

## やぎさん一座の紙芝居

April  
4月23日



外部ボランティアのやぎさん一座の皆さんに紙芝居を見せていただきました。手づくりの絵に合わせて、福島県のある町の出来事を江戸時代に置き換えた創作『花咲き村』と、患者さんに大人気の「水戸黄門」で、現代の世の中をさわがせている「オレオレ詐欺」への注意を題材に時代劇の風景を崩さずに上手に語っていただきました。語り手の巧みな話術に、その話の世界に舞い込んでいるような感覚になりました。

最後にオカリナの優しく、やわらかい音色に合わせて全員での合唱でしめくぐられ、お陰さまで心温まる時間を過ごさせていただきました。感謝です!!

## 元気な歌声とともに

May  
5月22日



5月はカラオケ大会の開催で、皆さんの元気な歌声が会場に響き渡りました。当初は少し緊張した面持ちでの歌声で始まりましたが、いつしか参加された皆さんが職員と共に手拍子を打ち、一緒に歌を口ずさんでくれたので緊張も取れて、次第に歌声が大きくなり、とても明るく笑顔いっぱい楽しいレクになりました。

ボランティアレクリエーション委員会



## 上尾市 特定・後期高齢者健診 上尾市 各種検診・人間ドック実施中!!

ただいま予約制にて実施しております。事前にご予約の上、ご来院下さい。  
昨年度と実施期間が変更になっている健康診査がございますので、ご確認頂き、早めの受診をお勧め致します。  
なお、ご予約なく健診を希望される場合、待ち時間が長くなる可能性がありますので、予めご了承ください。

### 各種健診のご案内

下記検診が実施可能になりました!!

#### ピロリ菌検査(便)・大腸がん検査(便)・胸部レントゲン検査

また、企業健診・人間ドック・生活習慣病健診・個人健診・特定保健指導・予防接種なども受け付けております。お気軽にお問い合わせください。

#### 高齢者肺炎球菌ワクチン接種

平成25年4月1日から平成26年3月31日までの期間、上尾市に住民登録のある方を対象に上尾市より肺炎球菌ワクチン接種費用の一部助成が受けられます。当院でも完全予約制にて実施致します。事前にご予約の上、ご来院ください。

助成条件：  
接種日時点で上尾市に住民登録されており、下記①②を満たす方  
①75歳以上の方  
②過去5年以内に高齢者肺炎球菌ワクチンを接種されていない方

実施日程		月	火	水	木	金	土	日
ドック	8:40	○		○	○	○		
	9:00							
健診	9:00	○	休診	○	○	○	休診	休診
	11:30							
	13:00	○		○	○	○		
	16:30							

※火・土・日曜日、祝日は、休診になります。



— お問い合わせ・ご予約 —

048-781-1902・048-781-1101

受付時間 月～土曜日 9時～17時(祝日を除く)

上尾厚生病院  
理念

私たちは、良質で安全な医療と  
療養環境を提供致します。



オアシス

OASIS

2013年 夏号

医療法人一心会 上尾厚生病院 季刊誌 ■ HP <http://www.ageokousei.jp/> TEL: 048-781-1101

ホスピス病棟科長 寺側 優里



### 私の目指す看護

皆様こんにちは。12年前より5階のホスピス病棟に勤務しております看護科長の寺側優里と申します。ここに私の看護師としてのこれまでの歩みを少しご紹介したいと思います。

#### ○ホスピスへの憧れ

新人看護師の頃に忘れられない患者Aさんとの出会いがありました。Aさんは50代の胃癌の患者さんで、手術後も入院を繰り返されていました。胃癌であることを知らされていなかったAさんは、いつかは良くなると思っていて辛い治療にも弱音を吐かず耐えておられました。やがて治療の効果も無くなり、Aさんの状態が日に日に悪化していったある日、「なんで良くならないの? 本当は何の病気なの?」と私に詰め寄ってこられたのです。ただ励ますことしか出来なかった私が、Aさんの病室に行くのが辛くなる一方で、Aさんは次第に口数が少なく表情も硬くなり、ベッドの上でじっと過ごす日々が続くことになりました。

そこで私が強く感じたのは、「自分の人生なのに、なぜ限られた時間の過ごし方を自分で決められないのだろう」という憤りでした。丁度その頃、山崎章朗先生の、治療困難な癌と告知された患者さんがホスピス病棟で、残された時間を大切に家族と過ごしたり、やるべきことをやり終えたりと精一杯生きている姿を描いた著書『病院で死ぬということ』を読み、「Aさんのような方が、残された時間を精一杯生きるための支援がしたい」と願うようになりました。そして12年前に憧れのホスピス病棟で働かせていただくことになったのです。

