

# 鈴蘭 第2号

発行者 青木 伸弘  
 編集 「鈴蘭」編集委員会  
 〒763-8507  
 香川県丸亀市津森町219番地  
 TEL (0877) 23-5555  
 FAX (0877) 23-6200  
<http://www.jyujin-asadahp.jp>  
 題字 青木 伸弘



# 鈴蘭



## 新しい年を迎えて

医療法人社団重仁

理事長 青木 伸弘



新年明けましておめでとうござい  
 ます。2015年(平成27年)の元旦は  
 どの様に迎えられるでしょうか?我々  
 が当院に来て10か月目を迎えます。

毎年、正月を迎えると様々な夢や希  
 望を考え、今年1年、何を目標に生き  
 て行こうかと計画を立てる方も多いと  
 思います。私も毎年何らかの目標を立  
 てることを善しとして、学生のころか  
 ら目標設定をして来ましたが、その大半  
 が意志薄弱な為か、計画倒れで終わる  
 ことが残念ながらほとんどだった様に  
 記憶しています。しかしながら、当院  
 の「新たな改革・改善」は計画倒れに  
 終わらせる訳には絶対いきません。先  
 月、近隣の自治体病院である「坂出市  
 立病院」の新築祝賀会に参加しました。  
 今風の立派な病院で、大きな夢と働く  
 希望が湧く誘惑が多数撒き散らして  
 あって、本当に羨ましいの一言でした。

しかし、そんな素晴らしい現在の坂出  
 市立病院でも、全国自治体病院の中で、  
 ダントツワースト1位の赤字病院だっ  
 たことがあります。駄目になっていく  
 医療機関と云うのは、自治体であるう  
 と民間であろうと人間が関係するだけ  
 に、同じような姿として反映されるこ  
 とが十分に理解できました。悪くなっ  
 ていった病院を一言で言う「責任の  
 なすり合い」です。病院の営業担当は  
 直接カスタマーである患者さんと接す  
 る医師という事になりますが、その医  
 師の責任の自覚が欠けていたと云うの  
 です。そして、当時の院長が過去を振  
 り返って、病院として欠けていた幾つ  
 かの重要な問題点を挙げているので、  
 列挙したいと思います。

1. 病院に基本理念が無かった。
2. 明確・具体的・達成可能な組織  
 目標が無かった。
3. 品質管理システムの欠如
4. 医療と経営が分離し、一体感が  
 無かった。
5. 責任転嫁の体質だった。

旧法人(MIU)の理念は「ひとり  
 ひたり 安心できる病院」と云うのを  
 見つけました。果たして理念として職  
 員の共通の意識を心から揺さぶる理念  
 でしょうか?! 2番目は具体的な目標  
 ではなく、「がんばれ! がんばれ!」  
 「困った! 困った!」などの現象の  
 感嘆文だけを連呼し、何も具体的な指  
 示が無かったという事らしく、3番目  
 も医療と云う製品の患者さんへの提供  
 に自信を持って売っていたかどうか

疑問であり、4番目は医師や看護師は、  
 医療や看護だけを考え、事務は公務員  
 である為本庁ばかりを気にして赤字で  
 あるうと黒字であろうと無頓着であつ  
 たと思えます。当院も形式は違え  
 ども、結果はほぼ同じような状態だつ  
 たと思えます。昨年末には新法人の理  
 念を打ち出し、新たな具体的な目標を  
 掲げ、行政と連携を深め、中讃地区の  
 独特な価値ある病院として1歩も2歩  
 も他院の追随を許さぬような魅力ある  
 医療機関を目指したいと思っていま  
 す。更に、院内では「全部署との連携  
 の充実」を目指して働き甲斐のある病  
 院にしましょう! 今年1年、それぞれ  
 が各部署で目立ってください! 存在感  
 を示してください! 寝たふりをしな  
 いでください! 仕事をしない人を怒っ  
 てください! 無関心を装わないでくださ  
 い! 結果を残しましょう!

