとっての自助グループでいて欲しいですね。また、このつながりがアルコール以外の他の領域でも共有できるのではないのでしょうか？

広報委員：アルコール依存症のご本人さんにも「孤独にならない、仲間とつながろう」と伝えていますが、支援者自身にとっても依存症の方々を支援していくのに支援者同士のつながりはとても大切なんですね。それを、「自助グループ」と表現されているんですね。

土居師長：私も、田中さんには病院内での「医療安全」活動の面でも大先輩として相談に乗ってもらっており、大変お世話になっています。今日も、その相談ができればと思っていました（笑）

広報委員：最後に日翔病院の堀江さんから「アルコール依存患者さんに対し、医療側や患者家族が適切な機関につなげたいと思っていても、ご本人の気持ちが一致していないことがよくあります。時間もかかります。ご本人の事情もあります。しかし体を蝕んでいること、家族等が困っていることも真実です。こういったアルコール依存患者さんの課題と向き合う際、大切にしている視点を教えてください」と質問がありましたので、お願いします。

田中さん：堀江さんは、単に病院につなげることや病気のことだけではなく、ご本人さん自身が直面している生活の問題への心配をわかっているMSWさんなんだろうなと感じました。病気もその方の抱えていることのひとつですがそれが全てではなく、ご本人さんの人生や生き方を知ろうとしないと支援者がどこかで無理が効かなくなってしまうのではないのでしょうか。私は医療従事者ですが何より「人として」、ご本人が何に困っているのか、ご本人が安心して治療できるためにはどうしたらいいか、生活基盤や生活環境に介入できないかを考えることだと思っています。これは、自分自身や職場の中でも忘れないようにしているところです。こうした質問をしていただけること自体がとても嬉しいです。

広報委員：田中さん、初めてお会いしたにも関わらずとても共感できるお話をありがとうございました。これまで取材にご協力いただいた皆さんどうもありがとうございました。

今回で根っとWorkは最終回となります。お付き合いくださった読者の皆様、誠にありがとうございました。



こんにちは、忠村です。今回最後の『ココロと心』を書かせてもらえるということで、今も持ち歩いている御守りのエピソードを書かせてもらいます。苫小牧のドン・キホーテで買い物をしていて入院されたことのある女性患者さんにお会い

しました。「忠村さん良かった、会いたかったの。」と声をかけられ話を聞くと、夢で大変な事故にあった僕が大怪我（死んだ？だったかも）したらしく、心配になって御守りを作ったので渡したかったと。自分だったら心配にはなるが、いつ会えるかわからないし、会えない可能性があるのにそこまでしないと、何故そこまでしてくれるのか質問してしまいました。

「いやだって入院した時お世話になったしょー、夜勤の時で〇〇君と一緒にさー、大変だったしょー。それに心配だったしねえ。」と笑顔で答えてくれました。自分にしてみれば仕事をしただけでも、出会った患者さんにとっては一生こころに残る事なんだと思いました。また、自分の言動が良くも悪くも患者さんに影響を与える職業に就いていることの責任も感じました。そして、人の優しさ、暖かさ、思いやりに触れることの出来た忘れられない出来事でした。

## 活動報告

### 自由活動（植苗病院）

コロナ禍で作業療法棟に集まる事が出来ない状況のため、自由活動は作業療法士がそれぞれ病棟に向いて活動しています。病室から近い食堂ホールなどで行なうため以前よりも誘いやすくなりました。患者さんも比較的気軽に参加してくれて、いつもの椅子で出来るエアロバイク（写真左）や体操・塗り絵などの活動をしています。



先日、宮城県の石巻にある「シャロームいしのまき」という団体をたずねた。浦河べてるの家から影響を受けており、「ベテルの風」というB型事業所を運営している。そこでは、震災で大きな被害を受けた石巻の水産業の復興、精神障害者を患う人たちの自立、地域のつながりの回復、などがさまざまな活動が行われていた。理事長は「風」には「べてるといふ風邪にみんな感染してほしい」という意味があると笑っていた。