#### ○緩和ケア(ホスピス)認定看護師への夢

ホスピスでは痛による辛い症状を和らげ、その方らしく過ごしていただけるように支援することが私の仕事で

したが、患者さんを目の前にして知識・技術不足の無力な自分を感じる日々が続きました。そのような頃に患者Bさんを担当することになりました。病気が進行して自分で自分のことが出来なくなってしまったBさんは、ある日、私の顔を見ながら泣かれたのです。私はなんと声を掛けていいのかわからず、ただただ黙って傍らに佇むだけでした。ひとしきり泣かれたBさんは「今はこんなになってしまったけど、いい人生だった…」とご自身のこれまでを振り返られ、ご家族への感謝の思いを語られた後、「あなたに出会えて本当に良かった。感謝しているよ」と私にも言葉をくださったのです。その時の私は温かなものが胸の奥から湧き上がり、涙が止め処もなく溢れていました。それはBさんの優しさに癒された忘れたい瞬間でした。それまでは「私たち看護師が患者さんのために看護をしている」と思っていた私が、そうではなく「患者さんから私たち看護師が癒されられているのだ」と理解した瞬間でもありました。

この出会いを通して「勉強してもっと良い看護をしたい」との思いから、緩和ケア認定看護師を目指した私は、数年後にこの資格を取得することが出来ました。未熟な点もいっぱいありますが今の私があるのは、AさんやBさんをはじめ多くの方々との出会いのお陰と思っています。皆様へ育てていただいたことへの感謝を忘れず、これからも一生懸命頑張りたいと思います。

この6月からは2階の療養病棟にも関わらせていただくことになりましたが、ホスピス病棟も療養病棟も「患者さんに安心して快適に過ごしていただけるよう、支援させていただく」ことは同じだと思います。ご迷惑をお掛けすることもあるかと思いますが、今後ともよろしく願いいたします。



**開催!**

看護の日イベント

去る5月21日(火)、1階待合ロビーに簡単な健康チェックや健康相談コーナーを設けて看護の日イベントを実施しました。多くの患者さんやご家族の方々が参加してくださり、笑顔あり真剣な眼差しありのイベントとなりました。中でも骨密度測定が大盛況で、結果の説明に「これならもっとリハビリを頑張れる」「転ばないように気をつけよう」とか「少し運動しないとイケないなあ」等の声が聞かれ、ご自分の健康についてそれぞれに思うところがあったようです。また、お帰りの際には、参加記念品もお渡ししました。



「今後も開催して欲しい」との嬉しい声をたくさん頂戴し、有り難うございました。来年も多くの方々のご参加をお待ちしております。

## AMGバレーボール大会

### 誕生チーム ブロック一位で通過!

5月19日(日)、さいたま市記念総合体育館で行われたAMGバレーボール大会で、わが誕生チームはブロック予選リーグを3戦全勝し、見事一位で通過しました。その勢いで臨んだ準決勝でフルセットに持ち込むも惜しくも敗れ、同率3位となりました。選手そして応援の皆に感謝! 来年に期待して、今後も応援宜しくお願いいたします。

運動部員 放射線科 塩田卓司



### 編集後記

暑中お見舞い申し上げます。いよいよ本格的な夏シーズンの始まりです。暑い日が続いておりますが、皆様元気に過ごしていらっしゃいますか。今年の夏は高温で雨が少ないとの予想がでております。つつい冷たい物を取り過ぎたり、冷房で身体を冷やし過ぎたり、何かと体調を崩す時期でもありますが、健康第一に、皆さんでこの暑い夏をのりきってまいりましょう!



広報委員 飯塚博子

当病院の最新情報をお知らせします

## 作業療法は「こころ」と「からだ」のリハビリテーションです。

皆様こんにちは。今号よりリハビリテーションの中の作業療法についてお伝えします。

「こころ」や「からだ」に障害をもち、生活に支障をきたしている人に、その人らしい生活が送られるよう、作業活動(日常生活での諸動作や仕事・遊びなど人間に関わるすべての諸活動のこと)を介して、治療・援助・指導を行っていくことを作業療法といいます。

人間には次の三つの能力が備わっています。

- ① 基本能力 運動機能・精神機能など
- ② 応用能力 食事やトイレなど、生活で行われる活動
- ③ 社会適応能力 地域活動への参加・就労就学の準備など

それぞれの能力に関連した作業療法の一場面を次に写真で示してみました。



### ① 基本能力

塗り絵カレンダーで日付を確認しながら左手で押さえる練習です



### ② 応用能力

立って手を洗う練習をしています

### ③ 社会適応能力

他人を意識しつつ自分の課題に取り組んでいます



ほんの一例ですが、お分かり頂けましたでしょうか。私たちはこれらの能力の維持や改善を目指して力を注いでまいります。作業療法士はこの分野のリハビリテーションの専門職です。今回は日常生活活動(ADL)についてご紹介します。

リハビリテーション科 作業療法士 菱木勝郎