## 謹賀新年

旧年中のご厚情を深謝すると共  
 に、本年も変わらぬご指導をお願い  
 申し上げます。

平成二十七年 元旦

医療法人社団 重仁

麻田総合病院

- 理事長 青木伸弘
- 病院長 香川 勇
- 事務長 伊藤基光
- 他 職員一同

笑う門には福来る

「笑い」と健康人生



総合内科 医師 篠原 徹

「笑う門には福来る」と言う諺は、もっぱら社会生活を送る上での対人関係において、笑って明るい人の周囲には大勢の人が集まって来て、良い事が起こると言う様な意味に用いられているかと思われます。

一方で、色々な研究の結果、笑う事で人間の体の中でも良い反応が起こる事がわかって来ています。人間の体にとつての福とは、すなわち健康ですから笑う事により健康がやってくることも解釈できるわけです。

笑った後の体の反応を2、3述べてみますと、まず第1に癌の発生を早い段階で予防出来る可能性が有ると言う事です。人間の体は約60兆個の細胞より出来ており、その内、毎日誰しも約5000〜6000個の癌の芽と言うべき異常細胞が発生している様です。それを毎日体の中の免疫細胞が攻撃して消滅させて、健康が保たれているわけであります。この初期の段階の癌細胞を攻撃する免疫細胞の主体がNK細胞（ナチュラルキラー細胞、自然の殺し屋細胞）で、全免疫細胞の約1割がNK細胞

と言われています。順天堂大学の奥村先生はNK細胞研究の第一人者ですが、漫才などを観て大笑いした後、血液検査をしてみますと、普段より約2〜3割NK細胞の数が増加したと述べられておられます。

ただ、この反応は2〜3時間すると、また元のレベルに戻る様です。従って、長い人生において、毎月大笑いする様な生活態度で暮せば、その都度NK細胞は増え、癌の発生を予防する可能性が出て来ると考えられるわけです。

逆に、あまり多忙でストレス、緊張状態が強い生活状況が続きますと、脳幹部の交感神経の作用が強くと持続いたします。その結果、アドレナリン、ステロイドホルモン等の作用が強まり、NK細胞数は減少する様です。

第2には、高血圧の予防に良いと言う可能性が有ります。人の体の動脈は自律神経の交感神経で調節されていますが、交感神経の働きがストレス、緊張などで強まりますと、血管を収縮させて血圧が上昇すると言うわけです。内科医はよくβ遮断剤と言う降圧剤を処方いたしますのも、この作用を弱め、血管を拡張させて血圧を下げるためであります。大笑いした後は、心の緊張が和らぎ、交感神経の働きを抑制すると考えられます。

第3には、脳の血管障害、認知症にも良い可能性が有ります。大笑い

した後の脳の血流量を測ったデータでは、脳の血流量は増加する様です。血流量が増加いたしますと、当然脳の色々な機能維持に好影響を及ぼすと考えられます。

第4には、糖尿病に良いと言う可能性が有ります。大笑いした時は、内蔵の50以上の各所の筋肉が使われる様で、相当なカロリーを消費する様です。普段にジョギングする時位の糖分が消費されるとの事で、大笑いは「内蔵のジョギング」とまでたとえられる程であり、血糖のコントロールに良いと考えられます。

第5には、リウマチ関節の痛みなどに良いと言う可能性が有ります。大笑いした後は、関節の痛み、炎症を悪くするインターフェロン等の物質の量を抑制する結果が出ています。又、脳の中で、麻薬に似たβ-エンドルフィンと言う物質の量を増やして、痛みを改善すると言う効果が有るとの事です。

以上、述べました様に、心身相関と申しまして、人間の体では、神経、免疫、ホルモン等の情報が日々、脳の中の特に脳幹部と中心に瞬時にやりとりされ、体の調節をしているものと考えられます。