面白いのは理事長の空気の読めない感じで、一見すると仏頂面にも見えるが、ときおり繰り出されるニヒルな冗談と、人懐っこさがあいまって絶妙な味を出していた。この「空気の読めなさ」は時として武器になるようで、うまくいった例としては、施設の「お取り寄せ販売部門」の目玉商品に、通常は絶対に一緒に詰め合わせてはいけないライバル会社の製品を、ごちゃ混ぜに詰め合わせてしまったことだ。その詰め合わせ商品がヒットしたので誰からも文句はなかったそうである。

空気を読んでいても閉塞した状況は打破できない。時として、接続したらいけないものを接続してしまう発想も必要だろう。形骸化したしきたりを壊す「空気の読めなさ」も必要なのだと思う。

(W.M)

ふるさとでおせち料理も賑やかだ

★Y

趣味釣りおうち時間でレベル上げ

★けいき

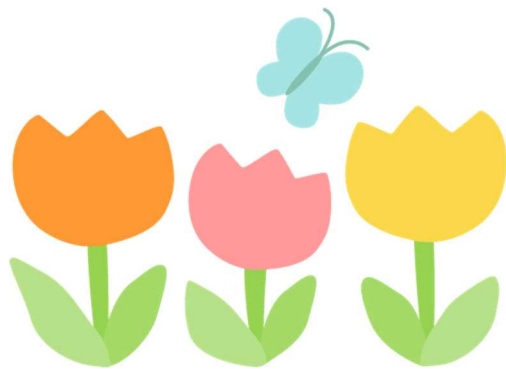


## お 知 ら せ

## ◆ ゴールデンウィーク診療体制と巡回バスについて ◆

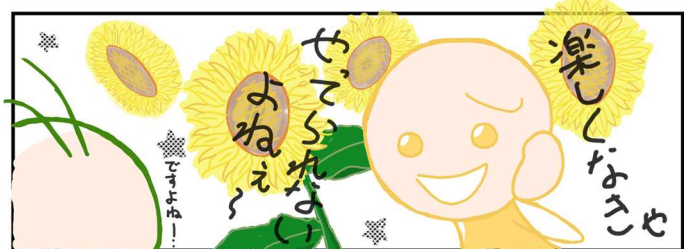
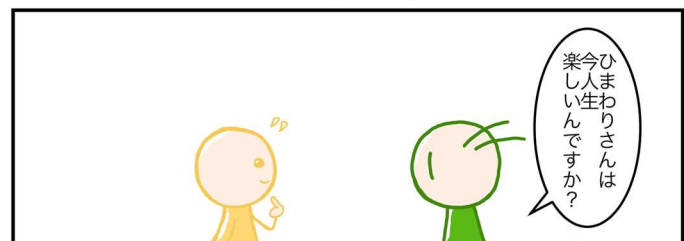
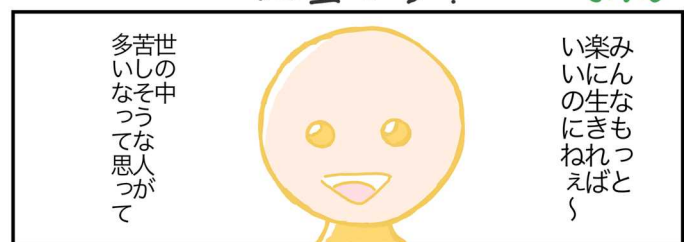
当法人のゴールデンウィーク診療体制と巡回バスが下記の様になっております。お間違えの無いようよろしくお願いいたします。

	4/28 木曜日	4/29 金曜日	4/30 土曜日	5/1 日曜日	5/2 月曜日	5/3 火曜日	5/4 水曜日	5/5 木曜日	5/6 金曜日
外 来	通常診療	休 診							通常診療
植苗巡回バス	通常運行	日曜・祝日	土曜日	日曜・祝日	土曜日	日曜・祝日			通常運行
柳町巡回バス		運 休							
千歳巡回バス		運 休							



人生どう？

まりも



病む人と出会い  
病む人を支え  
病む人に学ぶ

発 行  
社会医療法人こびし広報委員会  
苫小牧市字植苗52-2  
TEL:0144-58-2314  
<http://www.uenae-hp.or.jp/>



旅行に行きたいですね

&lt; 後記 &gt;

知り合いに飛行機の動画が欲しいと頼まれ、空港に撮影に行ってきました。あまり上手には撮れませんでした。乗り物の撮影ってこんなに楽しいのです。少し乗り鉄の気持ちが解ったような気がします。

(K.S)