今まで言われて来た様々な病気の予防の手段、すなわち、食事、運動、薬などの療法は大切な事は言うまでもありません。

それに加えて、大笑いを含めた心の働きや健康も思っている以上に大きな働きをしている事を強調したいと考えています。



# 医療法人社団重仁 麻田総合病院 理念

## 最高・最新・最善の医療の飽くなき追求

### 運営姿勢

いかなる厚生行政にも対応可能な  
組織体の構築と臨機応変な姿勢

### 行動指針

- 一. 医業に携わっているという誇りと謙虚さを持ち続ける
- 一. 医学・医療の発展に追随できる組織体の完成を目指す
- 一. 高い目標を持ち、勇気をもって行動する
- 一. 明るい組織作りと健全な精神の育成を目指す
- 一. 的確な情報収集と品位ある思考育成に努める
- 一. 社会への貢献と社会からの信頼を得るべく努力する
- 一. 安心・安全を常に第一と考え、行動する
- 一. 技術研鑽を怠ることなく最新医療に対し敏感であり続ける
- 一. 他部署に興味を持ち、連携を密にチーム医療の充実に努める

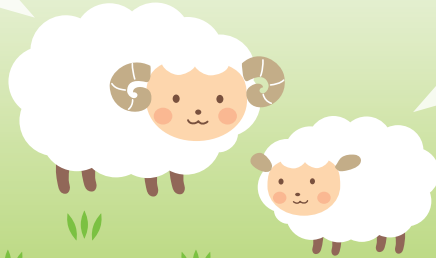
職員の中から選ばれた年男・年女です。  
 新年早々ありがたいことと感謝しております。  
 今年もよろしく申し上げます。

12年前の未年、理学療法士として駆け出しの頃でした。それから12年間、自分が好きな理学療法士を続けてこれ嬉しく思っております。次の12年後も理学療法士で頑張っていてほしいことと、今の自分にこんな理学療法士になつたと自信をもつて言えるように今後頑張っていきたいです。

永田 泰仁  
リハビリテーション科

12年に一度、多くの職員の方の中から年女に選んでいただき、新年早々良い事がありました。ありがとうございます。患者様、ご家族様に当院に来て良かった、担当があなたで良かった、と言っていただけに、初心を忘れず頑張ります。

看護部 坂本 紀代子



麻田総合病院に就職し、早1年が経ちました。今年ではできるだけ院外教育に参加できたらな、と考えています。プライベートでは体力作りに努めたいと思っています。

看護部 岩田 恵美

11月1日より勤務しております。初めての医療現場なので戸惑うことばかりで、周りの皆様に助けてもらう毎日です。早く仕事を覚えて今年は少しでも役に立てるよう頑張ります。

管理企画課 高嶋 加依



今年2月に36回目の誕生日を迎えます。また病院薬剤師としても12年目を迎えますが、いつまでも初心を忘れず、人として薬剤師として成長していきたいと思えます。

薬剤科 長井 健

未年、年女となりました。和を大切にし、穏やかな年となることを願っています。日々新たな気持ちで、周りから学び、成長できるように努力します。

管理企画課 田口 直見



この病院に薬剤師として就職して数年が経ち、早いものです。改めて自分を見つめ直し、初心を忘れずに日々学ぶ姿勢で向上していきたいと思えます。

薬剤科 齋賀 達道



昨年は試練の年でした。責任という重い荷物も背負うことになりましたが、今年はいっしょに前を向いて進むだけだと思います。栄養科が麻田総合病院の柱の一つとなれるよう頑張つて参ります。

栄養科 中川 知美

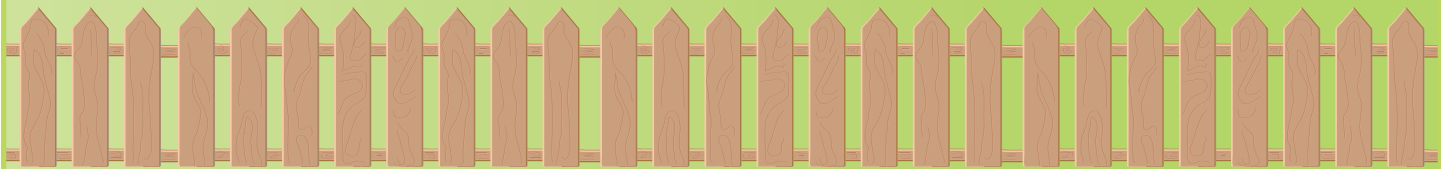
未年の年男です。「群」の漢字は群れをなして行動をする羊から作られたそうです。今年、「群」＝「チームワーク」として、協力しながら、仕事を頑張っていきたいと思えます。

管理企画課 松浦 智基



気がつけば、年女になっておりました。育児休暇から復帰し、日々皆さんにご迷惑をかけながら頑張っています。今年1年、いい年になるよう努力していきたいです。

看護部 木本 瞳



# 連携室

## だより

例えば

地域医療連携室が開設されて早5か月が経ちました。医療機関への挨拶回りやら新しい業務の調整やら：日々の業務に加え、増していく新たな業務に追われ、連携室のメンバーそれぞれが慌ただしく毎日を過ごしています。

気づけば1月、新たな気持ちと変わらぬ笑顔で、今年も患者様や院内スタッフの皆様のサポートができるよう、メンバー一同業務に励んで参りますのでよろしくお願いたします。

さて、病院内で、えんじ色の上着に紺色のパンツの職員を見かけたことがありますか？彼らは医療ソーシャルワーカー、地域医療連携室のメンバーです。「何をする人??」ってピンとこない方へ：簡単に言うと、病気の事以外の相談に乗ってくれる人です。

突然のケガや病気で入院、また、長期に渡る療養生活の中で、入院費用や介護のことなど、新たな心配や問題などが生じることがあるかと思えます。そんな時に、生活面での不安や困り事が解決に向かうよう手助けをしてくれます。

- 介護保険を利用したいけど、どんな手続きが必要なの？
- 退院をすすめられたけど、自宅で暮らすことが心配、どうしよう？
- 自宅で介護できないんだけど、これからどんな風にしたらいい？
- 入院や手術したら、医療費ってどのくらいかかるの？
- 私ってどんな社会福祉制度が利用できるの？

- 誰も相談できる相手がいないんだけど…

など、入院患者様・外来患者様だけでなく、そのご家族様の相談も受け付けています。

入院患者様は、各病棟のナースステーションにてお声掛けください。担当ワーカーがお話をお伺いします。

外来患者様は、気軽に地域医療連携室へお立ち寄りください。患者様やそのご家族が安心してお過ごしいただけるよう、4名の医療ソーシャルワーカーで支援いたします。

どうぞ  
ご相談お待ちしております



# 私の音楽ひとり旅

ベートーヴェンについてその十三



幼い少女に送ったベートーヴェンの長い手紙の続きです。

「…芸術は人間を神様のところまで高めてくれます。親愛なるエミリーエ。もし何か願いがあれば遠慮なく私に手紙を下さい。本当の芸術家は威張りません。悲しいことに芸術家は、芸術には限りがないことが分かっているのです。ゴールに達するにはいかに程遠いか。…中略…芸術家は自分より優れた天才が遠くにある太陽のように、ある地点までの道のりを照らし出してくれているというのに、まだ

そこに到達していないことを嘆くのです。ひよつとしたら私は内面の貧しさをさらけ出しているお金持ちを何人も訪ねるより貴女や貴女のご家族を訪ねることができればずっと嬉しいでしょう。いつか日に行くことがあれば、貴女と貴女のご家族を訪ねましょう。よい人達の輪に加えていただくことほど大切なものはないと思います。そういう人達をみついたら、そこが私の故郷です。親愛なるエミリーエ。もし私に手紙を書きたければ、もう四週間滞在する予定なので直接この住所に宛てて下さい。或いはヴィーンに。どちらでも構いません。私を貴女のお友達、貴女の家族のお友達と思ってください」

ベートーヴェンの書簡の中でこれ程寛大で胸に響き謙虚なものはありません。

松本 敦子



### 健康診断のご案内

健康診断を毎年受診することが、病気の予防・早期発見・早期治療に繋がります。当院では、「住民健診」・「生活習慣病健診」・「人間ドック」などあらゆる健康診断に対応できるようになっています。

特に27年度からは、特別室4部屋を充実させて、1泊2日コースの健康診断を精神的にリラクセスして受けていただけるようにしていく予定です。詳細はお気軽にお問い合わせください。

(健康管理部)



### 師長に聞く



外来(手術室) 師長  
貞廣 由喜



手術室の担当看護師長です。手術室は生命維持が最優先された医療看護が行われています。そこで働く看護師は、他の看護師から『厳しい』『きつい』『わい』と3Kのごとく嫌われています。短い時間の中で凝縮した情報を漏らさず伝えようとすれば、厳しくもなります。誤った情報は、判断ミスにつながります。

しかし私たち手術室看護師は、患者様のそばに居ることの大切さを認識し、患者様の気持ちを踏まえた対応を行うことに責任を持っています。

「ワークライフバランス」は仕事にやりがいと充実感を持って働き、仕事上の責任を果たしたうえのライフの選択です。私たちは子育て、孫の世話、年齢も様々ですが、みな手術の担当として責任をもって働いています。

『厳しい』『きつい』『わい』と言われてもめげない人、ぜひ一緒に働きたい人。みんな、根は優しい人です。真の「ワークライフバランス」を一緒に目指しましょう。

### 院友会旅行に行ってきました

11月16日院友会の旅行で「出雲・カニ料理」へ行って来ました。まず出雲大社でお参りをすませた後、楽しみにしていたカニ料理を食べました。カニのお刺身から焼きガニ、カニのお鍋もあり、本当にカニ三昧でした。(笑)お腹がふくれた後、足立美術館で紅葉がキレイな庭園と横山大観の日本画を見て回りました。美味しいカニと素敵な庭園を間近で観られて大満足な旅行になりました。



高橋 亜紀子 11月23日参加者

12月22日、毎年恒例のクリスマスコンサートが開催されました。短い時間でしたが、演奏や寸劇が行われ、患者様と一緒に楽しいひと時を過ごすことができました。夜には看護師によるキャンドルサービスが行われました。



### 『すずらん箱』を設置しました

明けましておめでとうございます。平成26年は目まぐるしい1年でした。ワークライフバランス活動の一環として、



昨年より職員が笑顔でいきいきと働ける病院を目指しています。看護部はスタッフ間で素敵な出来事を投稿できる『すずらん箱』を各部署に設置しました。スタッフ間で共有していくことで、笑顔を増やしたいと思っています。職員の笑顔が増え、患者様の笑顔も増え、今後活動を続けていきます。スタッフの皆さん、たくさんの投稿をお待ちしています。皆さんからの投稿は、「WLBニュース」にて紹介させていただきます。

### 編集後記

当院は昨年、歴史的な経験を余儀なくされ、少なからず不安と動揺があったと思います。

しかし、逆に考えてみると、「重仁 麻田総合病院」として第一歩から新しい病院創りに参加できる「チャンス」を貰ったとも言えるのです。病院の歴史は誰か偉い個人が創るのではなく、働く一人ひとりの職員の頭と手と足で造るものです。まさに心の様相です。

新しい年を迎えて自分の置かれている現状から「次の第一歩の課題」を持ちましよう。そのことが青春だし、青春を謳歌することになります。

「青春とは人生のある期間を言うのではなく心の様相を言うのだ。優れた創造力、逞しき意志、炎ゆる情熱、……こういう様相を青春と言うのだ。年を重ねただけで人は老いない。理想を失うときに初めて老いがくる。」サミュエル・ウルマンの「青春の詩」の一部です。

加藤 繁秋



新法人人になって初の忘年会が、12月11日ホテルサンルート瀬戸大橋にて開催されました。食べて飲んで大いに笑った3時間。一年後、今回よりもっと笑顔で過ごせるよう、気を引き締めてがんばりましょう!!



### 私たちと一緒に働きませんか

病棟編成に伴い、看護職員を募集しております。詳細はお気軽にお問い合わせください。